Shine on!

晴天之國・岡山



日本岡山觀光導覽

Shine on!

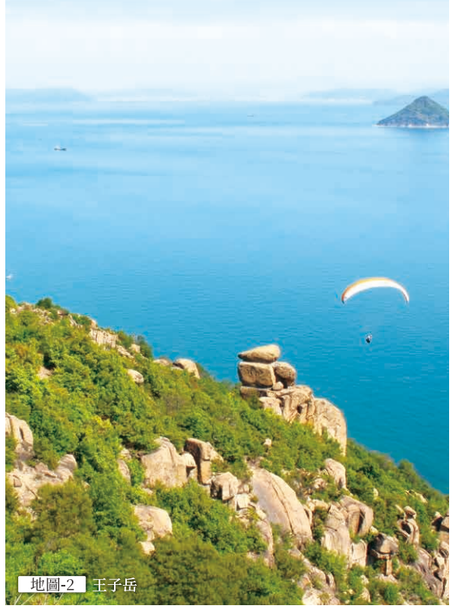
晴天之國・岡山



日本岡山觀光導覽


地圖-1 蒜山高原


地圖-3 奧津溪


地圖-2 王子岳


地圖-4 奈義町現代美術館

©1994 Reversible Destiny Foundation
Reproduced with permission of the Reversible Destiny Foundation



地圖-5 井原鐵道


地圖-9 備中松山城（雲海）


地圖-10 吹屋故鄉村


地圖-6 岡山後樂園、岡山城


地圖-7 犬島


地圖-8 旭川櫻花道

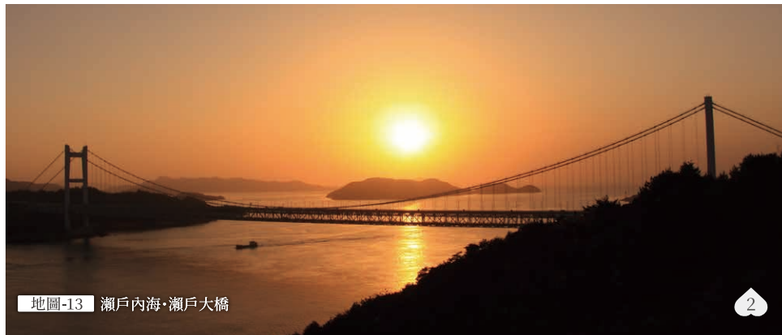
目錄

P03 特輯：盡享岡山樂趣！3天2夜推薦行程
P09 透過五官感受樂趣！體驗特輯
P11 岡山的四季與溫泉
P13 造訪桃太郎之旅
P14 藝術與文化
P15 岡山的美食與伴手禮
P17 地圖與交通

地圖-0 各觀光景點等位置請參閱P17～P18。


地圖-11 倉敷美觀地區


地圖-12 道之驛笠岡灣農場


地圖-13 瀨戶內海・瀨戶大橋

Shine on! 岡山之旅

介紹岡山縣必訪的經典行程。
推薦3天2夜行程，第三天行程依自己喜好安排。

第一天 岡山市（中心部）

10:00 岡山後樂園 1



日本三大名園之一
在米其林日本綠色指南中
獲得3星評價的日本著名庭園

興建於1687年的江戶時代，是日本具有代表性的庭園。深受岡山歷代藩主青睞，約14萬平方公尺的庭園，四季優美如畫，特別迷人，也是遊客絕對必訪的美景勝地。

一邊感受著園內景觀中的季節風情，一邊漫步其中

推薦漫步在多變的園內，在不同場所也會留下不同印象。浮在池塘中的小島和山水造景都是很值得一看的景點。春季的櫻花、夏季的竹林、秋季的紅葉、冬季的山茶花等季節性植物都非常優美迷人。





