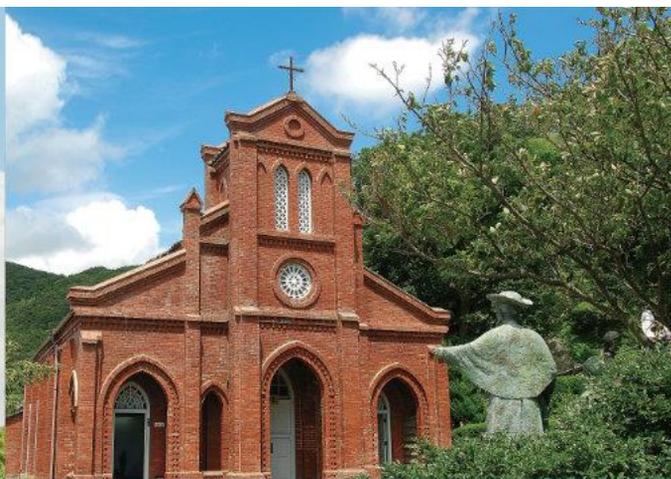




The Official GOTO Travel Guide  
Visit GOTO City

# 长崎市内观光&初次五岛（福江岛） 岛内周游 4天3夜之旅



游览长崎市平和公园、哥拉巴园及教堂，往五岛出发！在此介绍被誉为日本最美的高滨海水浴场、福江岛地标“鬼岳”、五岛代表性景色“大濑埼灯塔”及其周边景点。此行程可有效周游岛内，推荐给第一次到五岛观光的游客参考。

4天3夜

公共交通、超高速渡轮、汽车、徒步

长崎市内·福江岛

## • START

### 1 【第1天】在平和公园散步

#### 祈愿世界和平的公园



平和公园内有象征祈求和平的平和祈念像、追悼原子弹爆炸牺牲者的纪念碑，向到访游客强烈呼吁和平的重要性。原爆资料馆内展示遭遇原子弹爆炸的悲惨情形及之后重建的历史，可从中学习到和平的重要性。



步行约10分

### 2 【第1天】天主教浦上教堂（浦上天主堂）

#### 跨越苦难建立的教堂



浦上天主堂由遭受迫害的天主教徒所建立。虽因遭受核爆而被严重损害，但之后得到重建。承受住了核爆冲击波的天使之钟，至今依然在鸣钟报时。

※关于照片的刊登已获总教区许可。



从路面电车平和公园电车站搭乘电车约20分钟到达新地中华街电车站

## 【午餐】长崎新地中华街

日本三大中华街之一



新地中华街上有美丽的红门及灯笼点缀，约40家中华料理餐厅及伴手礼品店集结于此，热闹非凡。在这里可享用地道的中华料理，著名的“海鲜什锦面”和“脆干面”深受欢迎。农历新年时会举办华丽的灯会，观光客络绎不绝。



从路面电车新地中华街电车站搭乘电车约7分钟，下车后步行约5分钟到大浦天主堂电车站

## 【第1天】大浦天主堂

面朝哥拉巴通路建造的教堂



大浦天主堂是代表中世纪欧洲建筑的哥特式教堂，以现存日本国内最古老教堂而闻名。圣堂内的部分彩绘玻璃窗从1879年改建时保留至今。大浦天主堂也是被列入世界遗产的“长崎和天草地区潜伏天主教徒相关遗产”的构成部分之一。

※关于照片的刊登已获总教区许可。



步行约5分

## 【第1天】哥拉巴园

美丽庭园与历史建筑物齐聚一堂的观赏胜地



在哥拉巴园可看到旧哥拉巴住宅等9栋传统建筑物。其他还有一些历史悠久的西式建筑林立于园内，可一窥当时的生活样貌。

这座能一览长崎港美景的庭园，是长崎数一数二的热门景点。园内也提供复古礼服租借服务，推荐穿上礼服漫步庭园。



步行约7分钟到路面电车大浦天主堂电车站，乘车后在新地中华街电车站换乘，乘车约25分钟到达长崎车站前电车站。

## 【住宿】长崎车站周边



1

## 【第2天】长崎港（7:40）



搭乘超高速渡轮大约需85分钟

2

## 【第2天】福江港（9:05）



步行约12分

3

## 【第2天】五岛观光历史资料馆



五岛观光历史资料馆为纪念旧福江城市制度施行35周年而设立（已于2004年并入五岛市）资料馆位于石田城遗址，1987年开工，1989年11月12日向公众开放。资料馆介绍五岛的文化遗产、历史沿革和观光发展。



