

# 和歌山的交通指南



4月至11月運行於高野山與龍神溫泉之間的巴士

## 電車

- JR新幹線
- JR線
- 南海電氣鐵道
- 和歌山電鐵

## 巴士

- 和歌山巴士
- 南海林間巴士
- 龍神巴士
- 熊野巴士
- 明光巴士
- 奈良交通

## 乘電車旅行

關西廣域鐵路周遊券	5天內有效	<a href="https://www.westjr.co.jp/global/tc/ticket/pass/kansai_wide/">https://www.westjr.co.jp/global/tc/ticket/pass/kansai_wide/</a>
伊勢、熊野、和歌山地區周遊券	5天內有效	<a href="http://touristpass.jp/zh-tw/ise_kumano/">http://touristpass.jp/zh-tw/ise_kumano/</a>
關西周遊卡	2天內有效	<a href="http://www.surutto.com/tickets/kansai_thru_hantaiji.html">http://www.surutto.com/tickets/kansai_thru_hantaiji.html</a>
關西統一周遊券 (附帶優惠的IC卡型乘車券)	可供加值	<a href="https://kansaioneppass.com/tw/">https://kansaioneppass.com/tw/</a>

## 乘飛機旅行

從羽田機場 (東京) 至關西國際機場 (KIX)	1小時15分鐘	<a href="http://www.haneda-airport.jp/tw/">http://www.haneda-airport.jp/tw/</a>
從羽田機場 (東京) 至南紀白濱機場	1小時20分鐘	<a href="https://visitwakayama.jp/plan-your-trip/shirahama-airport/">https://visitwakayama.jp/plan-your-trip/shirahama-airport/</a>
日航日本探索周遊券 (使用此張票券, 日本航空將提供國內線的優惠價格)		<a href="http://www.tw.jal.co.jp/world/zhtw/japan_explorer_pass/tw/">http://www.tw.jal.co.jp/world/zhtw/japan_explorer_pass/tw/</a>

## 乘巴士旅行

從關西國際機場 (KIX) 至和歌山	利木津巴士	50分鐘	<a href="https://www.kansai-airport.or.jp/tw/touristinfo/wakayama.html">https://www.kansai-airport.or.jp/tw/touristinfo/wakayama.html</a>
從京都至白濱	高速巴士	4小時	<a href="https://visitwakayama.jp/itineraries/meiko-bus-osaka-kyoto/">https://visitwakayama.jp/itineraries/meiko-bus-osaka-kyoto/</a>
從大阪至白濱	高速巴士	3小時30分鐘	<a href="https://visitwakayama.jp/itineraries/meiko-bus-osaka-kyoto/">https://visitwakayama.jp/itineraries/meiko-bus-osaka-kyoto/</a>
從東京至白濱	高速巴士	12小時	<a href="https://visitwakayama.jp/itineraries/meiko-bus-tokyo/">https://visitwakayama.jp/itineraries/meiko-bus-tokyo/</a>
從高野山至熊野 (從4月1日至11月30日每日運行)	高野山&熊野聖地巡禮公車	4小時30分鐘	<a href="https://visitwakayama.jp/good-to-know/koyasan-kumano-bus/">https://visitwakayama.jp/good-to-know/koyasan-kumano-bus/</a>

## 自駕旅行

Times租車	<a href="https://www.timescar-rental.hk/">https://www.timescar-rental.hk/</a>	日產租車	<a href="https://nissan-rentacar.com/tc/">https://nissan-rentacar.com/tc/</a>
TOYOTA租車	<a href="https://rent.toyota.co.jp/zh-tw/">https://rent.toyota.co.jp/zh-tw/</a>	ORIX租車	<a href="https://car.orix.co.jp/tw/">https://car.orix.co.jp/tw/</a>
NIPPON RENT-A-CAR	<a href="https://www.nrgroup-global.com/tw/">https://www.nrgroup-global.com/tw/</a>		

和歌山官方旅遊指南

**Visitwakayama.jp**



Tourism Division, Wakayama Prefectural Government  
1-1 Komatsubara-dori, Wakayama C 640-8585, JAPAN TEL. +81-73-441-2788 URL <https://visitwakayama.jp> E-mail [e0625001@pref.wakayama.lg.jp](mailto:e0625001@pref.wakayama.lg.jp)

