

✈ 航空路线 航空路線

国内航班 国内線	国际航班 国際線
札幌 ⇄ 新潟 札幌⇄新潟 成田 ⇄ 新潟 成田⇄新潟 名古屋(中部国際) ⇄ 新潟 名古屋(中部国際)⇄新潟 名古屋(小牧) ⇄ 新潟 名古屋(小牧)⇄新潟 大阪(伊丹) ⇄ 新潟 大阪(伊丹)⇄新潟 大阪(関西国際) ⇄ 新潟 大阪(関西国際)⇄新潟 福岡 ⇄ 新潟 福岡⇄新潟 沖縄 ⇄ 新潟 沖縄⇄新潟	哈巴罗夫斯克 ⇄ 新潟 ハバロフスク⇄新潟 符拉迪沃斯托克 ⇄ 新潟 ウラジオストク⇄新潟 首尔 ⇄ 新潟 ソウル⇄新潟 哈尔滨 ⇄ 新潟 ハルビン⇄新潟 上海 ⇄ 新潟 上海⇄新潟 香港 ⇄ 新潟 香港⇄新潟 关岛 ⇄ 新潟 グアム⇄新潟 台北 ⇄ 新潟 台北⇄新潟
- 1天4个往返 1日4往復 - 1天1个往返 1日1往復 - 1天2个往返 1日2往復 - 1天1个往返 1日1往復 - 1天10个往返 1日10往復 - 1天1个往返 1日1往復 - 1天3个往返 1日3往復 - 1天1个往返 1日1往復	- 仅夏季包机航班 夏期チャーター便のみ - 仅夏季包机航班 夏期チャーター便のみ - 每周3个往返 週3往復 - 每周4个往返 週4往復 - 每周2个往返 週2往復 - 每周2个往返 週2往復 - 停运中 運休中 - 每周2个往返 週2往復

截至2020年2月现有的信息。要了解最新运行状况请去官网自行查询。  
※2020年2月現在の情報です。最新の運航状況はホームページなどでご確認ください。

🚅 新干线 新幹線

东京 ⇄ 新潟 東京⇄新潟 名古屋 ⇄ 新潟 名古屋⇄新潟	- 约2小时 約2時間 - 约3小时40分钟 約3時間40分	京都 ⇄ 新潟 京都⇄新潟 大阪 ⇄ 新潟 大阪⇄新潟	- 约4小时40分钟 約4時間40分 - 约5小时 約5時間
--	---	--------------------------------------	---



关于锦鲤

所谓锦鲤，是指拥有艳丽的颜色和花纹供观赏用的鲤鱼。传说在江户时代，在新潟县的小千谷周边，为了食用而饲养的鲤鱼突变变异而诞生新品种，后来进行改良，这就是锦鲤的起源。现在，新潟县成为饲养锦鲤的地方，世界各地的锦鲤爱好家或买主纷纷造访。

ニシキゴイとは、美しい色と模様を持つ観賞用の鯉のこと。ニシキゴイは江戸時代、新潟県の小千谷市周辺で、食用として飼われていた鯉から突然変異で生まれたものを品種として改良したのが起源と言われています。現在、新潟県は日本一のニシキゴイ生産地となり、世界中から多くの愛好家やバイヤーが訪れています。



锦鲤之乡  
(小千谷市)

锦鲤の里(小千谷市)

馆内有正宗的日本庭园，颜色缤纷的锦鲤在池中自由自在地游动。展厅中展示着锦鲤的历史，品种等尽力相关资料。珍贵品种集聚观赏池。有免费导游。  
施設内には本格的な日本庭園があり、池では色とりどりのニシキゴイが泳ぎます。また、展示ホールでは、ニシキゴイの歴史や品種など、ニシキゴイに関する資料を展示。逸品だけを集めた鑑賞池もあります。無料ガイド付き。



