



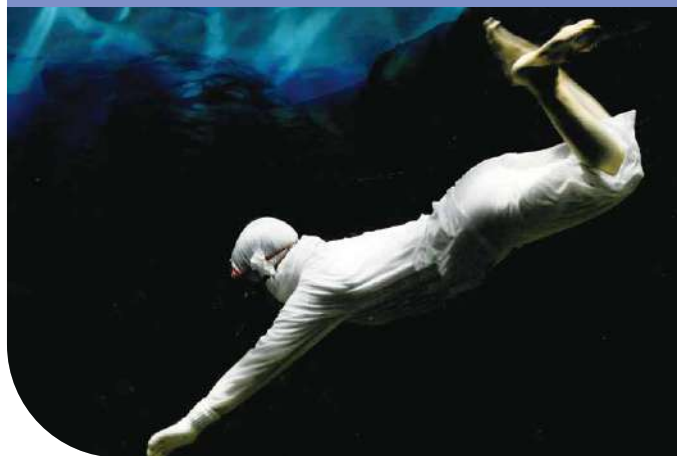
Higashimikawa AICHI

東三河 / 愛知縣



Iseshima MIE

伊勢志摩 / 三重縣



中部國際機場周邊



Minamishinshu NAGANO

南信州 / 長野縣



Enshu SHIZUOKA

遠州 / 靜岡縣

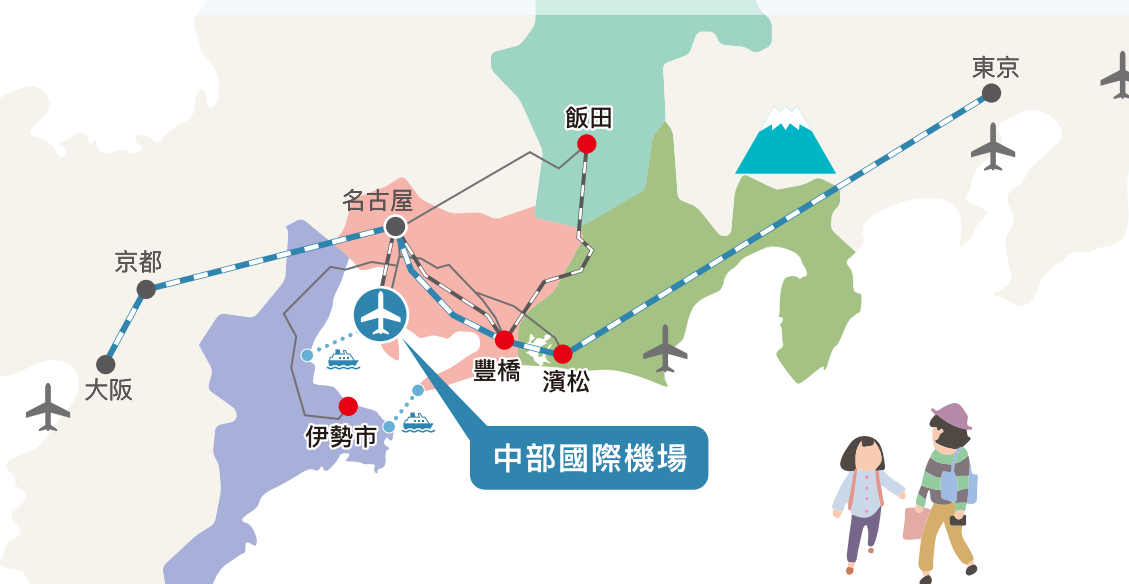
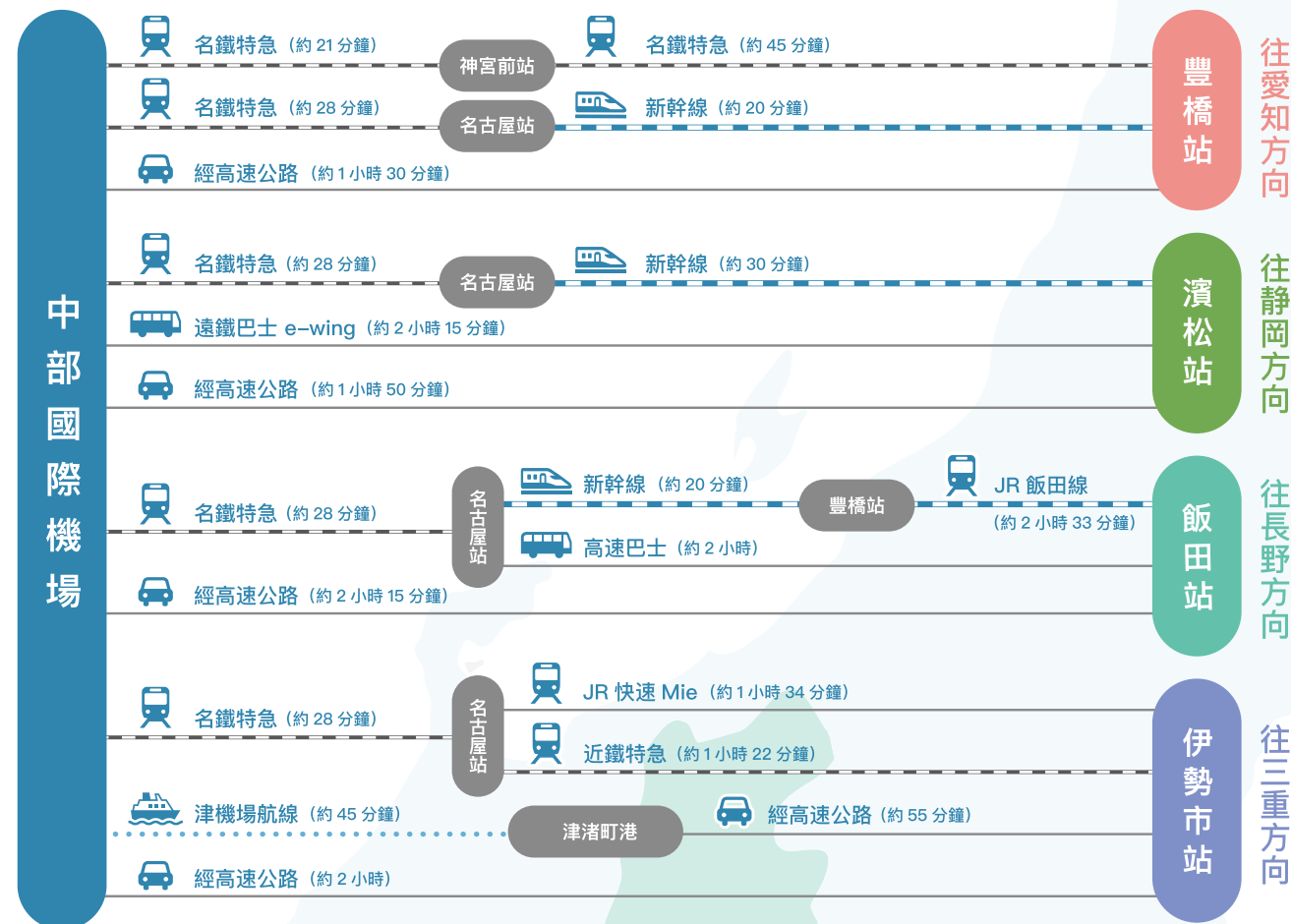


未曾見過的日本
[三遠南信・伊勢志摩]

自然 & 文化體驗



從中部國際機場出發的交通方式



三遠南信・伊勢志摩
廣域觀光合作協議會

2025年11月發行



東三河 (愛知縣)
(一社) 穂之國東三河
觀光局



遠州 (靜岡縣)
(公財) 濱松・濱名湖
觀光局



南信州 (長野縣)
(株) 南信州觀光公司



伊勢志摩 (三重縣)
(公社) 伊勢志摩觀光
會議推進機構

"Visit ISESHIMA" Bureau
伊勢志摩觀光コンベンション機構

三遠南信・伊勢志摩地區介紹



Higashimikawa

東三河

AICHI

愛知縣

位於愛知縣東部的東三河距離中部國際機場約 1 個半小時。這裡交通便利，擁有新幹線的豐橋站以及高速公路交流道。地區內擁有海洋、山脈與河川等豐富自然景觀，從春天的油菜花、櫻花到秋天的楓葉，四季變化多彩，充滿日本鄉村的溫暖風情。除了山區、河畔與海邊的溫泉之外，市區型飯店也一應俱全。