一邊感受著爽風吹拂，一邊悠悠品茶

散步閒暇之餘，在能眺望美景的茶店略作休息。推薦品嚐美味的季節茶點。



11:30 桃子船 2

乘坐可愛的桃子船在水上散步，
一邊欣賞美景一邊享用午餐

於流經岡山後樂園和岡山城間的「旭川」，體驗踩桃子船樂趣。從水上仰望岡山城，別有一番風情。在能觀賞美景的咖啡店或餐廳度過愉悅時光。





14:00 從岡山城最頂層一覽岡山市區 3

可以眺望悠悠流淌的旭川和岡山後樂園景色的展望台

岡山城的城內，是介紹岡山歷史和傳統美術品的博物館。從最頂層天守閣，則可以猶如藩主般的心情俯瞰岡山市區。



15:00 岡山城備前燒工房 備前燒手捏陶體驗 4





作為日本六古窯之一，
被登錄為日本遺產，
可親身感受備前燒的魅力

擁有約800年歷史的備前燒既不上釉，也不繪彩，是最接近日本陶器根源的簡樸陶器。使用手動「陶輪」製作世界上獨一無二屬於您的備前燒。

17:00 在餐廳喝上一杯幸福之酒 5

品嚐醇厚美味料理，
享受緩解旅途疲勞之時光

在JR岡山站周邊有很多家日式、西式、中式等餐飲店，提供使用岡山產的新鮮食材製作的風味各異的美味料理。還有不少餐廳在吃飯的同時，可以品嚐岡山地酒和精釀啤酒。

享受美食之樂趣！
JR岡山站前
餐廳一覽









9:30 身穿和服漫遊倉敷美觀地區 6

漫步於擁有約400年歷史的傳統街道

保有白壁倉庫和木造商家住宅等，能感受日本文化氣息的歷史街道，吸引了世界各地遊客慕名而來。在這裡可以租借和服，拍攝宛如動畫和電影中場景的照片。

11:00 品嚐滿滿水果的美味聖代 7

品嚐當季岡山縣產高級水果

岡山縣是日本屈指可數的水果產地。奢享產地才能品嚐到使用新鮮優質水果做成的美味聖代。菜單隨季節變換，多次重遊都能享受不同美味之樂趣。



- 水果
- 甜點琳瑯滿目！

咖啡店一覽



15:00 GREENable HIRUZEN 8

由世界著名建築師隈研吾先生設計作為永續發展理念的地標

由建築師隈研吾先生設計。在2020年東京奧運會時使用真庭產木材所建造的紀念建築物解體後，重建搬遷而來的木造CLT展示館「風之葉」，很值得一看。並設觀光導覽所和博物館，已成為致力於該地區可持續發展的象徵性建築物。

16:00 蒜山娟姍觀光牧場 9

悠然眺望這座娟姍牛飼養頭數日本第一的蒜山高原之自然美景

可以近距離觀看在雄偉的「蒜山三座」的山麓放牧的娟姍牛，還可體驗擠牛奶和製作乳製品的樂趣。在並設的餐廳與商店可以品嚐娟姍牛肉和乳製品。

在產地品嚐濃郁奢華美味的娟姍乳製品

新鮮的蒜山娟姍牛奶直接喝也非常美味可口，還可以品嚐起司、優格、甜點等乳製品。特別是霜淇淋更是美味絕品，不可錯過。





享受當地美味之樂趣

推薦美食

蒜山炒麵

蒜山地區的知名美食炒麵

很早以前就傳入蒜山高原的當地麵條。滿載味濃鮮美的老母雞肉和蒜山高原產高麗菜。使用秘傳的「味噌醬汁」調味而成的濃郁甜辣之風味會讓人上癮。



蒜山葡萄酒廠

用日本原生「山葡萄」釀製的夢幻葡萄酒

採用在蒜山高原培育的「山葡萄」釀製「蒜山葡萄酒」的釀酒廠。還並設可以透過試飲尋找適合自己口味的葡萄酒的商店和享受美食愉悅的咖啡廳。



第三天

更深度地感受岡山樂趣

提供適合您喜好的旅遊 方案

岡山縣有很多傳述當地歷史的文化景點和令人嘆為觀止的絕美景色等，
魅力無窮而讓人陶醉於其中。
因此第三天的方案，向您介紹可選擇不同主題的「A路線」和「B路線」。
挑選觸發您感性那面的景點，享受屬於自己的獨創行程之樂趣。

A路線 感受歷史與美食的樂趣

高梁市 ▶ 矢掛町或總社市

吹屋故鄉村 10

傳述江戶時代的繁榮歷史之地。

吹屋從江戶時代到明治時代(1600～1800年代)一直享有鐵紅顏料「弁柄(氧化鐵紅)」日本第一生產量的美譽，也是西日本屈指可數「銅」的生產地而繁榮一時的山間小鎮。沿著古老街道是一排排由紅褐色的石州瓦和塗有鐵紅漆的格子門協調統一而成的建築風格之城鎮房屋，形成了美麗且獨一無二的街道景觀。已被指定為國家的重要傳統建築物群保存地區。





