

魅力的な鳥取県 魅力鸟取县

文：鸟取县 译：赵宏 王纪钊

日本列島本島の西端に位置する中国地方にあり、東
西約120 km、南北約20 km～50 kmと、東西に細長い
県です。北は日本海に面し、鳥取砂丘をはじめとする
白砂青松の海岸線が続いており、南には中国地方の最
高峰・大山をはじめ、中国山地の山々が連なっていま
す。気候は比較的温暖で、春から秋は好天が多く、冬
には降雪もあるなど、四季の移り変わりは鮮やかで
す。また、台風などの自然災害が少なく、気候条件
に恵まれています。

鸟取县位于日本列岛本岛西部的中国地区^注，东西
长约120千米，南北宽约20千米至50千米，是呈东西走向
的细长的县。鸟取县北临日本海，绵延的海岸线沙白松
青、风景优美，鸟取沙丘是此处极具代表性的景观；在
鸟取县南部，以中国地区的最高峰——大山为代表，中
国山地的群山连绵起伏。这里气候宜人，春季至秋季多
为晴天，冬季有降雪，四季变化鲜明。而且，鸟取县少
有台风等自然灾害，气候条件十分优越。

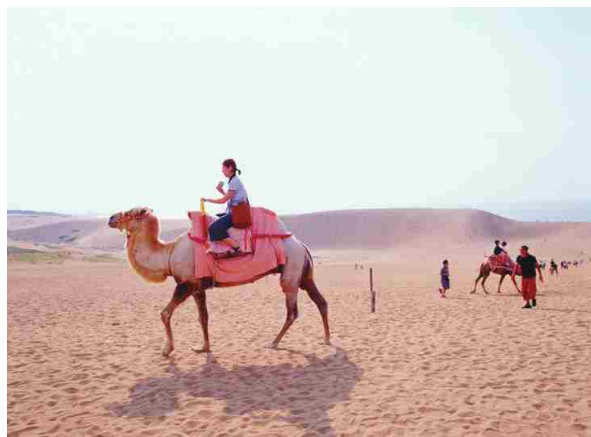
びけい 美景 美景

とっとり さきゅう 鳥取砂丘

日本海に広がる美しい海岸砂丘で、東西16 km、南
北2.4 kmの広さを誇る鳥取県の人気観光スポットで
す。10年以上の歳月を経て自然が造りあげた砂の大
地は、日常を忘れさせる圧巻の景色です。日本海の風
が作り出す風紋が大変美しく、四季に応じて、また昼
夜で、砂丘は刻々とその姿を変えてゆきます。



注：中国地区，在本文中是指日本本州西部的中国地区。



鸟取沙丘

美丽的海岸沙丘一直蔓延至日本海，东西长16千米，南北长2.4千米，鸟取沙丘以面积广阔著称，是鸟取县的人气观光景点。历经十万余年的岁月，这片大自然造就的沙漠大地有着让人忘却凡尘的绝美景色。日本海的海风在沙丘上吹出无比美丽的风纹，四季流转、昼夜交替，沙丘的形态亦在时刻变化之中。

うらどめかいがん 浦富海岸

日本でもトップクラスの透明度を誇る浦富海岸は、日本海の荒波と風によって形作られた壮大な海食地形です。ユネスコ世界ジオパークとして認定された地質遺産「山陰海岸ジオパーク」のエリア内にある浦富海岸では、洞門、洞窟、白砂の浜など、様々な地形を観察することができ、まさに地形・地質の博物館といえます。島々の間をめぐり巡る遊覧船からは、迫力のあるダイナミックな奇岩を間近に鑑賞することができます。また、夏には海水浴場として賑わいます。



