



哎呀，還想再來一次。
自然、療癒、彩色的城鎮

上勝

KAMIKATSU

營業日等可能因新型冠狀病毒感染的狀態有所變更，請事先確認後再前往。

旅遊指南



是「日本最美麗的村莊」
聯盟的成員

上勝町是怎樣的城鎮？

我們擁有豐富的自然風光，這些自然風光可以說是日本的原始風景，例如被選為日本百選梯田之一的檜原梯田、正努力打造千年森林的高丸山以及長滿水蘚的山犬繪等。不僅是以“葉子事業”聞名的精力充沛老奶奶，無論男女老少都充滿活力地生活是此城鎮的驕傲。



最高峰是...
海拔 **1,439m** 的高丸山



面積為...
109.63 km²，其中**88%**是森林



大小 **55** 個村莊分散在海拔
100m 至 **700m** 間



人口約 **1,500** 人，
是四國最小的城鎮

上勝町的舉措

葉子事業 (彩事業)

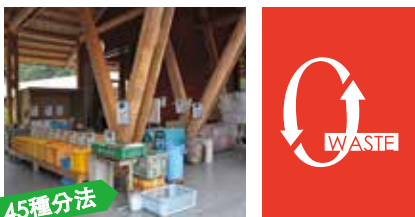
為老年人和婦女創造立身之地與機會



彩 (Irodori) 是此城鎮的代表性特產之一，是料理裝飾菜的品牌名稱。栽培、運輸和販售時令樹葉、花朵和野菜等。創造出老年人使用電腦精力充沛工作的結構，並作為一種商業模式受到全國的關注。

零廢棄 (零垃圾) 宣言

混合則為「垃圾」；分開則變成「資源」

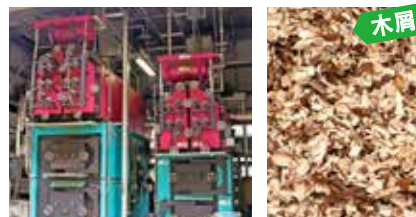


45種分法

零廢棄意味著消除徒勞、垃圾和浪費，是一個以「不產生垃圾」而不是「如何處理垃圾」的社會為目標的想法。我們決定將城鎮的垃圾量減到零，並活用當地資源進行創造「不產生垃圾」的結構與人力資源。

生物質事業

透過有效利用森林創造良性循環的城鎮



木屑

我們以環境為關鍵詞，努力積極利用和啟發生物質等未活用的能源。在本城鎮的第3部門、月谷溫泉安裝了木屑鍋爐，將城鎮的疏伐材等未利用的木材當作暖氣設備或溫泉的燃料使用。

CONTENTS

- 03 觀賞
稻田、山脈、溪谷等
- 09 美食
享用鎮上的美食
- 11 購買
上勝的特產品
- 13 住宿
旅館、農家民宿等
- 15 體驗
各種體驗計畫
- 17 旅遊地圖

月谷溫泉村露營場
Pangea Field / 彩色橋

上勝町是
「日本最美麗的村莊」
聯盟的成員。



什麼是 NPO 法人
「日本最美麗的村莊」聯盟？

近年來，在日本進行市町村的合併，使得就算小卻擁有優良資源的村落的存廢和美麗風景的保護變得困難。「日本最美麗的村莊」聯盟致力於保護一旦失去就無法恢復的日本農山村的風景、環境和文化的活動。
(「日本最美麗的村莊」聯盟是「世界最美麗的村莊」聯盟的成員。)

梯田

檜原的梯田 MAP F-7 4

檜原的梯田於 1999 年被評為「日本百選梯田」之一，並於 2010 年獲得德島縣首座「國家重要文化景觀」認定。梯田分佈在海拔 500m 至 700m 之間，田埂的形狀呈非線性曲線，山脈的等高線則投影成田埂的形狀。「田埂的曲線」、「田埂的階梯」、「田埂的小面積」是構成檜原梯田之美的重要因素。



八重地的梯田 MAP D-8

於 2002 年完成了曲線型田地的整修。為重視梯田的保存，留存了曲線的自然形狀（原型）。八重地村落獲選「日本村落 100 選」之一。



市宇的梯田 MAP E-8

海拔約 600m。除水稻外，還種植了蕎麥，在蕎麥花盛開的季節會變成了美麗的花田。在俯瞰梯田處有個「天堂噴泉」。



田野野的梯田 MAP F-8

梯田和日常生活成了里山美麗的梯田風景。此外，因「上勝晚茶」的發源地聞名，村落也被選為「香織風景 100 選」之一。



野尻的梯田 MAP F-7

野尻谷川的兩岸佈滿了壯麗的梯田。以八重地為水源於 260 年前鋪設的水路，至今仍在使用，並保留著原來的形狀。

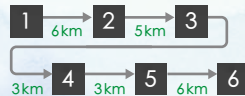


府殿的梯田 MAP F-6

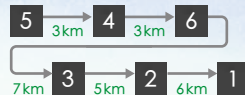
梯田的規模比較大，梯田沿山坡堆積而上，由於休耕田少且管理良好，因此四季皆可看到美麗的梯田景觀。

