

鹽原溫泉 板室溫泉

美食、物產



栃木縣 那須鹽原市
觀光指南



栃木縣 那須鹽原市
觀光指南



鹽原溫泉 板室溫泉

溫泉、自然



每次到訪都有新發現
品嚐當季
美味之鄉



每次到訪總能令人心滿意足
絕景與療
愈之鄉



超越時代深受喜愛的 歷史悠久的2大溫泉



被雄偉的大自然環繞的鹽原、板室，是在平安時代發現的歷史悠久的溫泉地。除了溫泉之外，還有四季變換的絕佳美景、美食、休閒活動等，樂趣無窮。長年以來深受人們喜愛的，提供奢侈時光的療癒之鄉。

目錄

● 鹽原溫泉		P2~4
● 板室溫泉		P5~6
● 鹽原的溪谷美 吊橋和瀑布巡遊		P7~8
● 散步在板室的大自然之中		P8
● 伴隨季節變化的美景&活動		P9~10
● 那須鹽原市 觀光地圖		P11~12
● 休閒活動		P13~14
● 黑磯		P15~16
● 西那須野		P17~18
● 遊玩、購物		P19~20
● 那須鹽原 特產美食		P21~22

~ 奢侈享受雄偉的溪谷美與各種各樣的溫泉 ~

鹽原溫泉



鹽原溫泉是沿著呈現四季變換著溪谷美的箒川、東西9公里、南北4公里的廣闊範圍內分散的11處溫泉地。

源泉數占栃木縣內的4分之1有150座以上，湯量豐沛，每分鐘涌出1萬公升。

另外，湯色以及泉質各式各樣，被譽為「三大美人泉質」的碳酸水素鹽泉、硫酸鹽泉、硫磺泉，全部具備是其魅力。



可以一邊選擇適合自己皮膚的溫泉，在美麗的大自然中令身心煥然一新的溫泉地。

擁有開湯1200年以上歷史

據說鹽原溫泉的發祥是公曆806年，自古以來作為療養溫泉治癒了眾多旅人。

因著明治時期的鹽原新道開通和鐵路的修建吸引了眾多文人和貴族造訪，直到大正時代也吸引了許多皇室成員使用鹽原御用邸。



豐富！

可以選擇6種泉質♪

日本國內共有10種泉質，而鹽原溫泉竟有不同效能的6種泉質。



保溫效果超群！
鹽化物泉
鹽的殺菌效果可以治癒傷口，美膚效果也佳！

肌膚更光滑！
單純溫泉
低刺激，溫和的泉質。

浴後感覺清爽！
碳酸水素鹽泉
對肌膚溫和，令肌膚光滑的美膚之湯！

治癒生活習慣病！
硫磺泉
有擴張毛細血管的作用，可改善血液循環！

可治癒傷口！
硫酸鹽泉
滋潤成分給予肌膚彈力，讓肌膚變柔滑！

恢復美肌力！
酸性泉
殺菌、解毒作用有治療慢性皮膚病的效果！

女性不容錯過！

天然的
保濕美肌成分

何謂「偏矽酸」？

促進肌膚新陳代謝讓肌膚變光滑的美肌成分。據說擁有可以調整肌膚的神經醯胺的效果。鹽原溫泉的大部分旅館都是偏矽酸50mg以上的美肌之湯，而其中約9成以上，都是偏矽酸100mg以上的美肌效果顯著的溫泉。



溫泉的寶石箱 盡享 七彩溫泉

鹽原溫泉分佈著
七種顏色的溫泉有
「溫泉的寶石箱」的美譽。

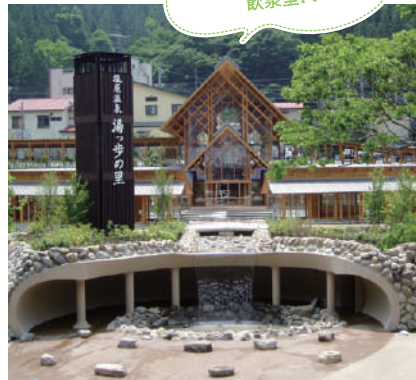


在日本最大規模的足湯放鬆身心
鹽原溫泉 湯步之里

有全長60公尺鋪著大小鋪路石的日本最大規模的足湯，可以一邊漫步一邊刺激腳底穴道，讓身心放鬆。另外還提供飲用溫泉水的飲泉堂。可以從體內呵護腸胃。

- 開館時間：9:00~18:00※冬季截止至17:00
- 休館日：每週週四
- 入館費：成人200日圓 國小、國中生100日圓
- TEL: 0287-32-3101

還有可以飲用溫泉水的
飲泉堂!!



