



# 城崎温泉

最佳温泉郷

A nighttime photograph of a traditional Japanese town. In the foreground, a river flows, reflecting the lights from buildings and street lamps. A stone bridge with a curved arch spans the river. In the background, traditional Japanese buildings with white walls and dark wooden frames are visible, some with blue tiled roofs. Two people in white kimonos are standing on the bridge. The overall atmosphere is serene and picturesque.

# 最佳 溫泉鄉

城崎溫泉擁有充滿特色的  
七大外湯，根據《孤  
獨星球》雜誌，該地是  
體驗日本傳統溫泉文化  
的最佳場所之一。





Seven Ong



# 七大外湯

公共澡堂的文化深植於這個小鎮的日常生活之中，其中七大外湯更是城崎溫泉的一大亮點。溫泉可以緩解肌肉痠痛、消化不良和疲勞等不適症狀。如果入住當地的旅館，旅館會提供外湯入浴券，供您盡情泡湯到退房當天的下午 3:30 為止。一日遊的旅客也可以任選一個外湯，或購買外湯一日券來泡滿七大外湯。許多澡堂最早上午 7 點就開始營業，開放到晚上 11 點為止，所以旅客一整天都能享受溫泉之樂。城崎溫泉的公共澡堂也對有紋身的客人開放。

sen



## 里之湯



寬敞的三層樓建築設有西式和日式風呂，擁有讓您放鬆身心的按摩浴缸、香氛三溫暖，以及周圍優美的景致。



## 柳湯



柳湯質樸的內裝採用的建材是日本檜木，是城崎溫泉七大外湯中佔地最小，但池水最深的一個。



## 鴻之湯

靜謐的鴻之湯據說是城崎溫泉最古老的溫泉。傳說中有人曾在此地發現一隻鶴在泉水中癒療傷口。





## 一之湯



江戶時代有一位著名的醫生曾推崇一之湯為「天下第一湯」。寬敞的浴池以天然岩石營造出洞窟風呂的氛圍，讓您滌淨一切煩擾。



## 地藏湯



復古的地藏湯提供兒童空間以及家族浴場，極受家庭歡迎。



## 曼陀羅湯



古樸的曼陀羅湯位於溫泉街旁，傳說是城崎溫泉的泉源。

## 御所之湯



請務必前往戶外浴池泡湯，欣賞美麗的瀑布流入綠意圍繞的溫泉中。





## 七大外湯地圖

前往城崎溫泉官方網站了解更多資訊

<https://visitkinosaki.com>



Visit Kinosaki

距離京都2.5小時



## 城崎溫泉：歷史

城崎溫泉的歷史可以追溯到大約 1,300 年。城崎溫泉的興建歸功於，在國內雲遊、尋找協助治病方法的佛僧道智上人。當道智上人在西元 717 年經過此地時，受當地神諭的指示，連續誦經千日直到溫泉水湧出。據說溫泉的療效就是在此時為人們所發現，至今當地人仍然十分珍惜。

溫泉初次湧現的地點就是現在的曼陀羅湯，是城崎溫泉七湯之一。多年來有許多人到訪城崎溫泉，包括許多知名作家。於 1917 年撰寫《在城之崎》（《城の崎にて》）一書的知名小說家志賀直哉即是其中之一；著作中描寫了他在城崎溫泉的時光，讓這座小鎮在全國更為知名。



# 著浴衣漫步 在小鎮中

體驗城崎溫泉的最佳方式是穿上傳統的浴衣（休閒版的和服）和下駄（日式木屐），在小鎮中的七座公共溫泉間穿梭。若在城崎溫泉過夜，旅館會提供浴衣給遊客在住宿期間穿著。這個地區還有另一項有趣的事—可以聽見街上的人們穿著木屐走路的叩叩聲。在泡湯之餘，可以漫步於街道上，逛著迷人的商店、餐廳和酒吧。這裡還有一家出租獨特設計的彩色浴衣商店。







# 更多在城崎溫泉的 體驗



## 住宿於日式旅館

城崎溫泉有著許多傳統木造旅館，眾多遊客在當地旅館住宿，體驗日式的待客之道及相應的獨特傳統。

旅館房間簡約、低調而優雅，有著榻榻米地板、鋪被床鋪、一張小桌子，和坐墊；每間客房中也能看到一些當季的花卉或其他當季物品等小細節。

日式旅館的典型晚餐是傳統的多道菜懷石料理。懷石料理是一種優雅的餐飲，強調當季食材和細緻風味。懷石料理所使用的食材來自周邊地區和海洋，每道菜端出時都會加以說明，讓人感激每一口下嚥的美食。