浦富海岸

日本海汹涌的海浪及海风雕琢出浦富海岸壮丽的海蚀地形，这里的海水有着在日本堪称顶级的透明度。地质遗迹“山阴海岸地质公园”是联合国教科文组织认定的世界地质公园，浦富海岸便位于公园内。这里可谓地形、地质的博物馆，在这里能够观察到洞门、洞穴、白沙滩等各种地貌。在穿梭于岛屿之间的观光船上，可以近距离欣赏令人震撼的嶙峋怪石。而到了夏季，这里又是一处热闹的海水浴场。

だいせん

大山

とっとりけんせい ぶ い ち ひょうこう だいせん ねん
鳥取県西部に位置する標高1729mの大山は、1922年
に ほん ばん め せくりこうえん ちゅうさく ち ほうさいこうほう
に日本で3番目の国立公園となった中国地方最高峰の
やま に ほんめいほう えら
山です。「日本名峰ランキング」でベスト3に選ばれ
る とうつく し せん すがた ひとびと ところ つづ
ほど美しい自然の姿が人々の心をとらえ続けていま
す。 ばる なつ しんりよく あき こうよう ふゆ ゆき げ しき し き
春から夏は新緑、秋は紅葉、冬は雪景色と、四季
とお し ぜん ぞんぶん まんきつ
を通して自然を存分に満喫できます。



大山

海拔1729米的大山位于鸟取县西部，于1922年成为日本第三个国立公园，是中国地区的最高峰。大山位居“日本名峰排行榜”前三名，这里旖旎的自然风光引人入胜。春夏赏新绿、秋赏红叶、冬赏雪景，四季尽享自然风光之美。



とっとり花回廊

だいせん い ち にしに ほんさいだい
大山のふもとに位置する西日本最大のフラワーパーク「とっとり花回廊」は、天候や季節に左右されずに
はな しょうぶつ かんしょう だいおんしつ てん じかん ゆう
花や植物を鑑賞することができる大温室や展示館を有
しており、いつでも色とりどりの美しい花を楽しむことができます。 いろ うつく はな たの
周囲1 kmの屋根付き展望回廊があるた

め、あめ ひ かさ さ えんない ある はな たの
雨の日でも傘を差さずに園内を歩きながら花を楽し
しめます。また、てんぼうかいろう かこ やく こうだい
展望回廊が囲む約8000 m²の広大な
ていえん まん こ あか やわ つつ こ げんそうてき
庭園を1万4000個の灯りが柔らかに包み込む幻想的な
や かんていえん にん き
夜間庭園「ムーンライトフラワーガーデン」も人気で
す。



鸟取花回廊

位于大山山脚的“鸟取花回廊”是西日本最大的花卉公园，公园内有大型温室和展示厅，人们可以不拘天气、季节欣赏花卉和植物，而且在这里，无论何时都能欣赏到色彩缤纷的美丽花卉。周边还设置了长达1千米的亭式观景回廊，即便是雨天也无须打伞，可以在回廊

里边散步边赏花。此外，观景回廊被约8000平方米的广阔庭园环绕，庭园中设有14000盏彩灯。夜晚时分，柔和灯光笼罩之下的“月光花园”如梦如幻，这里也是一处人气景点。

名所旧跡・建築

倉吉白壁土蔵群

白壁土蔵群には江戸、明治期に建てられた建物が多く残されており、今でも当時の面影を見ることができます。国重要伝統的建造物群保存地区に選定されており、玉川に架けられた石橋や、赤瓦に白い漆喰壁のコントラストが美しい風情ある町並みです。かつて造り酒屋や醤油屋として使用されていた白壁の土蔵や建物が物産館、喫茶店、ギャラリーなど様々な形で利用されており、レトロな魅力とゆっくりとした穏やかな時間を感じることができます。

名胜古迹和建筑



倉吉白壁土蔵街

白壁土蔵街上仍然保留着许多江户、明治时期所建的建筑物，如今依旧可以看出当时的风貌。该地被评选为日本重要传统建筑群保护区。玉川之上架设的石桥、对比鲜明的赤红砖瓦与苍白石灰墙，无一不是风致极佳的街景。曾经做着酿酒和卖酱油生意的白墙仓库和建筑物，如今以特产店、咖啡店、画廊等各种形式重新焕发了生机。这里充满了古拙的魅力，人们在这里能够感受到时光的沉静。