新潟县观光局 国际观光推进课

950-8570 新潟县新潟市中央区新光町4-1 电话:+81-(0)25-280-5968

新潟県観光局 国際観光推進課

〒 950-8570 新潟県新潟市中央区新光町4番地1 TEL:025-280-5968

enjoy niigata

<https://enjoyniigata.com/cn/ngt150020@pref.niigata.lg.jp>



# 新潟县

in 日本





## 日本海和新鲜的海鲜

### 日本海と新鮮な海の幸

从北到南有很长的海岸、许多渔港。可以品尝到丰富新鲜的海鲜料理。  
北から南まで海岸線が長く、漁港もたくさん。豊富で新鮮な魚料理が味わえます。

红雪蟹  
ベニズワイガニ



寿司"极品"  
鮓・極み



## 日本第一的越光米和酒窖数量

### 日本一のコシヒカリと酒蔵数

新潟县是名牌大米越光米的产地，是一个很适合造酒的地方，因此酒窖数量也是日本第一。  
新潟県はブランド米「コシヒカリ」の本場。酒造りに適しており、酒蔵の数も日本一です。

越光米  
コシヒカリ



日本酒  
日本酒



从东京乘坐新干线只需不到 90 分钟，  
日本原有姿态，如饮食，大海，雪，

東京から新幹線でわずか90分足らずで、食はもちろん、海、雪、匠の技など、さまざまな日本の姿に

就可以亲身感触各种各样  
名匠技术等

触れることができます。



滑雪场  
スキー場



温泉胜地  
温泉地



雪节  
雪祭り

国内屈指可数的的滑雪场和温泉  
国内屈指のスキー場と温泉  
丰富的积雪促使滑雪度假村的发达，滑雪场近处有温泉。  
豊富な積雪量からスキーリゾートが発達。スキー場の近隣には温泉もあります。



古町花街(艺妓街)  
古町花街



燕三条的金属加工业  
燕三条の金属加工業



传统和匠人的技术

伝統と職人の技

可以领略日本文化的日本料理非常发达。  
传统工艺及金属加工很有名。  
日本文化が楽しめる料亭文化が発達。伝統工芸や金属加工技術も有名です。



# Spring

冰雪融化，各地的樱花纷纷盛开。  
雪解けとともに、各地で花々と伝統文化が花開きます。

## A 高田城址公園賞桜会 高田城址公園観桜会

高田城的护城河周围种植的4000棵樱花盛开。约3000盏灯笼照射樱花的美丽夜景堪称一绝，在日本很少有，非常出名，是新潟春天的象征。

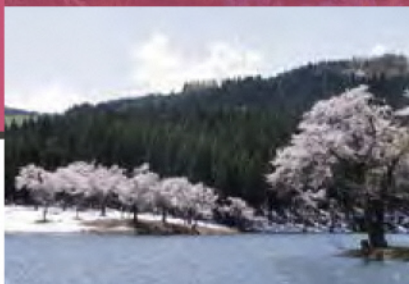
高田城のお堀の周りに植えられた4,000本の桜が咲き誇ります。約3,000個のぼんぼりに照らされる夜桜の美しさは、日本でも有数のものとして知られており、新潟の春の象徴となっています。



