

和歌山的交通指南



4月至11月运行于高野山与龙神温泉之间的巴士

电车

- JR新干线
- JR线
- 南海电气铁道
- 和歌山电铁

巴士

- 和歌山巴士
- 南海林间巴士
- 龙神巴士
- 熊野巴士
- 明光巴士
- 奈良交通

乘电车旅行

关西广域铁路周游券	5天内有效	https://www.westjr.co.jp/global/en/ticket/pass/kansai_wide/
伊势、熊野、和歌山地区周游券	5天内有效	http://touristpass.jp/en/ise_kumano/
关西周游卡	2天内有效	http://www.surutto.com/tickets/kansai_thru_english.html
关西统一周游券(附带优惠的IC卡型乘车券)	可供加值	https://kansaionepass.com/en/

乘飞机旅行

从羽田机场(东京)至关西国际机场(KIX)	1小时15分钟	http://www.haneda-airport.jp/inter/en/
从羽田机场(东京)至南纪白滨机场	1小时20分钟	https://visitwakayama.jp/plan-your-trip/shirahama-airport/
日航日本探索周游券(使用此张票券,日本航空将提供国内线的优惠价格)		https://www.world.jal.co.jp/world/en/japan_explorer_pass/lp/

乘巴士旅行

从关西国际机场(KIX)至和歌山	利木津巴士	50分钟	https://www.kansai-airport.or.jp/en/touristinfo/wakayama.html
从京都至白滨	高速巴士	4小时	https://visitwakayama.jp/itineraries/meiko-bus-osaka-kyoto/
从大阪至白滨	高速巴士	3小时30分钟	https://visitwakayama.jp/itineraries/meiko-bus-osaka-kyoto/
从东京至白滨	高速巴士	12小时	https://visitwakayama.jp/itineraries/meiko-bus-tokyo/
从高野山至熊野(从4月1日至11月30日每日运行)	高野山&熊野圣地巡礼公交车	4小时30分钟	https://visitwakayama.jp/good-to-know/koyasan-kumano-bus/

自驾旅行

Times租车	https://www.timescar-rental.com/	日产租车	https://nissan-rentacar.com/english/
Toyota租车	https://rent.toyota.co.jp/eng/	ORIX租车	https://car.orix.co.jp/eng/
Nippon租车	https://www.nrgroup-global.com/en/		

和歌山官方旅游指南

Visitwakayama.jp



和歌山

多重享乐, 尽在和歌山



和歌山在哪儿？

和歌山面朝太平洋，面积占纪伊半岛很大的一部分，隶属关西地区（其它包括大阪、奈良、京都等地），县厅位于和歌山市，搭电车从大阪站出发仅需1个小时，从关西机场（KIX）则为45分钟。和歌山的内陆主要为纪伊山地，那里亦是世界遗产古参拜道的所在，具有宗教庄严气息的神社及山顶的寺院群落座落其中。沿著长达600公尺的海岸线，拥有世界级知名的海滩、温泉渡假饭店及令人赞叹的海景。