## 温泉寺

如果沒一訪歷史悠久的温泉寺，就稱不上是完整的城崎温泉之旅了。這座寺院被視為温泉的守護寺；本堂位於大師山的山腰，可以搭乘城崎温泉纜車前往，或徒步走上 500 階的階梯。從前，進入神聖的温泉水域之前有一項必要的儀式，就是前往温泉寺參拜；香客會拿到一個特別的勺子做為泡湯的門票，泡完湯再還給寺廟。

温泉寺建於西元 738 年，以紀念佛僧道智上人，寺內保存著許多重要的文物。其中一座十一面觀音立像被指定為日本重要文化財。這座慈悲菩薩像每 30 年只展示三年。未展示時，這座木造神像被安置在一個盒子中，每年只在 4 月 23 日及 24 日的兩天祭儀中展示上半部。



## 城崎草桿細工

城崎温泉的麥草細工（草桿工藝）有著悠久的歷史。約300年前，有位旅行者來到城崎温泉進行温泉療養，並用這種獨特的細緻草桿工藝技術製作品換取住宿。多年來，這種草桿工藝已從彩色草笛及陀螺等小飾品演變為複雜盒箱及裝飾品等大型物件。

這種手工藝品會使用各種顏色的麥稈，將之編織在一起，或者切割排列成特定的圖案，做為裝飾用品或用以製作盒子、紙扇甚至明信片等各種製品。目前，城崎温泉是這項獨特在地工藝，最後現存的工匠所在之處。來到此地的遊客們，可以在城崎麥草細工傳承館定期舉辦的工作坊中，親身體驗草桿工藝。城崎也有許多商店販售這些精美的物品，很適合當作城崎温泉的伴手禮及紀念品。



春

春天，大谿川沿岸盛開著美麗的櫻花，成為非常適合拍照的浪漫散步好去處，尤其是晚上櫻樹點燈時；每年4月23日及24日城崎溫泉會舉行溫泉祭，以各種儀式表達對溫泉的敬意及感謝，期望繁榮的景況得以延續。

## 城崎溫泉



秋

秋天是紅葉的季節，大師山等群山翠綠的樹葉轉變為紅、黃和橘色；10月14日及15日是城崎溫泉最盛大的慶典：だんじり祭（山車祭）。

夏



夏天，綠意盎然且氣候宜人，七月下旬到八月下旬（除了八月 13 - 15 日的盂蘭盆節期間）的每個星期晚上都會施放煙火，讓遊客及當地居民一同欣賞；當七彩的煙火彈在空中綻放時，記得看看河中炫目倒影的美麗模樣。

## 的四季



冬

到了冬天，整座小鎮成了覆蓋著白雪的銀白山村；在這個時節前往戶外浴場十分美妙，周圍冷冽清新的空氣讓窩在暖和的水中變得更加療癒；別忘了享用美味的松葉蟹，這是冬季的特產。



## 松葉蟹

松葉蟹是從日本海沿岸捕獲的雄性雪蟹，是廣受歡迎的冬季特產。冬天是松葉蟹的產季，遊客不遠千里而來只為一嚐這種特殊的螃蟹。松葉蟹有各式各樣的吃法，包括像生魚片般生吃、燒烤、涮涮鍋，或是煮成溫暖的火鍋。

如果想品嚐這道美味，從11月初到3月都可以在此地找到許多供應及銷售松葉蟹的餐廳和旅館。

# Crizine

## 但馬和牛

但馬和牛以優質的雪花紋路及上等的風味而聞名，是源於但馬（兵庫縣北部）的品種牛肉。事實上，幾乎所有的黑毛和牛，包括神戶牛肉等受人推崇的品牌都源於此地，優質的但馬和牛輸出到日本各地。但馬和牛在全年間都有產出，是城崎溫泉和豐岡的兩大特產之一，在城鎮中的餐廳和食品店販售。通常以牛排、烤牛肉蓋飯、涮涮鍋或燒肉等形式供應。

## 出石蕎麥麵

出石蕎麥麵是出石的特色，此區有將近 50 家餐廳供應這道美味的蕎麥麵。出石的蕎麥麵與其他蕎麥麵有什麼不同呢？不同之處就在於上桌的方式。出石蕎麥麵是小份量地盛裝在小碟子中（通常一餐會有五碟），這是此區的獨特風格；這麼做的一部份原因是為了展現出石質地如絲而色白均勻的瓷器。出石蕎麥麵的吃法是沾著稱為「出汁」的日式涼湯汁食用，也可在湯汁中加入白蘿蔔、蔥、芥末、山藥泥及生蛋。麵條吃完後，會提供裝有煮麵溫水的容器，將水倒入沾汁就成了一碗美味的湯，作為用餐的美好句點。