## B 分水花魁道中 分水おいらん道中

在美丽樱花树排列的街道上，被选定扮花魁角色的3名女性扮演者，身着华丽传统和服，与随从角色扮演者们一起漫步游行。

豪華な着物を身に着けたおいらん役選ばれた3人の女性が、従者役たちとともに桜の木の下を練り歩きます。



## C 中子櫻花 中子の桜

在海拔较高的津南地区，有可以同时观赏到残雪和樱花的地方。

比較的高い津南地域には、残雪とともに桜の開花が見られる場所があります。



## D 紫藤萝瀑布(北方文化博物館) 藤棚(北方文化博物館)

北方文化博物館は曾经栄華一世の大地主の房屋。5月上旬，树龄150岁的紫藤花开，紫色的花填满了整个中庭。

北方文化博物館は、かつて栄華を誇った大地主の屋敷。5月初旬より、樹齢150年の大藤が開花し、藤色の花が中庭を埋め尽くします。

# Summer

一到夏天，新潟几乎每周在各地都有举办烟火大会。

夏になると新潟では毎週のように各地で花火大会が開催されます。

## E 长冈烟花大会 長岡まつり大花火大会

2天中发射2万发，100万人前来观看的日本屈指一指的烟花大会。因发射现场广阔，可以让游客一览无余地欣赏到凝聚艺术的大型花火。

2日間で2万発が打ち上げられ、100万人が訪れる日本屈指の花火大会。広大な敷地で打ち上げるため、演出に趣向を凝らした大型花火が楽しめます。



## F 越后关川惊人大蛇节 えちごせきかわ大したもん蛇まつり

在村庄里，以流传的大蛇传说为主题的祭典活动。重达2吨的大蛇是村民们用竹子和稻草做的，已被吉尼斯认定。

村に伝わる大蛇伝説をテーマにしたまつり。重さ2tの大蛇は竹とワラで村民が手作りしたもので、ギネスブックに認定されています。



## G 白根大风箏对战 白根大凧合戦

大约从300年前延续至今的传统活动。在河川两岸放飞风筝，然后使其相互缠绕拉动风筝线相互竞争。

約300年前から続く伝統行事。川の両岸で巨大な凧を揚げ、互いの凧を絡ませて戦います。



## H 佐渡萱草节 佐渡カンゾウ祭り

以蔚蓝的大海为背景，群生的约100万株飞鸟萱草非常优美壮观。体验岛上传统的太鼓或民谣也非常不错。

青い海を背景に群生する、約100万本のトビシマカンゾウは圧巻。島の伝統的な太鼓や民謡も楽しめます。

## SEASONAL GOURMET



### 越后公主(草莓) 越後姫(イチゴ)

新潟县的特有品种，有着高雅的甜味、柔嫩的果肉等特征。很多农园可以体验现地采摘。

新潟県オリジナルの品種で、上品な甘さと柔らかい果肉が特徴。多くの農園で摘み取り体験もできます。



### 雪室美食 雪室グルメ

所谓的雪室是指用雪制作的天然冷藏库。在这里储存的蔬菜甜味增加，大米，肉会熟化变得美味。

雪室とは雪を利用した天然の冷蔵庫。ここに貯蔵した野菜は甘くなり、米や肉は熟成され、美味しくなります。

## SEASONAL GOURMET



### 黑埼茶豆(毛豆) 黒埼茶豆(枝豆)

新潟是毛豆的产地。特别是黑埼毛豆别具特色，有着芳醇的香味，被称为毛豆之王。

新潟は枝豆の特産地。特に黒埼茶豆は別格で、芳醇な香りをもち、枝豆の王様と言われています。



### 八色西瓜 八色スイカ

在八海山的山脚栽培的西瓜，其糖分高，作为高级品牌而闻名。

八海山の麓で育つスイカ。糖度が高く、極上のブランドスイカとして知られています。



### 岩牡蛎 岩牡蠣

新潟县海水水质优良，岩石地带连绵不断，因此成为天然牡蛎的产地。村上市，丝鱼川市很有名气。

新潟県の際は水質がよく、岩場が続くため天然の岩牡蠣の産地となっています。村上市、糸魚川市が有名。



### 十全茄子 十全茄子

在新潟栽培的茄子品种，爆腌茄子是夏天必备食品。

新潟で栽培されている茄子の品種で、これを浅漬けにしたものは夏のグルメとして珍重されています。

## 3 March

NIIGATA 10°C / 2°C



## 4 April

NIIGATA 16°C / 7°C



## 5 May

NIIGATA 21°C / 13°C

櫻花 桜

郁金香 チューリップ

紫藤 藤

滑雪场开放期间 スキー場オープン

- 城下町村上町屋玩偶巡游  
城下町村上町屋の人形さきどり
- 新潟淡丽 新潟酒之阵  
新潟淡麗にいがた酒の陣
- 在各地的滑雪场举办雪节  
各地で雪まつり