復古巴士

期間限定運行的1950～1960年代製的復古巴士。免費搭乘。



舊吹屋小學

於1900～1909年建成，直到2012年學校關閉之前，一直是「日本最古老的現役木造校舍」。現在，作為傳遞吹屋的歷史和文化的重要觀光設施。

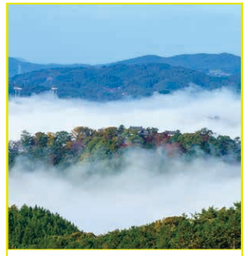
備中松山城 11

現存天守的唯一山城。漂浮在雲海中的城堡，夢幻般的美景。

即使找遍日本全國也只有這座是唯一現存天守的「山城」。1683年，由備中松山藩主花費約3年時間修築的天守至今仍保留著當時的原貌。現在作為城主的貓享譽盛名，與貓城主三十郎的紀念合影也廣受喜愛。







雲海

雲海是一種雲霧繚繞於群山之間，宛如大海波濤般的自然景象。在備中松山城周邊，每逢9月下旬～4月上旬的晴朗清晨的能見度較高。

照片提供：高梁市觀光協會

採果體驗 12

體驗產地才能品嚐到當季的美味。

水車的故鄉Fruit Topia (矢掛町)

在鬱鬱蔥蔥的綠色農園裡，您可以享受採摘當季水果和挖掘紅薯等採收體驗的樂趣。春季可體驗採草莓，夏季到秋季則是採梨和採葡萄等。

農丸園藝 吉備路農園 (總社市)

中國與四國地區最大規模的綜合觀光農園。每年約有4萬人前來採草莓，可謂人氣爆棚。使用農園採來的新鮮草莓製成的霜淇淋等甜點深受好評。



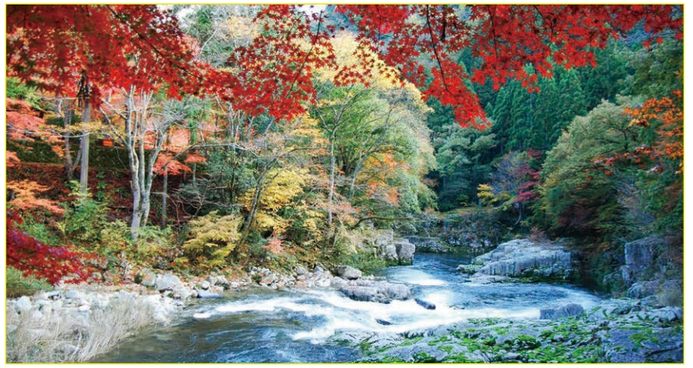
B路線 感受美麗自然與歷史氣息的樂趣

鏡野町 ▶ 津山市

奧津溪 13

長約3公里，四季變化豐富的溪谷美景。

名勝「奧津溪」以西日本地區的紅葉名勝而聞名，春季的玉蘭和杜鵑花，夏季的新枝綠葉也都很美。周邊還有不少溫泉設施。



秋季的紅葉(10月下旬～11月中旬)

津山城[鶴山公園] 14

壯觀的石牆聳立而成的堅固要塞。

從1604年起花費了13年的歲月完成的平山城。1873年，因明治政府頒布的廢城令而被拆毀，2005年完成了備中櫓的復原。春季約1,000棵櫻花樹競相爭艷，秋季的紅葉美景令人叫絕。在最佳觀賞期間還舉行燈光秀。



春季的櫻花(3月下旬～4月中旬)



津山牛肥腸炒烏龍麵

自古以來傳至津山地區的當地烏龍麵。從牛肥腸肉中滲出絕妙美味和甜辣自製醬汁，與烏龍麵搭配可謂絕品。

城東街道保存地區 15

[重要傳統建築物群保存地區]

町家林立，至今還保留著濃厚的古時城下町風貌。

至今還保留著濃厚的江戶時代城下町風貌之地區。具備功能和美觀的「海鼠牆」和「格子凸窗」很值得一看。這裡也以研究西洋學術的宇田川榕菴的故鄉聞名，他創造了「珈琲」的漢字。這邊還能品嚐以其名字為命名的咖啡更是別有趣味性。