古老優雅的鹽原十一湯之秘祭



**鹽原溫泉
古式湯祭**

是為了向溫泉獻上感謝以及祈願鹽原的繁榮不衰的傳統祭典。會在鹽原八幡宮供奉從元湯的源泉汲取的「御神湯」，舉辦「分湯儀式」。

推薦
當天往返溫泉



鹽原溫泉 華之湯

從早上到晚上，都可以輕鬆使用的碳酸水素鹽泉的當天往返溫泉設施。備有休息室和化妝室。

- 營業時間：10:00~21:00※最終入場20:30
- 公休日：週一※逢國定假日則次日休息
- 入浴費：國中生以上700日圓 國小、65歲以上、身心障礙者300日圓
- TEL: 0287-31-1058

溫泉噴霧 給予舒爽的早晨

鹽原溫泉噴霧

混合了鹽原的美肌泉質中5種溫泉水的源泉100%化妝水。使用特殊噴頭，粒子細微，可以直接噴在妝容上進行保濕。在家中就可以享受鹽原溫泉的樂趣。

- 容量80g
- 價格1,200日圓(未稅)
- ※那須鹽原市觀光局、鹽原物語館、市內旅館等有售。

好評
熱售中



故事從相遇開始 **鹽原物語館**

可盡享鹽原的美食、籌川周邊四季變換的景色、歷史的綜合設施。在資料展示室，可以欣賞以在明治、大正時代造訪鹽原的文人墨客為主的文學作品，並追尋他們的足跡。

- 營業時間：8:30~18:00(全年無休)
- 入館費：免費(僅限資料展示室收費)
- ※資料展示室 成人300日圓 國小、國中生・65歲以上、身心障礙者200日圓
- TEL: 0287-32-4000(鹽原溫泉觀光協會)

不僅僅只有溫泉！
還有
文化、歷史

齊藤茂吉、山岡莊八、
谷崎潤一郎等
眾多著名文人
都來過鹽原溫泉。
可以巡遊留有當年情趣的
歷史遺址和文學文學碑。



尾崎紅葉 文学碑



夏目漱石 文学碑

眾多文人造訪鹽原並留下了許多作品。
作品被刻在石頭上的文學碑，在鹽原約有70個基點。



鹽原首屈一指的能量景點

鹽原八幡宮(逆杉)



有樹齡長達1500年的國家天然記念物「逆杉」。



鹽原歷史探訪 源氏的隱密岩屋
史跡鍾乳洞 源三窟



因火山活動而形成的全長50公尺的鍾乳洞。附設可以參觀150點兵器的資料館。還可以穿盔甲拍照。 ●TEL: 0287-32-2338



縣指定
文化財產



可以感受到刻
在建築物上的歷史 **天皇間記念公園**

大正天皇和皇族成員們作為避暑地使用的位於鹽原御用邸的中心位置的御座所，被人們尊稱為「天皇間」。天皇間，保留著建築當時的風貌移建此處，並向一般民眾開放。

- 開園時間：9:00~17:00※冬季截止至16:30
- 休園日：週三※逢國定假日則次日休息
- 入園費：大人200日圓 國小、國中生、65歲以上、身心障礙者100日圓
- TEL: 0287-32-4037

與
謝野
晶子
夫妻
到
過
的
龍
化
瀑
布



可以體驗硬化石
樹葉化石園



展示著從園內的地層挖掘出來的30萬年前的動植物化石遺跡礦物。
●TEL: 0287-32-2052

享受溫泉文化 生活文化 以及藝術文化

板室溫泉



國家
登記有形
文化資產



溫泉文化

擁有1000年歷史的療養溫泉鄉

泉質主要是無色透明的鹼性單純溫泉，湯溫約40度。長時間浸泡在低刺激滋潤的溫泉中可以溫暖整個身體，不管泡多久都覺得很舒適，因此深受好評。因為具有良好的溫泉使用效果，1971年被環境省指定為「國民保養溫泉地」。



奧那須大正村 幸乃湯溫泉
●TEL.0287-69-1126

自古以來作為療養溫泉而深受歡迎！

板室溫泉的傳統入浴法 立湯 繩索之湯

抓住繩索，站立著浸泡在浴桶是板室溫泉独有的入浴法。水壓刺激從腳底到胸口附近，血液循環乃至末端的毛細血管。據說對膝蓋和腰的關節痛都有很好的療效。



板室健康之湯 綠綠

備有寬敞的休息室和食堂，在這裡也可以體驗繩索之湯。

- 營業時間：
[4~10月]10:00~19:00
[11月~3月]10:00~18:00
- 公休日：第4個週三
(逢國定假日則次日休息)
12/31~1/2
- 入浴費：成人500日圓 其他
- TEL:0287-69-0232