推薦路線

從八重地出發的路線



從野尻出發的路線



建議中型車選擇此路線。

! 道路狹窄，請小心駕駛。

體驗大自然的全景

溪谷



殿川內溪谷 綾淵



一起旅遊小山吧

登山

高丸山

高丸山 MAP B,C-7

在勝浦川上游，那賀町（舊木澤村）與上勝津町的交界處有座海拔1439m的山。半山腰（1,000m以上）被山毛櫸森林覆蓋。登山口處的千年森林廣場配備了停車場、廁所和資訊牌。

高丸山的山毛櫸森林是典型的太平洋側的山毛櫸和鈴竹群落。不僅是勝浦郡，對整個縣內而言是極為寶貴的群落。



▲高丸山千年森林的停車場、廣場



殿川內溪谷

MAP D-5

從超級林道起點的約6km處附近開始，精彩景點隨處可見。在勝浦川上游的是清澈溪谷，有很多可溪釣天魚的地點。溪谷兩岸有寬闊的廣葉樹，可以在此享受四季應時的樂趣。被指定為中部山溪縣立自然公園。



百間瀑布 MAP E-5

從超級林道起點往勝浦川上游方向約5km處有步道的入口。瀑布落差高度約30m。步道一直延伸至瀑潭，可以抬頭欣賞流淌的瀑布。



山犬嶽的水蘚



山犬嶽 MAP E-6

海拔 997m。巨石群與水蘚等，整個全是大自然的神聖地域。落葉原生林中的迷你四國八十八所石佛也是精彩景點之一。可以欣賞到南部的壯麗景色，並且可以看到下面的落葉原生林，秋天紅葉時期更是值得推薦。

還有指南圖！



欲登山的遊客，請參閱此處的注意事項。

上勝町官方網站 / 山犬嶽
<http://www.kamikatsu.jp/kankou/miru/spot/>



劍山超級林道

MAP G-6

全長87.7km是日本最長的林間道路。在公所附近，有超級林道的起點，在此春、夏天可享受樹木的茂綠，秋天則可享受將整面山染成紅、黃色的紅葉。道路大多未鋪砌，有許多愛好者騎著越野摩托車或開車造訪。



德島林間道路導航
<https://rindonavi.com/>

刊載有超級林道的交通資訊。



與弘法大師有淵源之地



月頂山 寶珠院 慈眼寺 MAP I-2

四國靈場20番札所鶴林寺的內院，四國別格靈場3番札所。寺院周邊的自然風景是櫻花、杜鵑花和紅葉的名勝地，四國朝聖遊客絡繹不絕。

灌頂瀑布 MAP I-2

瀑布落差高度約80m。水隨著陽光明媚的早晨變成彩虹而落下的模樣既莊嚴又神秘。

灌頂瀑布位於前往慈眼寺的途中，據說弘法大師曾在此地修行。

▼據說此處為弘法大師所發現，可以拿著蠟燭體驗巡遊全長約100m的洞穴。洞穴內有看起來像阿彌陀三尊、不動明王和普賢菩薩等的鍾乳石，再往前走則是一片廣闊的空間。



穴禪定修行

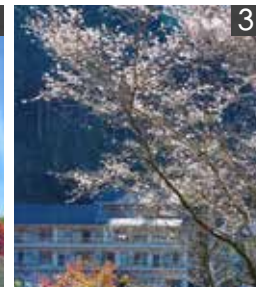
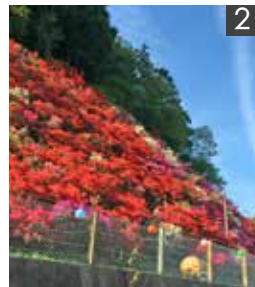
(地址) 上勝町大字正木字灌頂瀧 18
(TEL) 0885-45-0044 (FAX) 0885-45-0161
(開放) 3月1日~11月底
※黃金週(8月13日~15日)、惡劣天氣期間關閉。
8:00~15:00 ※15點之後不受理。
(¥) 3人以上1人1,000日圓, 3人以下1次3,000日圓
(需事先預約, 歡迎洽詢。)

