

MATSUMOTO

Japan.
Endless
Discovery.

松
本

Français
フランス語



VISITMATSUMOTO.COM

matsumoto tourisme 

Nature et plein air

La ville de Matsumoto est située au centre du Japon avec à l'ouest, le Parc national de Chūbu-Sangaku et les Alpes du Nord, une chaîne de neuf montagnes de plus de 3 000 mètres d'altitude, qui attirent chaque année de nombreux alpinistes. À l'est s'étend Utsukushigahara, le plateau le plus large du Japon, depuis lequel il est possible d'admirer le mont Fuji. La vallée de « Kamikōchi » est également l'un des sites montagneux les plus pittoresques de tout le pays. Un itinéraire de bus est disponible jusqu'à la plus haute route de montagne du Japon située au cœur des hauts plateaux de Norikura qui culminent à 2 700 mètres d'altitude. La région de Matsumoto jouit d'un cadre naturel aussi riche que majestueux.

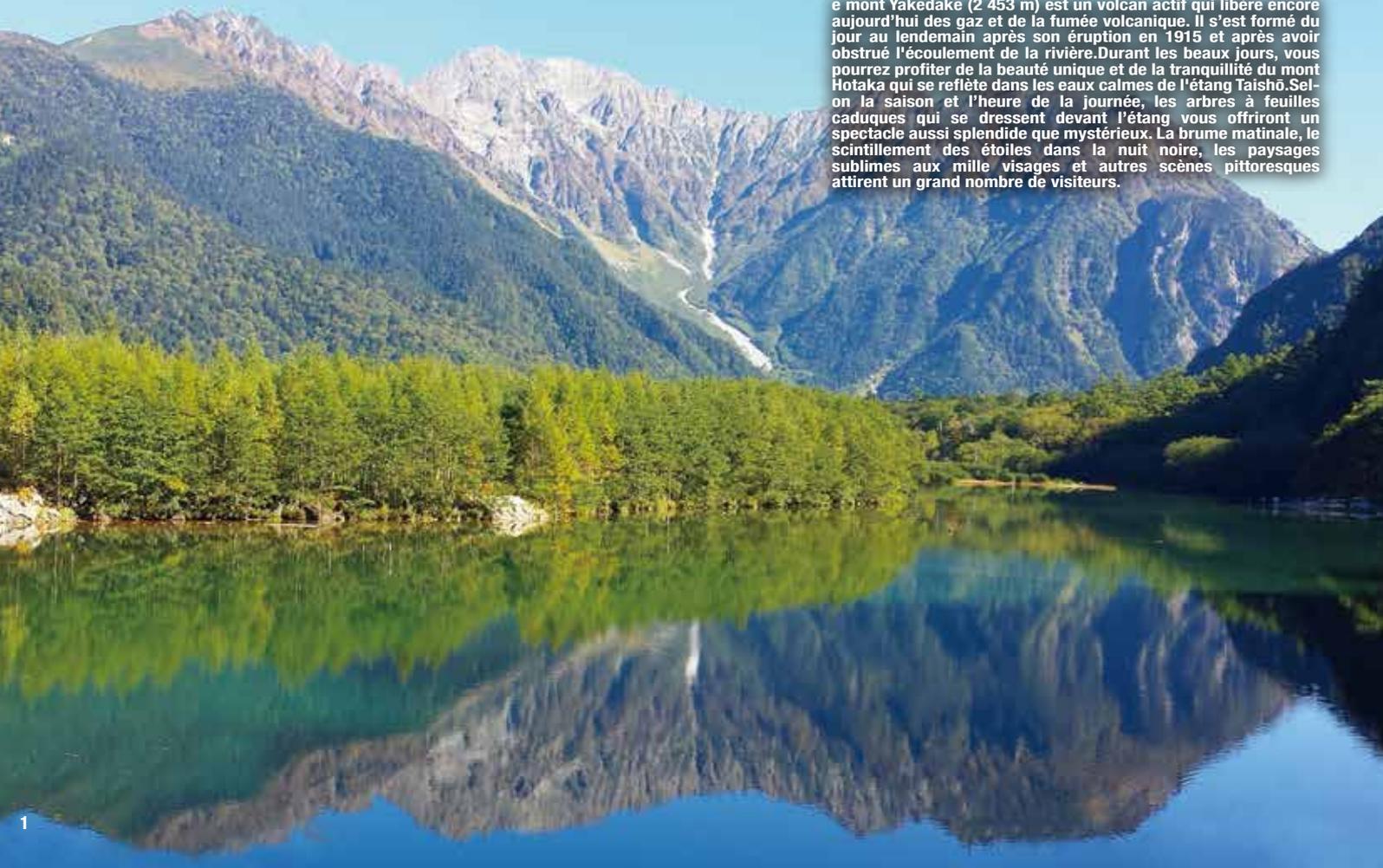


Kamikōchi - Pont Kappa

Le pont Kappa est le symbole de Kamikōchi et permet de profiter des vues montagneuses les plus spectaculaires de tout le Japon. Empruntez ce pittoresque pont en bois suspendu et admirez un paysage