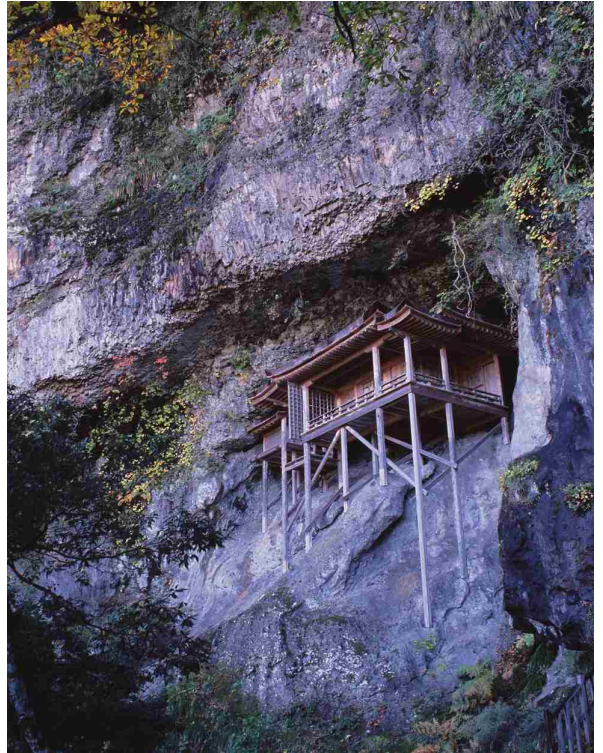


三徳山三佛寺投入堂

三徳山三佛寺は標高900 mの三徳山に境内を持つ山岳寺院です。その奥院である「投入堂」は垂直に切り立った絶壁の窪みに建てられた他に類を見ない建築物で、国宝に指定されています。屋根の軽快な反りや堂を支える長短様々な柱の構成などが美しく、建築美の観点からも優れた建物です。

三徳山三佛寺投入堂

三徳山三佛寺是设有院落的山寺，坐落于海拔900米的三徳山上。其内殿“投入堂”建在几乎垂直的陡峭悬崖的凹陷处，因其绝无仅有的独特性被指定为日本国宝级建筑物。顶檐微微上扬的弧度，以及支撑堂殿的长短不一的柱子的构造等都极具美感，仅从建筑美学的角度来看，“投入堂”也不失为一座出众的建筑。



仁風閣

明治末期に鳥取城跡に建てられた「仁風閣」は、当時の最先端技術がつまった国指定の重要文化財です。大正天皇が皇太子時代に山陰地方を訪問した際に宿泊場所として使われた当時の様子がそのまま展示

されています。世界的にも珍しい柱のないらせん階段からは、当時の建築技術の高さをうかがうことができます。桜や紅葉が美しい久松公園とともに多くの観光客が訪れる人気スポットです。

仁风阁

于明治末期建于鸟取城遗址的“仁风阁”凝聚了当时的各种先进技术，被指定为日本重要文化遗产。大正天皇在他还是皇太子时曾到访山阴地区，仁风阁便是他的行宫，如今对外展示的仁风阁保留了当时的样貌。仁风阁内没有支柱的螺旋状楼梯世间罕见，我们也能从中一窥当时高超的建筑技术。久松公园的樱花树和枫树旖旎多姿，与仁风阁一样，也是备受欢迎的观光胜地。



文化・イベント 文化和活动

鳥取砂丘パラグライダー / サンドボード体験

パラグライダーは、1人で飛ぶソロフライトと2人乗りのタンデムフライトがあり、時間や体力等に合せてコースを選択することができます。柔らかい砂の上を飛ぶため、初心者の方が挑戦するにも最適です。