鎮內四季彩綴的花卉

美愁湖的櫻花 MAP I-5 正木水壩公園

正木水壩湖又稱為「美愁湖」, 可以享受皮划艇和釣魚的樂趣。正木水壩公園春天櫻花盛開, 秋天則有倒映在湖面的美麗紅葉, 是廣受遊客歡迎的觀光景點。

開花時期 3月下旬~4月上旬左右



落合千本杜鵑花園 MAP G-7

在山的側坡種植了1,000多株杜鵑花。從上勝町公所停車場便可看到。

開花時期 4月下旬~5月上旬左右

十月櫻花 MAP H-7

每年開花2次, 是種罕見的櫻花。可在月谷溫泉的河對岸周邊看到。

開花時期 4月上旬、10月~12月左右

弘法大師由來的溫泉

月谷溫泉 MAP H-7

唯一面臨勝浦河的溫泉旅館。據說弘法大師曾在靈山月谷的岩石地方修行。

(地址) 上勝町大字福原字平間 71-1
(TEL) 0885-46-0203 (FAX) 0885-46-0100
(開放) 10:00~20:00
公休日: 不定期休息 (請查閱官網)
(¥) 成人 550日圓 / 小學生 330日圓 / 幼兒免費



岩浴池 偶數日: 男性
奇數日: 女性

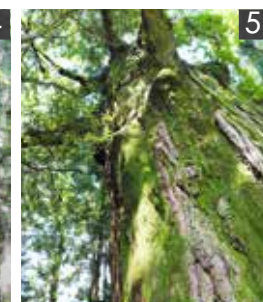
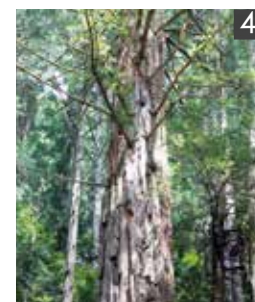
讓我們去看看那棵珍貴的大樹!

紅杉 MAP D-8

它也被稱為化石樹, 在地球變動期以前便有的植物, 因逃過滅絕留存至今, 在全國似乎很難看見這種大樹。

久保的大杉 MAP F-7

高達60m, 周長8.8m, 樹齡超過1000年以上, 是本縣首屈一指的巨木, 也是地方上備受敬畏的神杉木。



從山大嶽登山口處步行約5分鐘即可到達。

獨具風格的傳說

秋葉神社 MAP F-7

傳說在農曆7月26日的秋葉神社夏季祭典之夜, 月亮從神社院內往東邊的橋灣方向升起了三次。

吉平的岩屋 MAP H-9

從前, 為了慰藉在岩屋裡死去的獵人和熊的靈魂而建, 是供奉狩獵場的神社。



享受清澈的溪流。 一個鮮為人知的景點!

雄淵和雌淵 MAP I-3

雄淵只有瀑潭前方呈空, 流水落下聲迴盪。雌淵位於雄淵的稍下游, 從城鎮道路便可看到。

天泊之淵 MAP H-7

特點是擁有瀑布落差高度將近10m的大瀑潭。有如貫穿巨大岩石般刻劃的水路十分有魄力。



美食



月谷溫泉 添加色彩的料理

享用鎮上的美食



月谷溫泉

有宴會接駁巴士
※需預約

<相關 7p、13p>
MAP H-7

大廚施展本領做出的料理，在外觀和口味上都很出色。天魚與鮎魚料理等，山川珍饈數不勝數。

菜單 各種套餐、簡餐、宴會料理等

(地址) 上勝町大字福原字平間 71-1 (TEL) 0885-46-0203
(營業) 11:00~19:30 (LO) / 公休日: 不定期 (請查閱官網)



一休茶屋 2F 咖啡廳

<相關 11p>
MAP H-5

使用當地食材烹煮的一休套餐在當地十分受歡迎。從大窗戶欣賞的美愁湖景觀美麗絕倫。

菜單 套餐、烏龍麵、咖喱飯、早餐等

(地址) 上勝町大字福原字下日浦 76-12 (TEL) 0885-46-0198
(營業) 8:30~14:30 (LO) / 公休日: 週二、歲末年初

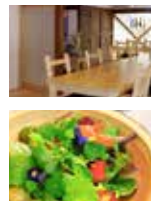


cafe polestar MAP H-7

我們提供有特別使用當地蔬菜做成的套餐，以及講究的原創品牌咖啡和甜點。

菜單 午餐、咖啡、甜點等

(地址) 上勝町大字福原字平間 32-1 (TEL) 0885-46-0338
(營業) 週一至週三 10:00~15:00 週六日 10:00~17:00
公休日: 週四、週五 ※有舉辦活動或包場情況