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



索引

- 

P.01-02
自然
和歌山的自然名胜，包括许多岩石形成的奇景
- 

P.03-04
观光景点
此县数一数二的好去处
- 

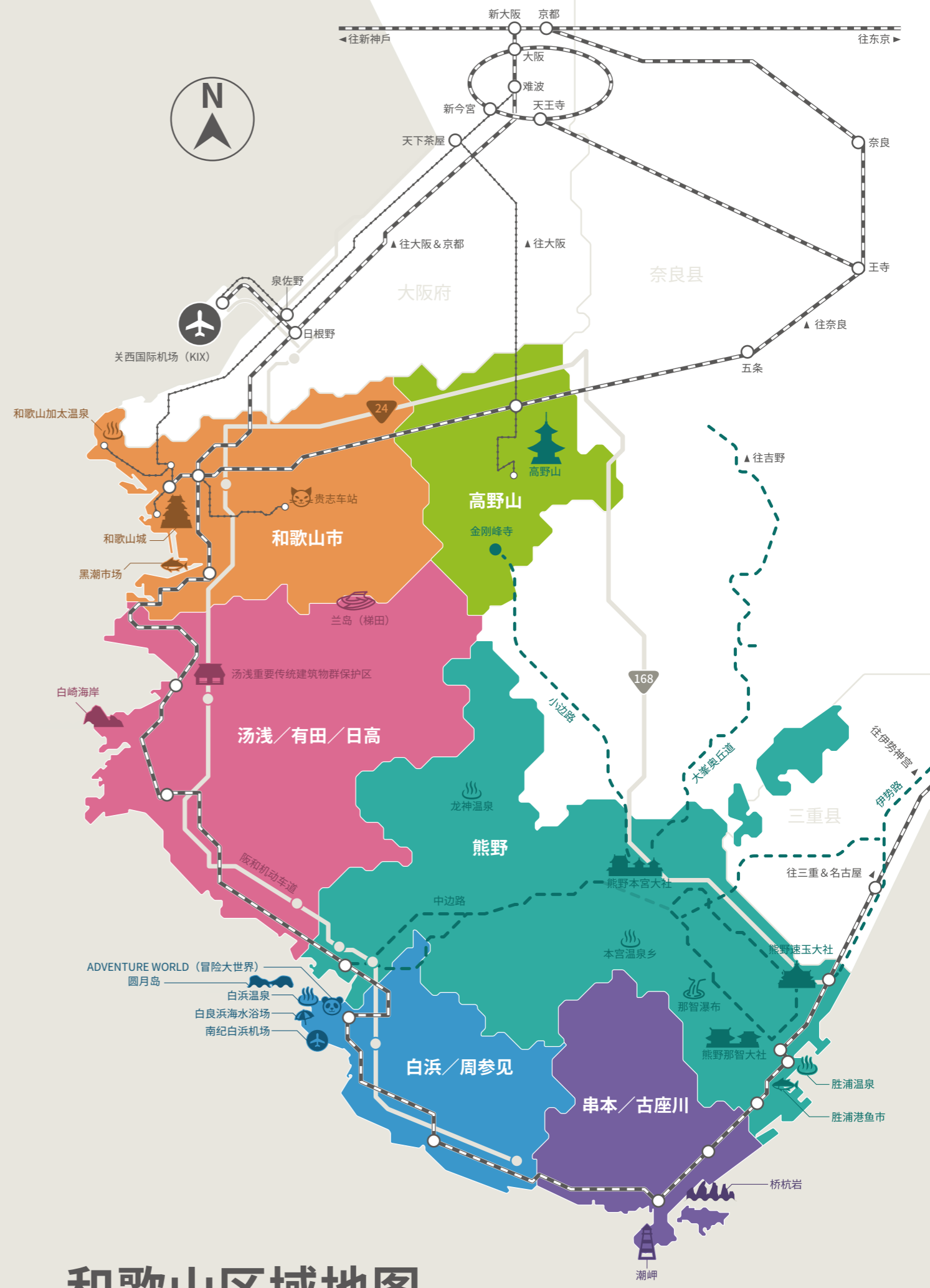
P.05-06
温泉
感受温泉疗效最赞的泡汤景点，了解一些方便实用的入浴诀窍

- 

P.07-08
熊野古道
古老的参拜道引领人们前往宗教心灵圣地
- 

P.09-10
高野山
位于纪伊山地居高临下的山顶宗教寺院群
- 

P.11-12
美食&休闲活动
品尝和歌山的绝佳美食，体验传统风情及户外活动



和歌山区域地图

自然 观光景点 温泉 世界遗产 美食&休闲活动



自然

探索晶莹剔透的清澈河川、梯形稻田及令人惊叹的自然景观



白浜/周参见

1 圆月岛

经过数个世纪以来海浪的侵蚀，让这座岩石小岛形成一座拱门，拍照的人们在日落时聚集于此，捕捉夕阳完全落入拱门那道自然圆弧的时刻。

白浜/周参见

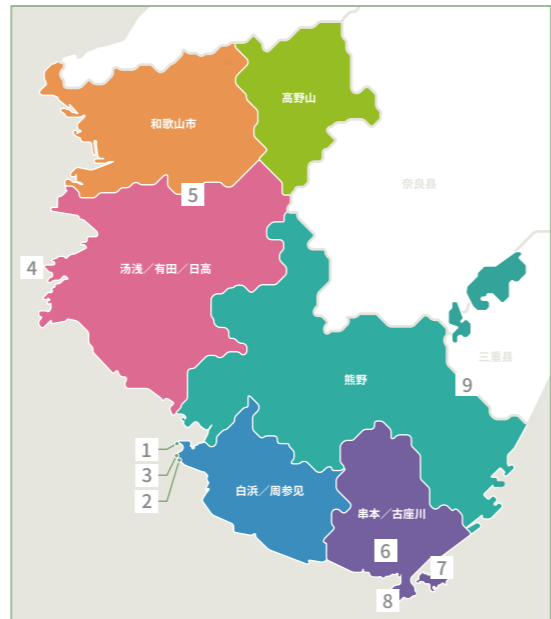
2 三段壁

鸟瞰海浪阵阵拍打这座 50 公尺高的悬崖，然后搭乘电梯往下，至平安时代（公元 794-1185 年）海盗们所藏身的洞穴。

白浜/周参见

3 千叠敷

踏着「一千张榻榻米」往海的方向漫步而去。「千叠敷」这座岩原的命名由来，就因其如此独特的平坦地形，仿佛日本传统房间内铺设地板的材料「榻榻米」。