享受搭乘觀光列車之樂趣。



SAKU美SAKU楽

遊覽岡山縣北地區，感受美景之旅。

行駛於JR津山線的岡山站～津山站之間的觀光列車。不僅有車上服務員介紹沿線風光和車內售賣外，還售賣特製便當和甜點套餐(需要另外預約)。



經典路線圖

在日本著名水果產地體驗採收當季水果的樂趣，以及日本最古老級的陶器「備前燒」的陶藝體驗，還有製作聞名世界的牛仔褲體驗、欣賞國立公園的豐富自然美景等，在岡山縣還有很多魅力無窮的遊樂設施。

Shine on! 體驗



照片提供：Banbi Hsu

採果體驗

白桃、葡萄、草莓

氣候溫暖的岡山縣，是一個擁有白桃、葡萄、草莓等優質水果的寶庫。推薦您去感受一下「採果」的樂趣，品嚐剛採下的美味水果，是只有在產地才能享受的特別體驗。

採白桃

採葡萄

採草莓



由於水果採收的時期不同，請事先確認時間！

騎自行車周遊

少雨、海拔高低差小，是一條非常舒適的岡山縣的騎自行車周遊路線。而且岡山各地的出租自行車店比比皆是，可以隨時租借。您在騎行中可以一邊感受水邊和高原微風的吹拂，一邊盡情享受無拘無束的自行車之旅的樂趣。



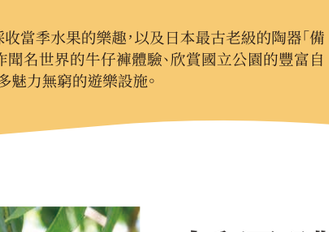
岡山設有許多從初階到高階的騎自行車周遊路線。可挑選一條最適合自己的周遊路線。



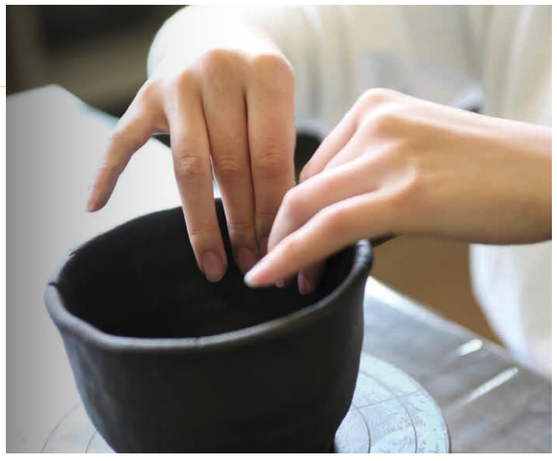
陶藝體驗

「日本六古窯」之一的備前燒擁有約800年的歷史。不上釉，也不繪彩，因黏土的性質和溫度燒成的作品亦不盡相同，除了結實外，而且越用越能感受其中之深蘊，這也是它的魅力所在。由經驗豐富的師傅們認真傳授，誰都能輕鬆的體驗製作備前燒的樂趣。





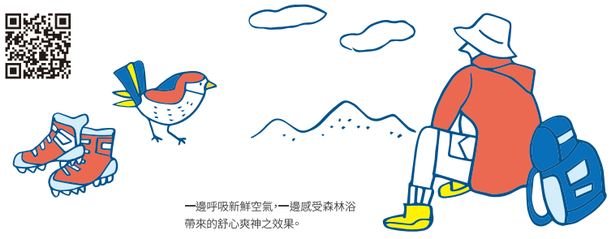
利用窯火強弱變化而成的圖案每一個都不一樣。只有自己製作的作品才是最適合的旅行回憶。





健行

四周綠葉繁茂、流水潺潺聲，小鳥鳴叫聲等豐富自然環境。在岡山有很多可以眺望美麗群山，並根據時間和體力享受健行樂趣的景點。還提供可與當地嚮導一起徒步遊覽眺望極佳的登山之路的旅行方案。