- 丝鱼川神轿打架节  
糸魚川けんか祭り
- 郁金香节(胎内、五泉、长冈)  
チューリップフェスティバル(胎内、五泉、長岡)

- 津川狐之婚嫁游行  
つがわ狐の嫁入行列
- 十日町和服节  
十日町きものまつり
- 草原节  
神原祭大かやば焼き

## 6 June

NIIGATA 25°C / 18°C

萱草 カンゾウ

菖蒲花 あやめ

## 7 July

NIIGATA 28°C / 22°C

西瓜 スイカ

- 新发田菖蒲花节  
しばたあやめまつり
- 阎魔集市  
えんま市
- 护摩堂山汤田上温泉紫阳花节  
護摩堂山湯田上温泉あじさいまつり

- 上越妙高APA度假村 豪华彩灯  
アパリゾート上越妙高イルミネーション
- 富士摇滚音乐节  
フジロックフェスティバル
- 后半部各地举办烟花大会  
後半から各地で花火大会

## 8 August

NIIGATA 30°C / 23°C

向日葵 ひまわり

海水浴场开放 海水浴場オープン

- 新潟节  
新潟まつり
- 谦信公祭典  
謙信公祭
- 大地艺术节 越后妻有艺术节三年展  
大地の芸術祭 越後妻有アートトリエンナーレ



# Autumn

秋季美味陆续登台，当迎来时令季节时，群山被染上深红色。

美味しい秋の味覚が続々と旬を迎え、山々が茜色に染まります。

## I 弥彦公园红叶谷 弥彦公園もみじ谷

弥彦公园红叶谷是观赏红叶的绝佳去处，从弥彦神社出发仅需步行五分钟即可到达。当夜幕降临，华灯初上，映衬在阑珊灯火下的红叶别有一番曼妙风姿。同期11月的“菊花节”也异常精彩，不容错过。

彌彦神社から徒歩5分にある、紅葉の名所。夜のライトアップは絶景です。11月の「菊まつり」と併せて楽しめます。



## J 苗场龙缆车 苗場ドラゴンダ

乘坐全长5.481m的日本最长的苗场滑雪场的龙缆车眺望红叶的壮观美景。尽享高低参差的刺激。

全長5.481m、日本最長の苗場スキー場のゴンドラから眺める紅葉は圧巻の景色。高低差によるスリルも楽しめます。



## K 收割水稻体验 稲刈り体験

农家民宿等是指收割稻米，收获蔬菜以及制作乡土料理等。只有这个时期才能体验干农活或者农村生活。

農家民宿などでは稲刈り、野菜収穫、郷土料理づくりなど、その時期ならではの農作業や田舎暮らしが体験できます。



## K 波斯菊节(国营越后丘陵公园) コスモスまつり(国営越後丘陵公園)

在宽广的丘陵上，种植着约30万株秋樱的花田。新潟县内还有许多这样的花田。

広大な丘の一面に、約30万本のコスモス畑が広がります。新潟県内には他にもこのような花畑がたくさんあります。

## SEASONAL GOURMET



## Hegi荞麦面 へぎそば

新潟传统的备受人们喜爱的荞麦面。因添加海藻，所以具有独特的嚼劲、滑溜等特征。

新潟で伝統的に親しまれているそば。海藻を使っているため、独特の歯ごたえと、つるつるとしたのどごしが特徴です。



## 葡萄、梨 ブドウ、ナシ

新潟市南区周边地区，种植着高品质的葡萄和梨，有很多可以采摘水果的观光型农园。

新潟市南区周辺では、質の高いブドウやナシが作られています。果物狩りができる観光農園も多くあります。



## 鲑鱼子 はらこ(いくら)

自古以来，以鲑鱼为特产而闻名的村上上市，有鲑鱼籽盖饭“HARAKODON”等美食。

古くから鮭が特産品として知られる村上上市では、ごはんにくら(いくら)をたっぷり乗せた「はらこ丼」というグルメがあります。



## 甘薯 いもぜんまい(さつまいも)

在新潟市的沙丘地带种植的红薯，以其上乘的甜味和湿润的口感备受欢迎。

新潟市の砂丘地区で作られるさつまいも。上品な甘さとしっとりした口当たりが人気です。

## 9 September

NIIGATA 26°C / 19°C

葡萄、梨收获期(梨是截止11月) ブドウ、ナシの収穫(ナシは11月まで)