此外，還可以體驗在路面電車上吃關東煮的「おでんしゃ(Odensha)」，豪邁壯觀的手筒煙火、祭奉上千尊狐狸像的豐川稻荷、鄉村裡的日本清酒釀造體驗、自行車導覽之旅等，感受地方特有的歷史與文化魅力。

Iseshima

伊勢志摩

MIE

三重縣

伊勢志摩位於三重縣東南部，從中部國際機場搭電車約 2 小時，若從愛知縣南部的伊良湖岬搭乘伊勢灣渡輪約1小時即可抵達。這裡是個有著歷史悠久的伊勢神宮、日本珍珠養殖的發源地御木本Mikimoto珍珠島、以及延續超過3000年以上的海女文化等充滿傳統文化氣息的地方。更特別的是，這裡是全世界少見「有人居住的國立公園」，能同時享受壯麗的自然風光、深厚的歷史底蘊與美食文化，是一個充滿魅力的觀光勝地。



Minamishinshu

南信州

NAGANO

長野縣

南信州位於長野縣的最南端，東臨南阿爾卑斯山脈，西靠中央阿爾卑斯山脈，被雄偉壯麗、海拔超過三千公尺的群山環繞。天龍川自北向南貫穿整個地區，孕育出豐富多樣的自然景觀。從名古屋開車大約1個半小時，從東京開車約3個小時即可抵達。南信州擁有眾多令人驚嘆的觀光景點，例如日本第一的星空、能療癒身心的昼神溫泉、氣勢磅礴的天龍峽，以及超過 280 株壯麗的一株巨大櫻花樹等自然景觀。此外，這裡盛產各式各樣的在地美味：新鮮水果、燒肉、和菓子、山菜與野生菇類等，展現大地豐饒的恩惠。還有傳統蔬菜、地酒與蘋果酒等在地食文化，更讓旅程增添風味。遊客還能親身體驗農業與傳統文化，感受當地居民的熱情與溫暖，在靜謐的里山生活中，細細品味日本鄉村的日常與樸實風情。

Enshu

遠州

SHIZUOKA

静岡縣

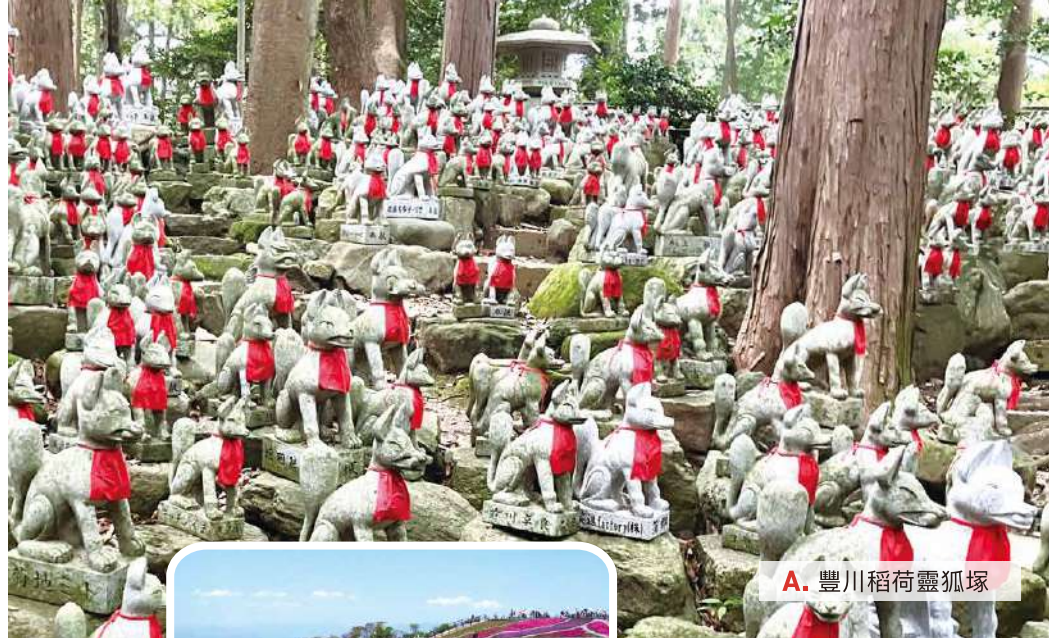
位於靜岡縣西部的遠州(濱松・濱名湖)，是從東京或大阪搭乘新幹線約 90 分鐘即可抵達的迷人觀光勝地。每到春天，濱名湖周邊的花卉公園百花齊放，櫻花與鬱金香爭奇鬥豔，壯麗的紫藤花棚更是令人嘆為觀止。濱名湖被豐富的大自然環繞，湖光山色交織出寧靜而優美的景致。湖畔的溫泉能洗去旅途的疲憊，讓人身心徹底放鬆。這裡的美食同樣令人驚艷，除了聞名全國的鰻魚料理，還能品嚐新鮮海產與當季水果，例如香甜多汁的蜜柑等。此外，濱松也是世界知名品牌 SUZUKI、YAMAHA、HONDA 的發源地，造就了這座城市獨特的產業文化。旅途中，您還可以體驗手工釀製醬油或濱松渲染布等傳統技術，為旅程增添更多色彩與深度。