溫泉噴霧 賦予舒適的睡眠

板室溫泉噴霧

美肌成分豐富質感舒服，鹼性單純溫泉的源泉100%化妝水。無添加，不含防腐劑和化學成分。適合妝前、補妝、以及日常的保濕。

- 內容量80g
- 價格1,200日圓(未稅)
- ※那須鹽原市觀光局、鹽原物語館、市內旅館等有售。

好評
熱售中



作為「下野的藥湯」而深受喜愛的，靜靜地矗立在山間的板室溫泉。承繼著自古以來的情緒與文化，最近也漸漸建起了時尚的新旅館，是融合了懷舊和新氣息的療養之鄉。



巡遊能量景點！

板室溫泉三大祈願

板室溫泉周邊有三處治癒祈願所，各有不同的靈驗。



木之俣地藏尊
◆送子祈願



籠岩神社 ※因震災の影響目前封鎖中
◆乳癌治癒祈願



板室溫泉神社
◆關節炎、神經痛治癒祈願

日本乳癌粉紅絲帶運動

板室溫泉備有讓接受過乳癌手術的人可以輕鬆入浴的「入浴衣」，致力打造呵護女性的溫泉地。



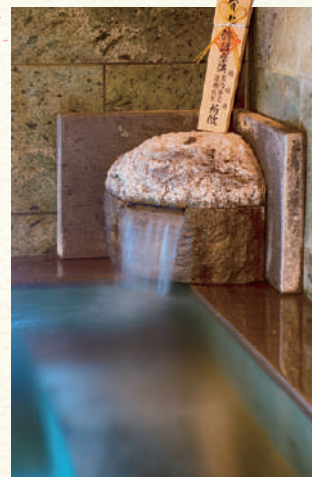
板室溫泉 ~溫泉參拜~

據說浸泡在供奉了在祈願所祈禱過的御札的浴池中，就能靈驗。「三大祈願祭」的三種類都有供奉。

4~6月	木之俣地藏尊
7~9月	籠岩神社
10~12月	板室溫泉神社
1~3月	板室溫泉三大祈願祭

三大祈願祭焚燒儀式

焚燒供奉的所有御札。
●日期：4月第3或第4個週日
●場所：那珂川河岸



藝術文化

充滿個性的現代藝術世界

近年，板室溫泉分佈著各種各樣現代藝術的作品。倉庫美術館常規展示著「菅木志雄」的作品，可以親身體驗其魅力。



倉庫美術館 (鑑賞僅限預約觀光行程、預約制)

預約觀光行程，可以鑑賞菅木志雄製作的5個庭園的裝置藝術。

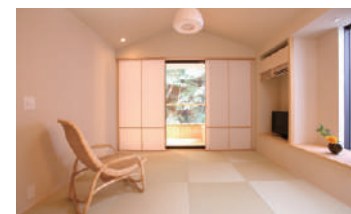
- 舉辦：每天10:00~11:00
- 費用：1人500日圓
- 申請：板室溫泉大黑屋 TEL.0287-69-0226



生活文化

世代傳承的療養溫泉的歷史

為了讓因保養而造訪的顧客得到放鬆，備有客房睡衣，也有提供可以選擇枕頭的旅館。是現代風格的療養溫泉。



還有可以選擇
枕頭的旅館♪



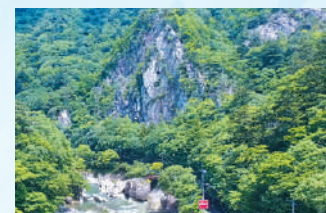
龍化瀑布

順著三個階段飛流直下的瀑布猶如一條龍，是鹽原首屈一指的知名瀑布。修整了方便行走的遊步道，可以輕鬆地欣賞大自然。



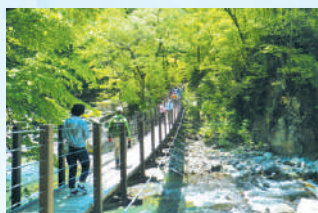
紅葉谷大吊橋

橫跨在鹽原水庫之上全長320公尺的大吊橋。從橋上可以眺望美麗的溪谷風景，紅葉季節更是絕美。
●使用費用：成人300日圓、國小、國中生、65歲以上、身心障礙者200日圓