汤浅/有田/日高

4 白崎海岸

超数百万年的时间所形成的这段美丽而崎岖并引人入胜白色海岸线，您可开车，或骑自行车探索此区，或者前往白崎海洋公园，并于海中从事潜水活动。

汤浅/有田/日高

5 兰岛(梯田)

爱好摄影的人士都爱这些呈现的扇形稻田，他们来此捕捉梯田在不同季节的多样面貌。另外，有田川旁有座展望区域可供取景。

串本/古座川

6 一枚岩

这座巨大岩石耸立于晶莹剔透的古座川上头，其由数百万年前该区的火山活动锻造而成，现是从事皮划艇等河上活动的好去处。

串本/古座川

7 桥杭岩

在这充满活力的市场周边闲逛，品尝一系列和歌山的当地美食，包括非常新鲜的鱼类料理。此外，每天有二场金枪鱼解体秀，敬请把握机会观赏。

串本/古座川

8 潮岬

您可在面向大海的宽阔草坪上放松身心，然后参观拥有 120 年历史的灯塔，此塔亦位于日本其中的最大岛屿一本州岛的最南端，登高欣赏该区的自然美景。

熊野

9 瀨峡

这座港口位于半岛的最底端，以新鲜的渔货及其金枪鱼的捕获量为全日本最大而闻名。早点起床参与热闹的鱼市拍卖盛会吧！



观光景点

传统小镇、怀旧港口、清净海滩以及熊猫



白滨

1 白良滨海水浴场

令人惊叹的清澈海水、一望无际的白沙，白良滨海滩是极具人气的夏季景点，在国际享有盛誉，并与夏威夷的威基基缔结为友好(姊妹)海滩。

白滨

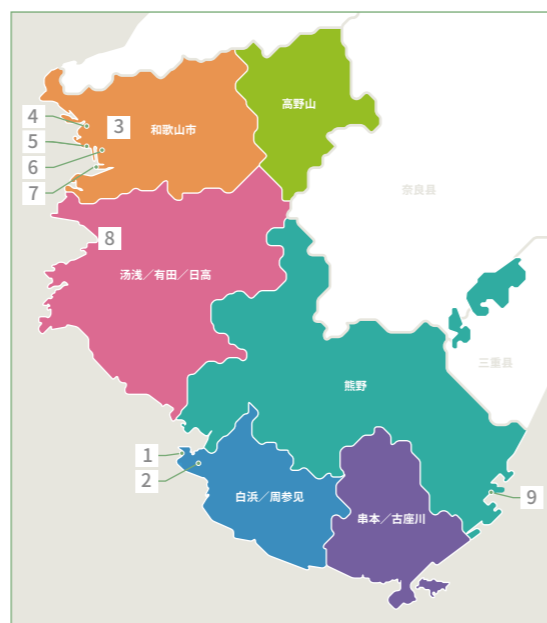
2 ADVENTURE WORLD (冒险大世界)