また、サンドボードは砂の斜面をボードで滑り降りる新しいスポーツです。スノーボードとよく似ており、初心者から上級者までそれぞれに適した楽しみ方ができます。ボード以外の器具（ウェアやブーツなど）は不要という手軽さも魅力です。

鳥取沙丘滑翔伞游玩项目 / 沙漠冲浪体验

滑翔伞游玩项目分为一人乘坐的单人滑翔项目和二人共乘的双人滑翔项目，可根据自己的时间和体力等条件选择合适的项目。滑翔是在柔软的沙子上进行的，因此十分适合初学者挑战。此外，在这里还可以体验从沙坡上乘冲浪板滑下的新兴运动——沙漠冲浪。与滑雪类似，这是一项从新手到健将都能以适合自己的方式享受乐趣的运动。除冲浪板之外，无需任何器械（护服或护靴），这样的轻便感也是该运动的魅力所在。



ウィンタースポーツ体験

海^{うみ}の見えるゲレンデ^み「大山^{だいせん}ホワイトリゾート」は、豪^{ごう}元^{えん}山^{さん}・中^{なか}の原^{はら}・上^{うへ}の原^{はら}・大山^{だいせん}国際^{こくさい}スキー場^{じょう}という4つの大きなゲレンデ^{おお}を持つ西^{にし}日本^{にほん}最大^{さいだい}のスキー場^{じょう}です。日本^に海^{ほん}や大山^{だいせん}の絶景^{ぜっけい}を眺めながら、雪^{ゆき}質^{しつ}の良いゲレンデ^よでウィンタースポーツを楽しむことができます。そり遊び^{あそ}びなどができるちびっこゲレンデ^{じょうきゆう}から上級^{じゅうきゅう}者^{しゃ}向け^むコースまであり、どんなレベル^{ひと}の人^{まん}でも満喫^{まんきつ}できます。また、ゲレンデ^たグルメ^{じゅう}が食べられるロッジ^{じつ}も充実^{じつ}しています。



冰雪运动体验

能看到大海的“大山白色度假村”滑雪场规模为西日本之最，度假村囊括了豪元山滑雪场、中之原滑雪场、上之原滑雪场、大山国际滑雪场四大滑雪场。在这里，你可以一边欣赏日本海和大山的绝美景色，一边在雪

质极佳的滑雪场内尽情享受各项冰雪运动。从可以玩雪橇等的儿童滑雪场，到面向高级玩家的各种项目，可谓应有尽有。无关技术，每个人在这里都可以玩得非常尽兴。此外，滑雪场内的诸多美食小屋可供食客大快朵颐。



しゃんしゃん祭り

鳥取県東部地方に伝わる雨乞いの「因幡の傘踊り」をアレンジし、誰もが参加できる祭りとして変化したのが「しゃんしゃん祭り」です。温泉地である鳥取の「湯がしゃんしゃん沸く」、「鈴の音がしゃんしゃん

鳴る」という言葉に由来して「しゃんしゃん祭り」と名付けられました。毎年4000人を越える人がいっせいに華やかに傘踊りを踊る姿は圧巻です。

锵锵祭

“锵锵祭”起源于鸟取县东部地区流传的祈雨仪式“因幡之伞舞”，如今已成为一项全民参与的庆典活动。作为温泉胜地的鸟取县当地有着“泉水锵锵沸腾”

“铃声锵锵作响”的说法，“锵锵祭”的名字便是来源于此。每年四千余人一同跳起伞舞的壮观场景，可谓精彩绝伦。



おんせん 温泉 温泉

みささおんせん 三朝温泉

みささおんせん やまぶか みどりゆた おんせんきょう ゆ
三朝温泉は山深く緑豊かな温泉郷で、ここのお湯は
せ かいゆうすう がんゆうりょう ほこ せん かく
世界有数のラジウムの含有量を誇るラジウム泉です。各
りょかん うち ゆ しゅこう こ こ せいとき おお
旅館の内湯は趣向を凝らした個性的なものが多く、
みささばし み お かわら かわら ろ てんぶろ
三朝橋から見下ろす河原には「河原露天風呂」があり、
みとくがわ き にゆうよく
三徳川のせせらぎを聞きながら入浴することができます。
みとくがわ そ つづ りょかんがい まちな
三徳川に沿って続く旅館街の町並みをぶらりと散策するのも楽しみのひとつです。夏にはカジカガ
さんさく たの なつ
エルの鳴き声が旅人を迎えてくれます。