## 東方白鶴米

豐岡生產著稱為「東方白鶴米」的美味有機米。為了將一度滅絕的鶴重新引入田野，這座城市改變了農作方式，轉換為友善環境的農作結構。因此，現在可以買到這種無農藥的白米當作伴手禮，對環境、健康都有益，還可以支持當地為了讓這種瀕危物種回到生態系統所付出的努力。



傳統

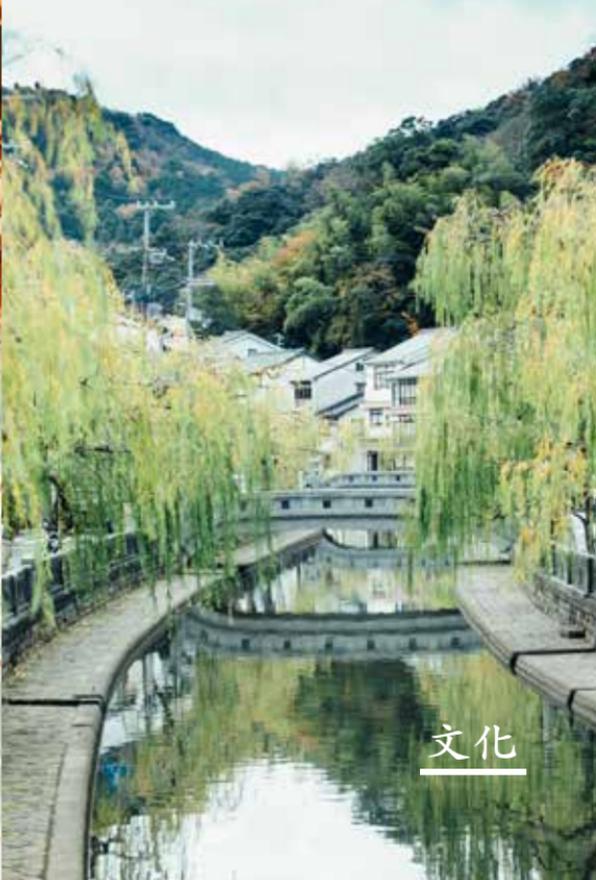


# 最佳 溫泉鄉



健康







## 01 玄武洞公園

🕒 距離城崎溫泉 20 分鐘自行車車程

位於聯合國教科文組織山陰海岸地質公園裡的這座自然紀念物是在大約 160 萬年前由於火山活動而形成。公園內包含五個主要洞窟，有著獨特的六角形玄武岩柱結構。這裡曾經是一個採石場，開採玄武岩用於各種用途，包括城崎溫泉的護岸。1931 年，玄武洞成為國家指定自然紀念物，使其成為該地區迄今最受歡迎的觀光景點之一。

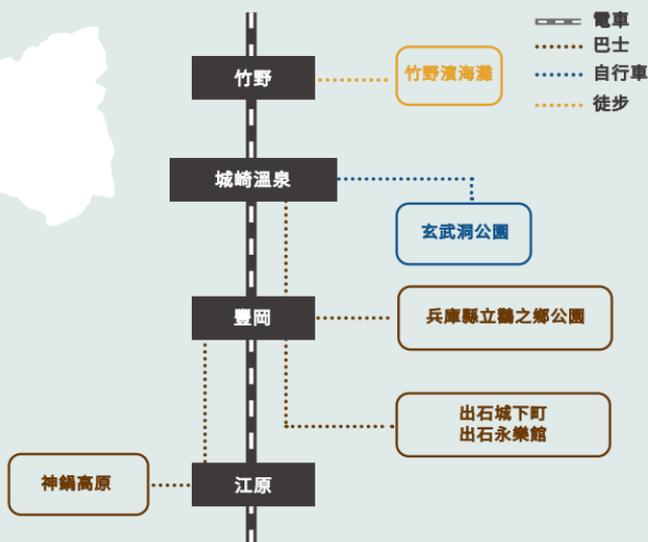
## 02 兵庫縣立鶴之鄉公園

🕒 距離城崎溫泉 10 分鐘電車 + 15 分鐘巴士車程

東方白鶴是瀕危物種，已被指定為特別天然紀念物。想要一睹其風采的遊客可以前往兵庫縣立白鶴之鄉公園參觀。這是保護瀕臨絕種的白鶴的自然保護區，在這裡，您可以聽到非常精彩的故事，包括他們如何復育野生白鶴，並將當地的農業轉型為環保農法。別忘了留意豐岡的稻田和開放空間，幸運的話，您可能會看到白鶴在田間覓食或在空中翱翔。