# 和歌山

多重享樂，盡在和歌山





# 和歌山在哪兒？

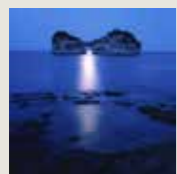
和歌山位於關西地區的紀伊半島上，從大阪站搭電車 1 個小時，從關西機場 (KIX) 45 分鐘，即可抵達縣政府所在地的和歌山市。和歌山的內陸地區蜿蜒綿互著紀伊山地，高山森林內有世界遺產的紀伊山地靈場及參拜道、佛教聖地高野山，莊嚴的寺院、古老的神社點綴其間，是日本人心靈的故鄉。和歌山面臨太平洋，海岸線長達 600 公里，擁有世界級的海灘、鬼斧神工的自然景觀及溫泉度假飯店。

和歌山的气温

春	9°C-19°C
夏	22°C-30°C
秋	13°C-24°C
冬	5°C-10°C



## 目錄



P.01-02  
**自然**  
和歌山的自然名勝，包括許多岩石形成的奇景



P.03-04  
**觀光景點**  
此縣數一數二的好去處



P.05-06  
**溫泉**  
感受溫泉療效最讚的泡湯景點，了解一些方便實用的入浴訣竅



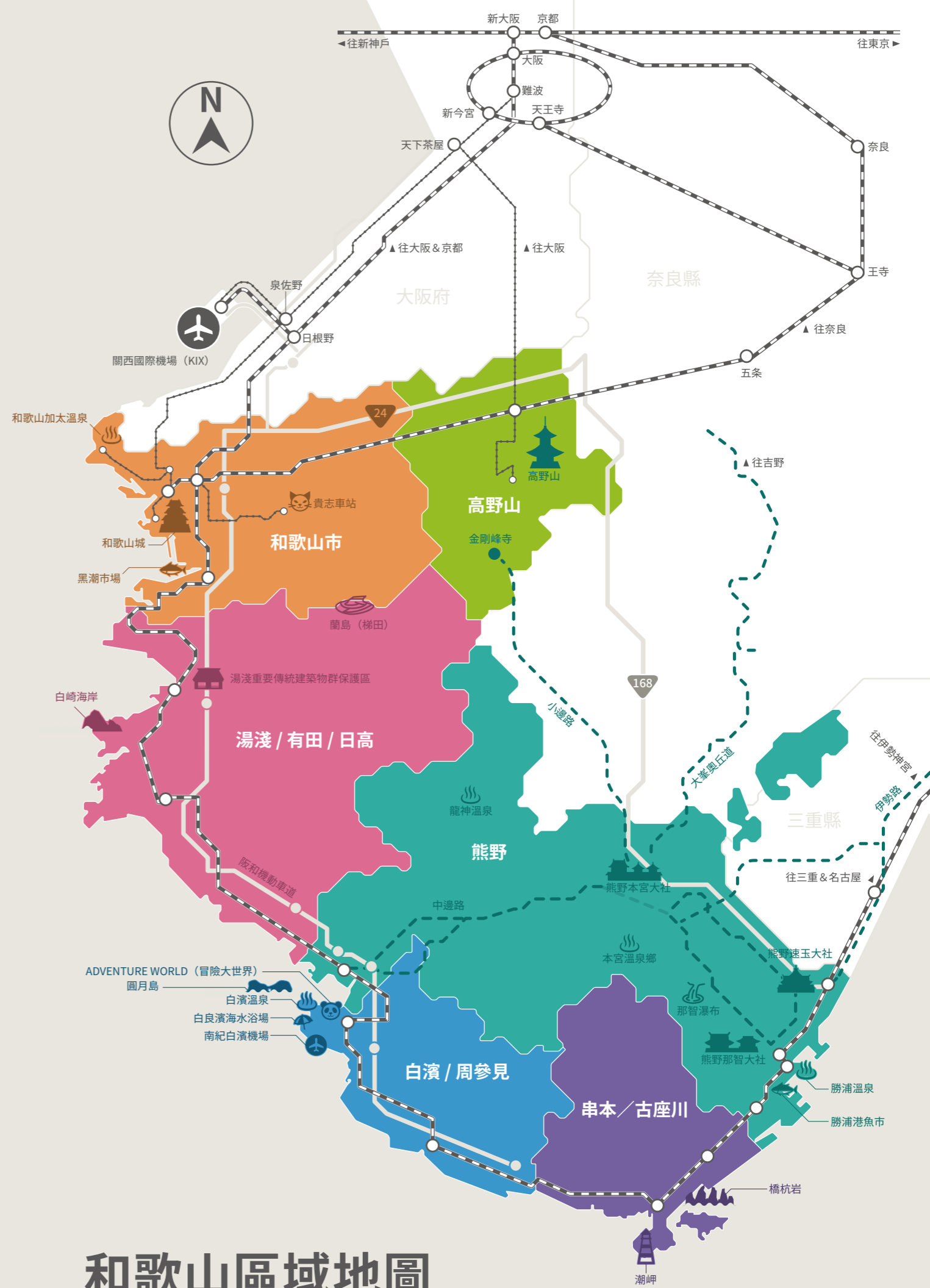
P.07-08  
**熊野古道**  
古老的參拜道引領人們前往宗教心靈聖地