三朝温泉

被葱郁绿意环绕的三朝温泉是位于深山之中的温泉胜地，这里的温泉是以出众的含氡量而著称于世的镭泉。各旅馆内部的温泉大多经过精心设计，别具一格。从三朝桥俯瞰河滩，能看见“河滩露天浴场”，在那里，人们可以在潺潺水声中享受沐浴的快乐。三德川沿岸街道各式旅馆鳞次栉比，悠然漫步其间也不失为一桩乐事。炎夏时分，河鹿蛙清扬的鸣叫声迎接着游客的到来。

皆生温泉

弓ヶ浜半島の東端に位置し、日本海に面した白砂青松の美しい海岸線と中国地方最高峰の大山を眺めることのできる温泉地です。全国的にも珍しい海から湧く温泉で、泉質はナトリウムやカルシウム、塩化物を含む食塩泉です。観光旅館、公共の宿など約30軒が建ち並び、4000人以上が宿泊することのできる山陰地方最大の温泉地です。



皆生温泉

皆生温泉地处弓之滨半岛东部，临日本海，在此可一览沙白青松的美丽海岸线和中国地区的最高峰大山。此处的温泉是日本鲜有的海洋温泉，泉水中富含钠、钙和氯化物，属于盐泉。这里是山阴地区最大的温泉胜地，三十多座观光旅馆、公共旅馆毗邻而建，可容纳四千余人。



めいぶつ (びしょく) 名物 (美食)

名产 (美食)

まつば 松葉がに

とっとりけん だいひょう ふゆ みかく にほんかい みずあ
鳥取県を代表する冬の味覚です。日本海で水揚げさ
れる松葉がには身がぎっしりと詰まり、ぷりっとした
しよつかん じょうひん うま あじ さしみ
食感と上品な旨みを味わうことができます。刺身、
ゆ や なべ ちようりほうほう おい
茹で、焼き、鍋など、どのような調理方法でも美味し
くいただけます。鳥取県で漁獲される松葉がにのう
ち おお おも かたち いろ み い じょうけん すべ
ち、大きさ・重さ・形・色・身入りの5つの条件を全
て満たしたのものには「五輝星」というブランド名が付
けられます。2019年11月の初競り^{はつぜ}注では、史上最高額
となる500万円で落札され、ギネス世界記録に認定さ
れました。



松叶蟹

这是鸟取县冬季的代表性美食。从日本海捕捞上来的松叶蟹肉质十分紧实，口感软滑，味道绝伦。做成刺身，白灼、烧烤，或是做火锅，无论用哪种方式烹饪都非常美味。在鸟取县捕捞的松叶蟹中，大小、重量、形

状、颜色、肉质五方面全部满足一定条件的螃蟹会被冠以“五辉星”品牌。在2019年11月的首次竞拍上，该品牌以500万日元中标，这是有史以来的最高价，创造了吉尼斯世界纪录。



注：初競り^{はつぜ}，首次竞拍，指市场当天或当季的第一轮竞拍。

とっとり わ ぎゅう 鳥取和牛

鳥取県は、江戸時代から和牛の産地として良牛を受け継いできました。大自然の澄んだ空気とミネラルを豊富に含んだ伏流水に恵まれて牛たちはすくすくと育ちます。ストレスのない環境で育てられた「鳥取和牛」は、赤身と脂のバランスが絶妙です。やわらかくて、口溶けがよく、肉汁がじゅわっと広がる鳥取和牛をぜひ一度ご賞味ください。



