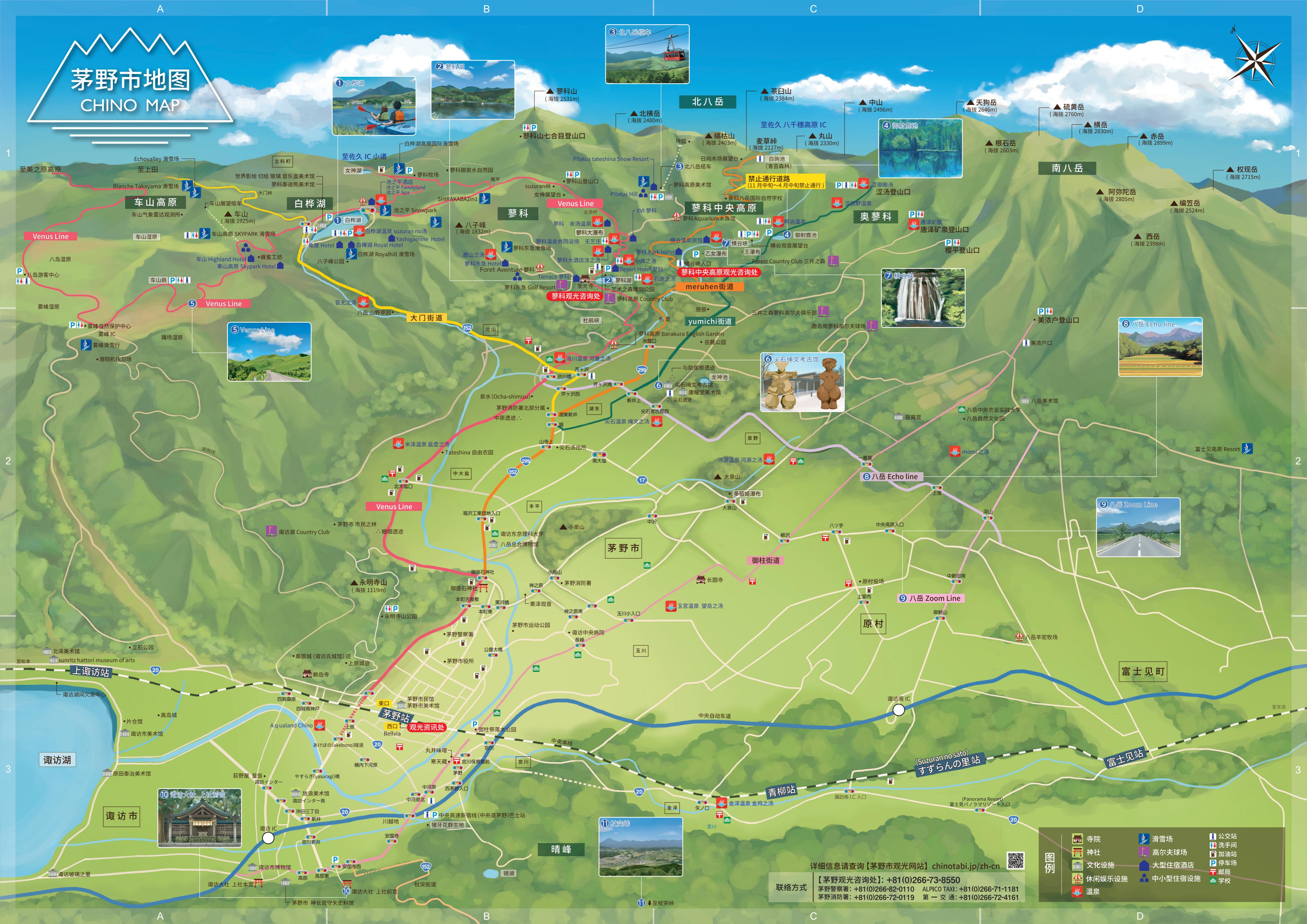


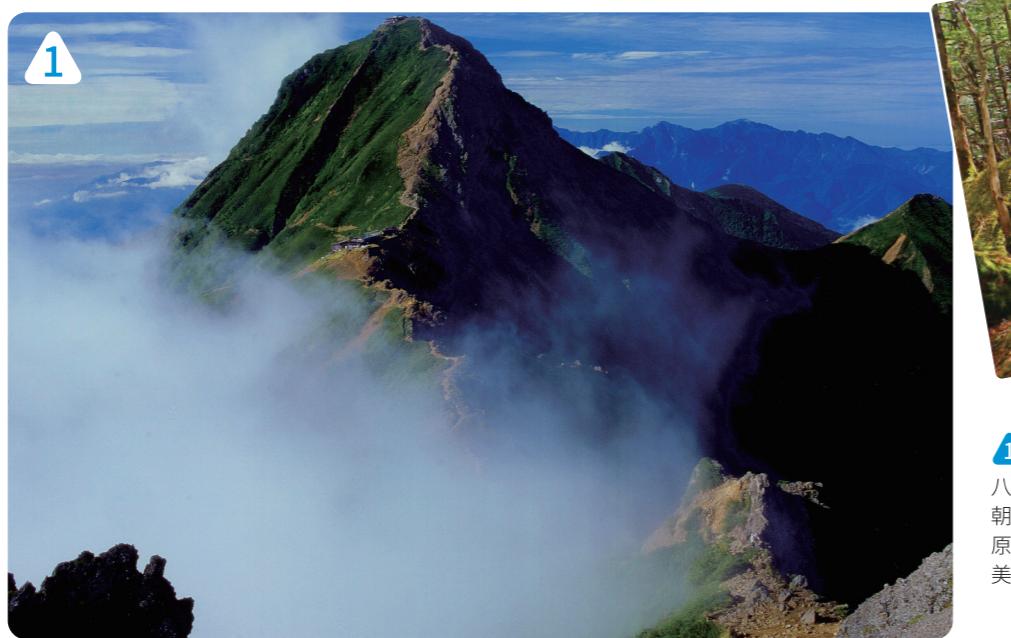
# 茅野市地图 CHINO MAP





## NATURE 自然

标高700m~2899m的赤岳山麓延伸的这座城市「茅野市」，拥有令人叹为观止的自然景观和变化万千的四季风情。



### 1 八岳 (B-1~D-1)

八岳连峰是登山爱好者的朝圣之地，还有神秘的原始森林犹如画师笔下美轮美奂的童话世界。



### 2



### 2 御射鹿池 (C-1)

日本画家东山魁夷的名作“绿舞台”便是参照“御射鹿池”的景色为原型创作。2019年荣获国土交通省颁发的「绝景赏」大奖，宛如镜面般的御射鹿池倒映出夏绿和秋枫之美。