P.09-10  
**高野山**  
位於紀伊山地居高臨下的山頂宗教寺院群



P.11-12  
**美食&休閒活動**  
品嚐和歌山的絕佳美食，體驗傳統風情及戶外活動







# 自然

紺碧的海洋，清澈的河川，鬼斧神工的自然，梯田



白濱 / 周參見

## 1 圓月島

經過數個世紀的海浪侵蝕，讓這座岩石小島形成一座拱門，喜歡拍照的人們在日落時聚集於此，捕捉夕陽落入拱門海蝕洞圓弧之中的綺麗景色。

白濱 / 周參見

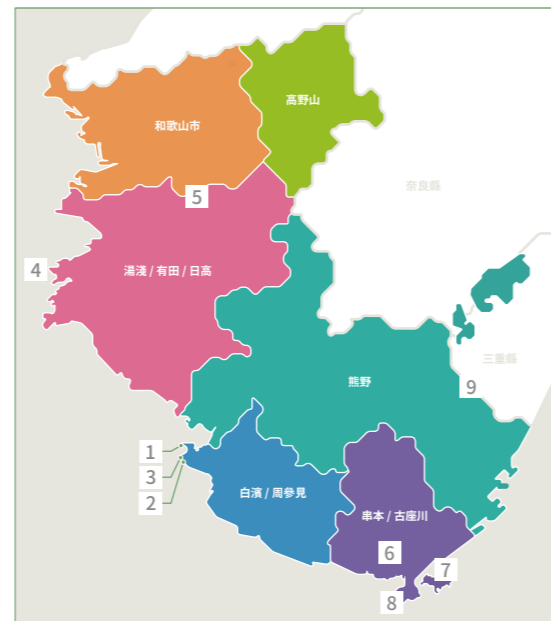
## 2 三段壁

鳥瞰海浪陣陣拍打著 50 公尺高的懸崖，然後搭乘電梯至三段壁洞窟，觀賞傳說平安時代（西元 714-1185 年）海盜們所藏身的洞窟。

白濱 / 周參見

## 3 千疊敷

踏著有如「一千張榻榻米」般的岩層海岸看海賞景。「千疊敷」名稱的由來，就因海浪侵蝕出狀大獨特的地景觀，彷彿是日本傳統房間內鋪設的榻榻米。



湯淺 / 有田 / 日高

## 4 白崎海岸

白崎海岸綿延著數百萬年時間形成的白亞石灰岩海岸，與蔚藍的太平洋形成夢幻般的景色，享有「日本的愛琴海」之稱。你可開車或騎單車前來，並在白崎海洋公園從事潛水等海洋活動。