天狗岩

高約100公尺，備有遊步道，可以一鼓作氣登上山頂，體驗登山的氛圍。



仙人岩吊橋

吊掛在清澈流淌的鹿股川之上全長30公尺的吊橋。



回顧瀑布

落差53公尺，是代表鹽原的瀑布。在觀瀑台可以眺望令人忍不住再次回頭欣賞的溪谷美。



回顧吊橋

鹽原的溪谷美 巡遊吊橋和瀑布

鹽原的豐富泉水滋潤著大山，形成獨一無二的溪谷之美。從眾多吊橋可以眺望四季變換的絕景。



大沼公園

周邊的遊步道是無障礙設計，可以輕鬆地觀察大自然享受森林浴。是被指定為「日本森林浴之森林百選」的公園。

鹽原溫泉遊客中心



提供鹽原的大自然和遊步道的資訊。

- 營業時間：9:00~16:30
- 休館日：每週週二（逢國定假日則次日休息）
- TEL：0287-32-3050

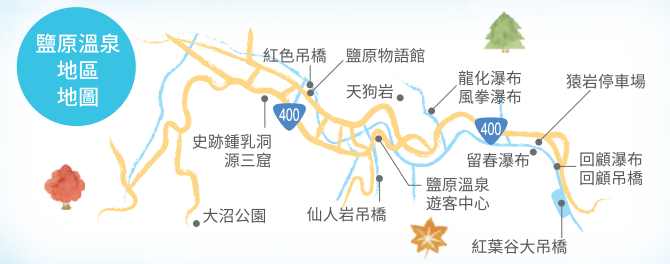
那須鹽原市
觀光影片

http://home.nasushiobara.kokosi.net/ja/dc_movie
掃描右側的二維碼可以觀看主要的自然景觀散步景點的影片。



留春瀑布

從猿岩停車場經過遊步道，下到第川溪谷，渡過吊橋可以看到留春瀑布。



板室的 大自然散步

位於那須山脉西側的板室，有各種觀光景點。溪谷旁的新綠和紅葉風景迷人，還可以玩水。



沼原濕原

位於那須山脉西側海拔1230公尺處的濕原，修整了可以環繞行走的木道，可以欣賞到四季變換的各種花朵。

杜鵑花（6月中旬~7月中旬）

木之俣園地

清澈透明的清流流淌的森林和大岩奇石形成的美景，可以感受大自然的偉大。



乙女瀑布

猶如處女的長髮般美麗的瀑布。根據季節和水量會呈現出不同的風貌。



巨岩吊橋



伴隨季節變化的 美景&活動



★紅色吊橋 因河岸被紅色的楓葉染成一片紅色，因此得名的紅葉名勝。

春

★牡丹花 妙雲寺 臨濟宗妙心寺派的寺院，每年的5月都會有3千株的牡丹花盛開的名勝。



★板室溫泉鯉魚旗的遊泳 無數的鯉魚旗在那珂川之上飄舞，是板室溫泉春天的一道風景線。

夏

★向日葵 公路休息站 明治之森黑磯 向日葵花田和青木邸的搭配堪稱一絕！在花田內也有遊步道。



川崎大師除厄不動尊大祭

遊行行列從鹽原物語館出發，終點是鹽原溫泉的富士山（須卷富士）山頂靈場。



百合園 HUNTER MOUNTAIN鹽原

夏天有百合園、秋天有紅葉、冬天有滑雪場，是一整年都可以盡興的景點。

紅葉索道 HUNTER MOUNTAIN鹽原

俯瞰紅葉風景，登上海拔1600公尺的山頂。



★那須野卷狩祭典

以「那須野卷狩」為主題，提供火鍋等食物的祭典。



★懸掛白蘿蔔

鹽原高原白蘿蔔懸掛在街燈以及橋欄杆等地方，是秋天的一道風景線！



★鹽原溫泉竹取物語

成排的竹燈籠，在溫泉街亮起充滿夢幻的燈光。



★那須花園暢貨中心 冬季彩燈

以光的演奏會為形象打造的彩燈，將那須花園暢貨中心裝扮得光彩奪目。



冬

★鹽原悠哉泡湯巡遊女兒節人偶

鹽原溫泉擺放有許多女兒節人偶。



歲時記

4月	黑磯櫻花祭(4月上旬～中旬)
	板室溫泉三大祈願祭焚燒儀式(4月第3或第4個週日)
	板室溫泉鯉魚旗遊泳(4月中旬至5月下旬)
	木之俣地藏祭礼(4/24)
5月	鹽原溫泉牡丹花祭典(5月上旬～下旬)
	鹽原溫泉霧氣馬拉松(5月中旬)
	西那須野花祭典(5月中旬)
7月	天然螢火蟲觀賞會(7月上旬～下旬)
	川崎大師除厄不動尊大祭(7/28)
	西那須野交流祭典(7月)
	抓取虹鱒(7月下旬～8月下旬)
8月	籠岩神社祭礼(8/8)
	那須野家鄉煙花大會(隔年8月)
9月	乃木神社例大祭(9月)
	鹽原溫泉祭典(9月第2個週一與前一天)
	鹽原溫泉古式湯祭典(9月下旬)
10月	板室溫泉神社祭礼(10/8)
	西那須野產業文化祭(10月第3個週六、週日)
	那須野卷狩祭典(10月第4個週日與前一天)
11月	懸掛白蘿蔔(11月初旬)
	那須鹽原半程馬拉松(11/3)
	那須花園暢貨中心 冬季彩燈(11月～2月)
1月	西那須野花市(1/11)
	鹽原溫泉竹取物語(1月～3月左右)
	板室溫泉三大祈願祭(1月～3月)
	黑磯初市(1月中旬)
2月	鹽原悠哉泡湯巡遊女兒節人偶(2月上旬～3月下旬)



A HUNTER MOUNTAIN鹽原 p13



B 鹽原溫泉竹取物語 p9



C 回顧吊橋 p7



D 千本松牧場 p14・17・19・21



E 乃木神社 p17

那須鹽原市 觀光地圖

鹽原溫泉

板室溫泉

F 三斗小屋溫泉

G SHOZO Street p15

H 那須花園暢貨中心 p20

溫泉、絕景、休閒活動……
巡遊充滿魅力的
各個區域！

交通資訊

搭乘電車

東京站	JR東北新幹線	那須鹽原站
	約70分鐘	
那須鹽原站	JR巴士	鹽原溫泉
	68分鐘	
	「鹽原溫泉巴士總站」下車	
那須鹽原站	關東自動車(舊東野巴士)	板室溫泉
	50分鐘	
	「板室溫泉」下車	
那須鹽原站	JR宇都宮線	西那須野站
	約6分鐘	
西那須野站	JR巴士	鹽原溫泉
	45分鐘	
那須鹽原站	JR宇都宮線	黑磯站
	約6分鐘	
黑磯站	關東自動車(舊東野巴士)	板室溫泉
	35分鐘	
淺草站	東武線	上三依鹽原溫泉口站
	約3個小時	
上三依鹽原溫泉口站	湯巴士	鹽原溫泉
	約25分鐘	
	「鹽原溫泉巴士總站」下車	