### 3 横谷峡 (C-1)

沿着溪流所修建的6km的步道，漫步林中欣赏秋季的红叶，冬季的冰瀑。夏季微风吹过瀑布，淋浴水珠弥漫天空飘落身上的清爽。

### 4 白桦湖·车山 (A-1)

白桦湖设有各种水上休闲运动体验项目，如划艇、划船、脚踏船等。车山高原设有登山、徒步路线，冬季滑雪。是户外运动爱好者的理想之地。

### 5 莼科湖 (B-1)

蓼科湖是农业用水所建造的人工湖，因风景秀丽从而成为观光客时常驻足之地。夏绿秋红的季节一定要到蓼科湖走一走。



## 游玩乐尽在茅野！

### 白桦湖·车山

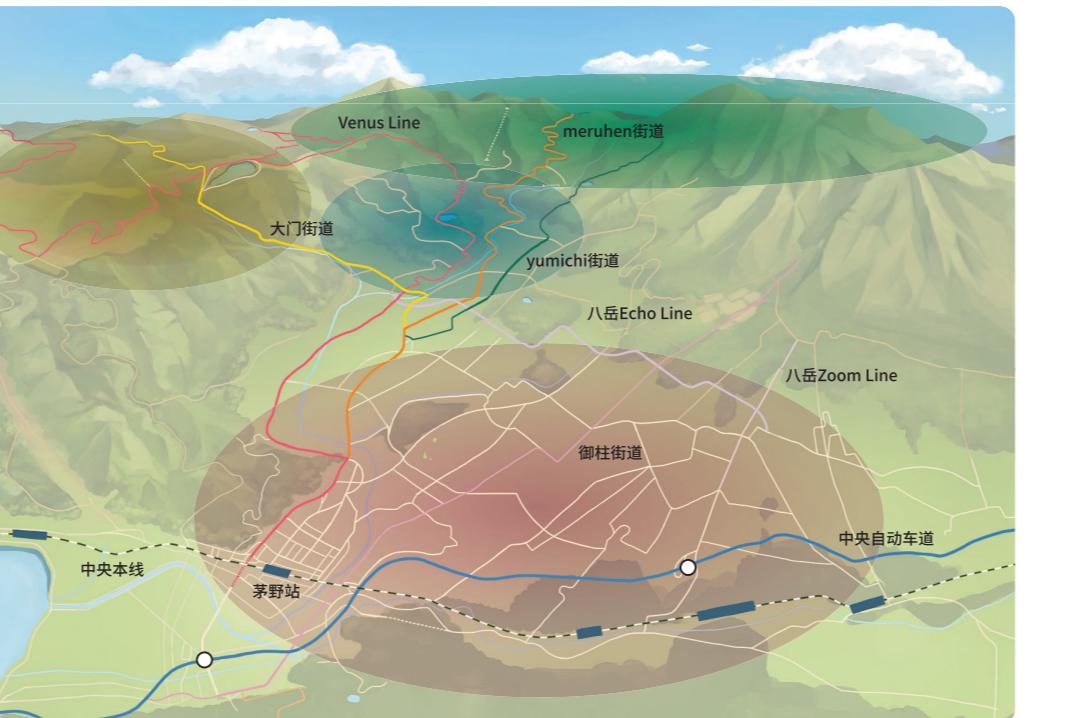
冬季滑雪、还有白桦湖的水上休闲体验项目、车山高原的徒步，在高原之上享受充实的户外时光。