湯淺 / 有田 / 日高

## 5 蘭島 (梯田)

階梯狀的扇形梯田是愛好攝影人士的最愛，他們來此捕捉梯田隨著四季更迭的多樣面貌，設有展望區可取景。

串本 / 古座川

## 6 一枚岩

高約 100 公尺、寬 500 公尺的巨大岩石聳立於古座川左岸，是數百萬年前的火山活動所形成，清澈的古座川是玩皮艇的好去處。

串本 / 古座川

## 7 橋杭岩

矗立於海上的岩柱除了形狀獨特，亦與和歌山的神話傳說有關，尤其在黃昏時分，它們彷彿超脫世俗，散發一股神祕的氛圍。

串本 / 古座川

## 8 潮岬

潮岬是本州的最南端，參觀已有 120 年歷史的燈塔，一覽太平洋柔和的弧線無盡延伸在眼前，你可在這裡感覺到地球是圓的。燈塔前有一片面海的寬闊草坪可散步。

熊野

## 9 瀨峽

瀨峽是熊野川支流上的峽谷，長達 31 里，兩岸峭壁聳立、奇石巨岩連成一片，搭乘觀光遊船是悠閒欣賞溪谷之美的最佳選擇。





# 觀光景點

傳統小鎮、懷舊港口、清淨海灘以及熊貓



白濱

## 1 白良濱海水浴場

令人驚嘆的清澈海水、一望無際的白沙，白良濱海灘是極具人氣的夏季景點，在國際享有盛譽，並與夏威夷的威基基締結為友好（姊妹）海灘。

白濱

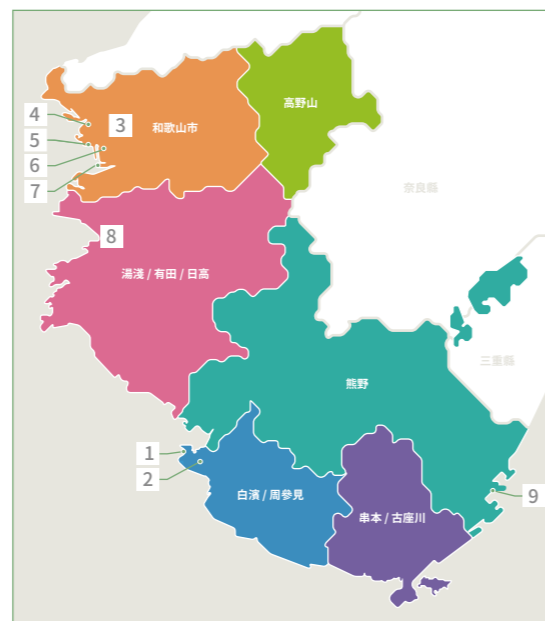
## 2 ADVENTURE WORLD (冒險大世界)

