

MATSUMOTO

Japan.
Endless
Discovery.

松
本

繁体中文



VISITMATSUMOTO.COM

來去遊松本

自然&戶外活動

松本東西方高山環繞。松本的西邊，槍岳、乘鞍岳等中部山岳國立公園內的北阿爾卑斯群山，3000公尺以上高峰氣勢磅礴，也是充滿豐富自然的貴重區域。上高地、乘鞍高原等地，四季風情的絕美景色令人驚艷。松本東邊的美原高原，天氣晴朗時，可眺望日本阿爾卑斯群山甚至遠至富士山的美麗環景。美原高原，是個有許多高山植物盛開的遼闊高原。拜訪者總是被這美麗的自然景色深深吸引。

河童橋

上高地-河童橋

河童橋是上高地的象徵，能眺望日本最壯觀的山景。站在橋上眺望梓川的景色，到聳立在穗高山脈高台的山頂，享受隨四季更迭變化的美麗景致。為保護上高地的自然環境，禁止駕駛自用車進入。

上高地-大正池

現今仍冒出縷縷白煙的燒岳（2,453 m），在1915年爆發，阻斷了河川的流動，一夜之間形成大正池。天氣晴朗時，能飽覽池面倒映著穗高山脈的寧靜之美。依季節和時段，佇立於池中的朽木枯枝呈現出神秘的景觀。清晨雲霧、暗夜星空及其他如畫般美麗的場景，在在展現該地區多種不同的風貌，吸引了無數旅客到來。



乘鞍高原

乘鞍高原位於上高地的南端，自乘鞍岳東側（3,026 m）山麓延伸而成。有公路能抵達山頂下方海拔2,700公尺之處，可搭乘大眾交通工具前往。夏季舉辦日本最知名的自行車登山賽「乘鞍岳自行車登山賽」。山腹有天然溫泉湧出，在多家住宿設施都能享受浸泡在獨特乳白色溫泉中的樂趣。該地區有高10公尺的雪壁、山毛櫸林、高山花卉、秋季色彩艷麗的林葉、澄澈星空、瀑布、池塘、眾多自然步道及露營等，一應俱全。冬季還能玩雙板滑雪或雪鞋。2021年登錄為日本第一號零碳排公園，積極推動永續觀光。



雪之迴廊

5月下旬至6月下旬，可搭乘巴士前往海拔2600米的乘鞍雪景。流行的活動包括沿著 10 米高的雪牆行走和春季滑雪。



溫泉

松本市裡從熱鬧的市區到山林深處共有16處溫泉，以優質的溫泉來療癒旅途的疲憊。溫泉旅館中有含露天浴池的客房，無需顧慮他人，悠閒放鬆地享受泡湯而深獲好評。從市中心前往淺間溫泉和美之原溫泉的旅館的交通便利，白骨溫泉以乳白湯色聞名。



體驗活動

雪鞋健行、淋浴爬山等，可以盡情享受北阿爾卑斯的四個季節。

美原

位於松本東部標高2000公尺的遼闊高原，360度視野盡收眼底。天氣晴朗時還可看到遠方的富士山。代表美原象徵的美之塔，是為健行者搭建的避難所。6月至7月正是蓮華杜鵑等高山植物盛開的季節，6月至10月可看到放牧牛的景象。



松本城

松本城建於四百多年前的戰國時代，是指定為國寶的五座城堡之一。五層六樓的天守閣是日本現存天守中最古老的。與周圍自然融合為一的松本城之美，讓來訪的遊客無不為之驚艷。護城河附近的櫻花形成櫻花隧道，是春季最知名的賞櫻景點，在夏季綠意、秋季火紅、冬季景色中所見的松本城也相當受喜愛。日落後到夜間10點有燈光照亮天守，夜晚也能欣賞夢幻的景色。護城河環繞四周的城堡在日本亦不多見，因此能看到天守倒映在護城河水面的身影。



中町通

街道上並列著白與黑的格子土藏建築，充滿城下町風情備受喜愛。街上有各家手工藝品店、由年輕作家創作的木工、玻璃、布製品等小舖、個性咖啡店以及餐飲店等。



繩手通

長屋造的商店街，無論何時都如祭典攤販般的充滿著昔日風情。可享品嚐街道美食的樂趣。



松本市美術館

松本是世界著名藝術家草間彌生的故鄉。查看她的一些早期作品，這些作品在她的永久收藏中沒有在其他任何地方展出。她在世界上最大的作品，巨大的露天雕塑“Visionary Flowers”，陳列在博物館前。一個2.5米高的帶有黑色圓點的黃色南瓜是2019年的標志性作品之一。



國寶開智學校

1873年設立的舊開智學校，是日本最古老的學校之一，已指定為國寶。1965年改建為博物館，現今展示明治時代（1868~1912）的教材。仿西式建築感受得到文明開化的氣息。