### 蓼科

静谧的蓼科湖，横谷峡的瀑布、圣光寺的樱花。汇聚温泉名汤的高原胜地，更是文人学者探索历史的避暑之地。

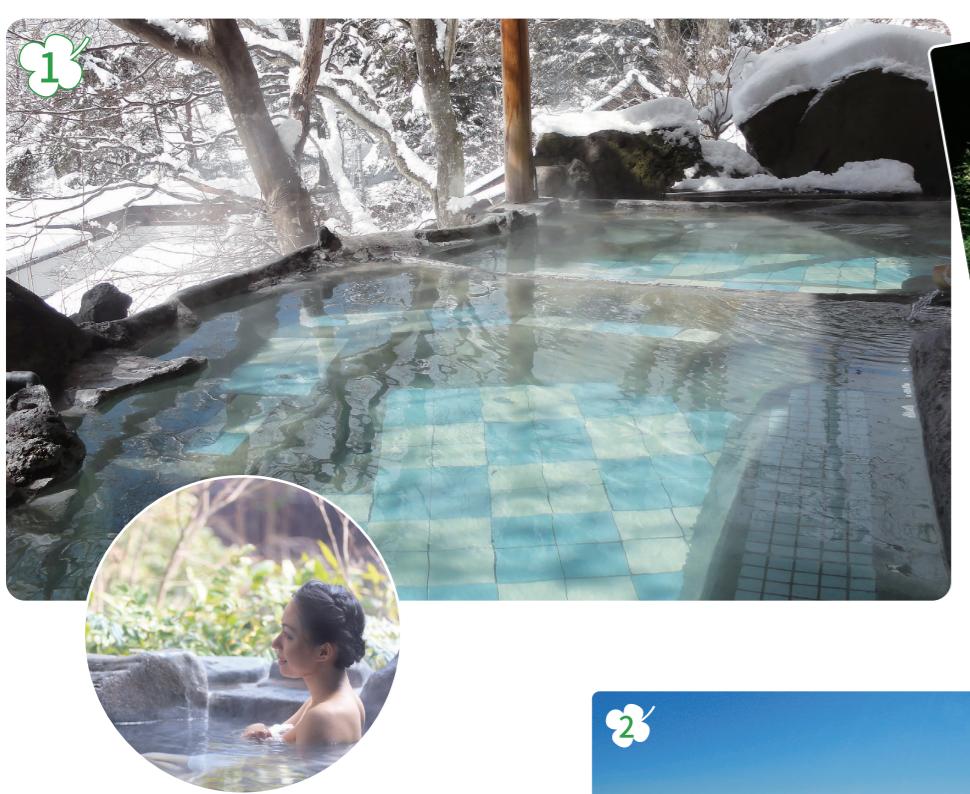
### 八岳

海拔3,000m的陡峭山脉南八岳、还有神秘的原生林、北八岳，是国内屈指可数的山水风貌各异的自然山岳地。



### 市区

绳文时代的繁荣和诹访大社悠久的历史文化赋予这座城市独有的风貌。向往的田园生活，高原风光，还有不可辜负的美食和美景从茅野之旅开始！



### 1 温泉 (B-1, C-1 etc.)

传说蓼科是战国时代武将「武田信玄」的秘汤之地，从而有温泉之乡的美名。独具特色的日式风情温泉旅馆遍布蓼科高原。日本著名的避暑胜地、泡汤疗愈在蓼科。



## ACTIVITY 休闲娱乐设施

东京近郊茅野市游玩乐，尽享美景美食美汤。离开城市的喧嚣，贴近生活贴近自然的深度游！



### 2 滑雪 (A-1, B-1 etc.)

茅野市内共有五个滑雪场，雪质优良。各种各样的滑道，适合初中高级的滑雪爱好者和亲子冬季游的家庭。

### 3 高尔夫球场 (B-1, C-1 etc.)

依傍在八岳山麓的高尔夫俱乐部，四周林木苍翠，道道皆美，享受高原之上挥杆的快感。

### 4 水上体验项目 (B-1 etc.)

湖上独木舟、手划船、脚踏船，多种湖上休闲体验项目。租赁设备充足，可根据参加各项目的练习教室，初级者也可以安心体验。

### 5 登山·徒步 (A-1 etc.)

从车山到北八岳连峰，日本百名山的豪迈与壮阔让登山和徒步爱好者纷至沓来。