駕車

■從東京方向出發

浦和IC	東北自動車道	西那須野鹽原IC
	約1個小時30分鐘	

■從仙台方向出發

仙台宮城IC	東北自動車道	黑磯板室IC
	約2個小時	

方便周遊那須的觀光優惠券小冊

O・M・O・T・E・那須手帳

適合巡遊7處溫泉，
是那須之旅不可或缺旅遊手冊！
滿載特惠和觀光資訊，
還附帶方便查看的大地圖。

●價格 1,000日圓(未稅)

此處查看各設施的交通資訊！

kokosil.那須鹽原

可以通過智慧型手機等查看市內的
觀光名所、住宿、餐飲店的資訊、
交通資訊。馬上下載！



洽詢

(一社)那須鹽原市 觀光局

〒329-2801 栃木縣那須鹽原市間谷 448-4

TEL:0287-46-5326

http://nasushiobara-kanko.jp/tw/

※本指南手冊所刊載照片、圖片僅供參考。
※本指南手冊所刊載地圖均為略圖。

戶外活動

那須鹽原市內
有許多活用大自然的體驗和遊樂活動！
來挑戰各種不同的休閒活動吧！

初學者也很安心遊玩！
在湖上輕鬆地欣賞
絕佳美景！



鹽原 **mizudori**
●TEL.090-1900-0774 (代表)

溯溪



瀑布清水或深潭跳水，
充滿刺激的水中運動！

Omuche Outdoor & Sports CLUB
清澈通透的那珂川的源流，享受水中運動的樂趣。
●TEL.0287-47-4267

釣魚

有日本全國罕見的
「平家蟹」和「源氏蟹」飛舞
(7月上旬~下旬)



釣的魚可以當場品嚐，
也是一大樂趣！

板室 **那須釣魚園**
兒童、初學者、乃至高階者，
都可以享受正宗的溪流垂釣。
提供魚竿租賃以及出售魚餌，
還承接烹飪，空手前來也可以！
●TEL.0287-69-0009

鹽原 **鹽原見晴台釣魚處**
●TEL.0287-32-3876
宮島釣堀園
●TEL.0287-32-2869

獨木舟、皮艇

使用穩定性極高的休閒皮划艇，
因為是無流動水的湖，
即使第一次體驗獨木舟也能安心參加。

緩慢地駛過平穩的水面！



板室 **Nature Planet**
(獨木舟、皮艇、槳板)
●TEL.0287-69-1168 或
080-6678-1117

高爾夫

在大自然的
環繞之下舒適地揮桿！



鹽原 **鹽原鄉村俱樂部** ●TEL.0287-35-2211

西那須野 **HORAI鄉村俱樂部**
●TEL.0287-37-4114
西那須野鄉村俱樂部
●TEL.0287-37-8111

黑磯 **那須鄉村俱樂部** ●TEL.0287-62-0840

滑翔傘

俯瞰那須野原
地大自然！



黑磯 **KPS那須高原滑翔傘學校**
「體驗飛行」乃至「單獨飛行」，
可自由地享受空中滑翔。
●TEL.0287-76-4740

自行車

宜人的高原之風！



鹽原 **鹽原箱之森遊樂園**
運動器材以及自行車廣場等，
是闔家盡興的公園。
●TEL.0287-32-3018

徒步旅行&登山

親身體驗
雄壯的大自然！



鹽原 **鹽原温泉
遊客中心**
舉辦紅葉散步
以及雪鞋
徒步旅行等活動！
●TEL.0287-32-3050

在森林嚮導，
公園指揮人的
帶領之下
散步如何？



也有夜晚觀光行程！

板室 Moora Beat

以孕育著豐富植物的
沼原濕原和木之俣
溪谷等處為據點舉辦
散步旅行。
●TEL.090-7194-2960
●預約受理時間：8:30~17:30
※位於收訊不佳的位置，
電話可能不好接通。



露營

分散著可以體驗不同地區的
大自然的露營地！



鹽原 **鹽原綠色村莊**
在綠意的環繞之下，各區域都設置有野外廚房，
貼心設計的汽車露營場。●TEL.0287-32-2751
箱之森遊樂園 ●TEL.0287-32-3018

黑磯 **鳥野目河川公園汽車露營場** ●TEL.0287-64-4334
西那須野 **那須野原公園汽車露營場** ●TEL.0287-36-5588

雙板、單板滑雪

全長3,000公尺的
滑坡！



鹽原 **HUNTER MOUNTAIN鹽原**
「HUNTER MOUNTAIN鹽原」
是坐擁最長滑行距離達3000公尺的
首都圈最大規模的滑雪場。
除了擁有共12條多元化雪道，
也有可以讓小朋友玩雪的
「兒童樂園」
●TEL.0287-32-4580