日本浮世繪博物館

以江戸時代後期浮世繪作品收藏之量可稱世界最大規模，展示、收藏多數貴重浮世繪。



湧水

松本受群山環繞，街道上多處地點都有天然泉水自然湧出。



在酒吧享受夜晚的松本

松本市是知名的酒吧之都。市區中有多家將酒廠重新改造的時尚酒吧，歡迎品嚐多款美味銘酒。



體驗項目

您可以遇到將留在您旅行記憶中的日本文化。還可以體驗和服、武士、忍者、黃包車故事、手鞠蕎麥麵製作等傳統飲食文化。



蕎麥麵

當地以蕎麥麵聞名，其中「投汁蕎麥麵」是蕎麥麵的起源，是奈川地區的鄉土料理。把麵放進小竹簍裡，食用前浸到放著滿滿香菇和當季蔬菜的湯鍋後享用。



水果

日夜溫差大，陽光充足的松本，主要生產蘋果、葡萄等甜美又多汁的水果。長野縣開發的品種也廣受喜愛。

松本市 觀光地圖



	1月	2月	3月	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月
平均気温 (攝氏)	高温 4.9	5.6	10.0	17.5	22.6	25.5	29.0	30.5	25.0	19.0	13.3	7.9
降水量	毫米 31.1	42.5	73.5	86.8	92.5	135.9	132.6	95.8	162.3	89.4	52.9	23.3
松本市及其 鄰近地區的活動	白天鵝			櫻花 桃花		雨季	採葡萄	楓葉				
上高地	4/27-11/15	道路封閉			高山植物	新綠		楓葉		道路封閉		
乘鞍岳	7/1-10/31	道路封閉			雪之大谷觀光巴士			楓葉		道路封閉		
乘鞍高原&奈川		滑雪季			杜鵑花	高山植物		楓葉		滑雪		
美原	4/15-11/25	道路封閉			新綠	杜鵑花		楓葉		道路封閉		
松本城				櫻花	新綠			楓葉				



周遊巴士 Town Sneaker



市區觀光可多利用車站前的Town Sneaker。搭車時請於巴士後門上車，前門下車。到站前請按下車鈴，下車時再將車資投入投幣筒中。由松本站為起點4條路線，每20~30分鐘發車，一次200日圓、1日乘車券500日圓

HELLO CYCLING (自行車共享)



此自行車共享服務，於租借自行車後，可隨時將車歸還至指定的自行車架。在松本站的城（東）出口前圓環路口旁等，市內設有20個以上的站點。



路線公車



出了松本站後，巴士總站就位於您右手邊，從這裡發出前往各種不同目的地的巴士。大巴士圖案的招牌為其指標。巴士總站可使用信用卡，但巴士車內無法使用。

往上高地、 乘鞍岳、 白骨溫泉的交通方式



- 上高地 1小時30分鐘
松本站→電車→新島島→巴士→上高地
- 乘鞍高原 1小時20分鐘
松本站→巴士→乘鞍觀光資訊中心
- 白骨溫泉 1小時40分鐘
松本站→電車→新島島→巴士→白骨溫泉

交通路線圖



周邊觀光景點



1 金澤



2 白川鄉



3 高山



4 立山黑部阿爾卑斯山脈路線



5 白馬



6 妻籠



7 地獄谷野猿公苑



8 輕井澤



9 大王芥末農場



10 富士山



11 南阿爾卑斯山



12 名古屋城



從機場出發的路線

東京 成田機場	京成 上野	長野	約3小時45分鐘	JR松本站
名古屋 中部機場	名鐵 名古屋	約2小時50分鐘		
大阪 關西機場	HARUKA (JR特快) 大阪	名古屋	約4小時15分鐘	

JR (日本鐵路)

新宿 (一部分直通列車) 自東京、千葉出發	約2小時30分鐘 (每小時1班)	長野	約50分鐘	JR松本站
東京 (經長野)	約1小時30分鐘	長野	信濃 (JR特快)	
名古屋	約2小時	信濃 (JR特快)		
大阪	約1小時	名古屋	特急中央線	

高速公路公共汽車

高山	約2小時25分鐘	松本IC	約10分鐘	松本巴士總站
新宿	約3小時10分鐘			
名古屋	約3小時10分鐘			
大阪	約5小時30分鐘			

汽車

名古屋	約200km	岡谷JCT	松本IC	約10分鐘	松本城
東京	約220km				

(超值票券) 昇龍道巴士周遊券

連結名古屋、岐阜、惠那、中津川、馬龍、妻籠、飯田、伊那、箕輪、松本、長野、平湯、新穂高、高山、下呂、加子母的高速巴士 (部份路線巴士) 3天內無限次使用。



(超值票券) 阿爾卑斯廣域周遊券

從以白川鄉及下呂溫泉聞名的飛驒高山，到城下町信州松本，及上高地等日本阿爾卑斯的知名觀光地區，能一口氣全部暢遊的票券只有這個！用4天內無限次使用的票券，盡情沉浸在飛驒和信州的魅力中吧！



詢問處

松本觀光資訊中心

〒390-0874 長野縣松本市大手3-8-13

〒390-0815 長野縣松本市深志 1-1-1 JR松本站3樓

Email : oote-info@matsumoto-tca.or.jp URL : https://visitmatsumoto.com/zh-hant/

APR 2023