PERTORNARE MAP H-7

是一家由老式民居所改建，沉靜且隱秘的餐廳。我們提供使用四季應時的當地食材做成的義大利料理。

菜單 午餐: 義大利麵、套餐料理 / 晚餐: 各種套餐料理
(地址) 上勝町大字福原字平間 62 (TEL) 080-3165-7153
(營業) 午餐 12:00~14:00 (LO) 晚餐 18:00~21:30 (LO)
公休日: 每週一、週二 ※晚餐需要預約



RISE & WIN Brewing Co. BBQ & General Store MAP I-4

設有精釀啤酒廠，我們提供有新鮮製作的精釀啤酒和正宗的燒烤料理。

菜單 各種精釀啤酒、柚香汽水、豬肋骨等

(地址) 上勝町大字正木字平間 237-2 (TEL) 0885-45-0688
(營業) 平日 11:00~17:00 (17點以後需要預約)
週六、日、例假日 10:00 至 18:00 (18點以後需要預約)
公休日: 週一、週二



輕鬆泡足湯神田茶屋 <相關 12p> MAP G-8

入口旁邊有足湯可泡，還能在這裡體驗釣天魚。「足湯神田茶屋」集結了神田居民的心思，請務必前來參觀。

菜單 烏龍麵、用梯田稻米做的御飯糰、炭烤天魚等

(地址) 上勝町大字旭字丸山 20-1 (TEL) 0885-46-0140
(營業) 週日 10:00~16:00 / 7月~8月視情況休息



Cafe Ikumi MAP F-5

位於距離超級林道起點 2km 處。也是電影《人生、彩色》的拍攝地而聞名。請在此欣賞昭和的復古風味。

菜單 辣味雞肉咖哩、雞肉天婦羅咖哩、使用上勝晚茶做的印度奶茶「晚奶茶」等

(地址) 上勝町大字生實字谷口 12
(營業) 12:00~17:00 / 公休日: 週三、週四 ※請查閱官網



彩之里 MAP H-7

熟悉鎮內地理位置，可以諮詢觀光事宜。歡迎隨意前往。

菜單 烏龍麵、中華蕎麥麵、親子蓋飯、烤雞串等

(地址) 上勝町大字福原字川北 104 (TEL) 0885-46-0123
(營業) 10:00~18:00 / 有營業時會在店門口垂掛布簾。
公休日: 週四



Bar IRORI <相關 13p> MAP H-8

Bar IRORI 是由深山內的古民宅改建的酒吧。店內播放著爵士樂和搖滾樂，歡迎蒞臨品嚐威士忌、雞尾酒和上勝酒等。

菜單 飲料: 各種雞尾酒、各種威士忌、啤酒等

食物: 川式擔擔麵、越南春捲等

(地址) 上勝町大字福原字庵之谷 27 (TEL) 090-2789-8577
(營業) 到 9 月 週五、週六 17:00~21:30 (L.O.) ※12月~3月僅週五、週六營業

鎮內免費接駁服務!

購買



稀少珍貴的夢幻茶 上勝晚茶 (阿波晚茶、神田茶)

由當地培育及傳承的傳統在地特產。樸實懷舊的味道極具魅力，稀少且非常珍貴，是廣受歡迎的夢幻茶。將神田村落栽培的晚茶商品化的「神田茶」，被指定為「德島縣傳統特產品」。

【鎮內的販售店】
月谷溫泉 / 一休茶屋 / 中田商店 / 阪東食品 / 輕鬆泡足湯神田茶屋 / RISE & WIN Brewing Co.

茶

上勝特產品

香味豐富的香酸柑橘 柚香、柚子、酸桔

德島縣代表性的柑橘類水果柚香、柚子和酸桔都是醋橘的同類，是日式、西式料理和飲料中不可缺少的存在。其中，「柚香」僅在上勝町和神山町等的部分山區栽培，因其稀少珍貴被稱為幻果。富含檸檬酸和氨基酸等，聽說對恢復疲勞和增進食慾等十分有效果。



▲阪東食品

【鎮內販售店】
月谷溫泉 / 一休茶屋 / 阪東食品

醋

棲息在勝浦川の溪流女王

天魚 (石川櫻鱒)

棲息在高透明度的清澈溪流中。與天魚的外觀差異在於，除了頭部和背部外，側面有美麗的朱紅色斑點。身體略帶粉紅色，特點是入口時會在口中散發出柔和高雅的香味。

【提供天魚料理的店家】
月谷溫泉 / 輕鬆泡足湯神田茶屋

天魚



※天魚料理的示例照片



▲RISE & WIN Brewing Co.