探索此座廣大的野生公園，其中包含一座動物園、水族館及遊樂園；您可在園區內悠閒漫步，並且造訪其中的魅力星寵—日本最大的熊貓家族。

和歌山市

## 3 貴志車站

搭乘電車前往貴志站，拜訪貓站長小玉二世，以及由名設計師水戶岡銳治設計，世界唯一的檜皮葺屋頂、貓臉造型車站。



由水戶岡銳治及他領導的 DON DESIGN 研究所設計



和歌山市

## 4 和歌山城

日本 100 名城之一，座落在俯瞰和歌山市的虎伏山山頂上，濱漫步城區、探索城堡內部，感受白牆的天守閣宏偉氣勢。

和歌山市

## 5 和歌浦灣

和歌浦灣的周邊地區長期以來都是作家和詩人們的靈感來源，和歌山遊艇城這座複合式娛樂休憩園區則在海灣的邊緣地帶。

和歌山市

## 6 紀三井寺

爬 231 道階梯而上，造訪這座古老的寺院，由於其位在山上較高的位置，能讓您一望和歌浦灣的絕佳景色，寺院境內並以數百棵較早盛開的櫻花樹而聞名。

和歌山市

## 7 黑潮市場

在這充滿活力的市場周邊閒逛，品嚐一系列和歌山的當地美食，包括非常新鮮的魚類料理。此外，每天有二場鮪魚解體秀，敬請把握機會觀賞。

湯淺 / 有田 / 日高

## 8 湯淺重要傳統建築物群保護區

漫步在這座古樸的小鎮，其木造結構的建築歷史可追溯到江戶時代（西元 1603-1867 年）。其中有些建築亦用於釀造此鎮的名產—醬油。

熊野

## 9 勝浦港魚市

這座港口位於半島的最底端，以新鮮的漁貨及其鮪魚的捕獲量為全日本最大而聞名。早點起床參與熱鬧的魚市拍賣盛會吧！





# 溫泉

和歌山的許多溫泉皆由泉源持續湧出的滾燙熱水所直接供應的。



白濱

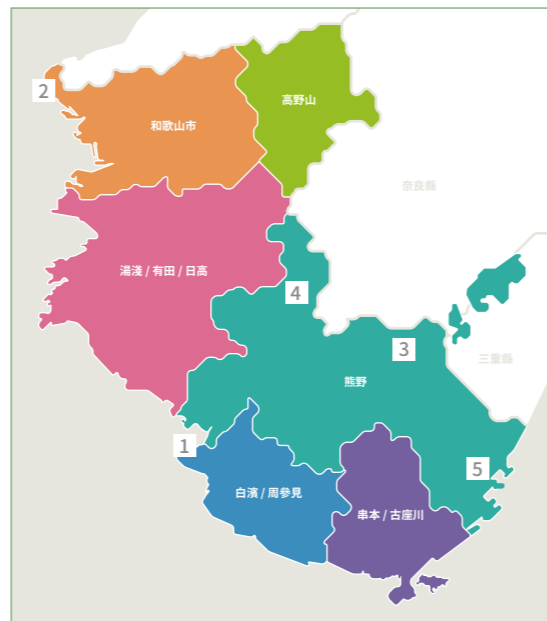
## 1 白濱溫泉

白濱溫泉鄉是日本三大古湯、三大溫泉地之一，在林立的溫泉旅館內可體驗各種療效的溫泉，瀕臨著太平洋的「崎之湯」浪花直湧到浴槽邊緣，你可聽著波浪拍打岩石的聲音泡湯，真是絕無僅有！

和歌山市

## 2 和歌山加太溫泉

溫泉度假飯店可以遠眺風景如畫的加太灣，在露天溫泉浴池泡湯，觀賞夕陽西下美景，眺望位於遠處的友島。



熊野

## 3 本宮溫泉鄉

本宮溫泉鄉由川湯、渡瀨、湯之峰三處溫泉組成，著名的湯之峰的壺湯是僅容兩人的岩湯、千人之湯是川湯同時可讓千人入浴，不僅歷史悠久而且非常具有特色。

熊野

## 4 龍神溫泉

座落於紀伊山地深處，是日本知名的三大美人湯之一，以泉質含有碳酸氫鈉和鐳廣受人們歡迎，據說泡湯後皮膚會變得光滑柔順，而飲用泉對慢性消化器病、糖尿病、痛風、肝臟病等有所助益。

熊野

## 5 勝浦溫泉

勝浦溫泉鄉林立著無數特色溫泉旅館，各旅館大多擁有自家泉源、絕讚的海景露天溫泉，可看著浩瀚的太平洋、聽著潮騷泡湯！

### 溫泉訣竅

<p><b>守則</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>為了讓每個人都能享有愉快的泡湯體驗，這裡提供幾個大眾浴池守則。試著觀察大家，然後跟著做就對了，並且懂得尊重他人，你肯定會得到既溫暖且有益身心的溫泉體驗。</li> </ul>	<p><b>泡湯禮儀</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>多數的溫泉男女有別，而且禁穿泳衣。泡湯前記得淋浴沖洗全身，並且切勿在浴池裡頭游泳，或將頭潛入水中。</li> </ul>
<p><b>刺青</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>刺青紋身在日本較為敏感，亦跟當地文化有著深刻關聯，因此多數的溫泉設施謝絕身上有刺青的客人入浴，身上有刺青的您如果想去泡湯，請把此事放在心上。</li> </ul>	<p><b>泡湯之外</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>泡湯後，當地人有個傳統習慣是來瓶冰牛奶，另外留意有些地方的大廳也會販賣水果、蔬菜以及手工藝品等當地特產。</li> </ul>





# 熊野古道

世界遺產熊野古道參拜道綿延整座紀伊山地，通往多座大社及美麗的寺院



從熊野速玉大社搭船



## 沿著熊野古道健行

千年來，朝拜者沿著有如網絡般由無數小徑以及河川所組成的熊野古道前往熊野三山，即熊野的三座大社朝拜。聯合國教科文組織在 2004 年，將其列為紀伊山地的靈場與參拜道世界遺產。