somptueux qui s'étend des eaux transparentes et cristallines de la rivière Azusa jusqu'aux hauteurs de la chaîne de montagnes Hotaka. Découvrez également l'évolution de ce sublime panorama au fil des quatre saisons japonaises. Afin de protéger l'environnement, l'accès à Kamikōchi en voiture est limité.

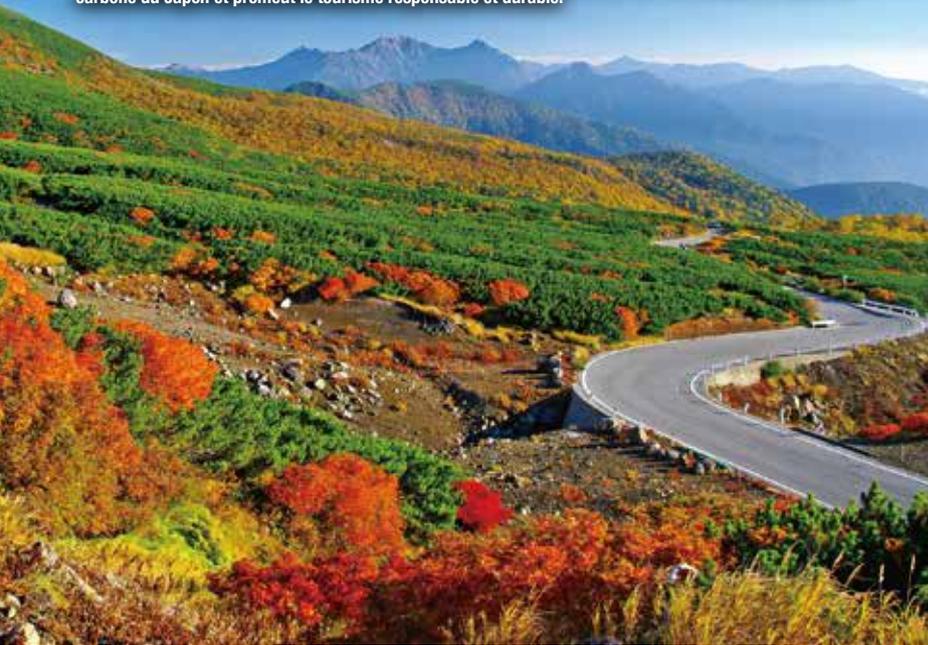
Kamikōchi - Étang Taisho

Le mont Yakedake (2 453 m) est un volcan actif qui libère encore aujourd'hui des gaz et de la fumée volcanique. Il s'est formé du jour au lendemain après son éruption en 1915 et après avoir obstrué l'écoulement de la rivière. Durant les beaux jours, vous pourrez profiter de la beauté unique et de la tranquillité du mont Hotaka qui se reflète dans les eaux calmes de l'étang Taishō. Selon la saison et l'heure de la journée, les arbres à feuilles caduques qui se dressent devant l'étang vous offriront un spectacle aussi splendide que mystérieux. La brume matinale, le scintillement des étoiles dans la nuit noire, les paysages sublimes aux mille visages et autres scènes pittoresques attirent un grand nombre de visiteurs.