收获新米 新米の収穫

- 片貝烟花 片貝花火
- 城下町村上 町屋屏风节 城下町村上 町屋の屏風まつり
- 新潟总舞大会 にいがた総おどり

## 10 October

NIIGATA 20°C / 13°C

紅葉 紅葉

- 燕三条 工場祭典 燕三条 工場の祭典
- 新潟动漫节 にいがたアニメマンガフェスティバル
- 新潟城市马拉松 新潟シティマラソン

## 11 November

NIIGATA 14°C / 7°C

天鹅飞来 白鳥飛来

新荞麦面 新そば

- 弥彦菊花节 弥彦菊まつり
- 在各地庭院点亮彩灯 各地の庭園でライトアップ

# Winter

要想享受雪、温泉、日本清酒、美食等日本的冬天请来新潟吧！

雪、温泉、日本酒、グルメ…日本の冬を楽しむなら新潟へ。

## 滑雪场与雪上活动

スキー場とスノーアクティビティ

县内各地有大小滑雪场50多处，可随意去玩。另外除登山、滑雪以外娱乐项目充实。

県内各地に大小50以上のスキー場があり、気軽に楽しめます。トレッキングなど、スキー以外のアクティビティも充実。



## L 咸鲑鱼 塩引鮭

村上市以独特的鲑鱼饮食文化而发达的地方。一到冬天，每个家庭将盐腌鲑鱼挂在屋檐下，以便年末年初做庆贺料理。

村上市は独特の鮭の食文化が発達した場所。各家庭では冬になると、塩引鮭を作って軒先に吊るし、お歳暮や新年の祝い料理に使います。



Photo by Yuki Nakamura



Photo by Tsutomu Yamada

## M 越后妻有 雪上烟花 越後妻有雪火花

在辽阔的雪原上布满光的花田，在音乐伴奏下发射绚烂的烟花。

広大な雪原の上に光の花畑が広がり、音楽が流れる中をきらびやかな花火が打ち上げられます。



## N 小千谷热气球狂欢 おちや風船一簇

白天，在雪原上举行热气球竞赛。晚上，在亮灯的热气球的上空发射烟花，呈现一片幻想的风景。

日中は雪原の上で熱気球の競技大会が行われます。夜はライトアップした熱気球の上に花火が打ち上げられ、幻想的な光景が広がります。

## SEASONAL GOURMET



## 南蛮虾 南蛮エビ

别名被称为甜虾，一般适用于生吃或寿司的配件。冬天正是吃虾的季节，在新潟能吃上刚打捞上来的甜虾。

別名・甘エビとも呼ばれ、刺し身や寿司のネタとして定番に。冬が旬で、新潟では水揚げされたばかりの新鮮なエビを食べることができます。



## Le Lectier (高级西洋梨) ルレクチエ(洋ナシ)

原产法国的西洋梨，以独特的甜香和浓厚的口感为特征。作为价值稀有的高级水果备受瞩目。

フランス原産の洋ナシで、独特の甘い香りと濃厚な甘みが特徴。稀少価値の高い高級果物として珍重されています。



## 喉黑鱼 ノドグロ

有着上乘的油脂因此称它为“SHIROMINOTORO”，使用金枪鱼的脂肪部分。金枪鱼属高级鱼，轻轻烤焦表面或撒盐烧烤都很受欢迎。

上品な脂がたっぷり乗っていることから「白身のトロ」とも呼ばれる高級魚。軽く炙った寿司や塩焼きが人気です。



## 寒鰯鱼 寒ブリ

鲱鱼之中，冬季在佐渡近海捕获的叫做寒鰯，富含油脂非常可口。

ブリの中でも冬に佐渡沖で捕れたものは「寒ブリ」と呼ばれ、脂が乗って特に美味しいとされています。