雪橇

兒童可以在
兒童樂園裡
安全遊玩！

騎馬

初學者也可以
安心參與♪
體驗留下紀念吧



黑磯 **那須鹽原市馬場**
室內馬場不拘天氣隨時都
可以享受騎馬的樂趣。
●TEL.080-2100-1515 (需預約)
那須訓練農場
會員制騎馬俱樂部。
每個月會舉辦一次馬術競賽。
也有體驗活動。
●TEL.0287-62-5188

西那須野 **千本松牧場**
●TEL.0287-36-1025

復古時尚的那須高原的玄關口

黑磯



復古街景的商店街，活用空店舖開設
咖啡廳或商店逐漸增加，是引人注目的地區！
也適合前往ART369散步♪

從站前大道步行約10分鐘・
以SHOZO café為中心的
經過修建翻新的建築物，
有許多優雅的店家林立・

SHOZO
Street

1988 CAFÉ SHOZO

被稱為咖啡廳熱潮的先鋒，
復古優雅氛圍的咖啡廳。

●公休日／不定期公休 ●TEL.0287-63-9833



Chus

有銷售當地蔬菜和加工品的直銷所和餐廳。

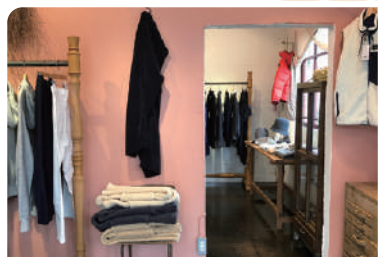
●公休日／第2個週四 ●TEL.0287-74-5156



ROOMS

銷售歐洲和印度的古董和日本的舊道具的店家。

●公休日／不定期公休 ●TEL.0287-64-5650



LUNETTES

出售服裝和登山道具的商店。
製作並銷售原創品牌的商品。

●公休日／不定期公休 ●TEL.0287-74-2405



引人注目的再開發地區！

黑磯站前
美食

國家登記
有形文化資產

Café DE Grand Bois

使用在大正時代建造的銀行建築，
厚重的石頭建造的咖啡廳。
復古的巨大掛鐘令人印象深刻！

●TEL.0287-64-2330



日式餐館 石山 在「圍爐裏的房間」
可以品嚐名菜「卷狩鍋」。

●TEL.0287-62-0128



先來獲取資訊吧！



2019年7月開幕

那須塩原市
城市交流中心
「KURURU」

黑磯神社

深受當地人喜愛的
富有風情的神社。
每年7月舉辦的「穿
茅草圍」，吸引許多
參拜客前往。

●TEL.0287-62-0232



有方便在城中散步的租賃自行車。

累了可以在咖啡廳小憩一番。 ●TEL.0287-73-5597



國家登記
有形文化資產

舊青木家族那須別墅

曾任德國大臣和外務大臣的
青木周藏子爵建造的德國式洋房。
展示開拓的歷史和資料。

●營業時間／9:00～17:30
(從10月～3月截止至16:30)

●休息日／週一(逢國定假日則次日休息)
以及12月29日～1月3日

●入場費／成人200日圓、國小、國中生100日圓
身心障礙者免費(需出示手冊)

●TEL.0287-63-0399



什麼是ART369?

從黑磯站周邊至板室溫泉的板室街道(縣道369號縣)沿路的別稱。
是以那須鹽原市的特產品——牛奶(牛奶——369)命名的。
除了有多個藝術景點之外，還可以在這裡享受歷史，文化和美食！



N's Yard

展示藝術家奈良美智的作品以及最新作品的藝術設施。

●休息日／週二、週三 ※每年12月中旬至3月下旬的冬季閉館 ●TEL.0287-73-5711

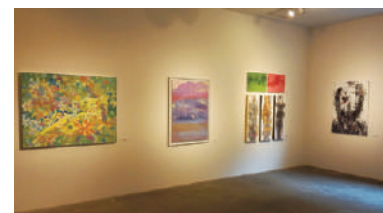


茶房花苑

銷售講究手工製作的
銅鑼燒和麻糬等
日式甜點。

●公休日／週三
●TEL.0287-74-6479

以杉木樹圖案為形象打造的富有魄力的戶外雕塑。
Miss Forest/ Thinker © YOSHITOMO NARA 2017



畫廊○△□

可租賃給藝術家。(請洽詢)



北風与太阳

由舊戶田小學改建而成的餐廳咖啡廳，
作為身心障礙者就業支援事業所使用。
附設畫廊。

●公休日／週二、週三、第一個週四
●TEL.0287-73-8700

黑磯公園 周邊



黑磯公園

以櫻花而聞名的賞櫻勝地。
在每年四月中旬舉辦的黑磯櫻花祭，
吸引許多市內市外的人們造訪。



那珂川河畔公園

繞著大池有日本庭園和廣場，
附設水生植物園，
其中有各種植物隨著季節的變化而開花。



遺留著明治時代餘韻的「日本遺產」

國家登記
有形
文化資產

「那須野原」曾經是一個水源貧瘠的荒野，當時對建設現代化國家充滿熱情的政府注意到這在遍布各地的明治貴族的宅邸，可以瞥見引領曙光的貴族們的足跡。

這片土地的歷史在
2018年被認定為
日本文化遺產



日本遺產



明治開拓的歷史 大型農場的浪漫～

貴族們開拓的農場，除了為了提高荒野的生產力，還伴隨著對歐洲貴族憧憬的實現。一邊在政治的中心工作一邊經營農場，假日則在別墅優雅度過。貴族們夢想中的風景，可能就是這一片土地。