# 區域介紹





## 03 出石城下町

🕒 距離城崎溫泉 50 分鐘的巴士車程

讓時光倒流，走過充滿傳統與歷史的出石城下町古老街道。街道結構在 400 年左右的時間裡都維持不變，城鎮中充滿質樸平靜的氛圍。這裡有許多歷史地標，像是武士屋以及日本最古老的鐘樓之一。在這座小鎮裡可以輕鬆地漫步，遊客還可以在當地店鋪租借和服，享受穿著和服漫遊小鎮的體驗。出石也是傳統柳編工藝最後的工匠所在地，還有傳承了 14 代的傳統釀酒廠。

## 04 出石永樂館

🕒 距離城崎溫泉 50 分鐘的巴士車程

建於 1901 年的出石永樂館是關西地區最古老的歌舞伎劇場。曾經聚集了許多歌舞伎愛好者，後來轉型為電影院，直到 1964 年關閉為止。但多年來出石永樂館一直保存良好，2008 年更完成了全面修復。現在，遊客可以來參觀這棟歷史建築，了解後台的樣貌，包括旋轉舞台的機關。如今，這座劇場主要用於舉行當地活動，以及由國內知名表演者演出的年度歌舞伎表演。



## 05 竹野濱海灘

🕒 距離城崎溫泉 10 分鐘電車車程+ 步行 15 分鐘

兵庫縣北部海岸的隱藏景點。這座美麗的沙灘是最棒的海灘之一，躋身日本海灘前 100 名之列，清澈的海水隨著乾淨鬆軟的沙灘一路延伸。竹野是一座安靜的漁村，有著美麗的自然景觀、友善的居民和傳統房舍。這座小鎮是很棒的健行地點，可以欣賞到美麗海景和整座小鎮，夏季時還能划獨木舟和游泳。

## 06 神鍋高原

🕒 距離城崎溫泉 20 分鐘電車 + 25 分鐘巴士車程

神鍋高原是熱門的戶外活動景點，可進行健行、山地自行車、滑草、滑翔傘等活動。神鍋高原也以三個大型滑雪勝地聞名，適合各種程度的滑雪愛好者。其他冬季活動包括嚮導帶領的雪鞋步行課程、香蕉船雪上泛舟，以及乘著雪橇滑下坡等。

您可以將城崎溫泉視為一間大型日式旅館，車站是其入口、溫泉街是走廊、各旅館是客房，而溫泉則是浴室。



## 參觀城崎溫泉首頁



<https://visitkinosaki.com>



## 參觀城崎溫泉臉書



<https://www.facebook.com/visitkinosaki.tc/>



## 瀏覽城崎溫泉的 Instagram



<https://www.instagram.com/visitkinosaki>



城崎溫泉距離京都或大阪約兩個半小時的電車車程。可使用 JR Pass 搭乘電車到城崎溫泉，您也可以從京都、大阪或神戶搭乘高速巴士。

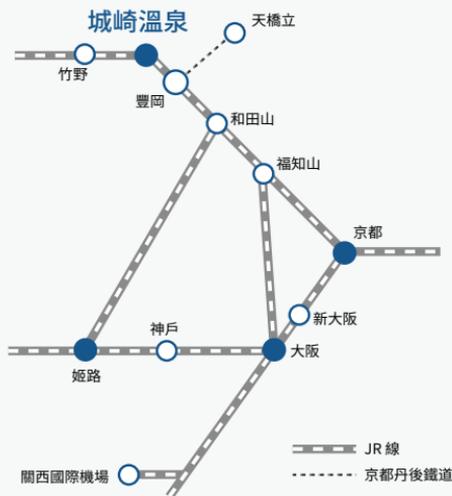
## 前往城崎溫泉

從京都 特急列車：2 小時 30 分鐘  
全但特急巴士：3 小時 35 分鐘

從大阪 特急列車：2 小時 40 分鐘  
全但特急巴士：3 小時

從神戶 特急列車：2 小時 30 分鐘  
全但特急巴士：3 小時

從姬路 特急列車：1 小時 40 分鐘



## 資訊

豐岡市觀光課  
日本 668-0033 兵庫縣豐岡市中央町 2-4  
電話：+81-796-21-9069  
電子郵件：travel@city.toyooka.lg.jp



<https://visitkinosaki.com>



Visit Kinosaki

距離京都2.5小時