步行约10分

4

## 【第2天】福江城

这是日本唯一一座直接面向大海的城堡。



石田城由五岛家族第30代领主决定修建。这座城堡建于1849-1863年，历时15年，共有5万多名工人参与施工，是日本最后建造的一座城堡，也是当时唯一一座三面正对大海的城堡。

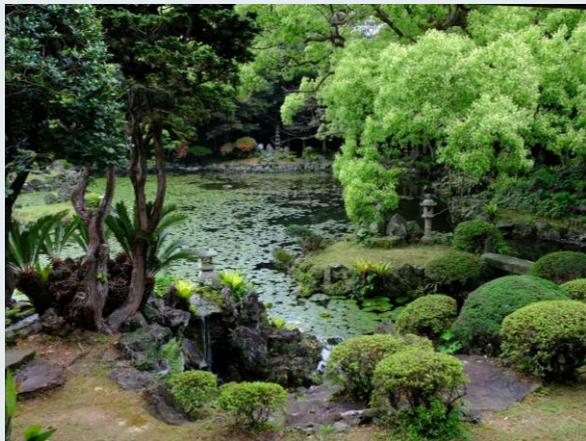
如今，这座城堡内有一座文化中心、一所高中、五岛旅游史料博物馆以及市公共图书馆。



步行约6分

## 【第2天】五岛氏庭园隐殿屋敷·心字池

国家指定名胜。花费了2年的岁月修建的五岛家族的隐殿。



是由五岛家族第30代的盛公花费了2年的岁月修建的五岛家族的隐殿。

由京都的僧侣全正设计建造的庭园效仿了金阁寺的丸池，充满情趣。园内还有酷似心字的“心字池”、据说树龄在800年以上的楠木以及随着四季而变幻的各种植物可供观赏。

石田城五岛家族的庭园：

是建造时期明确，极为稀少地与建筑物一起完整保存下来的城中庭园。由于在庭园文化史上具有极高的价值，于平成3年（1991年）被指定为国家名胜。

隐殿屋敷：

庭院内的建筑的隐殿屋敷于文久元年（1861年）建成后距今已经150多年。可以看到修补、增改建的痕迹，但没有根本性的大修的痕迹。屋顶已经劣化、小屋及轴部的木材的虫害、腐朽较严重，建筑本身已呈倾斜状态，其存续已较危险。



步行约6分

## 【第2天】武家屋敷大道/福江武家屋敷大道故乡馆

位于武家屋敷大道的观光设施



武家屋敷大道曾是中等阶层武士家宅的聚集地，至今街道两旁也依然耸立着高高的石墙和药医门。而故乡馆则是利用其间的福江武家私宅旧址建成的观光设施。

该设施中除了有介绍福江历史的展厅以外，还可体验BARAMON风筝的装饰绘画和彩绘玻璃钥匙圈的制作。来到可以眺望庭园的日式房间，在饮茶空间享用五岛特产也是不错的体验。

7

## 【午餐】福江地区



驱车约10分钟

8

## 【第2天】明星院（日本遗产）



明星院是五岛氏历代藩主的礼佛场所。现存正殿由第28代藩主五岛盛运于1778年所建。

五岛市最古老的木制佛寺，五岛氏历代藩主的礼佛场所。现存正殿由第28代藩主五岛盛运于1778年所建。明星院也是五岛地区的密教真言宗主寺。正殿天花板上的彩绘壁画相传为著名画家狩野永德的弟子所绘。明星院收藏了许多镰仓幕府和室町幕府时代（12世纪中期到16世纪中期）的佛教文物和雕像，据传高僧空海大师从中国回来后曾在此地暂憩。