### 標準行程 (人氣)



搭乘巴士前往本心門王子，沿著中邊路的山道小徑前往勝浦。選擇一處山區的溫泉鄉待上一晚，並且搭船行過參拜道的唯一一條水路。



### 標準行程 (進階)



走完整條中邊路的行程，路程高低起伏，範圍涵蓋整座紀伊山地的範圍。從滝尻王子出發，沿路造訪熊野三山其許多其它的宗教名勝。不過以上僅只推薦富有健行經驗的人們挑戰。



## 導覽 & 資訊

Tanabe City Kumano Tourism Bureau  
 ④ <http://www.tb-kumano.jp/ch/>  
 Kumano Travel  
 ④ <https://www.kumano-travel.com/en>



熊野古道和西班牙的聖地亞哥朝聖之路皆被聯合國教科文組織登錄為世界遺產。若是人們兩地皆能走完，即可獲得雙重參拜者的地位證明。



租借傳統平安時代(西元 794-1185 年) 的服裝





探索山頂寺院群

高野山是由謚號弘法大師的高僧空海（西元 774-835 年）在 1200 年前所開創的真言宗佛教聖地金剛峯寺，後來成為高野山真言宗總本山，空海之所以選擇此區創教，因為這八座山峰加上谷地的地形就像一朵蓮花，其中心為壇上加藍，至今人們仍相信空海大師在奧之院的陵墓中冥想，奧之院占地廣大，有多達 20 萬座的墓石和紀念碑，是高野山最具宗教象徵意義之地。

導覽 & 資訊

預訂高野山跨文化交流網 (KCCN) 的導覽行程，眾多英語導覽的行程供您挑選，過程並從經驗豐富、知識淵博的導遊口中，了解更多高野山的秘密。  
<https://www.koyasan-ccn.com/>

考慮在高野山的其中一座寺院留宿。宿坊體驗不僅只是找個地方過夜，住宿的旅客更能體驗晨課、阿字觀冥想以及品嚐精進料理（佛教素食）。  
<http://eng.shukubo.net/>

