



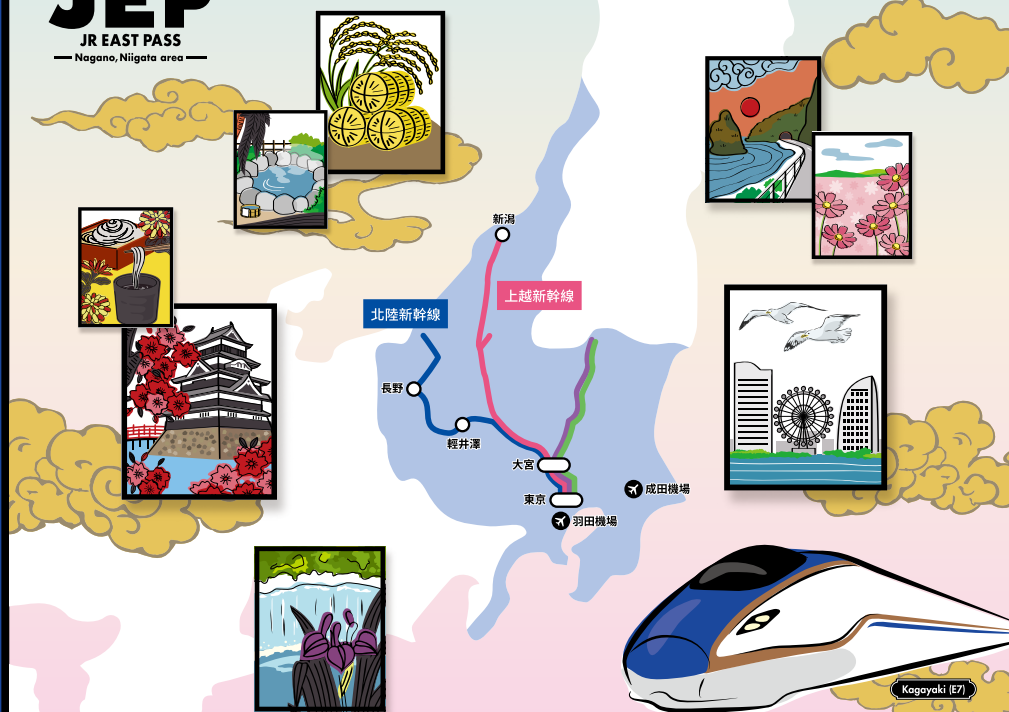
**JEP**  
JR EAST PASS  
— Nagano, Niigata area —

Travel and discover!

# JR東日本鐵路周遊券

長野、新潟地區

區域內可自由搭乘新幹線和其他JR線！  
使用價格優惠划算的「JR東日本鐵路周遊券」，暢享獨一無二的私人旅程！



**購買資格** 持有日本以外國家地區所發行護照的旅客

**期間** 連續5天

※購買、兌換時請出示使用者本人的有效護照正本。  
(不接受護照影本及其他替代文件)  
※購買之後無法更換為其他種類的周遊券。  
※周遊券的有效期間不重疊的情況下，可以購買多張。

## 節省排隊時間！

可輕鬆在指定座席售票機領取購買自  
「JR東日本網路訂票系統」的通票！



能於左圖所示之設有護照讀取器的  
指定座席售票機取票！

※僅IC晶片護照能夠使用。  
※僅限領取購買自JR東日本營運之  
「JR東日本網路訂票系統」的通票。



**Nagano, Niigata area** [https://www.jreast.co.jp/multi/zh-CHT/pass/eastpass\\_n.html](https://www.jreast.co.jp/multi/zh-CHT/pass/eastpass_n.html) >>

發行單位  
新潟縣政府 國際觀光推進課  
4-1 Shinko-cho, Chuo-ku, Niigata City, Niigata Pref. 950-8570  
Tel. +81-(0)25-280-5968 ngt150020@pref.niigata.lg.jp



Enjoy Niigata  
<https://enjoy-niigata.com/>

NIIGATA  
GASTRONOMY

Japan.  
Endless  
Discovery. JR-EAST

S N O W R E S O R T

# Niigata

登載了  
湯澤和妙高地區的  
**26** 條  
滑雪道信息



介紹新潟縣湯澤和妙高地區的滑雪場的魅力！

## 滑雪度假村 完全攻略

能幫助您制定旅遊行程的  
湯澤和妙高地區地圖

去滑雪場更便捷的  
住宿設施信息

去滑雪時的  
順路景點





01

從東京出發最快70分鐘  
即可抵達的滑雪度假村！  
交通便捷，輕鬆滑雪！

從東京搭乘新幹線只需 70 分鐘，即可輕鬆抵達新潟的滑雪場！還有日本唯一直通新幹線車站的滑雪場！在東京停留期間可以輕鬆享受滑雪的勝地。另外，滑雪場內租借設備等完善，空著手前往也能輕鬆享受滑雪樂趣！

粉雪天堂

設有多處高海拔的滑雪場，可供享受粉雪。不妨瞄準大清早，體驗一下從未有人踏足過的蓬鬆細緻的粉雪呢？此外，還有多座開放非壓雪區域的滑雪場，非常受粉雪愛好者的喜愛！

02



外籍教練授課

滑雪初學者亦可使用本國母語接受滑雪課程。新潟擁有外籍人士也能提升滑雪技巧的環境。



03

租借用品種類繁多

即使沒有攜帶滑雪服或滑雪板，也可以在各個滑雪場租借。提供遊客可以空著手享受滑雪的環境。

04



想在日本滑雪，  
去新潟就對了

05



天然雪雪量豐富，  
但天氣不會太冷

新潟以超過2公尺的雪量著稱，可以欣賞到雄偉雪景為其特色之一，但重點是氣溫不會降得太低！不會過於嚴寒，氣候溫和，初學者和孩子們可以舒適地享受滑雪的樂趣。

住宿和溫泉設施齊  
全，並有美食佳餚

造訪新潟，美食和溫泉是絕對不可錯過的！住宿設施設有溫泉等，設備齊全，結束滑雪後也能盡情享受。遊客可以品嚐到新潟的絕佳美食，如極品越光米。

06



07



飯店與滑雪場直通，  
一覺睡醒立即前往  
滑雪場

有多家與滑雪場直通的飯店。結束滑雪後，可以立即在客房內放鬆休息，並在飯店內享用晚餐。早晨，從房內窗外看到的純白景色讓人神清氣爽！醒來後，可以直接在整備完善的滑道享受滑雪樂趣。

可依據目的選擇個人  
喜愛的滑雪場

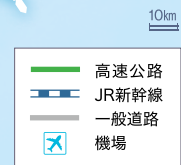
遊客可以配合目的選擇滑雪場，例如適合家庭遊客的兒童雪上樂園的滑雪場、初學者到上級滑雪者都能享受的滑雪場、滑板公園，和有山岳野雪的滑雪場等！



08



# 滑雪區域地圖



P.05~

## 湯澤區域

[湯澤町・南魚沼市・魚沼市・津南町]

- 01 GALA湯澤滑雪場
- 02 苗場滑雪場
- 03 神樂滑雪場
- 04 岩原滑雪場
- 05 湯澤高原滑雪場
- 06 神立高原滑雪場
- 07 NASPA滑雪花園滑雪場
- 08 湯澤中里滑雪度假村
- 09 一本杉滑雪場
- 10 湯澤公園滑雪場
- 11 六日町八海山滑雪場
- 12 六日滑雪度假村
- 13 上越國際滑雪場
- 14 石打丸山滑雪場
- 15 舞子滑雪度假村
- 16 奥只見丸山滑雪場
- 17 NEW GREENPIA津南滑雪場

P.41~

## 妙高區域

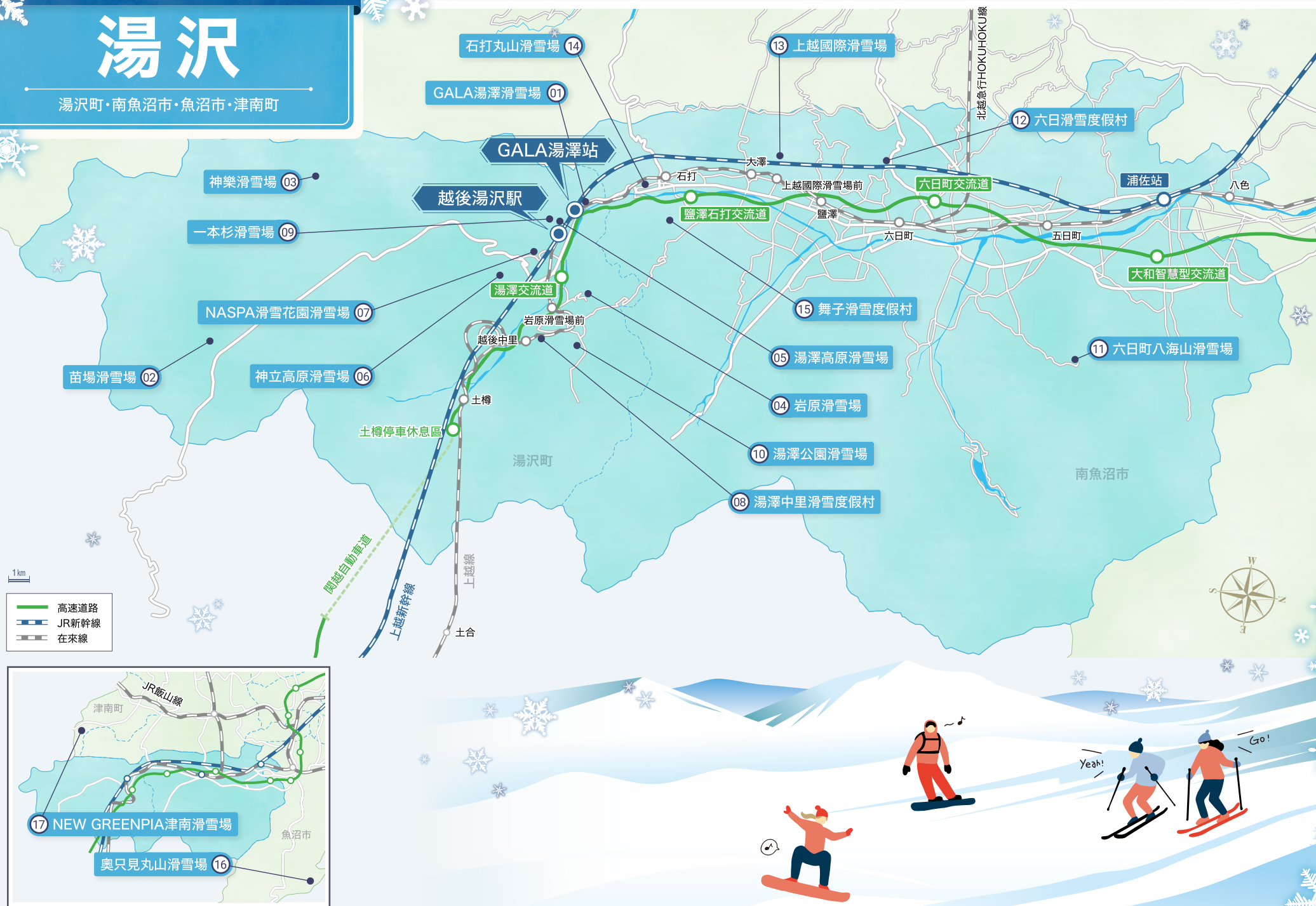
[妙高市・絲魚川市・上越市]