一邊呼吸新鮮空氣，一邊感受森林浴帶來的舒心爽神之效果。



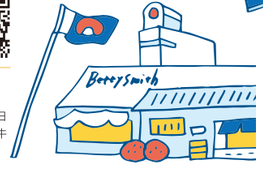
牛仔褲製作體驗

兒島牛仔褲

倉敷市兒島是日本產牛仔褲的發源地。在牛仔褲廠商「貝蒂史密斯（Betty Smith）」等工房可以體驗如何釘鉚釘和靛藍染色等。

地圖-14

貝蒂史密斯
牛仔褲
博物館



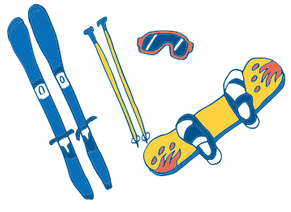
在牛仔褲資料館，您可以瞭解日本牛仔褲的歷史和生產技術等牛仔褲的來龍去脈。



製作一條世界上獨一無二的訂製牛仔褲！

雪上活動

岡山的冬季主要集中在縣北，這裡的滑雪、單板滑雪、摩托雪橇、雪地徒步等雪上活動都廣受好評。享受穿越雪原的快感和在寧靜中的舒神療癒等的一片銀色世界中的遊玩體驗與日常截然不同的情趣。





租借用品相當豐富齊全，空手前來就可以享受雪上活動的樂趣。從簡單的玩雪到正規的滑雪道，玩樂方式多樣化。



介紹岡山四季不同的魅力風光和觀光景點，以及西日本地區以濃厚風情著名的溫泉勝地。

Shine on! 季節



春季



地圖-15 津山城[鶴山公園]



地圖-16 凱旋櫻花道

岡山有許多賞櫻名勝。像是有約1,000棵櫻花樹猶如雲海般壯麗的「津山城（鶴山公園）」、歷史街道和美麗的櫻花隧道「凱旋櫻花道」等被選入日本櫻花名勝百選的景點，很值得一看。

夏季



地圖-17 牛窗海上獨木舟



地圖-18 西川綠道公園

夏季，在美麗的大海和河川享受水上娛樂活動的樂趣。還可以租借夏季「浴衣」，穿著它漫步在燈光璀璨的街道上，一定會成為一段難忘的回憶。

秋季



地圖-19 宇甘溪



地圖-20 特別古跡 舊閑谷學校

紅葉美如畫的秋季岡山。許多賞風景點會舉行夜間點燈，可以欣賞與白天截然不同的夢幻般的風景。

冬季

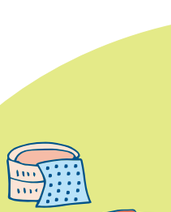


地圖-1 蒜山高原



地圖-21 GREENable HIRUZEN

冬季可看的景點莫過於縣北的雪景。可以根據自己喜好選擇正式的雪上活動或一般雪地遊戲。一邊欣賞雪景的同時，一邊泡露天溫泉更是別有一番風情。





溫泉

美作三湯

讓身心靈都感到舒暢的療癒之旅！

岡山縣北部擁有「湯原溫泉」、「奧津溫泉」、「湯鄉溫泉」並稱為「美作三湯」溫泉，是西日本有數的聞名溫泉地區。以擁有出色的療效和豐富溫泉量為療癒據點，去滿載大自然恩惠的岡山縣北部體驗療癒之旅的樂趣！



湯原溫泉 地圖-22

以入選日本露天溫泉排行榜西部橫綱（榜首）而聞名的「砂湯」為代表的溫泉街。可在豐饒的大自然中，盡情享受從河床中噴湧出來的觸感光滑的溫泉浴之樂趣。



奧津溫泉 地圖-23

附近有以紅葉名所而聞名的奧津溪，是一個幽靜的山間溫泉。泉質為鹼性溫泉，具有很好的美膚效果。美膚湯的特點是觸感黏稠柔滑，而且能讓肌膚變得潤澤光滑。



湯鄉溫泉 地圖-24

傳說是一隻受傷白鷺治癒腿傷時發現的這個擁有約1,200年以上歷史的古老溫泉。因其觸感潤澤舒爽，泡溫泉後皮膚表面清爽，肌膚深層潤澤，享有美人溫泉之稱。

日本第一的英雄！造訪桃太郎之旅



「桃太郎」是在日本耳熟能詳的傳說故事之一。
講述誕生於桃子中的男孩和家臣們一起打退妖怪的傳說故事。
岡山縣也是桃太郎傳說的起源地，還有很多與桃太郎有關連的景點。
透過岡山之旅，去造訪各種形式的桃太郎。