# 高野山

高野山是一處位於山頂的寺院建築群，當地被認為是日本宗教信仰的中心。遊客可以透過宿坊及精進料理體驗僧侶生活。



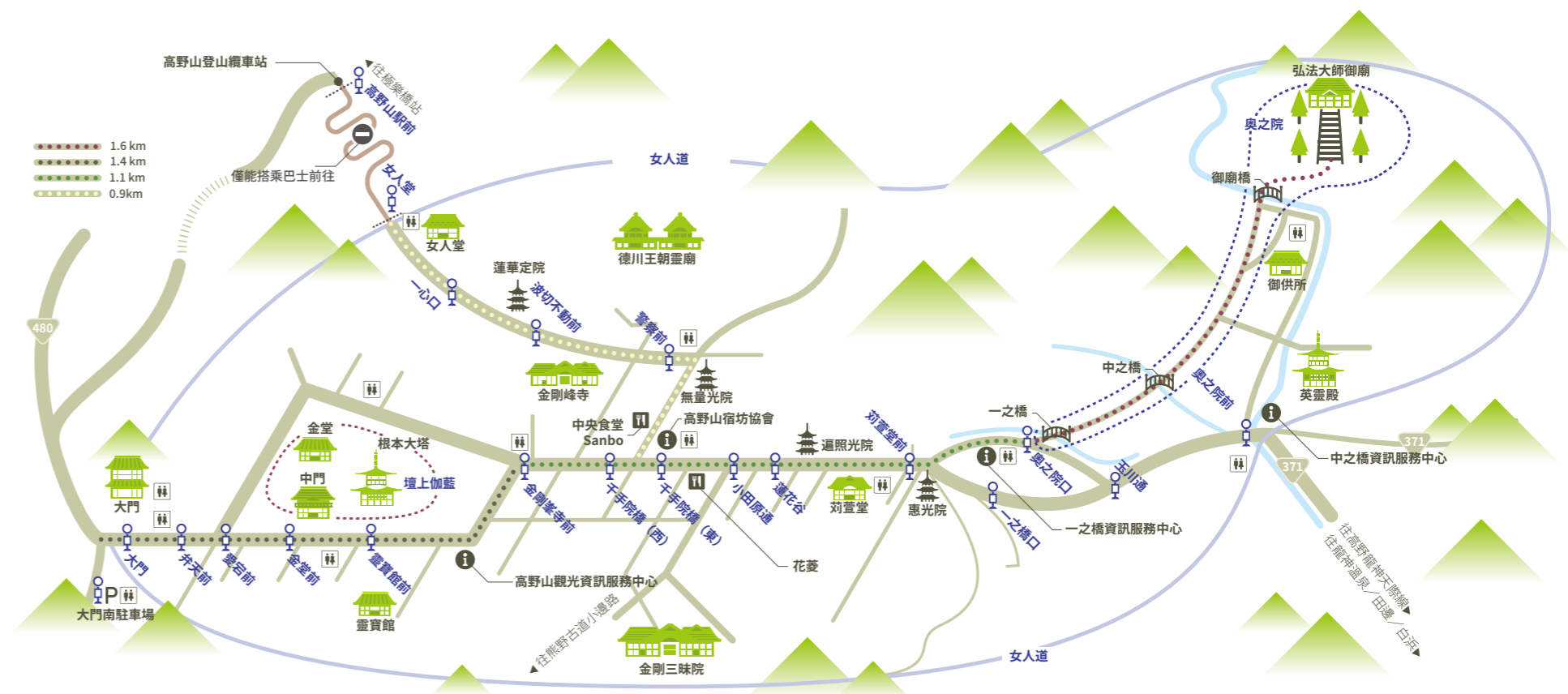
宿坊體驗中的阿字觀冥想



精進料理—佛教素食



高野山的護摩祈禱







# 美食&休閒活動

動起來、新鮮吃、體驗日本傳統



## 1 海鮮／壽司

和歌山外海溫暖的洋流中富有海洋生物，在當地眾多的餐廳品嚐新鮮捕獲的海鮮料理；建議點道鮪魚來吃，那可是當地特產。

## 2 和歌山拉麵

造訪此區別忘了來碗和歌山拉麵，拉麵的風味來自於它的湯頭，而在此地通常是豚骨醬油湯底。

## 3 熊野牛

高檔和牛呈現頂級肉質所具有如大理石般的紋理，點道牛排嚐其柔嫩的口感，或在燒肉餐廳大快朵頤薄切和牛的快烤滋味。

## 4 夜生活

如果您想一間喝過一間，來場道地的日式酒吧串遊體驗，可以前往和歌山第二大城市—田邊的味光路美食娛樂區。

## 5 梅酒體驗

梅酒是和歌山的名產，風味獨特的酸梅加糖之後發酵為利口酒最好喝了。可於紀州梅干館體驗自製梅酒及梅子果汁。

## 6 水果／水果採摘

和歌山到處充滿果園，其中許多提供遊客體驗水果採摘。挑選新鮮和當季的水果，包括柑橘、桃子、葡萄、草莓及蜜瓜。

## 7 紀州漆器傳統產業會館

參加工作坊，學習以紀州的漆器風格裝飾木製托盤或便當盒，並用金或銀色粉末塗上獨特的圖案。

## 8 平安時代服裝體驗

穿著平安時代（西元 794-1185 年）服裝，以最符合真實的方式攀登大門坂斜坡。斜坡入口處附近有間茶屋提供衣飾租借的服務。

## 9 自行車遊（和歌山 800）

騎著雙輪的單車探索和歌山的自然風光。800 公里的指定自行車道引導您穿過該縣的具有宗教氣息的山脈及其原始未受污染的海岸線。

## 10 古座川划皮艇

租一艘皮划艇，穿過古座川晶透般清澈的水面。觀察豐富的野生動物生態，包括生活在河邊森林中的猴子。

## 11 傳統圓木泛舟

從北山村開始的圓木漂流，原是藉著河流運輸木材的一種方式，如今尋求刺激的人可以站在圓木作成的木筏上，由極具經驗的船伕引導乘著北山川的激流而下。

## 12 與海豚邂逅

前往太地鯨魚博物館內的海豚活動場地，觸摸、餵食，甚至與這些迷人的哺乳動物們一起潛水。博物館是個適合全家出遊的絕佳去處。