- |              |                    |
|--------------|--------------------|
| 01 樂天新井度假村   | 06 休暇村妙高RUNRUN滑雪場  |
| 02 妙高杉之原滑雪場  | 07 妙高SKI PARK      |
| 03 赤倉溫泉滑雪場   | 08 夏爾曼火打滑雪場        |
| 04 赤倉觀光度假滑雪場 | 09 CUPID VALLEY滑雪場 |
| 05 池之平溫泉滑雪場  |                    |



# 湯沢

湯沢町・南魚沼市・魚沼市・津南町





## 湯澤區域

# 順路景點

如果特意來滑雪，不妨順帶欣賞一下周邊的旅遊景點，品嚐一下地方特色美食。介紹可以使您的旅遊更加愉快的順路景點。



在映入眼簾的絕美景點營造特別的時光。



SPOT  
01

【經驗】

## 石打丸山滑雪場 Snow Garden

可供遊客一覽魚沼平野和越後三山的雪景，並在開放式空間設置的圓頂帳篷、展望露台、咖啡廳、活動設施完善的複合區悠閒地度過。不用滑雪也能充分領略雪山的魅力。

【交通方式】

電車	越後湯澤站 (搭乘免費接駁車約10分鐘)
汽車	從鹽澤石打交流道 乘車約5分鐘

【費用】

大人	¥1,500
孩童	¥1,000

【地址】：南魚沼市石打1655 【假期】：無  
【營業期間】：12月下旬～3月中旬 【電話】：025-783-2222

【經驗】

## 雪夜越野車之旅 (Snow Night Buggy Tour)

在結束日間營業後，乘坐由教練駕駛的越野車在暗夜中的滑雪場內奔馳。滑行之於滑雪場內後前往山頂，就能坐擁遍佈於新潟縣湯澤町地區的夜景。

【交通方式】

電車	越後湯澤站 (搭乘接駁車3分鐘、步行15分鐘)
汽車	從湯澤交流道乘車5分鐘

【費用】

1組	¥12,000
----	---------

【地址】：湯澤町湯澤2117-9  
【營業期間】：12月下旬～3月下旬  
【舉辦時間】：[舉辦時間]18:00～21:00 (4趟)  
【假期】：每週四  
【電話】：0278-25-4424

SPOT  
02



【飲食／景觀／商店／溫泉】

## 清津峽溪谷隧道

全長750公尺的隧道，外形酷似潛水艇的現代藝術作品。穿過被五種顏色點亮的神秘氣氛的通道，映入眼簾的是倒映在水鏡中的峽谷美景。遊客可以享受自然與藝術融為一體的空間。

【交通方式】

電車	越後湯澤站 (搭乘巴士約25分鐘、 下車後步行約30分鐘)
汽車	從關越自動車道「鹽澤、石打交流道」 開往國道353號線約25分鐘

【費用】

大人	¥800	孩童	¥400
----	------	----	------

【地址】：十日町市小出癸2119-2  
【營業期間】：全年無休(冬季因降雪情況可能會臨時休館)  
【舉辦時間】：8:30-17:00(最後受理時間為16:30)  
【假期】：無  
【電話】：025-763-4800

大地藝術祭作品  
倒映在水鏡中的峽谷美，  
堪稱絕景



SPOT  
03

馬岩松 / MAD建築事務所「Tunnel of Light」  
Photo by Nakamura Osamu

【飲食／商店／經驗】

## 雪國Agripark 湯澤草莓村

魚沼第一家草莓採摘觀光農園！在豪雪地帶的越後湯澤可以享受採摘草莓的樂趣。越後姬是新潟縣引以為傲的品種，香氣濃郁又多汁。

【交通方式】

電車	越後湯澤站 (乘車5分鐘或步行25分鐘)
汽車	從湯澤交流道乘車5分鐘

【費用】

1名	¥200+各コースの料金
----	--------------

※詳情請查詢網頁

【地址】：湯澤町大字神立750-1  
【營業期間】：1月中旬～6月底  
【舉辦時間】：[受理時間]10:00～15:30  
(結束營業時間為16點)  
【假期】：不定期公休  
【電話】：025-780-6011





【經驗／溫泉】

## 日本酒館品酒場所

只需500日圓,即可暢飲最多5個新潟縣內酒窖的代表性清酒品牌。遊客可以品嚐超過 100 個品牌,包括季節限定和限量的個人喜愛的清酒,敬請多加惠顧。

### 交通方式

電車	越後湯澤站 (直達車站)
汽車	從湯澤交流道乘車5分鐘

### 費用

大人	¥500
----	------

※未滿20歲之未成年人和攜帶孩童隨行者不可入場。  
敬請見諒。

地址：新潟縣南魚沼郡湯澤町湯澤大字2427-1

營業期間：詳情請參見網站

舉辦時間：詳情請參見網站

假期：詳情請參見網站

電話：025-784-3758



【經驗／溫泉】

## 日本酒館 清酒風呂 湯之澤

清酒風呂設在車站內,淡淡的清酒香氣具有放鬆的效果,讓皮膚變得細緻柔滑,身體也會跟著暖起來。

### 交通方式

電車	越後湯澤站 (直達車站)
汽車	從湯澤交流道乘車5分鐘

### 費用

大人	¥800	孩童	¥500
----	------	----	------

※備有免費的置物櫃  
(退還100日圓的退幣式置物櫃)

地址：湯澤町湯澤2427-1

營業期間：詳情請參見網站

舉辦時間：詳情請參見網站

假期：詳情請參見網站

電話：025-784-3758



【飲食】

## 維新 雁木通店

湯澤的人氣沾麵店維新在車站內設置的店鋪!口感滑嫩、咬勁十足,用新潟產的越光米粉揉製而成帶麵香和嚼勁的自製麵條是招牌美食!與膠原蛋白豐富且無異味的豬骨湯頭的味道很搭!

### 交通方式

電車	越後湯澤站 (直達車站)
----	-----------------

地址：湯澤町湯澤2427-1

JR越後湯澤站CoCoLo湯澤

舉辦時間：11:00~19:30  
(冬季營業至20:30)

假期：無

電話：0257-88-0488



【飲食】

## 溫泉珈琲 水屋

提供以溫泉水沖泡的咖啡、米粉製作的蛋糕捲和糕點師的手作甜點。

### 交通方式

電車	越後湯澤站 (步行1分鐘)
汽車	從湯澤交流道乘車7分鐘

地址：湯澤町湯澤2455

舉辦時間：9:00~18:00(LO17:30)

假期：不定期公休

電話：025-784-3361  
(HATAGO井仙內)







1

由此查看網站



# GALA湯澤滑雪場

地址	湯澤町大字湯澤字茅平 1039-2
電話	025-785-6543
營業期間	12月中旬~5月上旬 ※營業期間可能會有變動。
營業時間	8:00~16:30 (春季營業時間會有變動)

交通方式	
電車	最近車站 上越新幹線 GALA湯澤站 步行0分鐘
汽車	從湯澤交流道乘車約5分鐘



2



3

## 全世界唯一一座直達新幹線車站的滑雪場！交通十分便捷！

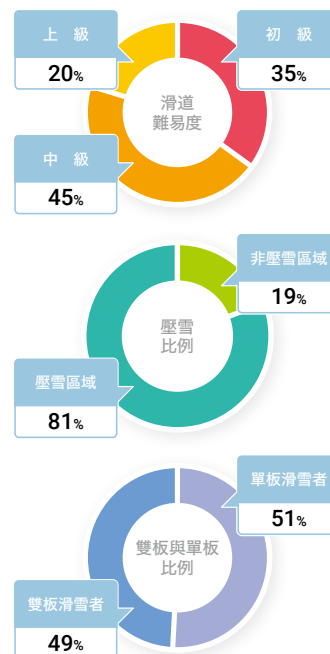
從東京站搭乘新幹線最快只需74分鐘，從湯澤交流道乘車5分鐘，交通十分便捷。滑雪中心擁有日本最大型的租借設施，空手來也能輕鬆享受雙板和單板滑雪的樂趣！

- 1 海拔高、雪質超群，設有3個區域、16條雪道，種類繁多的滑雪場
- 2 滑雪中心直達新幹線車站，步行0分鐘即可抵達滑雪場
- 3 另有非壓雪斜坡，供遊客享受粉雪樂趣

## ※ 滑道地圖 (滑道地圖可能有變動。)



## ※ 滑道概要



## ※ 滑道規模

最大傾斜	33度
最長滑走距離距離	2.5km
滑道數	16條
纜車吊椅/空中纜車數	9/1條

## ※ 滑雪場內設施與服務



## ※ 吊椅纜車票價 (記載2021-2022季節的票價)

票券種類	大人	孩童
1日券	¥5,200	¥2,600
2日券	¥8,000	¥4,000
夜間票券		
半日券	¥4,200	¥2,100





1

## 苗場滑雪場

由此查看網站 ▼



地 址	湯澤町三國202
電 話	025-789-4117
營 業 期 間	12月中旬~4月初旬
營 業 時 間	8:00~17:00 [夜間營業] 16:00~20:30