使用當地食材製成的 精釀啤酒

使用了柚香和上勝晚茶等城鎮的特產品製成的精釀啤酒。

【鎮內販售店】
RISE & WIN Brewing Co. BBQ & General Store / 月谷溫泉

精釀啤酒

用梯田稻米製成的酒

是用結合了清新空氣與山上湧下的泉水所培育出的上勝梯田稻米製成。

【鎮內販售店】
高鉾建設 / 月谷溫泉 / 武市商店 / 福原商事

酒



▲高鉾建設 酒類販售事業部

上勝媽媽的味道

集結了當地美味的蔬菜、稻米和水果。對調味料十分講究，一概不使用添加劑或防腐劑等。

【鎮內的販售店】
月谷溫泉 / 一休茶屋

冰



▲彩食品集團

您可以在這裡購買特產品！

刊載有供應天魚料理的店家資訊。



一休茶屋 (茶 醋 冰 天魚 櫻鱒)
販售特產品和現採的新鮮蔬菜等。
您很有機會在此遇見不同季節的稀有產品。
(地址) 上勝町大字福原字下日浦 76-12
(TEL) 0885-46-0198 MAP H-5
(營業) 8:30~16:30 / 公休日: 週二



月谷溫泉 (茶 醋 天魚 精釀啤酒 冰 櫻鱒)
詳情請參閱第 13 頁
(TEL) 0885-46-0203



JA 東德島 (地址) 上勝町大字正木字中津 88-85
(TEL) 0885-45-0170
上勝分店榨汁設施 MAP I-4 (醋)
(營業) 8:30~17:00
公休日: 第 2 和第 4 個週六、日和例假日



阪東食品 (地址) 上勝町大字生實字上野 63
(TEL) 0885-46-0822
(醋 茶)
(營業) 9:00~17:00
公休日: 週六、週日和例假日



RISE & WIN Brewing Co. BBQ & General Store (地址) 上勝町大字正木字平間 237-2
(TEL) 0885-45-0688
(醋 啤酒 茶)
(營業) 公休日: 週一、週二
< 相關 10p >



高鉾建設 (地址) 上勝町大字佛示字西峯 146-4
(TEL) 0885-44-1388
酒類販售事業部 (醋 啤酒)
(營業) 9:00~17:00
公休日: 週六、週日和例假日



足湯神田茶屋 (茶 天魚)
茶屋入口旁可以泡足湯，還能在此體驗釣天魚。
(地址) 上勝町大字旭字丸山 20-1
(TEL) 0885-46-0140 < 相關 10p >
(營業) 週日 10:00~16:00



中田商店 (地址) 上勝町大字旭字中村 17-1
(TEL) 0885-46-0147
(茶)



武市笑店 (地址) 上勝町大字旭字中村 16-1
(TEL) 0885-46-0035
(醋 啤酒)



福原商事 (地址) 上勝町大字福原字川北 59-12
(TEL) 0885-46-0011
(醋 啤酒)

住宿

上勝町零廢棄中心(WHY)

MAP
H-5

您可以透過住宿旅館報名參加零廢棄學習之旅，還可以在垃圾站體驗分類。

(地址) 上勝町大字福原字下日浦 7-2
(TEL) 080-2989-1533
(營業) 9:00~17:00 (辦理入住 15:00~17:00 退房 10:30)
公休日: 歲末年初 (¥) 11,000 日圓起 (1人住宿 1晚附 2餐)



月谷溫泉、平房

MAP
H-7

適合家庭或團體的使用。房間內冷暖氣調配備完善，所有季節都能供您舒適使用。請在此享受木材的溫暖，放鬆身心。

(地址) 上勝町大字福原字平間 71-1 (TEL) 0885-46-0203
(營業) 10:00~20:00 / 公休日: 不定期 (請上網站確認)
(¥) 10,000~11,500 日圓 (1人住宿 1晚附 2餐)
(其他) 接受 2 人以上的預約 / 可容納 4 人 (最多可容納 6 人)



豪華露營 Base Camp

MAP
H-8 < 相關 10p >

住宿於大自然之中，享受燒烤樂趣，並享受展望薪浴池。爐灶、餐具和滴漏式咖啡機也準備完善。您只需帶食材來即可。

(地址) (株式會社) 上勝開拓團 上勝町大字福原字庵之谷 27
(TEL) 090-2789-8577
(¥) 8,000 日圓 ~ (1人住宿 1晚不附餐點)
(其他) 可容納人數 3 人 (夏季) / 2 人 (冬季)