探索这座广大的野生公园，其中包含一座动物园、水族馆及游乐园；您可在园区内悠闲漫步，并且造访其中的魅力星宠—日本最大的熊猫家族。

和歌山市

3 贵志站

搭乘电车前往贵志站，它的主要看头就是车站本身，除了猫形的车站建筑之外，也请拜访名为二玉的猫站长。



由水户网锐治及他领导的 DON DESIGN 研究所设计



和歌山市

4 和歌山城

令人印象深刻的白色城堡及其独特的三角形屋顶，座落在俯瞰和歌山市的山顶上。探索城堡内部，于其中景色怡人的城区漫步。

和歌山市

5 和歌浦湾

和歌浦湾的周边地区长期以来都是作家和诗人们的灵感来源，和歌山游艇城这座复合式娱乐休憩园区则在海湾的边缘地带。

和歌山市

6 纪三井寺

爬 231 道阶梯而上，造访这座古老的寺院，由于其位在山上较高的位置，能让您一望和歌浦湾的绝佳景色，寺院境内并以数百棵较早盛开的樱花树而闻名。

和歌山市

7 黑潮市场

在这充满活力的市场周边闲逛，品尝一系列和歌山的当地美食，包括非常新鲜的鱼类料理。此外，每天有二场金枪鱼解体秀，敬请把握机会观赏。

汤浅/有田/日高

8 汤浅重要传统建筑物群保护区

漫步在这座古朴的小镇，其木造结构的建筑历史可追溯到江户时代(公元 1603-1867 年)。其中有些建筑亦用于酿造此镇的名产—酱油。

熊野

9 胜浦港市

这座港口位于半岛的最底端，以新鲜的渔货及其金枪鱼的捕获量为全日本最大而闻名。早点起床参与热闹的鱼市拍卖会吧!



温泉

和歌山的许多温泉皆由泉源持续涌出的滚烫热水所直接供应的。



白浜

1 白浜温泉

白浜是日本最古老的温泉乡之一。体验具有各种疗效的温泉浴池，包括崎之汤，在那泡温泉的游客还可感受海浪的洗礼。

和歌山市

2 和歌山加太温泉

温泉度假饭店可以远瞰风景如画的加太湾，在露天温泉浴池泡温泉，观赏夕阳下美景，眺望位于远处的友岛。



熊野

3 本宫温泉乡

川汤、渡濑、汤之峰三座温泉形成本宫温泉乡。探索这些小小村落，从仅容两人的迷你浴池，到规模有整条河川那么大、同时可让上百人入浴的设施皆有。

熊野

4 龙神温泉

座落于纪伊山地深处，这些温泉度假饭店以它的泉质广受人们欢迎，因为据信能让皮肤变得光滑柔顺，同时也是日本知名的三大美人汤之一，同时户外浴池提供喜爱山景的旅客观赏。

熊野

5 胜浦温泉

胜浦温泉有着各式独一无二设计的温泉浴场，无论是在岩洞浴池放松，或者拥有绝赞海景的露天温泉皆具。

温泉诀窍

<p>守则</p> <ul style="list-style-type: none"> 为了让每个人都能享有愉快的泡温泉体验，这里提供几个大众浴池守则。试着观察大家，然后跟着做就对了，并且懂得尊重他人，你肯定会得到既温暖且有益身心的温泉体验。 	<p>泡温泉礼仪</p> <ul style="list-style-type: none"> 多数的温泉男女有别，而且禁穿泳衣。泡温泉前记得淋浴冲洗全身，并且切勿在浴池里头游泳，或将头潜入水中。
<p>刺青</p> <ul style="list-style-type: none"> 刺青纹身在日本较为敏感，亦跟当地文化有着深刻关联，因此多数的温泉设施谢绝身上有刺青的客人入浴，身上有刺青的您如果想去泡温泉，请把此事放在心上。 	<p>泡温泉之外</p> <ul style="list-style-type: none"> 泡温泉后，当地人有个传统习惯是来瓶冰牛奶，另外留意有些地方的大厅也会贩卖水果、蔬菜以及手工艺品等当地特产。