驱车约15分钟

## 【第2天】鬼岳

出产过火山泪，是富江岛的象征。



这里是五岛的象征“鬼岳”。

海拔315米，整座山被草坪覆盖，与其名相反呈美丽的流线型的火山。

徒步登顶后可以将富江的市区尽收眼底，还可以眺望到远处的上五岛地区。

夏末至秋季，还可以观赏到数种较为珍贵的植物。



驱车约5分钟

## 【第2天】澄濑访客中心

地质公园区域的观光设施



西海国立公园包括长崎县佐世保市的九十九岛、生月岛、平户岛以及五岛列岛，共大大小小400多个岛屿构成了多岛景观的美丽公园。

在国立公园内的访客中心和五岛列岛地质公园区域的观光设施中，通过视频、立体模型、展板等方式向游客提供各种信息。同时也举办自然观察会和用自然材料制作手工等讲座。

※展板上配有英语译文



步行约1分

## 【第2天】铎濑溶岩海岸

火山岩的非凡景观。



鬼岳火山爆发时，喷涌而出的熔岩流入大海，形成连绵数十公里的复杂海岸线，海岸一带遍布亚热带森林。从观景台远眺，可将鬼岳山和周边岛屿的美景尽收眼底。

可前往附近的“铎濑游客中心”，了解当地丰富的动植物群。



驱车约10分钟

## 【住宿】鬼岳温泉（五岛CONKANA王国内）

仅限住宿旅客使用的天然温泉



鬼岳温泉位于鬼岳山麓的“五岛CONKANA王国”内。馆内有露天和室内浴池，也有桑拿浴。以褐色浊泉为特色，因可温暖身心而广受好评。您可一边仰望满天星空，一边享受泡汤的幸福时光。



驱车约30分钟

## 【第3天】水之浦教堂

纯白色木制教堂，混合罗马式、哥德式及和风建筑的杰作。



水之浦教堂据传始建于1797年，当时由于大村落与五岛藩之间的协议，五户人家从外海地区（长崎市北部）迁来此地。

第一座教堂建于1880年，但很快就被摧毁。1938年，这座教堂在现址重建，邀请著名建筑家铁川與助设计建造。

这座纯白色木制教堂是混合罗马式、哥德式及和风建筑的杰作，也是五岛地区最大的木制教堂，其白色尖顶与蔚蓝大海相映成趣，宛如明信片上的美丽风景。

教堂后山矗立着圣约翰五岛雕像，还有一座禁教令时代的牢房遗迹。



驱车约20分钟

## 【第3天】高滨海水浴场

最为天然海水浴场，是日本首屈一指的白沙海滩。蓝绿相间、清澈透明、也是可以作为五岛名片的海水浴场。



西面的海上漂浮着嵯峨岛、被绿色植被环绕的银白色沙滩、清澈见底的海水，因此入选“新观光百景”、“日本之渚百选”、“日本之道百选”、“日本水浴场88选”。

海水浴场的相关设施完备，不仅是本岛居民，日本国内也有大量游人到访。

从旁边的鱼篮观音展望台俯视，可以看到海水的颜色由近及远从浅蓝色到蓝色到靛蓝色的变化，层次感分明，令人感叹！

3

## 【第3天】NEW潘多拉

以海鳧料理著称



努力做到自产自销，食材的供应商均来自可以溯源的当地生产者。虽以海鳧料理著称，但炸大虾也是极具诱惑力的一款菜品。



驱车约25分钟

4

## 【第3天】大宝寺（日本遗产）

佛教高僧空海大师从中国渡海归来后曾在此寺休憩，故有“西之高野山”之称。



大宝元年，即公元701年，持统上皇下旨修建大宝寺。

一个世纪后的806年，高僧空海从中国归来，在日本创立密教真言宗，开坛传授佛法。大宝寺收藏着许多历史文物，包括室町幕府时代(1336-1573)的部分佛祖涅槃图、一座铜钟和江户时代著名艺术家、木匠左甚五郎的猴雕作品。