月谷溫泉、月之宿

MAP H-7
< 相關 7p、9p、11p >

我們將準備使用時令食材製成的料理和天然溫泉恭候您的來臨。房間內使用當地木材，牆壁則使用矽藻土製成。

(地址) 上勝町大字福原字平間 71-1 (TEL) 0885-46-0203
(營業) 10:00~20:00 / 公休日: 不定期 (請上網站確認)
(¥) 10,000~18,000 日圓 (1人住宿 1晚附 2餐)



月谷溫泉村 露營場 Pangaea Field

MAP
H-7 < 相關 16p >

「豪華露營」是讓您可以隨意享受目前受矚目的豪華舒適型露營。小木屋是木屋風格的房間讓您能感覺到木材的溫暖。

(地址) (同上) Pangaea 上勝町大字福原字川北 4
◆豪華露營 (TEL) 0885-46-0371
(¥) 成人: 12,000 日圓 / 小學生: 9,000 日圓 (1人住宿 1晚附早餐)
◆汽車露營場地 / 小木屋 (TEL) 0885-46-0345
(¥) 價格因旺季和淡季而有所不同



山西旅館

MAP
F-8

自明治30年創業以來，已持續4代的老字號旅館。這家旅館位於千年森林友好交流館對面，深受當地人的喜愛，常被用作城鎮居民的聚會場所。

(地址) 上勝町大字旭字中村 54-1 (TEL) 0885-46-0005
(¥) 6,700 日圓 (1人住宿 1晚附 2餐) / 可住宿人數 15 人
(其他) 宴會可按照預算準備 / 有卡拉 OK



旭山自然音樂學校旅館

MAP
F-8 < 相關 15p >

是使用廢校的體驗型住宿設施。也可以用於森林學校和社團的訓練營等。自備食材也很OK。還附有燒烤設施。

(地址) 上勝町大字旭字中村 72 (TEL) 0885-46-0249
(¥) 住宿費用請聯繫我們。
(其他) 可容納 50 人 (1樓 4 個房間、2樓 2 個房間)



農家民宿 山揆

MAP
G-7 < 相關 12p >

這兒種植稻米和蔬菜、栽培柚子和酸桔、選飼養雞，擁有豐富的時令食材。

體驗 製作盆景體驗、用比薩窯爐烤製手工比薩等。

(地址) 上勝町大字生實字下野 81-1
(TEL) 0885-46-0356 (營業) 全年
(¥) 6,000 日圓 (1人住宿 1晚附 2餐) ※不包括各種體驗費用
(其他) 需要預訂 (請最晚於入住前 1 週預約) / 可容納 9 人



農夫旅館 花日和

MAP
F-8

我們準備上勝的天魚料理與活用時令食材做成的家庭料理來熱情款待您。(附咖啡) 網站更新中!!

體驗 農業體驗等 ※不包括體驗費用

(地址) 上勝町大字旭字中村 116
(TEL) 0885-33-1837 (營業) 全年
(¥) 5,000 日圓 (1人住宿 1晚附 2餐 / 含體驗費用)
3,500 日圓 (1人住宿 / 含體驗費用)
(其他) 需要預約 (請最晚於入住前 3 天預約) / 可容納 8 人



瓦卡農夫旅館

MAP
I-3

一棟經改建的古民宅。設有壁爐和燒柴煮洗澡水的浴池，是間懷舊旅館。

體驗 季節性的農業體驗、泛舟乘船體驗等

(地址) 上勝町大字正木字六十 Bu48-1
(TEL) 0885-45-0458 (營業) 全年
(¥) 5,500 日圓 (1人住宿 1晚附 2餐) ※不包括各種體驗費用
(其他) 需要預約 (請最晚於入住前 3 天預約) / 可容納 4 人



農民旅館 孫之家

MAP
E-4

結合天然水和清新空氣栽培葉芥末的同時，還進行經營管理。

體驗 劈柴、採葉芥末體驗、北歐式健走等

(地址) 上勝町大字生實字雄中面 31 (TEL) 090-5148-4972
(營業) 10月~2月 (3~9月需洽詢商量)
(¥) 6,000 日圓 (1人住宿 1晚附 2餐) ※不包括農事體驗費用 / 學生折扣 15%
(其他) 需要預約 (請最晚於入住前 3 天預約) / 可容納 4 人 / 可租整棟



農民旅館 薩託加裡

MAP
E-8

位於海拔 630m 處，旅館下方有著一面美麗的「市宇梯田」。晚餐是上勝的當地鄉土美食。

體驗 製作蕎麥麵、製作豆腐、製作草鞋等。

(地址) 上勝町大字旭字葉利 27-2 (TEL) 0885-46-0293
(營業) 3月~11月
(¥) 5,000 日圓 (1人住宿 1晚含料理體驗並附 2餐) ※不包含農事體驗費用
(其他) 需要預約 (請最晚於入住前 3 天預約) / 可容納 5 人

骨豐馬驗

大自然吧!