交 通 方 式	
電 車	最近車站 上越新幹線 越後湯澤站 搭乘接駁車約50分鐘
汽 車	從月夜野交流道乘車約50分鐘/ 從湯澤交流道乘車約30分鐘



2



3

### 學齡前兒童的吊椅纜車券免費！

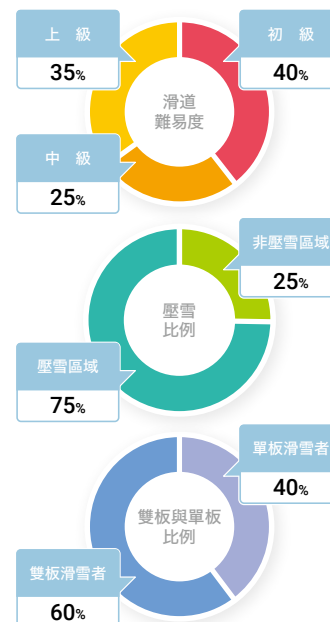
在王子滑雪度假中心，所有滑雪場均提供學齡前兒童免費搭乘吊椅纜車！王子大飯店的雪季裡，老少咸宜的活動應有盡有！透過充實的體驗項目，度過一個難忘的冬天。

- ❶ 舉辦過高山滑雪世界盃的娛樂度假村！
- ❷ 滑雪場前設有飯店，初學者也能安心滑雪♪
- ❸ 老少咸宜的雪上活動也琳瑯滿目

※ 滑道地圖 (滑道地圖可能會有變動。) | ※2021-2022シーズンの滑道地圖となります。



### ※ 滑道概要



### ※ 滑道規模

最大傾斜	32度
最長滑走距離距離	4,000km
滑道數	24條
纜車吊椅/空中纜車數	9/3條

### ※ 滑雪場內設施與服務



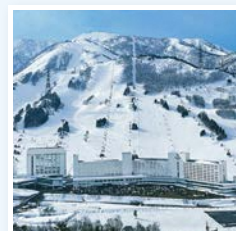
### ※ 吊椅纜車票價 (記載2021-2022季節的票價)

票券種類	大 人	孩 童
1日券(苗場地區/Mt.Naeba)	¥5,200/¥6,000	¥4,200/¥4,600
2日券(苗場地區/Mt.Naeba)	¥9,400/¥11,000	¥7,400/¥8,200
夜間票券(周六、指定日/工作日、周日)	¥3,200/¥2,000	¥3,200/¥2,000
半日券(5小時券/2小時券)	¥4,700/¥3,900	¥3,700/¥2,900

### 滑雪場鄰近住宿設施

#### 苗場王子大飯店

湯澤町三國202  
TEL:025-789-2211



苗場王子大飯店共設有 1,216 間客房。飯店直接通往滑雪場，輕鬆便捷，有 22 家餐廳可供遊客依心情選擇用餐。是一家結合溫泉、購物、雪上活動等，任何人都能暢遊的娛樂度假飯店。







1

由此查看網站



## 神樂滑雪場

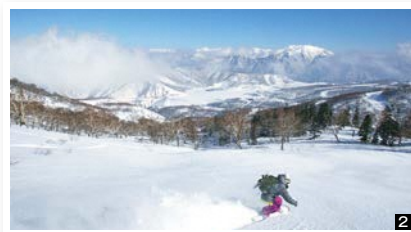
地 址	湯澤町三俣742
電 話	025-788-9221
營業期間	11月下旬~5月下旬
營業時間	[平 日]8:00~16:30 [週六和假日]7:30~16:30

交通方式	
電 車	最近車站 上越新幹線 越後湯澤站 搭乘接駁車約20分鐘
汽 車	從湯澤交流道開車15分鐘

### 從雪季初滑到春季滑雪, 可供長期享受滑雪樂趣的滑雪度假村

神樂滑雪場從11月下旬到5月下旬, 可以享受為期約180天的冬季運動。此外, 在三俣區域、神樂區域和田代區域的廣大滑雪場, 還備有適合初學者、上級滑雪者和家庭遊客的各種滑道。

- 1 神樂最主要的一座滑雪場
- 2 最優質的粉雪
- 3 完善的PARK道具



2

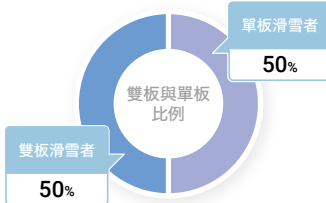
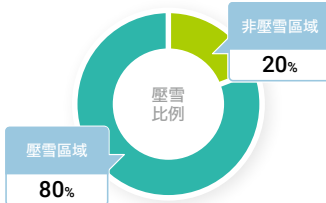
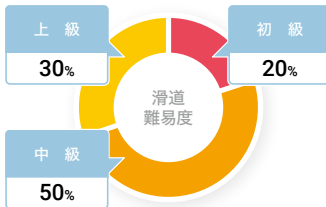


3

### ※ 滑道地圖 (滑道地圖可能有變動。)



### ※ 滑道概要



### ※ 滑道規模

最大傾斜	30度
最長滑走距離距離	6km
滑道數	32條
纜車吊椅/空中纜車數	11/1條

### ※ 滑雪場內設施與服務



### ※ 吊椅纜車票價 (記載2021-2022季節的票價)

票券種類	大人	孩童
1日券	¥5,200	無料
2日券	¥9,500	無料
夜間票券		
半日券	¥3,700	無料





1

## 岩原滑雪場

由此查看網站



地 址	湯澤町土樽731-79
電 話	025-787-3211
營業期間	12月底到3月底
營業時間	8:00~20:00

交通方式	
電 車	最近車站 上越新幹線 越後湯澤站 搭乘接駁車10分鐘
汽 車	從湯澤交流道乘車5分鐘



2



3

### 岩原的特色是具有一面寬廣超長的斜坡

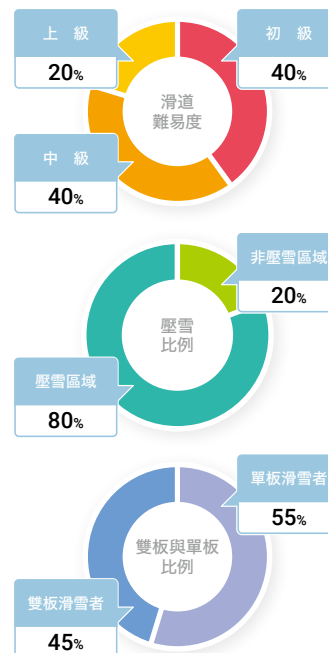
從東京首都圈前往，交通極為便捷！日本最大型全長634公尺的雪纜滑道令人嘆為觀止。孩童們可以盡情玩雪的兒童天堂樂園深受家庭遊客好評！還設有免費的休息室。大人、小孩和全家人都可以在寬廣斜坡戲雪，即使是初學者也能安心。每個月還會舉辦抽中豪華獎品的贈獎活動和免費參加的活動！

- 1 由全20條滑道構成的寬廣超長滑道，吸引初學者到上級滑雪者的設計
- 2 乘坐單吊椅纜車，同時滑下雪纜專用道的快感讓大人小孩都為之著迷！
- 3 從海拔1,111公尺的飯土山呈扇形遍佈的超寬廣斜坡！夜間滑雪也是最棒的享受！

### ＊滑道地圖（滑道地圖可能有變動。）



### ＊滑道概要



### ＊滑道規模

最大傾斜	35度
最長滑走距離距離	4km
滑道數	20條
纜車吊椅/空中纜車數	8/0條

### ＊滑雪場內設施與服務



### ＊吊椅纜車票價（記載2021-2022季節的票價）

票券種類	大人	孩童
1日券	¥4,300	¥2,500
2日券	¥7,500	¥3,500
夜間票券	¥1,500	¥1,000
半日券	¥3,300	¥2,000





1

由此查看網站 ▼



## 湯澤高原滑雪場

地 址	湯澤町湯澤490
電 話	025-784-3326
營 業 期 間	12月中旬~3月下旬
營 業 時 間	8:30~17:00

交 通 方 式	
電 車	最近車站 上越新幹線 越後湯澤站 搭乘接駁車3分鐘或步行8分鐘
汽 車	從湯澤交流道乘車約5分鐘



2



3

### 優質的粉雪和絕美的全景, 推薦雪上樂園暢遊雪山

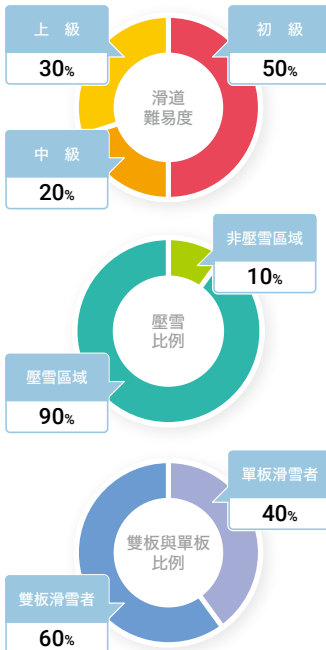
從越後湯澤站步行即可抵達湯澤高原滑雪場, 交通十分便捷。地理位置絕佳, 乘坐高空纜車登上海拔1,000公尺的山頂區域, 可以享受優質粉雪和俯瞰冬季群山。推薦給首次體驗雪山的遊客, 位於山腳下的雪地遊樂區設有擋風遮罩、長達100公尺的雪地自動扶梯, 大人小孩都能在此盡情玩雪。

- ❶ 從山頂眺望的絕美全景
- ❷ 可同時乘載166人的世界最大型空中纜車
- ❸ 乘坐100公尺長的雪地自動扶梯暢遊雪山!