熊野古道

世界遗产熊野古道参拜道绵延整座纪伊山地，通往多座大社及美丽的寺院



从熊野速玉大社搭船



沿着熊野古道健行

千年以来，朝拜者走过有如网络般由小径所组成的熊野古道，沿着山道，爬过石阶，甚至从一个地区搭船前往朝拜熊野三山，即熊野的三座大社。2004年联合国教科文组织将纪伊山地灵场及参拜道列为世界遗产。

标准行程（人气）



4天3夜（搭船行程）

搭乘巴士前往本心门王子，沿着中边路的山道小径前往胜浦。选择一处山区的温泉乡待上一晚，并且搭船行过参拜道的唯一一条水路。



标准行程（进阶）



6天5夜

走完整条中边路的行程，路程高低起伏，范围涵盖整座纪伊山地的范围。从滝尻王子出发，沿路造访熊野三山其许多其它的宗教名胜。不过以上仅仅推荐富有健行经验的人们挑战。



导览 & 信息

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



熊野古道和西班牙的圣地亚哥朝圣之路皆被联合国教科文组织登录为世界遗产。若是人们两地皆能走完，即可获得双重参拜者的地位证明。



租借传统平安时代（公元794-1185年）的服装



探索山顶寺院群

高野山是由一位名叫空海(公元774-835年)的僧侣所开创, 谥号为弘法大师。空海之所以选在此区创教, 是因他觉得这八座山峰加上谷地, 外型就像一朵莲花, 这位僧侣至今仍被认为在奥之院的陵墓中呈现冥想状态。奥之院的占地面积广大, 拥有多达 20 万座的墓石和纪念碑, 据说这是高野山最具宗教意义的地方。高野山的中心则是美丽的坛上加蓝寺院群。

导览 & 信息

预订高野山跨文化交流网 (KCCN) 的导览行程, 众多英语导览的行程供您挑选, 过程并从经验丰富、知识渊博的导游口中, 了解更多高野山的秘密。
<https://www.koyasan-ccn.com/>

考虑在高野山的其中一座寺院留宿。宿坊体验不只是一个地方过夜, 住宿的旅客更能体验早课、阿字观冥想以及品尝精进料理 (佛教素斋)。
<http://eng.shukubo.net/>