盡情享受上勝的

太興奮了!



▲藥草教室

▲高丸山千年森林「森林學校」
※照片為活動的示例。

也歡迎來體驗住宿

可以在此享受四季應時的體驗計畫。也歡迎小學生課後托育等的住宿體驗與環境教育的住宿體驗學習等。

骨豐 環境問題體驗 / 農林業體驗 / 大自然體驗等

旭山自然音樂學校旅館
(地址) 上勝町大字旭字中村 72
(TEL) 0885-46-0249 ※請聯繫我們。
(H P) <http://asahi.lina-ka.com/index02.html>

MAP F-8
< 相關 14p >

連繫森林與人類的交流地點

在高丸山千年森林，我們舉辦有各種活動，從登山初學者到資深登山者都能享受其樂趣。歡迎與您的家人和朋友，甚至自己一人隨意加入我們的行列。

骨豐 高山丸導覽登山 / 造林體驗 / 藥草料理體驗 / 杉地的吉成隧道等

千年森林友好交流館
(地址) 上勝町大字旭字中村 66-1
(TEL) 0885-44-6680 (FAX) 0885-44-6681
(營業) 8:30~18:00 / 公休日: 週三
(¥) 門票: 免費
體驗費用 500~2,000 日圓 ※請聯繫我們。

MAP F-8



▼山犬嶽指南



▲體驗流水素麵

ESD 環境教育

安全研修、梯田里山學習、造林和景觀等地區學習等 / 自然體驗NEAL領導者培訓團體
對於安全的自然體驗感興趣的人來說，這是必看的。

骨豐 與資深檢定人員巡覽山谷回聲景點 / 在大自然中大聲地與大自然交會。

上勝自然體驗學習研究會
(地址) 上勝町大字福原字川北 30
(TEL) 0885-44-6290
(有限公司) 環境與城鎮規劃內
(H P) <http://shizen102-1.postach.io/>

MAP G-6



▼體驗插秧



▲巡覽 yo-ho 景點

體驗 < 不同於日常的生活 >

我們擁有完整的支援體制，從戶外運動上級者到初學者，任何人都能安心享受其樂趣。室內的活動也十分充實。

骨豐 兒童冒險 / 大自然體驗之旅 / 森林工作室手工藝體驗等

月谷溫泉村 露營場 Pangaea Field
(地址) 上勝町大字福原字川北 4
(TEL) 0885-46-0371 (FAX) 0885-46-0291
(H P) <http://www.k-pangaea.com/>





MAP H-7 < 相關 13p >



▲夏季零廢棄露營 - 與河川好好相處 -

季節的可看性月曆

冬天有時會積雪。

1月	2月	3月	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	
上旬 Dondo 燒祭典		1日 解除勝浦川 天魚的捕魚禁令! 3月1日~8月31日		3日~5日 彩鯉鱈魚節	1日 解除勝浦川 香魚的捕魚禁令 6月1日~12月31日 但是，除了10月20日~ 11月10日的產卵期	下旬 上勝町夏季祭典 陰曆 26日 秋葉神社、三個月亮	13日 俵示孟蘭盆會的集會 15日 祖孟蘭盆會的集會	中旬 上勝町聯合運動會 下旬 上勝阿波晚茶祭典	10月~11月初 各個村落的秋季祭典	上旬 梯田的音樂祭		
												
				插秧 5月中旬~6月中旬		晚茶 採茶 7月	曬茶 8月	割稻 9月下旬~10月上旬				
			杜鵑花 (落合千本杜鵑花) 4月下旬~5月上旬				酸桔收成 8月下旬~9月中旬		柚香收成 10月	柚子收成 11月		
		櫻花 3月下旬~4月上旬		山毛櫸的原生林 (高丸山) 5月上旬~中旬					紅葉 (高丸山/山犬嶽/殿川內溪谷) 10月下旬~11月上旬			
		十月櫻花 4月上旬			山犬嶽的水蘚 6月~7月			彼岸花 9月下旬	十月櫻花			
											10月~12月	