## 12 December

NIIGATA 9°C / 3°C

snow season

Le Lectier (高级西洋梨) ルレクチエ

- 丝鱼川激浪安康鱼节 糸魚川あんこうフェア
- 滑雪场从中旬开始开放 中旬からスキー場オープン

## 1 January

NIIGATA 6°C / 0°C

snow season

- 扔女婿和涂黑炭 むこ投げ・すみ塗り
- 小正月活动 小正月行事

## 2 February

NIIGATA 6°C / 0°C

snow season

摘草莓(截至6月) いちご狩り(6月まで)

滑雪场开放 スキー場オープン

- 新潟食之阵(美食节) にいがた食の陣
- 十日町雪节 十日町雪まつり
- 灯之回廊 灯の回廊



# 新潟县旅游地图

A Map of Niigata Prefecture and Tourist Spots 新潟県観光マップ

凡例 凡例

● 航空線 航空線  
● 高速道路 高速道路  
● JR 新幹線 JR 新幹線  
● 主要道路 主要道路  
● 道の駅 道の駅  
● 新干線 新干線  
● 新野線 新野線  
● 机场 机场  
● 港口 港口  
● 滑雪场 滑雪场  
● 温泉 温泉

一年四季，风景各异

四季ごとの見所

A 高田城址公園賞櫻会  
高田城址公園賞櫻会  
B 分水花魁道中  
分水花魁道中  
C 中子櫻花  
中子の桜  
D 紫藤夢瀑布(北方文化博物館)  
藤棚(北方文化博物館)

E 長岡煙花大会  
長岡まつり大花火大会  
F 越后関川大蛇節  
えちごせきかわ大蛇まつり  
G 白根大風琴対戦  
白根大風琴対戦  
H 佐渡萱草節  
佐渡カンパウの節  
I 弥彦公園紅葉谷  
弥彦公園もみぢ谷

J 苗場龍巻車  
苗場ドラゴンダラ  
K 波斯菊节(国富越后丘陵公園)  
コスモまつり(国富越后丘陵公園)  
L 成蛙魚  
成り魚  
M 越后妻有 雪上烟花  
越後妻有雪上花火  
N 小千谷熱気球狂欢  
おぢや風船一夜



## 至新潟的交通 新潟までのアクセス



1 笹川水流 笹川流れ

2 黒埴小路 黒埴通り

3 瓢湖 瓢湖

4 阿賀の郷(阿賀野川 乗船遊覧両岸风光) 阿賀の郷 (阿賀野川ライン下り)

5 月岡温泉 月岡温泉

6 北方文化博物館 北方文化博物館

7 古町艺妓 古町芸妓

8 福島海 福島海

9 弥彦神社 彌彦神社

10 三条鍛造場 三条鍛造場

11 寺泊魚の市場街 寺泊魚の市場通り

12 斗牛 牛の角突き

13 錦鯉の郷 錦鯉の郷

14 枝折峠(云海) 枝折峠 (云海)

15 西福寺(开山堂) 西福寺 (開山堂)

16 牧之大街 牧之通り

17 清津峡 清津峡

18 星峠之梯田 星峠の棚田

19 秋山郷 秋山郷

20 萩之島茅葺屋の郷 萩ノ島かやぶきの郷

21 苗場龍巻車 苗場ドラゴンダラ

22 越后美酒博物館 本酒館(试飲) ばんしゅ館

23 高田城址公園 高田城址公園

24 苗名瀑布 苗名滝

25 谷村美術館 谷村美術館

26 小波川翡翠峡 ヒスイ峡

27 盆舟(矢島经岛) たいらい舟(矢島経島)

28 尖閣湾 尖閣湾

29 佐渡金山 佐渡金山

30 宿根木 宿根木