驱车约10分钟

5

## 【第3天】井持浦教堂与卢尔德

当地教徒在神父号召下，采石建成日本首个卢尔德圣母洞。



当年，潜伏的天主教徒从大村落迁至井持浦开垦盐场，井持浦的历史由此展开。

1891年，受任在五岛复兴天主教信仰的佩卢神父听闻梵蒂冈城复刻了卢尔德圣母洞，便号召当地教徒采集形状优美的岩石，终于在1899年建成日本第一座卢尔德圣母洞。

据传，喝下圣水可治愈百病，这让圣母洞迅速成为日本教徒心目中的圣地。



驱车约10分钟

6

## 【第3天】大瀬埼灯塔

矗立在海边悬崖上的亚白色灯塔，面对着广阔的中国东海。是日本“灯塔50选”之一。



隶属于西海国立公园内的大瀬埼灯塔相传由英国人R·柏拉图设计，初代灯塔于1879年开始启用，1971年改建后使用至今，光能3700坎德拉、光径22公里，为日本屈指可数的灯塔。退役的初代灯塔的一部份，目前放置在东京的台场船科学馆内进行展示。大瀬埼灯塔位于九州最西端，这里被誉为九州夕阳最后落下之处，黄昏时洒满金色余晖的东海与灯塔风景，美到令人赞叹。

附近还有已故北村西望（人间国宝）所铸的女神像。



驱车约60分时

7

## 【住宿】福江地区



驱车约25分钟

1

## 【第4天】城岳展望所

从岐宿的街道到五岛列岛一览无余



沿着游步道上到第一城岳展望所，可以看到福江岛北部和周边岛屿的360度全景。



驱车约10分钟

2

## 【第4天】鱼津崎公园



游览鱼津崎公园，悦赏四季繁花！

公园的美丽花田四季轮换：春季盛绽油菜花和紫阳花，夏季有向日葵欣欣向荣，秋季则是绚丽的大波斯菊。

天气晴好时，花田、大海和天空相映成趣，绝美胜景令人叹为观止。

公园设有露营地，附近还有海滩，是夏日户外活动的理想场所。



驱车约15分钟

3

## 【第4天】五岛列岛酒造

参观烧酒工厂&品尝比较体验



五岛列岛酒造五岛产的地瓜、大米、麦子为100%原料生产出代表五岛的烧酒。

烧酒酿造包括从酒曲制造到熟成为止的各种工艺。在参观体验过程中，工厂相关人员将为大家介绍工艺内容。

参观后可以品尝到五岛列岛酒造所生产的3种烧酒。（※品酒有20岁以上年龄限制）

也可在工厂内的商店购买烧酒。

※不同生产时期参观到的工艺有所不同。7~8月因工厂停产，部分参观内容无法进行。



步行约1分

4

## 【午餐】遣唐使故乡馆



该馆的展览介绍了五岛对日本遣唐使任务的贡献。这里有一家纪念品店和餐厅，供应当地众多特色菜肴。



驱车约10分钟

5

## 【第4天】贝津教堂

白墙的教堂



贝津教堂是由教徒所建的木制教堂。因老化扩建和翻新时搭建的屋顶小尖塔，如今成为了教堂的标志。透过彩绘玻璃窗照进教堂的红、蓝、绿的光线艺术，为空间增添了温暖和色彩。



驱车约40分钟

6

## 【第4天】堂崎教堂

五岛的代表性教堂。县级有形文化财产



明治政府解除基督教禁令后不久，两名法国传教士（弗朗辛神父和马芒神父）被派往五岛，参与复兴当地的基督教社区。1879年，马尔曼德神父在五岛建立了首座木制教堂。

1908年，在接替马芒和弗朗辛的传教士佩卢神父的指导下，用红砖重建堂崎教堂。有些建筑材料来自遥远的意大利。教堂内部为木制结构，有着典型的彩色玻璃和棱纹拱顶。

现在，有众多文件和物品向我们展示着基督教徒的历史。

1974年，该建筑被登记为县级有形文化财产。



驱车约15分钟

7

## 【第4天】福江港（16:30）



搭乘超高速渡轮大约需85分钟

8

## 【第4天】长崎港（18:15）



• GOAL