祀奉桃太郎故事中原型的吉備津彥命的神社



吉備津神社 地圖-25

被指定為國寶的正殿，在日本國內也只有在吉備津神社可以看到的特殊建築風格的結構。透過稱之為鳴釜神事的釜鳴響的聲音來占卜吉凶。



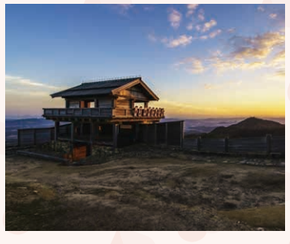
吉備津彥神社 地圖-26

傳統的神社建築與蔥綠樹木形成一體的壯觀華美之氛圍。正殿是縣指定的重要文化財產，也是一個作為神明降臨而被敬奉的能量景點。



陶器製的桃子
御神籤廣受好評。

桃太郎消滅魔鬼的傳說舞台



鬼城 地圖-27

傳說故事『桃太郎』的原型的『溫羅傳說』起源地。作為溫羅的據點，古代山城的鬼城建於海拔約400公尺的鬼城山山頂一帶，周圍用土牆和石牆圍成。還修建了徒步路線，可以觀賞到壯麗的絕景。

傳說故事中的關鍵「吉備糰子」



桃太郎將狗、猴子、雉雞收牠們為家臣的秘訣就是「吉備糰子」。吉備糰子作為岡山最知名的和菓子至今人氣不衰，有各種風味的吉備糰子，例如巧克力、麝香葡萄等，各種包裝款式繁多。歡迎挑選適合自己口味的吉備糰子。

岡山的一大活動



溫羅舞

根據「溫羅」的傳說為原型，在岡山市舉行的夏日祭典是一大重要活動。其特色是舞者在臉上化裝成魔鬼模樣。最後觀眾也一起加入起舞的場景，氣勢格外壯觀。

可以親身體驗傳說故事「桃太郎」的樂趣。



桃太郎機關博物館 地圖-28

館內有錦畫和歷史資料、可以欣賞傳說故事桃太郎動畫電影的「小劇場」、魔鬼會跳出來的「洞窟探險」、大家都能共同享樂的「錯覺機關」等，充滿了讓孩子們喜愛的機關。

在岡山還有很多其他與「桃太郎」傳說有關的景點！

讓我們不妨去街上尋找一下吧！







觸動心靈色彩的藝術

犬島和直島

犬島 地圖-7
直島 地圖-29

設在岡山市唯一的有人島・犬島上的犬島精鍊所美術館，是一座保存和修復約100年前的煉銅廠遺構的美術館。在村莊中展開的犬島「家屋計劃」是對外開放日本國內外藝術家的作品。而且，從交通便捷的宇野港前往作為現代藝術聖地且享有世界人氣的直島也非常便利。



草間彌生「紅南瓜」
2006年直島宮浦港綠地
攝影／青地 大輔



宇野港周邊藝術作品場地 地圖-31

瀨戶內國際藝術節的會場之一。「宇野的黑鯛」為首，許多極富個性的藝術作品，點綴著作為瀨戶內海島嶼重要出入門戶的宇野港。



「宇野的黑鯛」Yodogawa Technique

奈義町現代美術館 地圖-4

這是世界第一座將作品與整體空間做結合，使作品與建築物成為半永久性的一體化公共建築的美術館。在圓筒形的展示室「太陽」展出了日本具有代表性的現代美術家荒川修作和Madeline Gins的作品，可以在傾斜的不可思議空間中欣賞。



©1994 Reversible Destiny Foundation.
Reproduced with permission of
the Reversible Destiny Foundation

大原美術館 地圖-30

位處倉敷美觀地區的中心，日本第一座常設展示以西洋美術為主的私立美術館。該館收藏了莫奈、畢加索等世界著名畫家的名畫，以及日本國內外作品約3,000件。



繪畫提供：大原美術館

艾爾・葛雷柯的《聖母領報》



岡山傳統文化的魅力



備前燒

作為日本六古窯之一，擁有約有800年傳統的備前燒。是一種既不上釉，也不繪彩的簡樸陶器。手工製作充滿著韻味深長之魅力，越使用就越能增添其風味及韻味。



特別古跡 舊閑谷學校 地圖-20

由岡山藩主池田光政創辦，是世界最古老的庶民教育學校。屋頂瓦片使用備前燒，至今還保存著如國寶級講堂，以及許多其他國家指定的重要文化財產，2015年被認定為日本遺產第1號。