### ※ 滑道地圖 (滑道地圖可能會有變動。)



### ※ 滑道概要



### ※ 滑道規模

最大傾斜	28度
最長滑走距離距離	5km
滑道數	8條
纜車吊椅/空中纜車數	4/1條

### ※ 滑雪場內設施與服務



### ※ 吊椅纜車票價 (記載2021-2022季節的票價)

票券種類	大 人	孩 童
1日券	¥4,800	¥3,400
2日券		
夜間票券		
半日券		





1

## 神立高原滑雪場

由此查看網站



地 址	湯澤町神立4121-1
電 話	025-788-0111
營業 期 間	2022年12月中旬~2023年4月中旬 7:00(平日8:00)~16:30 [僅限週六和假日前一晚延長夜間營業] 18:00~凌晨2:00
營業 時 間	

交 通 方 式	
電 車	最近車站 上越新幹線 越後湯澤站 搭乘接駁車約7分鐘
汽 車	從湯澤交流道乘車約3分鐘



2



3

### 距東京首都圈最近的全天然滑雪場！

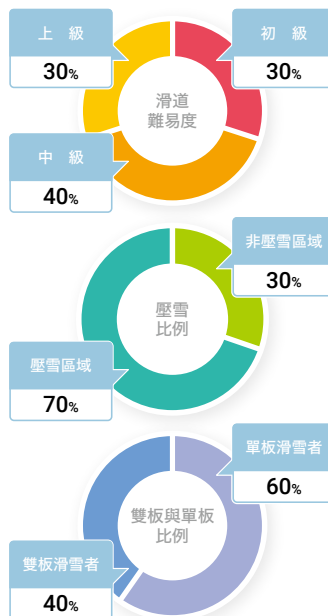
距離關越道湯澤交流道約1公里、車程3分鐘，交通十分便捷！而且停車場全天免費！種類豐富的全16條滑道中，最長滑行距離為3,500公尺，平均坡度和緩，即使是初學者也可以進行長距離滑行。週末和假日前一天晚上延長夜間營業至凌晨2點！想在週末滑個痛快的人絕對不能錯過！

- 1 從山頂眺望的絕佳美景
- 2 從初學者到上級滑雪者都能暢遊的樂園
- 3 每月施放夜間煙火

### ※ 滑道地圖 (滑道地圖可能有變動。)



### ※ 滑道概要



### ※ 滑道規模

最大傾斜	45度
最長滑走距離距離	3,500km
滑道數	16條
纜車吊椅/空中纜車數	5/0條

### ※ 滑雪場內設施與服務



### ※ 吊椅纜車票價 (記載2021~2022季節的票價)

票券種類	大 人	孩 童
1日券	¥5,200	¥3,500
2日券	¥9,000	¥6,000
夜間票券	¥4,000	¥2,800
半日券	¥4,000	¥2,900

### 滑雪场鄰近住宿設施

#### 神之湯

湯澤町神立4121-1  
TEL:025-788-0111



GROUND BASE 4樓的沐浴和小睡設施「神之湯」設有露天浴池和三溫暖。小睡設施提供睡在大廳裡的個人帳篷，也可加價選擇包廂。







30<sup>th</sup> Anniversary

## NASPA滑雪花園滑雪場

由此查看網站 ▼



地址 湯澤町湯澤2117-9  
電話 025-780-6888  
營業期間 12月下旬~4月上旬  
營業時間 8:30~17:00

### 交通方式

電車 最近車站  
上越新幹線 越後湯澤站  
搭乘接駁車約3分鐘

汽車 從湯澤交流道乘車約5分鐘



### 與飯店直通的滑雪者專用滑雪場

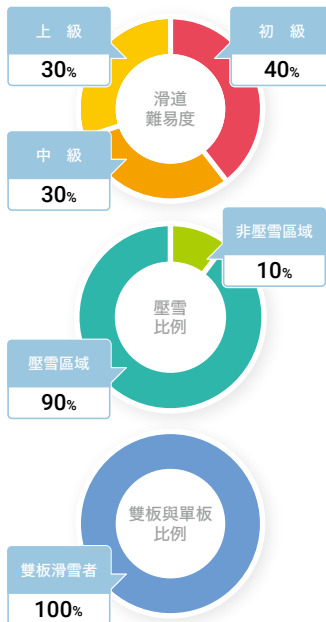
與NASPA新大谷飯店直通的滑雪者專用滑雪場設有8條滑道, 包括初學者也能從山頂滑行的超過2公里的超長滑道, 上級滑雪者可以享受貓跳式滑雪、非壓雪區域、滑雪公園等設施。另有各項豐富的戶外活動, 如雪橇專用區和雪上泛舟。



### \* 滑道地圖 (滑道地圖可能有變動。)



### \* 滑道概要



### \* 滑道規模

最大傾斜	38度
最長滑走距離距離	2,200km
滑道數	8條
纜車吊椅/空中纜車數	5/0條

### \* 滑雪場內設施與服務



### \* 吊椅纜車票價 (記載2021-2022季節的票價)

票券種類	大人	孩童
1日券	¥4,500	¥3,500
2日券	¥7,700	¥6,000
夜間票券	¥500	¥500
半日券		

### 滑雪场鄰近住宿設施

#### NASPA NEW OTANI

湯澤町湯澤2117-9  
TEL:025-780-6111







由此查看網站



## 湯澤中里滑雪度假村

地址 湯澤町土樽5044-1  
電話 025-787-3301  
營業期間 12月中旬~4月上旬  
營業時間 8:30~16:30

### 交通方式

最近車站  
電車 上越新幹線 越後湯澤站  
搭乘接駁車15分鐘  
汽車 從湯澤交流道乘車約10分鐘



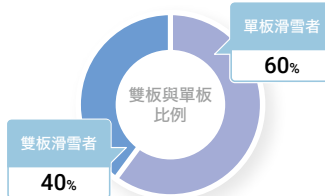
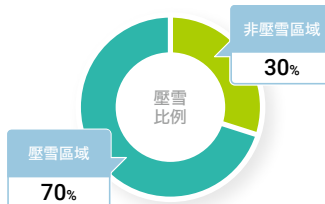
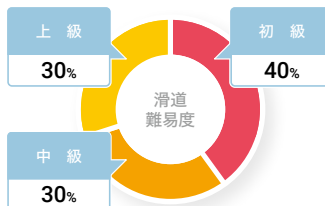
### 從雪山初體驗到粉雪滑行！

滑道路線種類繁多，有從初學者和家庭遊客也能安心滑雪的緩坡和非壓雪的陡坡。在「歡笑兒童樂園」可以玩雪橇和雪地輪胎、為初學者所設的「天使滑雪場」配備了圓頂形的雪地自動扶梯。場內各處均有餐飲設施和休息區，遊客可以安心地度過舒適的一天。

### \* 滑道地圖 (滑道地圖可能有變動。)



### \* 滑道概要



### \* 滑道規模

最大傾斜	32度
最長滑走距離距離	2km
滑道數	16條
纜車吊椅/空中纜車數	6/0條

### \* 滑雪場內設施與服務



### \* 吊椅纜車票價 (記載2021-2022季節的票價)

票券種類	大人	孩童
1日券	¥4,900	¥2,500
2日券		
夜間票券		
半日券		





從一本杉食堂放眼就可以看到滑雪場，家長也很放心

## 一本杉 滑雪場

由此查看網站 ▼



### 位於越後湯澤溫泉街的正中心

單條吊椅纜車、整面和緩斜坡是專為雪地滑雪所設的初學者滑雪道。這座滑雪場非常適合幼童初次體驗滑雪。



主滑雪場

## 湯澤公園 滑雪場

由此查看網站 ▼



### 朝北斜坡引以為傲的雪質

11條滑道在緩急間取得良好的平衡配置，為涵蓋初學者到滑雪行家等各種等級的雙板和單板滑雪者，提供舒適的滑雪環境。

地 址	湯澤町湯澤2521
電 話	025-784-4440
營業期間	12月下旬~4月上旬
營業時間	8:30~17:00

交 通 方 式	
電 車	最近車站 上越新幹線 越後湯澤站 步行3分鐘
汽 車	從湯澤交流道乘車約5分鐘

地 址	湯澤町土樽1613
電 話	025-787-4111
營業期間	12月下旬~4月上旬
營業時間	8:30~17:00

交 通 方 式	
電 車	最近車站 上越新幹線 越後湯澤站 搭乘接駁車15分鐘或計程車10分鐘
汽 車	從湯澤交流道乘車約6分鐘

#### ★ 滑道地圖 (滑道地圖可能有變動。)



#### ★ 滑道概要

滑道難易度			
初 級	80%	中 級	20%
上 級	0%		

壓雪比例		
壓雪區域	100%	非壓雪區域 0%

雙板與單板比例		
雙 板 滑 雪 者	100%	單板滑雪者 0%

#### ★ 滑道規模

最大傾斜	12度
最長滑走距離距離	300m
滑道數	1條
纜車吊椅/空中纜車數	1/0條

#### ★ 滑雪場內設施與服務



#### ★ 吊椅纜車票價 (記載2021-2022季節的票價)

票券種類	大 人	孩 童
1日券	¥4,200	¥3,200
2日券		
夜間票券		
半日券	¥3,200	¥2,100

#### ★ 滑道地圖 (滑道地圖可能有變動。)



#### ★ 滑道概要

滑道難易度			
初 級	40%	中 級	40%
上 級	20%		

壓雪比例		
壓雪區域	100%	非壓雪區域 0%

雙板與單板比例		
雙 板 滑 雪 者	40%	單板滑雪者 60%

#### ★ 滑道規模

最大傾斜	31度
最長滑走距離距離	1.5km
滑道數	11條
纜車吊椅/空中纜車數	6/0條

#### ★ 滑雪場內設施與服務



#### ★ 吊椅纜車票價 (記載2021-2022季節的票價)

票券種類	大 人	孩 童
1日券	¥4,500	¥2,500
2日券		
夜間票券		
半日券	¥3,500	¥2,000





## 六日町八海山 滑雪場

由此查看網站 ▼



### 令滑雪行家叫好的豪邁斜坡

滑雪場最具看頭的是一口氣滑下高度落差800公尺，動感十足的中級斜坡。包括顛簸在內全長3公里的下坡值得一滑，搭乘乘載81人的高空纜車可一口氣直達滑雪場頂部的山頂。



最大寬度約200公尺的主滑雪道

地 址	南魚沼市山口1610
電 話	025-775-3311
營業期間	12月下旬~3月下旬 ※營業期間可能會有變動。
營業時間	8:00~16:00

交 通 方 式	
電 車	最近車站 上越線 六日町站 搭乘路線巴士30分鐘
汽 車	從六日町交流道乘車20分鐘

#### ※ 滑道地圖 (滑道地圖可能有變動。)



#### ※ 滑道概要

滑道難易度			
初 級	30%	中 級	40%
上 級	30%		

壓雪比例			
壓雪區域	65%	非壓雪區域	35%

雙板與單板比例			
雙 板 滑 雪 者	60%	單板滑雪者	40%

#### ※ 滑道規模

最大傾斜	36度
最長滑走距離距離	3.5km
滑道數	11條
纜車吊椅/空中纜車數	3/1條

#### ※ 滑雪場內設施與服務



#### ※ 吊椅纜車票價 (記載2021-2022季節的票價)

票券種類	大 人	孩 童
1日券	¥4,100	無 料
2日券		
夜間票券		
半日券		

## 六日 滑雪度假村

由此查看網站 ▼



### 暢遊交通輕鬆便捷、風景絕美的滑雪場！

這座滑雪度假村距離關越道六日町交流道5分鐘，交通輕鬆便捷。坐擁絕景的主滑雪道寬廣又易於滑行，是讓滑雪進步神速的家庭滑道。滑道配置從兒童雪上樂園到粉雪滑道，範圍廣泛！住宿推薦緊鄰滑雪場，設有人氣天然溫泉設施的「六日溫泉飯店」。