Plateau de Norikura

Au sud de Kamikōchi se trouve le plateau de Norikura, qui s'étend au loin depuis le versant est (3 026 m) du mont Norikura. Il existe une route accessible par les transports en commun, qui part du pied de la montagne jusqu'à une altitude de 2 700 mètres. En été, les hautes terres de Norikura accueillent la plus ancienne course de côte à vélo du pays : « la Course céleste de Norikura ». Offrez-vous une pause détente dans une des sources chaudes naturelles qui jaillissent de la montagne. De nombreuses auberges de la région disposent de sources thermales vous permettant de goûter au plaisir d'un bain chaud dans une eau blanchâtre unique. Cette région regorge de trésors : des murs de neige de plus de 10 mètres de haut, des forêts de hêtres, des fleurs alpines, des feuillages d'automne colorés, un ciel étoilé lumineux, des cascades, des étangs, divers sentiers naturels et sites de camping, et bien plus encore. En hiver, vous pouvez également faire du ski et des randonnées en raquettes. En 2021, le plateau de Norikura est devenu le premier parc zéro carbone du Japon et promeut le tourisme responsable et durable.



Les murs de neige

De fin avril à fin juin, vous pouvez emprunter un bus pour rejoindre et admirer les murs de neige, situés à 2 600 mètres d'altitude. Profitez de nombreuses activités aussi populaires qu'incontournables, telles que des randonnées le long de murs de neige de 10 mètres de haut, du ski au printemps, etc.



Sources chaudes

Abritant pas moins de 16 sources thermales sur son territoire depuis la périphérie urbaine jusqu'au plus profond des montagnes, Matsumoto vous permettra de savourer une pause détente dans une eau de qualité aux multiples vertus. Certaines auberges disposent également de chambres avec bain thermal en plein air, un service prisé des visiteurs souhaitant profiter d'une source chaude sans avoir à se soucier de ce qui les entoure. Les auberges d'Asama et d'Utsukushigahara sont facilement accessibles depuis la zone urbaine, et la source thermale de Shirahone située dans la région des Alpes du Nord est célèbre pour son eau à l'aspect laiteux.



Activités

Profitez des quatre saisons au cœur des Alpes du Nord avec un large éventail d'activités, telles que le snowboard, l'alpinisme, etc.



Plateau d'Utsukushigahara

Le plateau d'Utsukushigahara, situé à 2 000 mètres d'altitude, est le plus grand plateau du Japon. Il compte de nombreux sentiers de randonnée, et par beau temps, il offre depuis son sommet une vue spectaculaire à 360 degrés sur les montagnes environnantes, notamment le mont Fuji, les Alpes centrales, les Alpes du Nord et du Sud, le mont Yatsugatake et le mont Asama. Outre les circuits de randonnée, il est également possible de se rapprocher du sommet en voiture. La course cycliste « Le Tour d'Utsukushigahara » a lieu chaque année au début de l'été et utilise cette même route. Empruntez ce sentier et profitez d'une vue unique sur plus de 200 espèces de plantes alpines qui fleurissent tout au long de l'année, et ce quelle que soit la saison.



Château de Matsumoto

Le château de Matsumoto a été édifié il y a plus de 400 ans durant la période Sengoku et est l'un des cinq châteaux du Japon classés « Trésor national ». Sa tour principale haute de six étages est la plus ancienne de tout le pays. La beauté de ce monument, construit en parfaite harmonie avec la nature environnante, attire les visiteurs tout au long de l'année. C'est un lieu très prisé au printemps pour ses cerisiers en fleurs formant un tunnel somptueux le long des douves. C'est également une destination populaire permettant d'admirer le château entouré d'une nature verdoyante en été, d'érables aux couleurs vives en automne et d'un décor enneigé en hiver. Sa tour principale est éclairée du coucher du soleil jusqu'à 22 heures afin que les visiteurs puissent profiter d'une vue sublime sur le château, et ce même le soir. Il est également possible de contempler son reflet dans l'eau grâce aux douves qui l'entourent. Ce style architectural est particulièrement rare, même au Japon.