日本遺產
「明治貴族描繪的未來
～那須野原開拓浪漫譚～」

點擊此處觀看YouTube影片



寶物庫

展示許多乃木將軍夫婦的十分珍貴的遺物。

●價格／成人100日圓

乃木希典那須野舊宅

由擔任陸軍大將的乃木希典親自設計的富有農家風格的樸素別墅。

*別墅內部不向公眾開放

乃木神社

為了供奉乃木將軍夫婦於1918年建造的神社。本殿和拜殿在2019年被登記為國家登記有形文化資產。佔地內有乃木希典的別墅和寶物館。

●TEL.0287-36-1194 (乃木神社)

御朱印有
3種類可選擇



2 大山參拜道

前往埋葬明治時代的元勳——大山巖墓的參拜道。樹齡約100年的楓樹是知名的紅葉名勝，每年11月中旬至下旬是欣賞楓葉的最佳時機。

3 千本松牧場



大型農場的代表。目前作為觀光牧場有各種不同項目可以體驗。

●TEL.0287-36-1025

4 那須野原公園



這裡是可以欣賞那須野原和那須山脈風景的綠意盎然的公園。

●TEL.0287-36-1220 (那須野原公園管理事務所)

那須水渠

領導那須野的原野開拓的那須水渠，2017年被登記為「世界灌溉設施遺產」。從那珂川引來的水，至今還持續注入因開墾而開拓的稻田中。(拍攝地點 青木)



7 那須野原博物



廣泛介紹開拓的歷史、地區的民族、考古、自然等的博物館。

●開館時間／9:00-17:00 (入場時間截止至16:30)

●休館日／週一 (逢國定假日時開館)

●參觀費／成人300日圓，高中生200日圓，國小國中生100日圓

●TEL.0287-36-0949

還有高4.5公尺的
那須水渠取水口的
1/2模型！



5 大山別墅(大山紀念堂)

建於大山巖開設的大山農場內的別墅。別墅周邊是現今縣立那須拓陽高校的「大山農場」，參觀需要提前一週預約。(週一、週三、週五 下午1點30分起)
●TEL.0287-36-1225
(那須拓陽高校事務室)

6 鳥森公園



建於小山丘上的廣闊公園。山丘上有鳥森稻荷神社和源實朝的歌碑。

●TEL.0287-36-6040 (城市公園管理處)



我們有500隻夥伴哦！

那須鹽原獨一無二！在人氣景點盡享

遊玩

購物



動物交流廣場



那須花園暢貨中心

夏威夷風格的，可以接觸大自然和動物們。
匯聚了約140家店鋪的度假型暢貨中心。

●營業時間：10:00～19:00 (根據季節會有所變動) ●TEL.0287-65-4999

在當地也深受歡迎！
可以遊玩一整天！

千本松牧場

從西那須野鹽原IC往鹽原方向開車約2分鐘的千本松牧場，
可以用餐、購物、接觸動物等，有各種不同的體驗。

●營業時間：9:00～18:00 ●TEL.0287-36-1025

VACA DULCE

花耗4個小時以上
燉煮而成，最後澆上
濃郁牛奶醬
「VACA DULCE」。

特產霜淇淋

使用在牧場內榨取的
新鮮美味的牛奶。

伴手禮

小賣店銷售牧場引
以為傲的乳製品等
1,000點以上的商品。



SEN BON MATSU

夏威夷風格商店

由當地生產者製作的
當季蔬菜和甜點等，
是可以享受那須恩惠的商店。



NASU

GARDEN OUTLET



遛狗場

擁有廣闊的開放空間，有寵物咖啡和商店等，
可以和寵物愉快度過。

冬季彩燈

寶藍色的「銀河」是非常受歡迎的拍照景點。



那須鹽原市的
特產乳製品

生乳生產日本本州第一名的
那須鹽原市坐擁許多牧場，
在此可以品嚐到牛奶，起司等新鮮美味的乳製品！



起司工房那須之森「森林起司」

在世界最具權威的起司大賽中獲得
「World Cheese Awards 2019」
最高榮譽的「金牌大賞」！
是日本製起司的第一個創舉。

●TEL.0287-73-5420

其他還有這
些伴手禮！

NASU WINE
渡邊葡萄酒園釀造

自1884年創業以來保持120年之久
不變的製法製作的當地葡萄酒莊。
據說乃木希典將軍也很喜歡喝。

●TEL.0287-62-0548



鹽原一千二百年物語

有使用鹽原的溫泉水製作的
獨家燒酒和當地啤酒等！

●TEL.0287-32-2337



疏水之鄉直銷中心



旁邊的蕎麥麵店
也很受歡迎！

銷售清晨採摘的蔬菜，
採用可以得知栽培人的銷售方式。

●營業時間：9:00～16:00
●TEL.0287-37-7768

鹽原物語館



鹽原獨有的商品，手工伴手禮等。

●營業時間：8:30～18:00 (全年無休)
●TEL.0287-32-4000 (鹽原溫泉觀光協會)