### 1 尖石绳文考古馆·尖石遗迹·与助尾根遗迹 (C-2)

收藏在「尖石绳文考古馆」的两件国宝（绳维纳斯、假面女神）代表着绳文时代的另一种形态之美，穿越时空的隧道，领略绳文时代的智慧和魅力。



## HISTORY 历史·遗迹

与万年山川共呼吸，感受这座城市的信仰和历史文化古韵。

### 2 诹访大社 前宫 (B-3)

诹访大社前宫被称为诹访神明信仰的发源之地，日本千年流传至今的「御柱祭」而闻名。是日本三大奇祭之一，7年举办一次。

### 3 神长官守矢史料馆 (A-3)

藤森照信教授初试啼声的建筑作品

「神长官守矢史料馆」，融合古今元素，加上藤森教授的童趣和奇幻想像的设计，与大自然巧妙融为一体。

### 4 圣光寺 (B-1)

位于蓼科湖畔附近的圣光寺的吉野樱，是日本本州最晚一处樱花盛开的地方。在和熙春风的5月走进粉色世界的圣光寺。

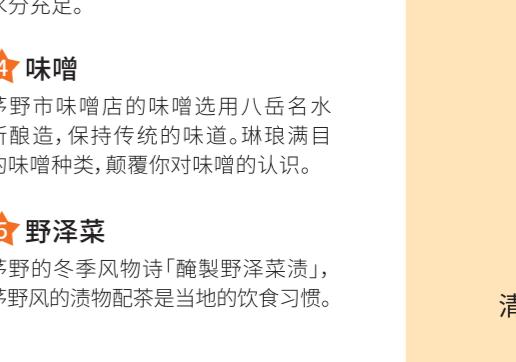
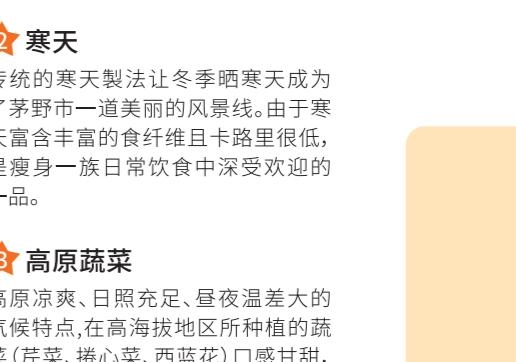
### 5 无艺庄 (B-1)

小津安二郎导演生前所居住的别墅“无艺庄”，在这里他静心创作了诸多优秀的电影剧本。蓼科是小津安二郎导演的世外桃源，更是他创作剧本的灵感来源之地。



### 1 莼麦面

荞麦面绝对是必吃的日本地道美食之一！而长野县正是荞麦面的发祥之地，茅野市拥有多家荞麦面店，品尝荞麦面人的手擀荞麦面感受日本和食文化的魅力！



清澈的泉水灌溉着田地，阳光普照着大地，得天独厚的自然条件造就当地独有的特色名产。为您的旅途增添一丝甜美的回忆！