Nakamachi-dōri

Nakamachi-dōri est une rue entourée de « Kuras », des entrepôts traditionnels aux murs décorés de motifs géométriques noirs et blancs. Ce lieu unique à l'ambiance de cité castrale est bordé de nombreuses échoppes proposant des produits artisanaux et populaires. En plus de ses restaurants et izakayas (bistrot japonais) permettant aux visiteurs de savourer des boissons alcoolisées locales, Nakamachi-dōri regorge également de cafés chics, de confiseries et de boutiques de souvenirs.

La Ruelle Nawate

La rue commerçante Nawate-dōri est bordée de boutiques insolites à l'ambiance rétro. Située en face du sanctuaire Yohashira, cette rue exclusivement piétonne et accessible toute l'année permet de profiter d'une promenade agréable, et ce sans avoir à se soucier des voitures. Nawate-dōri abrite un sanctuaire dédié aux grenouilles dans lequel de nombreux articles sur le thème de ces petits batraciens sont disponibles à l'achat. Des représentations musicales, des marchés et d'autres événements y sont également organisés de manière régulière.



© Yayoi Kusama, Great Pumpkin, 2017



Musée d'art de la ville de Matsumoto

Matsumoto est la ville natale de Yayoi Kusama, une artiste contemporaine célèbre dans le monde entier. Son exposition permanente abrite certaines de ses toutes premières œuvres, qui ne sont exposées nulle part ailleurs dans le monde. L'œuvre la plus imposante de sa carrière au niveau international, la sculpture géante « Visionary Flowers », est également exposée à l'entrée du musée. La citrouille jaune à pois noirs mesurant 2,5 mètres de haut est l'une des productions artistiques phares de l'année 2019.

Musée japonais de l'Ukiyo-e

Le musée japonais de l'Ukiyo-e possède la plus grande collection au monde d'estampes sur bois, un patrimoine artistique conservé et rassemblé depuis 200 ans par une riche famille de marchands de Matsumoto. Les œuvres exposées dans ce musée ont été soigneusement sélectionnées à partir de cette collection.



Trésor national : L'ancienne école Kaichi

L'ancienne école Kaichi, fondée en 1873, est l'une des plus anciennes écoles primaires du Japon. Son bâtiment, dont l'architecture a été inspirée du style occidental mais tout en gardant les techniques de construction traditionnelles japonaises, permet de refléter le « Bunmei-kaika », un mouvement d'occidentalisation du Japon qui a vu le jour au début de l'ère Meiji. L'école est aujourd'hui classée Trésor national.



Puits

De l'eau fraîche et pure jaillit du cœur des montagnes entourant Matsumoto et permet d'alimenter toute la ville en eau minérale. Visitez différentes sources et appréciez le doux murmure de l'eau.



Profitez de la vie nocturne à Matsumoto grâce à ses nombreux bars

Matsumoto est également célèbre pour ses bars. La ville compte de nombreuses brasseries élégantes, rénovées à partir d'anciens entrepôts traditionnels « Kura », dans lesquelles vous pourrez vous délecter de délicieuses boissons.



Programmes de découverte

Profitez d'une expérience immersive dans la culture japonaise et gardez un souvenir impérissable de votre voyage. Plongez dans l'histoire du Japon en portant un kimono, en vous déplaçant en pousse-pousse, en vous glissant dans la peau d'un samouraï ou d'un ninja, etc. et découvrez la cuisine traditionnelle en préparant des nouilles soba, des bonbons temari et bien plus encore.



Soba

Les nouilles soba sont très populaires au Japon et se déclinent en plusieurs variétés, dont le « Tōji Soba ». Cette dernière est une spécialité locale et rare de la région de Nagawa. Mettez vos nouilles dans une passoire et faites-les tremper dans une casserole remplie de champignons et d'autres légumes saisonniers avant de les déguster.