高野山

高野山是一处位于山顶的寺院建筑群, 当地被认为是日本宗教信仰的中心。游客可以透过宿坊及精进料理体验僧侣生活。



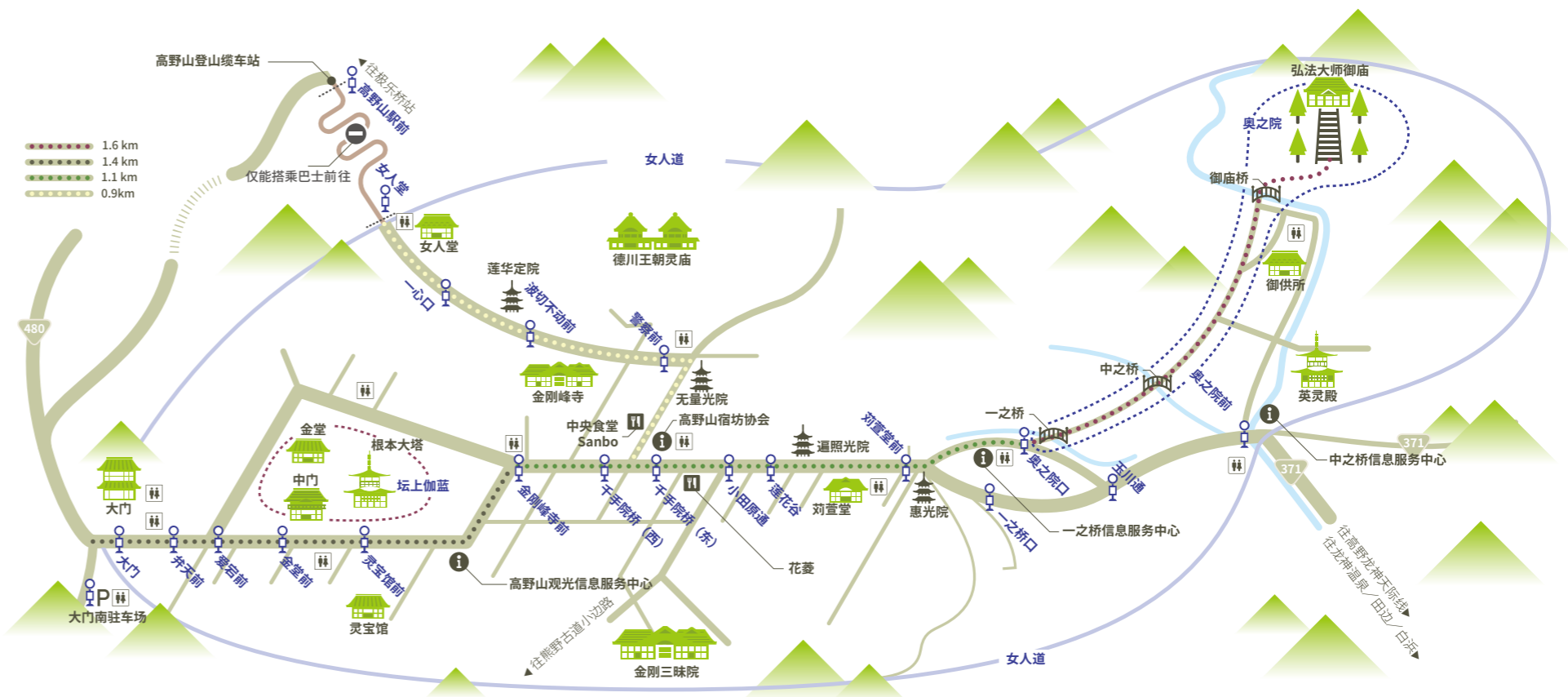
宿坊体验中的阿字观冥想



精进料理—佛教素斋



高野山的护摩祈祷





美食&休闲活动

动起来、新鲜吃、体验日本传统



1 海鲜/寿司

和歌山外海温暖的洋流中富有海洋生物，在当地众多的餐厅品尝新鲜捕获的海鲜料理；建议点道金枪鱼来吃，那可是当地特产。

2 和歌山拉面

造访此区别忘了来碗和歌山拉面，拉面的风味来自于它的汤头，而在此地通常是猪骨酱油汤底。

3 熊野牛

高档和牛呈现顶级肉质所具有如大理石般的纹理，点道牛排尝尝其柔嫩的口感，或在烤肉餐厅大快朵颐薄切和牛的快烤滋味。

4 夜生活

如果您想一间喝过一间，来场地道的日式酒吧串游体验，可以前往和歌山第二大城市—田边的味光路美食娱乐区。

5 梅酒体验

梅酒是和歌山的名产，风味独特的酸梅加糖之后发酵为利口酒最好喝了。可于纪州梅干馆体验自制梅酒及梅子果汁。

6 水果/水果采摘

和歌山到处充满果园，其中许多提供游客体验水果采摘。挑选新鲜和当季的水果，包括橘子、桃子、葡萄、草莓及哈密瓜。



7 纪州漆器传统产业会馆

参加工作坊，学习以纪州的漆器风格装饰木制托盘或便当盒，并用金或银色粉末涂上独特的图案。

8 平安时代服装体验

穿着平安时代（公元794-1185年）服装，以最符合真实的方式攀登大门坂斜坡。斜坡入口处附近有间茶屋提供衣饰租借的服务。

9 自行车游（和歌山800）

骑着双轮的单车探索和歌山的自然风光。800公里的指定自行车道引导您穿过该县的具有宗教气息的山脉及其原始未受污染的海岸线。

10 古座川划皮艇

租一艘皮划艇，穿过古座川晶透般清澈的水面。观察丰富的野生动物生态，包括生活在河边森林中的猴子。

11 传统圆木泛舟

从北山村开始的圆木漂流，原是借着河流运输木材的一种方式，如今寻求刺激的人可以站在圆木作成的木筏上，由极具经验的船夫引导乘着北山川的激流而下。

12 与海豚邂逅

前往太地鲸鱼博物馆内的海豚活动场地，触摸、喂食，甚至与这些迷人的哺乳动物们一起潜水。博物馆是个适合全家出游的绝佳去处。