地 址	南魚沼市小栗山2910-114
電 話	025-773-3311
營業期間	12月下旬~3月下旬
營業時間	8:30~16:00

交 通 方 式	
電 車	最近車站 上越新幹線 越後湯澤站 搭乘接駁車約10分鐘 (於週末及例假日行駛)
汽 車	從六日町交流道乘車5分鐘

#### ※ 滑道地圖 (滑道地圖可能有變動。)



#### ※ 滑道概要

滑道難易度			
初 級	35%	中 級	40%
上 級	25%		

壓雪比例			
壓雪區域	90%	非壓雪區域	10%

雙板與單板比例			
雙 板 滑 雪 者	50%	單板滑雪者	50%

#### ※ 滑道規模

最大傾斜	33度
最長滑走距離距離	2,800km
滑道數	12條
纜車吊椅/空中纜車數	4/0條

#### ※ 滑雪場內設施與服務



#### ※ 吊椅纜車票價 (記載2021-2022季節的票價)

票券種類	大 人	孩 童
1日券	¥4,400	¥2,200
2日券		
夜間票券		
半日券	¥3,400	¥1,600





1

## 上越國際滑雪場

由此查看網站 ▼



地 址	南魚沼市樺野澤112-1
電 話	025-782-1028
營業期間	12月~4月
營業時間	8:00~21:00

### 交通方式

電 車	最近車站 上越新幹線 越後湯澤站 搭乘接駁車30分鐘
汽 車	從鹽澤石打交流道乘車7分鐘



2



3

### 由四個區域構成的廣闊滑雪度假村

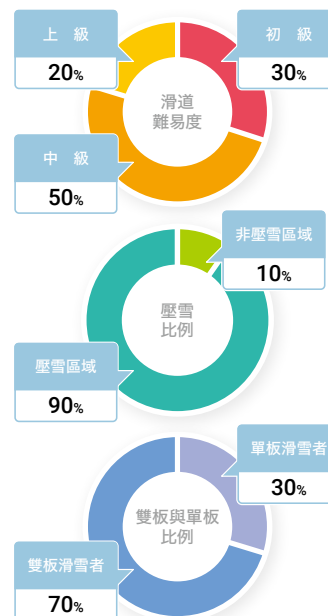
交通便捷，從初次接觸滑雪的孩童到滑雪行家都能享受豐富多彩的滑道極具魅力。感謝各位的惠顧，滑雪場在本季迎接開幕 55 週年！我們將舉辦可以抽中豪華獎品的贈獎活動！全家人入住與滑雪場直通的上越綠色廣場飯店，盡情享受玩雪的樂趣。

- 1 具有獨特紅色屋頂的上越綠色廣場飯店前，設有兒童天堂樂園和雪橇滑道！
- 2 從全景滑道可以看到越後連峰群山相連，呈現一片雪白銀色世界的街道。絕美景色令人嘆為觀止。
- 3 當間滑雪場位於北斜坡，因此降雪量極豐富，可以享受粉雪滑行。

### ＊滑道地圖 滑道地圖可能有變動。



### ＊滑道概要



### ＊滑道規模

最大傾斜	38度
最長滑走距離距離	6km
滑道數	22條
纜車吊椅/空中纜車數	19/0條

### ＊滑雪場內設施與服務



### ＊吊椅纜車票價 (記載2021-2022季節的票價)

票券種類	大 人	孩 童
1日券	¥4,300	¥2,500
2日券	¥7,500	¥3,500
夜間票券	¥1,500	¥1,000
半日券	¥3,300	¥2,000

### ＊滑雪場鄰近住宿設施

#### 上越綠色廣場飯店

南魚沼市樺野澤112-1  
TEL:025-782-1030



設有包括西式客房和日式混合客房在內，共634間房。與滑雪場直通的滑雪度假村，不僅設有租借和商店設施，還可以享受美食和溫泉。







## 石打丸山滑雪場

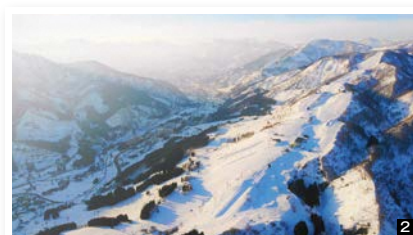
由此查看網站



地 址	南魚沼市石打1655
電 話	025-783-2222
營業 期間	12月中旬~4月上旬
營業 時間	8:30~20:00

### 交 通 方 式

電 車	最近車站 上越新幹線 越後湯澤站 搭乘免費接駁車10分鐘
汽 車	從鹽澤石打交流道乘車約5分鐘



### 「JAPAN'S NEW CLASSIC-」 不斷進化的老字號滑雪場

距離交流道僅僅5分鐘，從東京搭乘新幹線只需90分鐘，交通十分便捷。總之，這是一座代表新潟的老字號滑雪場，遊客可以在此享受廣闊豐富的天然雪。近年來，世界上最先進的Combo Lift混合式纜車「Sunrise Express」和展望露台，已於2022年夏季對外開放。遊客可以輕鬆享受雪山觀光，四季皆宜的度假村。

- ❶ 石打丸山滑雪場擁有世界上最先進的Combo Lift混合式纜車
- ❷ 滑雪場全景
- ❸ 享受積雪量豐富的新雪

### ※ 滑道地圖 滑道地圖可能會有變動。

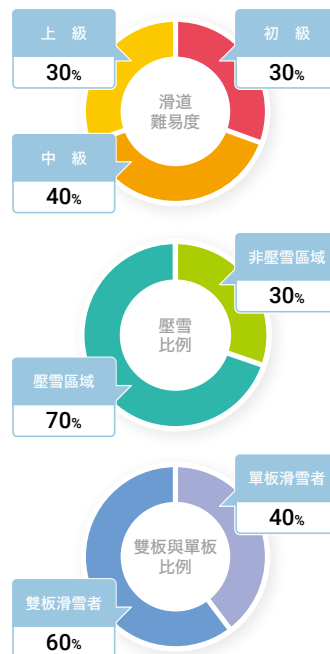
#### 2021-2022 Guide Map ガイドマップ

リフト情報 Lift Information	
A サンライズエクスプレス チェア 4 x 6 gondola 8 x 10	Sunrise Express Chairlift 4 x 6 Gondola 8 x 10
B 中丸山トリプルリフト Chairlift 3 x 3	Chūmaru Triple Lift Chairlift 3 x 3
C 中丸山トリプルリフト Chairlift 3 x 3	Chūmaru Triple Lift Chairlift 3 x 3
D 山頂高速リフト Chairlift 3 x 3	Sanjō High Speed Lift Chairlift 3 x 3
E 観光第一エクスプレス Chairlift 3 x 3	Kanikoku Express Chairlift 3 x 3
F 観光第二エクスプレス Chairlift 3 x 3	Kanikoku Express Chairlift 3 x 3
G 観光第三エクスプレス Chairlift 3 x 3	Kanikoku Express Chairlift 3 x 3
H 志保山ファミリーリフト Chairlift 3 x 3	Shibukawa Family Lift Chairlift 3 x 3
I グリーンリフト Chairlift 3 x 3	Green Lift Chairlift 3 x 3
J パワカ石口トリプルリフト Chairlift 3 x 3	Power Kashioka Triple Lift Chairlift 3 x 3
K パワカ石口トリプルリフト Chairlift 3 x 3	Power Kashioka Triple Lift Chairlift 3 x 3
L パワカ石口トリプルリフト Chairlift 3 x 3	Power Kashioka Triple Lift Chairlift 3 x 3
M パワカ石口トリプルリフト Chairlift 3 x 3	Power Kashioka Triple Lift Chairlift 3 x 3

マップアイコン Icons	
リフト乗り場 Lift Station	ナイター営業 Night Skiing
トイレ Toilet	★ スキー場ターミナル Ski Terminal
レストラン Restaurant	アスレチック Adventure
ロッカー・更衣室 Locker/Changing Room	練習エリア Practice Area
インフォメーション Information	展望台 Observation Deck
スクール Ski School	スキー場ターミナル Ski Terminal
	スキー場ターミナル Ski Terminal



### ※ 滑道概要



### ※ 滑道規模

最大傾斜	33度
最長滑走距離距離	4km
滑道数	23條
纜車吊椅/空中纜車数	12/1條

### ※ 滑雪場内施設與服務



### ※ 吊椅纜車票價 (記載2021-2022季節の票價)

票券種類	大人	孩童
1日券	¥5,400	¥3,600
2日券	¥9,800	¥6,400
夜間票券	¥2,400	¥2,400
半日券	¥4,600	¥3,000





由此查看網站



## 舞子滑雪度假村

地址 南魚沼市舞子2056-108

電話 025-783-4100

營業期間 12月中旬~4月上旬

 營業時間 [平 日]8:30~17:00  
[週末及例假日]8:00~17:00  
※夜間營業日截至20:00

交通方式

 電車 最近車站  
上越新幹線 越後湯澤站  
搭乘接駁車約20分鐘

汽車 從鹽澤石打交流道乘車1分鐘



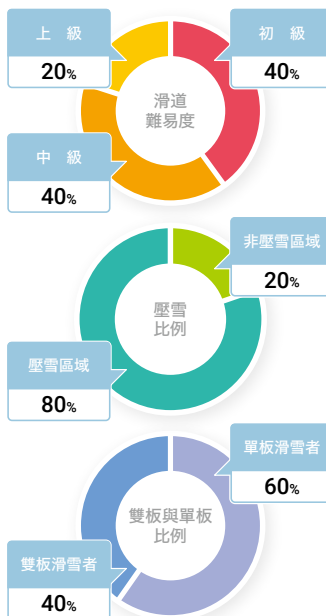
### 最長6,000公尺！讓入門新手到滑雪行家都能盡情滑行，設有26條滑道的大型滑雪場

距離鹽澤石打交流道1分鐘的終極短程極具吸引力！乘坐箱型纜車輕鬆到達山頂。涵蓋從粉雪和樹林滑行等高級滑道到兒童雪地遊樂區的所有設施。設有售票處、租借、溫泉、休息室等便利設施的「日歸滑雪中心」，以及與直通滑雪場的「舞子高原飯店」，提供舒適的住房享受。