Fruits

Grâce à son climat chaud et ensoleillé et à sa différence de température accrue entre le jour et la nuit, Matsumoto est une région propice à la culture de fruits sucrés et juteux, tels que les pommes et les raisins. Les variétés de fruits de la préfecture de Nagano ont également gagné en popularité ces derniers temps.

Carte Touristique de Matsumoto



Les voitures personnelles sont interdites à Kamikochi
 Pour les visiteurs venant en voiture, veuillez emprunter un bus ou un taxi depuis Sawando ou Hirayu.

Les voitures personnelles sont interdites à Norikura
 (Tronçons de route à accès réglementé)
 -Ligne Norikura Echo : du 1er juillet au 31 octobre
 -Norikura Skyline : du 15 mai au 31 octobre
 (Tronçons de route à accès réglementé)
 -Sanbondaki au mont Norikura (ligne Norikura Echo)

[Légende Carte]

- Lieu à voir et Centre d'activités
- Centre d'activités en Nature
- 🔥 Onsen
- 🏌️ Terrain de golf
- 🛣️ Route Nationale
- 🛣️ Route à péage
- 🛣️ Route à accès limité
- 🛣️ Autoroute
- 🚧 Tunnel



	Jan	Fév	Mars	Avr	Mai	Juin	Juil	Août	Sep	Oct	Nov	Déc	
Moyenne des températures (Celsius)													
Maximales	4.9	5.6	10.0	17.5	22.6	25.5	29.0	30.5	25.0	19.0	13.3	7.9	
Minimales	-5.5	-5.3	-2.0	3.9	9.4	14.8	18.9	19.8	15.3	7.9	1.7	-3.1	
Précipitations	ml	31.1	42.5	73.5	86.8	92.5	135.9	132.6	95.8	162.3	89.4	52.9	23.3
les événements à Matsumoto et ses environs													
		Cygnés sauvages en hiver		Floraison des cerisiers à fleurs	Floraison des pêchers	Saison des pluies	Cueillette de myrtilles	Cueillette de raisin	Feuillage automnal				
Kamikochi	4/27-11/15	Routes fermées				Verdure du printemps	Routes fermées						
Mont Norikura	7/1-10/31	Routes fermées				Couloir de neige en bus	Navette de Bus pour lever du soleil	Routes fermées					
Plateaux de Norikura et Nagawa		Saison de ski				Raquette à neige, sentiers de ski dans la nature	Raquette à neige, sentiers de ski dans la nature	Raquette à neige, sentiers de ski dans la nature	Raquette à neige, sentiers de ski dans la nature	Raquette à neige, sentiers de ski dans la nature	Raquette à neige, sentiers de ski dans la nature	Ski	
Utsukushigahara	4/15-11/25	Routes fermées				Verdure du printemps	Routes fermées						
Le château de Matsumoto						Verdure du printemps	Routes fermées						



Bus touristique



Le bus dont le design a été réalisé par Yayoi Kusama
 Le bus touristique « Town Sneaker » qui part de la gare de Matsumoto constitue un moyen de transport pratique pour visiter la ville. Il comprend 3 circuits différents : nord, sud et est, avec un départ toutes les 20 à 30 minutes. Veuillez insérer le montant exact de votre trajet dans la machine à l'avant du bus lorsque vous descendez (il est possible que certains bus n'acceptent pas les cartes bancaires). Le tarif pour un trajet est de 200 yens. (Circuit ouest/sud : entre 150 yens et 200 yens) Un ticket d'une journée coûte 500 yens.

HELLO CYCLING (vélos en libre-service)



C'est un service de vélopartage permettant d'emprunter un vélo et de le restituer à tout moment dans une des stations dédiées. La ville compte actuellement plus de 20 stations, dont plusieurs d'entre elles situées à côté du rond-point devant la sortie Château (Est) de la gare de Matsumoto.