鳥取和牛

鳥取県从江戸时代开始就是和牛的产地，优质和牛品种世代相传。得益于清新的空气和富含矿物质的地下水等自然资源，牛儿茁壮成长。鸟取和牛在这种轻松惬意的环境中成长，产出的牛肉肥瘦相间。鸟取和牛肉口感软嫩、入口即化、肥美多汁，请各位务必要品尝一次。

いわ 岩ガキ

初夏から8月にかけて、鳥取県内の磯では潜水による岩ガキ漁が行われます。一般的に「カキは冬のもの」と思われがちですが、日本海の岩ガキは夏に旬を迎えます。殻付きのまま、レモン汁をたらして食べる

と「海のミルク」といわれるにふさわしい濃厚な味が広がります。県内で採取された殻長が13 cm以上の高品質な岩ガキには「夏輝」というブランドラベルがつけられます。

花縁牡蛎

从入夏到8月间，人们会在鸟取县沿海的暗礁处进行花缘牡蛎的潜水捕捞活动。虽然大家普遍认为“牡蛎是冬天的食物”，但日本海的花缘牡蛎则是夏天才应季。不用去壳，挤上些柠檬汁，直接将牡蛎吃下，那被称为“大海的牛奶”的浓厚风味便会在口中蔓延开来。在鸟取县捕获的花缘牡蛎中，壳长超过13厘米的高品质牡蛎会被冠以“夏辉”品牌。



に じゅっせい き なし 二十世紀梨

100年を超える歴史を持つ「二十世紀」は鳥取県の特産品で、その生産量は全国一です。青梨で、そのみずみずしさと甘酸っぱさのバランスが絶妙です。熟れてくると少し黄みがかり、甘さも増します。近年は「新甘泉」「王秋」等、「二十世紀」との交配によって生まれた新品種の栽培が増えています。鳥取県内には多くの梨園があり、旬を迎える8月下旬から9月下旬には、観光農園で梨狩りを楽しむことができます。



二十世紀梨

鳥取県の特产“二十世紀”梨有着100年以上的历史，产量居日本首位。青梨酸甜多汁，风味绝佳。果实熟透后微微发黄，更加香甜。近年来，“新甘泉”“王秋”等与“二十世紀”杂交的新品种的种植数量有所增加。鸟取县内有很多梨园，八月下旬至九月下旬梨子正当季的时候，可以去观光农场体验梨子采摘的乐趣。

交通アクセス

ちゅうごく

・中国からのアクセス

シャンハイプードンこくさいくうこう よなごき たろうくうこう
上海浦东国際空港～米子鬼太郎空港

かたみち じかん ぶん げんざい うんきゅうちゅう
片道2時間20分（現在、運休中）

にほんこくない

・日本国内のアクセス

はねだくうこう とっとりさきゅう くうこう かたみち じかん ぶん
羽田空港～鳥取砂丘コナン空港 片道1時間15分

はねだくうこう よなごき たろうくうこう かたみち じかん ぶん
羽田空港～米子鬼太郎空港 片道1時間20分

おおさかえき とつとりえき とつきゅうれつしゃ かたみちやく じかん ぶん
大阪駅～鳥取駅 特急列車で片道約2時間30分

交通路线

・从中国出发的交通路线

上海浦东国际机场至米子鬼太郎机场

单程2小时20分钟（目前停航中）

・日本国内的交通路线

羽田机场至鸟取沙丘柯南机场 单程1小时15分钟

羽田机场至米子鬼太郎机场 单程1小时20分钟

大阪站至鸟取站特快列车 单程约2小时30分钟

せいさくきょうりょく にほんこくじ ちたいこくさい かきょうかい べきんじ むしょ
制作協力：日本国自治体国際化協会北京事務所（CLAIR, Beijing）
本文协助单位：日本国自治体国際化協会北京事務所（CLAIR, Beijing）