＊滑道地圖 滑道地圖可能有變動。



＊滑道概要



＊滑道規模

最大傾斜	32度
最長滑走距離距離	6km
滑道數	26條
纜車吊椅/空中纜車數	9/1條

＊滑雪場內設施與服務

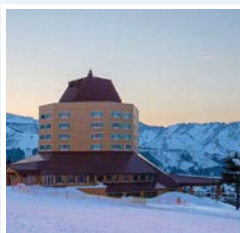


＊吊椅纜車票價（記載2021-2022季節的票價）

票券種類	大人	孩童
1日券	¥5,000	¥3,000
2日券	¥8,700	¥5,400
夜間票券	¥1,000	¥500
半日券(5時間券)	¥4,500	¥2,700

滑雪场鄰近住宿設施

舞子高原飯店

 南魚沼市舞子2056-108  
TEL:025-783-3511


與滑雪場直通的度假飯店。以提供療癒系溫泉和飯店自助餐為賣點。







- 1 冬季粉雪【雪質超群】
- 2 滑行於夏季新葉中【其他地方體驗不到】
- 3 從滑雪道上看到的奧只見湖

## 奧只見丸山 滑雪場

由此查看網站 ▼



最優質的粉雪場整備完善、雪場和半管滑雪的品質。

滑雪場分兩次開放營業，期間為11月下旬至1月上旬和3月下旬至5月上旬。1月上旬到3月下旬不營業。積雪超過6公尺的滑雪道高度比吊椅纜車還高，可以盡情享受從冬季粉雪到春季滑雪的樂趣。

地 址	魚沼市湯之谷芋川1317-3
電 話	025-795-2750
營 業 期 間	【初滑季節】11月下旬～1月上旬 【春季】3月下旬～5月上旬 【初滑季節】8:30～16:00 【春季(平日)】8:30～16:30 【春季(週末、節假日和特定日)】8:00～16:30
營 業 時 間	

交 通 方 式	
電 車	最近車站 上越新幹線 浦佐站 搭乘接駁車1小時30分鐘 (僅限週末、節假日和特定日行駛)
汽 車	從小出交流道乘車50分鐘

### ＊滑道地圖 (滑道地圖可能有變動。)



#### ＊滑道概要

滑道難易度			
初 級	20%	中 級	40%
上 級	40%		

壓雪比例		
壓雪區域	70%	非壓雪區域 30%

雙板與單板比例		
雙 板 滑 雪 者	50%	單板滑雪者 50%

#### ＊滑道規模

最大傾斜	32度
最長滑走距離距離	4km
滑道數	9條
纜車吊椅/空中纜車數	5/0條

#### ＊滑雪場內設施與服務



#### ＊吊椅纜車票價 (記載2021-2022季節的票價)

票券種類	大 人	孩 童
1日券	¥4,000	¥1,300
2日券	¥6,700	
夜間票券		
半日券	¥3,000	



飯店前的滑雪場和津南天燈體驗

## NEW GREENPIA 津南滑雪場

由此查看網站 ▼



盡情享受玩雪樂趣！

遍佈於苗場山腳下的津南高原，是一座可供滑雪、住宿、遊樂，樂趣無窮的白色度假村。優質的粉雪一旦體驗過就不會忘記。雪季期間內每天舉行的津南天燈施放體驗也是最佳推薦。年末年初和週六施放冬季煙，與天燈共演的燈光秀令人嘆為觀止。

地 址	津南町秋成12300
電 話	025-765-4611
營 業 期 間	12月下旬～4月上旬
營 業 時 間	8:30～17:00

交 通 方 式	
電 車	最近車站 上越新幹線 越後湯澤站 搭乘房客接送巴士60分鐘
汽 車	從鹽澤石打交流道乘車40分鐘

### ＊滑道地圖 (滑道地圖可能有變動。)



#### ＊滑道概要

滑道難易度			
初 級	30%	中 級	40%
上 級	30%		

壓雪比例		
壓雪區域	90%	非壓雪區域 10%

雙板與單板比例		
雙 板 滑 雪 者	60%	單板滑雪者 40%

#### ＊滑道規模

最大傾斜	39度
最長滑走距離距離	2.1km
滑道數	5條
纜車吊椅/空中纜車數	3/0條

#### ＊滑雪場內設施與服務



#### ＊吊椅纜車票價 (記載2021-2022季節的票價)

票券種類	大 人	孩 童
1日券	¥4,000	¥2,000
2日券		
夜間票券		
半日券	¥3,000	¥1,500



# 推薦住宿設施



## 湯澤大酒店

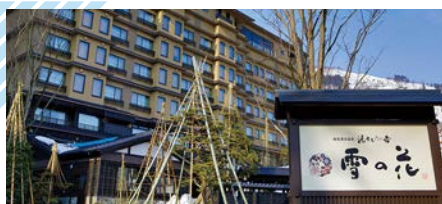
旅館賣點是可以感受四季更迭的庭園式露天浴池。

### 交通方式

電車	越後湯澤 站 步行3分鐘	有接送服務
汽車	從湯澤IC乘車3分鐘	

地址：湯澤町湯澤2494

電話：025-785-5050



## 湯KEMURI之宿 雪之花

從越後湯澤車站步行3分鐘！  
可免費包租天然溫泉♪

### 交通方式

電車	越後湯澤 站から 徒歩で3分	有接送服務
汽車	從湯澤IC乘車5分鐘	

地址：新潟県南魚沼郡湯沢町大字湯沢405-1

電話：025-785-2177



## 湯澤新大谷飯店

兼具旅館舒適性與飯店便利性的溫泉旅館

### 交通方式

電車	越後湯澤 站 步行7分鐘	有接送服務
汽車	從湯澤IC乘車5分鐘	

地址：湯澤町湯澤330

電話：025-784-2191



## 雙葉酒店

位於湯澤高地上的日式旅館

### 交通方式

電車	越後湯澤 站 搭乘巴士5分鐘或步行7分鐘	有接送服務
汽車	從湯澤IC乘車7分鐘	

地址：湯澤町湯澤419

電話：025-784-3357



## ANGEL GRANDIA越后中里

去滑雪道僅需10秒。旨在打造在育兒支援方面日本第一度假村。

### 交通方式

電車	越後湯澤 站から 無料シャトルバスで20分	有接送服務
汽車	從湯澤IC乘車15分鐘	

地址：新潟県南魚沼郡湯沢町土樽4707-1

電話：025-787-2811



## 津南自然王國休閒觀光飯店

遍佈津南高原佔地 100萬坪的四季度假村

### 交通方式

電車	越後湯澤 站 搭乘房客接送巴士60分鐘或計程車60分鐘	有接送服務
汽車	從鹽澤石打IC乘車40分鐘	

地址：津南町秋成12300

電話：025-765-4611



## 六日溫泉酒店

直接連通六日滑雪度假村。可享受天然溫泉。

### 交通方式

電車	從六日町乘出租車10分鐘 (在周六、日及節假日有免費接送巴士運行)	有接送服務
汽車	從六日町IC乘車5分鐘	

地址：新潟県南魚沼市小栗山2910-114

電話：025-773-3311





# 妙高

妙高市・糸魚川市・上越市



- 高速道路
- JR新幹線
- 常規路線
- 滑雪場雪道

赤倉山 [2,141m]

妙高山  
[2,545m]

前山 [1,932m]

02 妙高杉之原滑雪场

池之平温泉滑雪场 05

赤倉觀光度假滑雪场 04

03 赤倉温泉滑雪场

妙高SKI PARK 07

休暇村妙高RUNRUN滑雪场 07

妙高高原交流道

上信越自動車道

妙高高原站

信濃鐵道

妙高躍馬線

樂天新井度假村 01

中郷交流道

妙高高原交流道

妙高市外的滑雪场

糸魚川市

08 夏爾曼火打滑雪场

上越市

09 CUPID VALLEY滑雪场





# 順路景點

如果特意來滑雪，不妨順帶欣賞一下周邊的旅遊景點，品嚐一下地方特色美食。介紹可以使您的旅遊更加愉快的順路景點。



SPOT  
01



壯麗的山景、廣闊的雪原、夢幻般的森林，以及遙望日本海的景色，在豪雪地帶的非日常體驗。



【體驗】

## 雪鄉(YUKISATO) 雪上摩托車之旅「荒野探險」

我們準備了讓每位遊客滿意的場地，無論是雪上摩托車的新手還是經驗老手。熟悉森林的嚮導會在岡澤的森林中為您帶來難忘的雪上摩托車體驗。

【交通方式】

電車	二本木站 (乘車10分鐘)
汽車	從中鄉交流道乘車 5分鐘

【費用】

大人	¥24,000 (記載2023-2024) (季節的票價)
----	-------------------------------------

【地址】：上越市中鄉區岡澤1441-2

【營業期間】：12月下旬～3月中旬 ※依降雪情況而定

【舉辦時間】：9:00～11:00～13:00～

【假期】：不定期公休

【電話】：090-4609-5090



亞洲最大型的  
滑索之旅  
(Zipline Tour)