起司花園



絕品的起司蛋糕適
合做伴手禮！

以人氣的「御用
邱起司蛋糕」為
首，銷售眾多點
心和紅茶等。



起司花園 THE OVEN

●營業時間：9:00～18:00 ●TEL.0287-35-4609

起司花園 鹽原珈琲

●營業時間：9:00～18:00 ●TEL.0287-35-3555

起司花園 那須花園暢貨中心店

●營業時間：10:00～19:00 ●TEL.0287-65-9106
※以那須花園暢貨中心的營業時間為準。

公路休息站

明治之森・黑磯

被豐富的大自然環境可以放鬆休息



果肉豐富！
引以為傲的佳品

深受歡迎！
草莓義式
冰淇淋



在舊青木家那須別墅旁邊。農家市場有許多新鮮的蔬菜和特產品！
附設農家餐廳&冰淇淋工房「青木之森——咖啡廳」、麵包工房。

●營業時間：[農家市場] 8:30～17:30 (11月～2月營業至16:30為止)
[餐廳、麵包工房] 9:00～18:00 (10月～3月營業至16:30為止)
●TEL.0287-63-0399

Agripal鹽原(湯之香鹽原)

品嚐手工製作的
當地美食！



鹽原的名產
高原蔬菜



飛空甜瓜

有農產物直銷所和農村餐廳、麵包工房。

Agripal鹽原還栽培在日本全國罕有的水耕栽培甜瓜。

●營業時間：9:00～17:00 (12月～2月營業至16:00為止) ●TEL.0287-35-4401

「富有講究的佳品」
提供最棒的
清晨時光」

期間限定
品嘗草莓與牛奶的甜點盡享那須鹽原！
草莓與牛奶的慶典

盡享新鮮草莓 & 牛奶甜點」

可以品嚐到使用代表那須鹽原市的「草莓」與「牛奶」製作的各種各樣的原創甜點」

還有這麼可愛的甜點」

草莓牛奶蛋糕
價格1袋100日圓
1箱10袋入1,000日圓
(未稅)

鹽原溫泉、
松本溫泉、
價格500日圓
(未稅)

鹽原溫泉、
松本溫泉、
價格500日圓
(未稅)

草莓與牛奶的慶典原創商品

「富有講究的佳品」
提供最棒的
清晨時光」

～早餐的每一道菜品都有一段故事～
早餐一品物語

使用當地精選的食材、講究調味、烹飪方法等，
提供別具一格的早餐！

那須鹽原地酒物語

在那須鹽原市內的參與設施，提供經過嚴選的品酒套餐！
請享用栃木縣引以為傲的美酒」

「富有講究的佳品」
提供最棒的
清晨時光」

～評鑑栃木酒～ 盡享引以為傲的美酒！
那須鹽原地酒物語

在那須鹽原市內的參與設施，提供經過嚴選的品酒套餐！
請享用栃木縣引以為傲的美酒」

將武將們的餐食以現代風味呈現」

期間限定
品嘗那須野的恩惠的佳餚
卷狩鍋慶典

從源賴朝在那須野原狩獵獲得靈感而誕生的當地知名料理
「卷狩料理」，各店家的食材各不相同」

那須鹽原市到處都有！
美味的麵包店

酪農產業繁榮的那須鹽原市，有許多深受觀光客和當地人們喜愛的麵包店。
有的店家還附設咖啡廳，請品嚐新鮮出爐的美味麵包！

湯汁炒麵

看起來像是拉麵，味道卻是炒麵，是當地的B級美食！
拌著醬汁的麵條和醬油口味的湯汁，味道堪稱一絕。

金彦 ●TEL.0287-32-2560
Kobaya食堂 ●TEL.0287-32-2371

**那須御養卵
蛋包飯**

飽含甜味和美味的大田原產的雞蛋，
口感鬆軟柔滑。

鹽原物語館內
cafe restaurant 洋燈
●TEL.0287-32-4000

溫泉饅頭

溫泉伴手禮的代表名產「溫泉饅頭」。
各個店家的顏色、口味、
大小各不同！
請找到您最喜歡的那一款吧！

手打蕎麥麵

那須鹽原有許多蕎麥麵店。
請品嚐美味的蕎麥麵吧！

使用優質的日本國產蕎麥麵粉製作香氣宜人的手打蕎麥麵。
其中使用現磨的蕎麥麵粉打的十割蕎麥麵更是別具一格。

邂逅絕無 僅有的美味！

**那須鹽原
知名美食**

Nasushiobara Specialty Gourmet

喇叭燒

薄薄的外皮，各個店家的內餡各不相同。
是模仿喇叭馬車的喇叭造型製成的點心。

什麼是喇叭馬車？
曾經作為重要的交通工具的共乘馬車，
可以乘坐著巡遊溫泉街。