備前長船刀劍博物館 地圖-32

鎌倉時代（十二世紀左右）以來，作為日本刀一大產地繁榮一時的長船地區。刀劍專門的博物館在日本國內也實屬罕見。並設鍛刀場和工房。可以親眼觀看刀匠的傳統技術，聽刀匠講解。

受到溫暖氣候培育的水果、在日本屈指可數的著名漁場瀨戶內海的魚貝類、榮獲當地美食日本第一的鄉土料理，是必吃美食。岡山的酒米「雄町米」的酒、傳統點心、雜貨等，作為伴手禮也廣受好評。

Shine on! 美食與伴手禮

水果聖代

岡山一年四季都可以採收鮮美香甜的水果。將這些水果充分使用製作成果凍、慕斯、義式冰淇淋等，並經過精美擺飾，發到社群媒體上絕對引人注目!



千屋牛



「千屋牛」是日本國內和牛品牌「松坂牛」、「近江牛」、「神戶牛」的始祖。在傳承江戶時代的歷史和傳統，並經過反復改良而成的最高等級的牛肉，適度的油花和柔嫩紅肉是其特徵。味道鮮美口感柔嫩，可謂絕品。





笠岡拉麵

源自養雞業興盛的地方文化中誕生的笠岡當地拉麵。在雞骨高湯醬油口味清湯中放上有彈牙的燉雞做成的叉燒美味可口。





牛肉醬汁炸豬排丼

淋在高麗菜和炸豬排上的甜味牛肉醬汁是美味的關鍵。醬汁的味道也會因各店舖的做法而不同。

岡山散壽司

將醋漬沙丁魚和土魠魚以及四季的山珍海味拌上佐料，並配上大量各類食材置於醋飯上的色彩鮮艷之經典鄉土料理。



津山牛肥腸炒烏龍麵

從牛肥腸肉中滲出的獨特美味和自製醬汁，與烏龍麵是絕佳搭配。





日生牡蠣什錦燒

鋪滿了蒸烤過後顆粒飽滿味道濃厚的牡蠣，是日生當地的什錦燒。可享受品嚐含有豐富瀨戶內海的礦物質的多汁牡蠣風味。



美咲生雞蛋拌飯

使用當地產新鮮白米所煮成的飯，搭配新鮮雞蛋和特製醬油拌飯吃，簡單美味。請您一定要品嚐新鮮生雞蛋的風味。



日本酒

岡山溫暖的氣候和豐饒土壤孕育出的「好水」、「好米」、「好技術」滿足三個條件的釀酒之地。其中的酒米「雄町米」作為最高品質的酒造好適米（原料）而聞名，使用的釀造酒在日本國內外深得好評。



伴手禮

在擁有溫暖的氣候、豐饒自然的岡山所培育原料。將只有岡山才有的商品作為伴手禮帶回去贈送親友。

地圖-33
晴天之國岡山館

食品



吉備糰子



大手饅頭



群雀餅



水果製成的點心



當地啤酒

雜貨



mt紙膠帶



牛仔雜貨



榻榻米邊緣(疊緣)



備前燒（桃玉）



倉敷帆布



岡山
地區地圖



交通指南



羽田機場	搭乘電車約30分鐘	東京	搭乘新幹線約3小時9分鐘	岡山
關西國際機場	搭乘電車約1小時15分鐘	京都	搭乘新幹線約1小時	
	搭乘電車約50分鐘	新大阪	搭乘新幹線約44分鐘	
		姬路	搭乘新幹線約19分鐘	
高松機場	搭乘巴士約45分鐘	高松	搭乘電車約52分鐘	
廣島機場	搭乘巴士約45分鐘	廣島	搭乘新幹線約34分鐘	
福岡機場	搭乘電車約5分鐘	博多	搭乘新幹線約1小時37分鐘	

※表示的時間為大約時間。

交通資訊 [鐵道、高速公路通票、住宿]

鐵道
JR西日本

高速公路通票
NEXCO西日本

住宿

岡山縣產業勞働部觀光課

郵遞區號700-8570
岡山市北區內山下2-4-6
電話：086-226-7383 傳真：086-224-2130
電子郵件：kanko@pref.okayama.lg.jp

岡山縣官方觀光導覽網站

Facebook

※本導覽手冊上登載的內容可能會有變更。
出發前請事先確認。
※照片和插圖全部為形象圖。與實物可能存在差異。