SPOT  
02

【飲食】

## FURUSATTO/furutto

站前的小商店街，扇形排列的白色貨櫃以象徵雪國的「雁木」串連。除了居酒屋、拉麵、西餐、咖啡廳等餐飲店外，還設有共同工作空間，亦供臨時使用。

【交通方式】

電車	上越妙高站 (步行1分鐘)
汽車	從上越高田交流道乘車10分鐘

【地址】：上越市大和5-1-5

【假期】：依店鋪而異

【營業期間】：依店鋪而異

【電話】：025-520-8777

【舉辦時間】：依店鋪而異

50多年來深受  
新潟縣民喜愛的  
靈魂料理



SPOT  
04

「從車站不經意地延續到街道。」  
上越妙高站前貨櫃式建築



SPOT  
03

【飲食】

## MISA餐廳 新井道路休息站

深受許多顧客喜愛的餐廳。完美結合特別訂製的白味噌、大蒜和辣椒等食材的味噌拉麵是受歡迎的餐點。這是一家提供種類繁多的豐盛定食，可滿足每個人需求的餐廳。

【交通方式】

電車	新井站 (搭乘計程車10分鐘)
汽車	從新井智慧型交流道乘車1分鐘

【地址】：妙高市豬野山120-8

【假期】：不定期公休  
※每月1～2次(週三或週四)公休

【舉辦時間】：11:00～20:00

【電話】：0255-72-1133







## 樂天新井度假村

由此查看網站 ▼



地址	妙高市兩善寺1966
電話	0255-75-1155
營業期間	12月中旬~5月中旬 ※營業期間可能會有所變動。
營業時間	8:30~16:00

### 交通方式

電車	最近車站 北陸新幹線 上越妙高站 搭乘接駁車30分鐘
汽車	從新井智慧型交流道乘車7分鐘



2



3

### 日本數一數二的豪雪地帶的極致粉雪

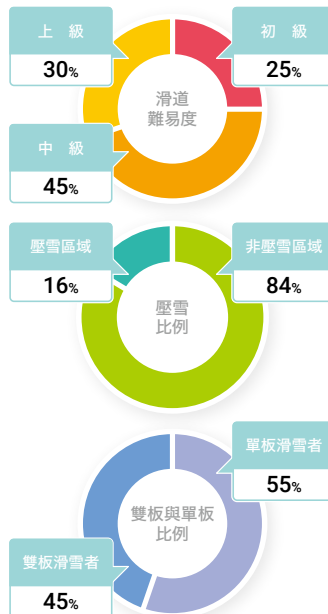
廣大佔地內約84%是未壓雪的自由滑行區。遊客可以宛如山岳 (Backcountry) 滑雪般享受驚險刺激的地形遊戲，例如樹林滑行或從屋頂到溪流的落差。由於降雪量多，春季滑雪期間也很長，可以持續滑到5月中旬。

- 1 亞洲第一的頂級避暑山莊
- 2 84%的廣大區域是非壓雪的自由滑行區
- 3 季節性降雪量超過20公尺，日本數一數二的豪雪地帶

### ※ 滑道地圖 (滑道地圖可能有變動。)



### ※ 滑道概要



### ※ 滑道規模

最大傾斜	28度
最長滑走距離	7km
滑道數	14條
纜車吊椅/空中纜車數	4/1條

### ※ 滑雪場內設施與服務



### ※ 吊椅纜車票價 (記載2021~2022季節的票價)

票券種類	大人	孩童
1日券	¥6,000	¥3,800
2日券	¥11,000	¥7,000
夜間票券	¥3,000	¥1,800
半日券	¥4,500	¥3,200

### 滑雪場鄰近住宿設施

#### 樂天新井度假村

妙高市兩善寺1966  
TEL: 0255-75-1100



在全球拓展事業的樂天酒店集團







1

由此查看網站



## 妙高杉之原滑雪場

地 址	妙高市杉野澤
電 話	0255-86-6211
營 業 期 間	12月下旬~3月下旬 ※營業期間可能會有所變動。
營 業 時 間	8:30~16:00

交 通 方 式	
電 車	最近車站 越後心動鐵道股份有限公司 妙高高原站 搭乘路線巴士20分鐘、計程車15分鐘
汽 車	從妙高高原交流道乘車10分鐘



2



3

### 超長寬廣的滑雪場, 最長滑行距離約8.5公里。

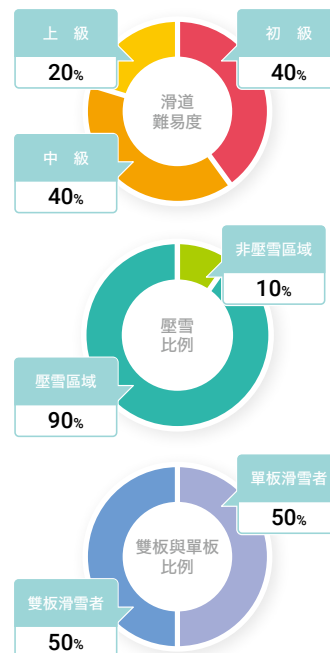
約有 80% 的滑雪道適合初級和中級滑雪者, 因此從兒童到大人可以享受冬季運動。在非壓雪區可以享受蓬鬆柔軟的粉雪, 預計在受歡迎的「Sugi Park」內設置以高空滑索為主的多種設備。學齡前兒童可全天免費乘坐吊椅和箱型纜車!

- 1 享受粉雪樂趣
- 2 學齡前兒童可全天免費乘坐吊椅和箱型纜車!
- 3 寬廣的滑雪道最適合作為練習斜坡用

### ※ 滑道地圖 (滑道地圖可能有變動。)



### ※ 滑道概要



### ※ 滑道規模

最大傾斜	38度
最長滑走距離	8.5km
滑道數	17條
纜車吊椅/空中纜車數	4/1條

### ※ 滑雪場內設施與服務



### ※ 吊椅纜車票價 (記載2021-2022季節的票價)

票券種類	大 人	孩 童
1日券	¥4,800	免 費
2日券	¥8,800	免 費
夜間票券		
半日券 (4小時券)	¥3,900	免 費

學齡前兒童免費



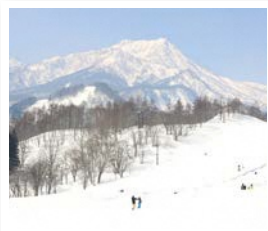


由此查看網站



## 赤倉溫泉滑雪場

地 址	妙高市赤倉291	交 通 方 式	
電 話	0255-87-2125	電 車	最近車站 越後心動鐵道股份有限公司 妙高原站 搭乘市營巴士20分鐘
營 業 期 間	12月中旬~4月上旬 ※營業期間可能會有所變動。	汽 車	從妙高原交流道乘車8分鐘
營 業 時 間	8:30~17:00 ※夜間營業至21:00		



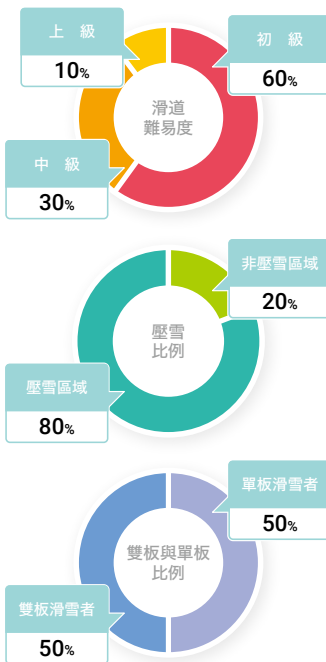
### 100%天然雪 日本數一數二的豪雪地帶

赤倉溫泉滑雪場位於日本百大名山之一的妙高山腳下。遊客可以在廣大寬闊的滑雪道上享受100%的天然粉雪。場內也設有許多緩斜坡，即使是初學者也能安心地享受冬季運動。滑完後，前往歷史悠久的溫泉泡湯溫暖身心。

### ※ 滑道地圖 (滑道地圖可能會變動。)



### ※ 滑道概要



### ※ 滑道規模

最大傾斜	43度
最長滑走距離	3km
滑道數	17條
纜車吊椅/空中纜車數	14/0條

### ※ 滑雪場內設施與服務



### ※ 吊椅纜車票價 (記載2021-2022季節的票價)

票券種類	大 人	孩 童
1日券	¥5,500	¥1,200
2日券	¥10,000	¥1,600
夜間票券	¥2,900	¥1,000
半日券		





由此查看網站 ▼

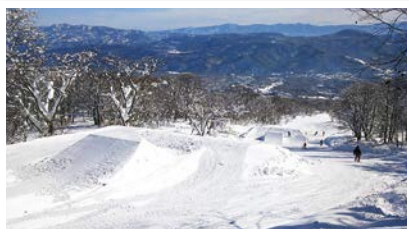


## 赤倉觀光度假滑雪場

地 址	妙高市田切216
電 話	0255-87-2503
營 業 期 間	12月中旬~5月上旬 ※營業期間可能會有所變動。
營 業 時 間	8:30~16:00

### 交 通 方 式

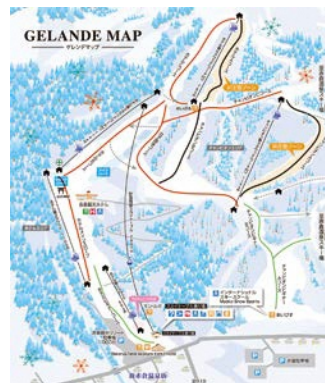
電 車	最近車站 越後心動鐵道股份有限公司 妙高高原站 搭乘巴士20分鐘
汽 車	從妙高高原交流道乘車8分鐘



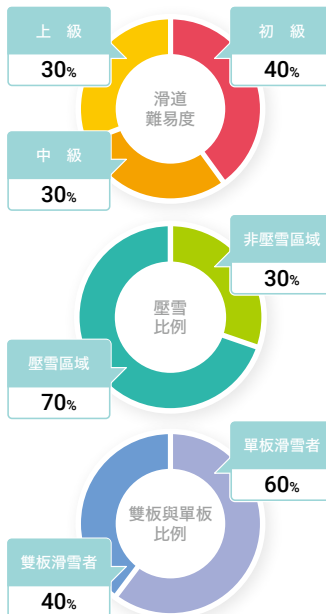
### 雪質優良、雪量豐富 享受雪季超長的滑雪樂趣

「AKAKAN」赤倉觀光度假滑雪場是日本第一座，在1937年12月12日獲得國際滑雪場認證的滑雪場。縱向長滑道的設置因而可以實現4,000公尺以上的長距離滑行。許多滑雪者鎖定大清早前往上方的非壓雪滑道體驗極致粉雪。此外，滑場配置的道具也很齊全。

### ＊滑道地圖 (滑道地圖可能有變動。)



### ＊滑道概要



### ＊滑道規模

最大傾斜	32度
最長滑走距離	4.5km
滑道數	10條
纜車吊椅/空中纜車數	5/1條

### ＊滑雪場內設施與服務



### ＊吊椅纜車票價 (記載2021~2022季節的票價)

票券種類	大 人	孩 童
1日券	¥4,800	¥3,500
2日券	¥8,500	¥5,900
夜間票券		
半日券	¥3,300	¥2,300

### 滑雪场鄰近住宿設施

赤倉觀光飯店  
妙高市田切216  
TEL: 0255-87-2501



共76 間客房。  
可滑雪進出飯店







ALPEN BLICK滑雪場

## 池之平溫泉 滑雪場

由此查看網站 ▼



擁有充分活用妙高山壯闊山麓而形成的  
頂級寬廣滑雪坡

整齊的壓雪寬廣滑雪坡、非壓雪的樹林滑行、障礙設備  
多元的Mavericks Park, 小小孩到銀髮族都能盡情戲  
雪！



RUNRUN滑雪場

## 休暇村妙高 RUNRUN 滑雪場

由此查看網站 ▼



滑雪初體驗來這裡就對了

讓滑雪初體驗的小朋友也能哼著歌, 輕鬆享受戲雪樂趣  
的滑雪場。

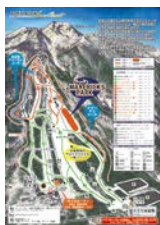
地 址	妙高市池之平溫泉2457-1
電 話	0255-86-2370
營 業 期 間	12月中旬~3月下旬 ※營業期間可能會有變動。
營 業 時 間	8:30~16:00