上勝町旅遊地圖



彩色橋 MAP H-7

一座全長62m、寬達1.5m的吊橋，連接了勝浦川的南北兩岸。從15m高處可以看到四季應時的風景。



以上勝町公所為起點 到主要旅遊景點的距離和時間

目的地	距離	車
■ 八重地的梯田	D-8 約 7 km	約 25 分鐘
■ 高丸山停車場	C-7 約 14 km	約 40 分鐘
■ 樫原的梯田	F-7 約 5 km	約 25 分鐘
■ 山犬嶽停車場	F-7 約 4 km	約 20 分鐘
■ 百間瀑布	E-5 約 7 km	約 20 分鐘
■ 神山町邊界	B-3 約 19 km	約 50 分鐘
■ 慈眼寺	I-2 約 13 km	約 35 分鐘
■ 大川原高原	H-1 約 20 km	約 50 分鐘
■ 上勝町公所分所	I-4 約 7 km	約 15 分鐘



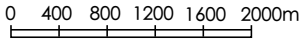
上勝町官方網站
旅遊景點 / 旅遊手冊

請點擊這裡查看詳細的旅遊地圖。

<http://www.kamikatsu.jp/kankou/>

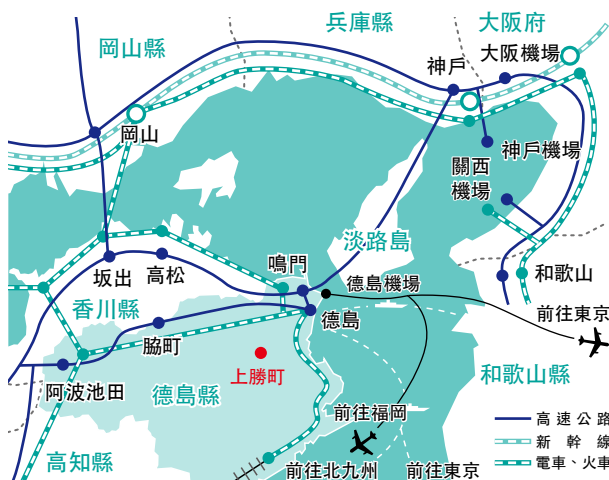
凡例

- 縣道16號
- 劍山超級林道
- 到達旅遊景點之路
- 登山道



前往德島縣的交通方式

※  : 到德島阿波舞機場、 : 德島站、 : 德島港所需的時間。




從東京出發		1小時10分鐘
		10小時
從大阪出發		2小時30分鐘
從神戶出發		2小時
從福岡出發		1小時
從京都出發		3小時
從和歌山出發		2小時15分鐘
從關西國際機場出發		2小時45分鐘

從JR德島站到各大眾運輸工具的時間

- 搭乘巴士到德島阿波舞機場需30分鐘
- 搭乘巴士到南海渡輪碼頭（往和歌山方向）需15分鐘
- 搭乘巴士到海洋東九輪渡碼頭（往東京、北九州方向）需15分鐘

到德島市區的交通方式

▶ 德島阿波舞機場~德島站

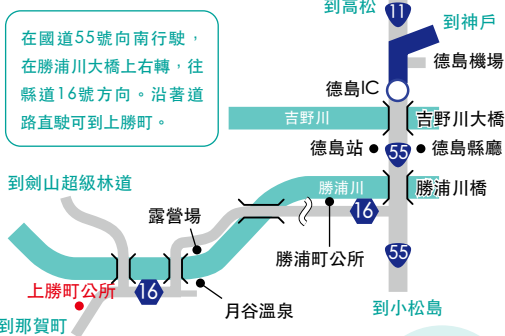
 巴士：約28分鐘（600日圓）

▶ 德島站~上勝町

 開車：約1小時  巴士：約1個小時半

使用巴士的人

- 1 從德島站前出發(德島巴士)前往橫瀨西方向（860日圓）
- 2 從橫瀨西 [町營巴士] 轉乘（400日圓）
- 3 公所本廳「橫峯橋停留所」下車徒步需5分鐘



上勝付費志願者計程車



一般社團法人 Hidamari
☎090-7627-4455

- 130日圓/km (小型) ■ 接客人 300日圓
- 等待100日圓/10分鐘 ■ 會費1人300日圓/次

參考

德島站~上勝町
單程約5,200日圓
(不含會員費)



町營巴士時刻表
② 橫瀨西~

町營巴士採自由上下
可以在街道上的任何
地方上下車。

旅遊的洽詢...

上勝町公所 產業課

〒771-4501 德島縣勝浦郡上勝町大字福原字下橫峯 3-1

☎(0885) 46-0111 📠(0885) 46-0323

官方HP <http://www.kamikatsu.jp/>

本手冊所刊載的價格和內容是 2020 年 8 月當時的資訊。



上勝町
官方網站