2天1夜

東三河 示範路線

愛知縣



A. 豐川稻荷靈狐塚



C. 茶臼山高原 / 芝櫻花丘



B. 鳳來寺山



D. 酒 Lab/ 日本清酒體驗



E. Potabi/ 自行車導覽之旅



H. 蒲郡溫泉鄉



G. 豐川稻荷
稻荷壽司體驗



I. 渥美魚市場 / 拍賣見學

東三河（愛知縣）

（一社）穗之國東三河
觀光局

ほの国



K. 手筒煙火
（以手抱持施放的煙火）

季節限定



J. 伊勢灣渡輪



AICHI

季節限定

2天1夜

遠州（濱松・濱名湖） 示範路線

靜岡縣



A. YAMAHA 創新之路



B. 鈴木歷史館



C. 二橋染色工廠 / 濱松注染染布技術



D. 弁天島



E. 秋葉山本宮秋葉神社



H. 濱松花卉公園



F. 濱名湖花園公園



G. 濱松水果公園時之栖



I. 明治屋醬油 / 醬油釀造體驗



J. Takiya 捕魚

遠州（靜岡縣）

（公財）濱松・濱名湖
觀光局



2天1夜

伊勢志摩 示範路線

三重縣



B. 西班牙觀光短程遊船



A. 牡蠣小屋



C. 橫山展望台



MIE



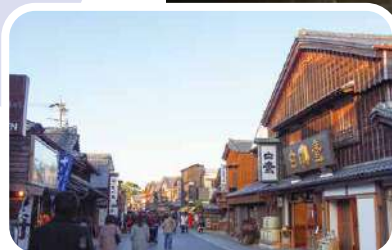
H. 伊勢神宮內宮・宇治橋



D. 志摩西班牙村



E. 伊勢忍者王國



G. 御拔町



F. 御木本珍珠島



I. 鳥羽水族館



J. 海女小屋八幡窯體驗

伊勢志摩（三重縣）

（公社）伊勢志摩觀光
會議推進機構



“Visit ISESHIMA” Bureau
公益社団法人 伊勢志摩觀光コンベンション機構

2天1夜

南信州 示範路線

長野縣



B. 里山之一株巨大櫻花樹



D. 杵原學校
（擁有歷史風情的木造校舍）



C. 天龍峽（天龍奧三河國定公園）



E. 昼神溫泉



G. 南信州的星空



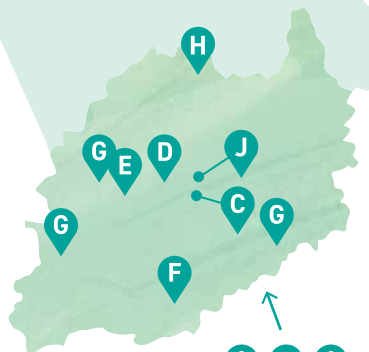
F. 採茶 & 採茶體驗

H. 果園野餐



A. 農家民宿體驗

NAGANO



景點分布在南信州各地

南信州（長野縣）

（株）南信州觀光公司



I. 日本第一燒肉城



J. 天龍川和船體驗