交 通 方 式	
電 車	最近車站 越後心動鐵道股份有限公司 妙高原站 搭乘市營巴士10分鐘
汽 車	從妙高原交流道乘車5分鐘

地 址	新潟縣妙高市関山
電 話	0255-82-3168
營 業 期 間	12月中旬~3月底 ※營業期間可能會有變動。
營 業 時 間	9:00~16:00

交 通 方 式	
電 車	最近車站 越後心動鐵道股份有限公司 關山站 搭乘巴士20分鐘
汽 車	從妙高原交流道乘車20分鐘

### \* 滑道地圖 (滑道地圖可能會有變動。)



### \* 滑道概要

滑道難易度		
初 級	35%	中 級 45%
上 級	20%	

壓雪比例		
壓雪區域	70%	非壓雪區域 30%

雙板與單板比例		
雙 板 滑 雪 者	50%	單板滑雪者 50%

### \* 滑道規模

最大傾斜	28度
最長滑走距離	4km
滑道數	10條
纜車吊椅/空中纜車數	6/0條

### \* 滑雪場內設施與服務



### \* 吊椅纜車票價 (記載2021-2022季節的票價)

票券種類	大 人	孩 童
1日券	¥4,500	¥2,700
2日券	¥7,900	¥4,700
夜間票券		
半日券	¥3,300	¥2,000

### \* 滑道地圖 (滑道地圖可能會有變動。)



### \* 滑道概要

滑道難易度		
初 級	100%	中 級 0%
上 級	0%	

壓雪比例		
壓雪區域	100%	非壓雪區域 0%

雙板與單板比例		
雙 板 滑 雪 者	70%	單板滑雪者 30%

### \* 滑道規模

最大傾斜	10度
最長滑走距離	1 km
滑道數	1條
纜車吊椅/空中纜車數	1/0條

### \* 滑雪場內設施與服務



### \* 吊椅纜車票價 (記載2021-2022季節的票價)

票券種類	大 人	孩 童
1日券	¥2,500	¥2,000
2日券		
夜間票券		
半日券	¥1,800	¥1,200





# 妙高 SKI PARK

由此查看網站 ▼



歡迎光臨。  
前往妙高景色最美的滑雪場。

妙高SKI PARK有全長1.2公里, 平均斜度7度的和緩林間滑道。深受初學者和家庭遊客的喜愛。



前往體驗極致的粉雪滑行。

# 夏爾曼 火打滑雪場

由此查看網站 ▼



65%的可滑行面積為非壓雪。在旺季享受深厚的粉雪, 在春季享受柔和的顆粒雪!

降雪量豐富, 雪質優良。糸魚川市擁有得天獨厚的地質和莊嚴優美的大自然, 經聯合國教科文組織認定為世界地質公園。在1月和2月的旺季, 遊客可以在廣闊的未壓雪區域享受極致的粉雪。3月到5月期間, 可一邊眺望日本海一邊享受滑雪樂趣, 也很適合進行滑雪杖訓練。帶來各式各樣的玩雪方式。

地址 妙高市關山6323-4

電話 0255-82-4189

交通方式

電車	最近車站 越後心動鐵道股份有限公司關山站 開車10分鐘
汽車	從妙高高原交流道乘車15分鐘

地址 糸魚川市西飛山1821

電話 025-568-2244

營業期間 12月中旬~5月初旬  
※營業期間可能會有所變動。

營業時間 8:30~16:00

交通方式

電車	最近車站 越後心動鐵道股份有限公司 能生站 搭乘巴士40分鐘 (僅限週末及假日)
汽車	從能生交流道開車30分鐘

※ 滑道地圖  
(滑道地圖可能有變動。)



※ 滑道概要

滑道難易度			
初級	60%	中級	40%
上級	0%		

壓雪比例		
壓雪區域	100%	非壓雪區域 0%

雙板與單板比例		
雙板滑雪者	80%	單板滑雪者 20%

※ 滑道規模

最大傾斜	15度
最長滑走距離	約1.2km
滑道數	2條
纜車吊椅/空中纜車數	1/0條

※ 滑雪場內設施與服務



※ 吊椅纜車票價 (記載2021-2022季節的票價)

票券種類	大人	孩童
1日券		
2日券		
夜間票券		
半日券		

※ 滑道地圖  
(滑道地圖可能有變動。)



※ 滑道概要

滑道難易度			
初級	20%	中級	45%
上級	35%		

壓雪比例		
壓雪區域	35%	非壓雪區域 65%

雙板與單板比例		
雙板滑雪者	60%	單板滑雪者 40%

※ 滑道規模

最大傾斜	32度
最長滑走距離	2.7km
滑道數	18條
纜車吊椅/空中纜車數	3/0條

※ 滑雪場內設施與服務



※ 吊椅纜車票價 (記載2021-2022季節的票價)

票券種類	大人	孩童
1日券	¥4,100	¥3,050
2日券	¥6,600	¥5,000
夜間票券		
半日券	¥3,100	¥2,100



# CUPID VALLEY 滑雪場

由此查看網站 ▼



## 滑雪新手也能盡情體驗!! 4 公里長的滑道非常適合家庭遊客

邱比特山谷滑雪場有時一晚的降雪量就會超過1公尺。雙板和單板滑雪者深受這一豪雪地帶的獨特雪質所吸引。從2021年雪季開始開放的「樹林滑行區」深受遊客喜愛。滑雪場擁有 12 種富於變化的滑道, 從滑雪新手到行家均可盡情戲雪。

搭乘第2四人座吊椅纜車, 可前往幾處非壓雪滑道。有效率地享受粉雪滑行!

地址	上越市安塚區須川4820
電話	025-593-2041
營業期間	12月中旬~3月中旬 ※營業期間可能會有變動。
營業時間	8:30~17:00

### ※ 滑道地圖 (滑道地圖可能有變動。)



### ※ 滑道概要

滑道難易度			
初級	40%	中級	40%
上級	20%		

壓雪比例			
壓雪區域	70%	非壓雪區域	30%

雙板與單板比例			
雙板滑雪者	40%	單板滑雪者	60%

### ※ 滑道規模

最大傾斜	32度
最長滑走距離	4km
滑道數	12條
纜車吊椅/空中纜車數	3/0條

### ※ 滑雪場內設施與服務



※Wi-Fiはスキー場内の一部で利用可能。

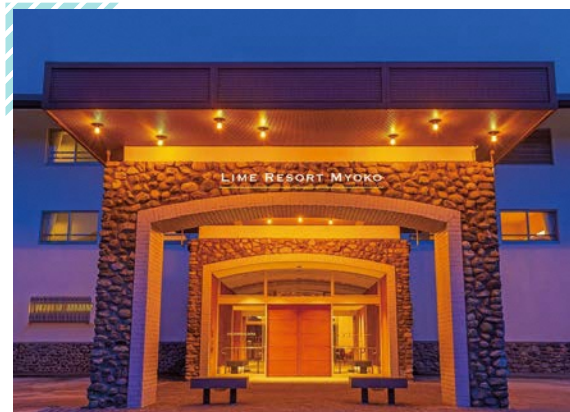
### ※ 吊椅纜車票價 (記載2021-2022季節的票價)

票券種類	大人	孩童
1日券	¥4,200	¥2,700
2日券		
夜間票券		
半日券	¥3,600	¥2,200

NIIGATA

妙高地區

## 推薦住宿設施



### 妙高青檸度假村

讓您恢復身心活力的健康旅遊飯店



### 交通方式

有接送服務

電車	妙高高原站
汽車	從妙高高原交流道 乘車5分鐘

※搭乘免費接送巴士約8分鐘(※需事先預約)

地址: 妙高市關川2251-2  
電話: 0255-75-5115



### 太閤旅館

可以眺望妙高高原的放流式觀景浴池極具魅力。從一切事物中解脫, 自由地度過悠閒的時光。敬請在此欣賞妙高山的美景, 盡情放鬆身心。



### 交通方式

有接送服務

電車	妙高高原站 乘車15分鐘
汽車	從妙高高原交流道 乘車15分鐘

地址: 妙高市赤倉402  
電話: 0255-70-4195



# 推薦住宿設施



## Hotel Alpen Blick

距離滑雪場最近的度假飯店



### 交通方式

電車	妙高高原站 乘坐巴士需10分钟
汽車	从妙高高原IC 出发需5分钟



溫泉



商店



Wi-Fi



洗衣間



信用卡



多語服務人員

地址：妙高市池之平溫泉2452  
電話：0255-86-3180



## 香嶽樓

位於赤倉溫泉街中心，創業140年的掛流式溫泉老旅館。



### 交通方式

電車	妙高高原站 搭乘巴士20分鐘
汽車	從妙高高原交流道 乘車7分鐘



溫泉



商店



Wi-Fi



洗衣間



信用卡



多語服務人員

地址：妙高市赤倉115  
電話：0255-87-2036



溫泉



商店



Wi-Fi



洗衣間



信用卡



多語服務人員



## Akakura Hotel

從赤倉溫泉滑雪場步行3分鐘。  
請盡情享受源泉掛流式溫泉。



### 交通方式

有接送服務

電車	妙高高原站 搭乘巴士20分鐘
汽車	從妙高高原交流道 乘車10分鐘



溫泉



商店



Wi-Fi



洗衣間



信用卡



多語服務人員

地址：妙高市赤倉486  
電話：0255-87-2001



## 休暇村妙高

在妙高的大自然中，度過一段即治癒又特殊的時光。  
窗外是廣袤的妙高大自然。



### 交通方式

有接送服務

電車	從關山車站乘坐接送 巴士需15分鐘
汽車	從妙高高原IC出發 需要21分鐘



溫泉



商店



Wi-Fi



洗衣間



信用卡



多語服務人員

地址：妙高市關山6087-10-1  
電話：0255-82-3168