Ligne de bus régulière



Vous pouvez accéder à chacune des régions décrites dans ce guide depuis le rond-point à la sortie Château (Est) de la gare de Matsumoto, et le terminal de bus sur la droite de la station, de l'autre côté de la route (il est possible que certains bus à trajet fixe n'acceptent pas les cartes bancaires). Vous pouvez utiliser votre carte bancaire dans les terminaux de bus afin d'acheter un ticket pour Kamikochi, ou d'autres destinations.

Accès à Kamikochi, au mont Norikura et à la station thermale de Shirahone



- Kamikochi : 1 heure 30 minutes
 Gare de Matsumoto → Train → Shinshimashima → Bus → Kamikochi
- Hauts plateaux de Norikura : 1 heure 20 minutes
 Gare de Matsumoto → Bus → Centre d'information touristique de Norikura
- Station thermale de Shirahone : 1 heure 40 minutes
 Gare de Matsumoto → Train → Shinshimashima → Bus → Station thermale de Shirahone

Venir à Matsumoto



Accès depuis les Aéroports

Tokyo (Aéroport de Narita)	Keisei	Ueno	Nagano	Gare JR Matsumoto
		Approx. 3hr 45min.		
Nagoya (Aéroport du Chubu)	Meitetsu	Nagoya		Gare JR Matsumoto
		Approx. 2hr 50min.		
Osaka (Aéroport du Kansai)	Haruka (Train Rapide JR)	Osaka	Nagoya	Gare JR Matsumoto
		Approx. 4hr 15min.		

Train JR (Japan Railways)

Shinjuku Certains trains sont directs depuis Tokyo et Chiba	Approx. 2hr 30min. (1 par heure)	Ligne Chuo / Train rapide	Gare JR Matsumoto
Tokyo (via Nagano)	Approx. 1hr 30min.	La ligne Shinkansen Hokuriku (JR bullet train)	
Nagano	Approx. 50min.	Shinano (Train rapide JR)	Gare JR Matsumoto
Nagoya	Approx. 2hr.	Shinano (Train rapide JR)	
Osaka	Approx. 1hr.	La ligne Shinkansen Tokaido (JR Train à grande vitesse)	Gare JR Matsumoto
	Approx. 2hr.	Nagoya Shinano (Train rapide JR)	

Bus Longue Distance

Takayama	Approx. 2hr 10min.	Echangeur Matsumoto IC	Approx. 10min.	Gare Routière Matsumoto
Shinjuku	Approx. 3hr 10min.			
Nagoya	Approx. 3hr 10min.			
Osaka	Approx. 5hr 30min.			

En Voiture

Nagoya	Approx. 200 km.	Jonction Okaya JCT	Echangeur Matsumoto IC	Approx. 10min.	Château de Matsumoto
Tokyo	Approx. 220 km.	Autoroute Chuo			

(Ticket à tarif avantageux) Pass illimité pour la Route du Dragon « Shōryūdō » Longue distance

Trajets illimités pendant 5 jours pour un itinéraire d'une durée de 7 jours consécutifs via les autobus rapides et à trajet fixe desservant Nagoya, Gifu, Takayama, Shirakawa-gō, Kanazawa, Toyama, Takaoka, Wajima, Suzu, Matsumoto, les sources thermales de Hirayu, Shin-hotaka, Gero, Kamioka et Gokayama.



(Ticket à tarif avantageux) Passeport illimité pour les Alpes

Ce passeport est le seul qui permette de visiter simultanément les sites touristiques les plus populaires des Alpes japonaises, tels que Hida Takayama, célèbre pour ses villages historiques de Shirakawa-gō et sa source thermale Gero, mais aussi la ville-château de Shinshū Matsumoto, Kamikōchi et bien plus encore ! Que diriez-vous de profiter des charmes de Hida et de Shinshū grâce à ce ticket illimité d'une durée de quatre jours ?



Pour plus d'information, contactez :

Association du tourisme de Matsumoto

Email : oote-info@matsumoto-tca.or.jp URL : <https://visitmatsumoto.com/fr/>

3-8-13 Ote, Matsumoto City, Nagano, Japan 390-0874
JR Matsumoto Station 3F, 1-1-1 Fukushi, Matsumoto City, Nagano, Japan 390-0815