

The background image shows a wide-angle view of a mountainous region. In the foreground, there are green hills covered in dense vegetation. As the eye moves towards the horizon, the mountains become progressively smaller and more hazy, creating a sense of depth. The sky above is a clear, vibrant blue, dotted with various sizes of white, fluffy clouds.

Karuizawa

ค่ารุอิชิว่า

เมืองในฝันแห่งจังหวัดนาโงะ

ເມືອງແທງ 4 ຖະ

ในอดีตที่ผ่านมา かるือชาว่า เป็นเมืองทุขพักรหท่าวเมืองเกี้ยวโภและ เอโฉะ ซึ่งขณะนี้เป็นสถานที่ตั้งการประชุมและกิจกรรมทางธุรกิจที่สำคัญแห่งชาติ ที่หัวน้ำที่สวยงามของเมืองかるือชาว่า ยังคงมีความสำคัญทางประวัติศาสตร์และ กลางแจ้งท่ามกลางอ้อมกอดของธรรมชาติที่งดงาม

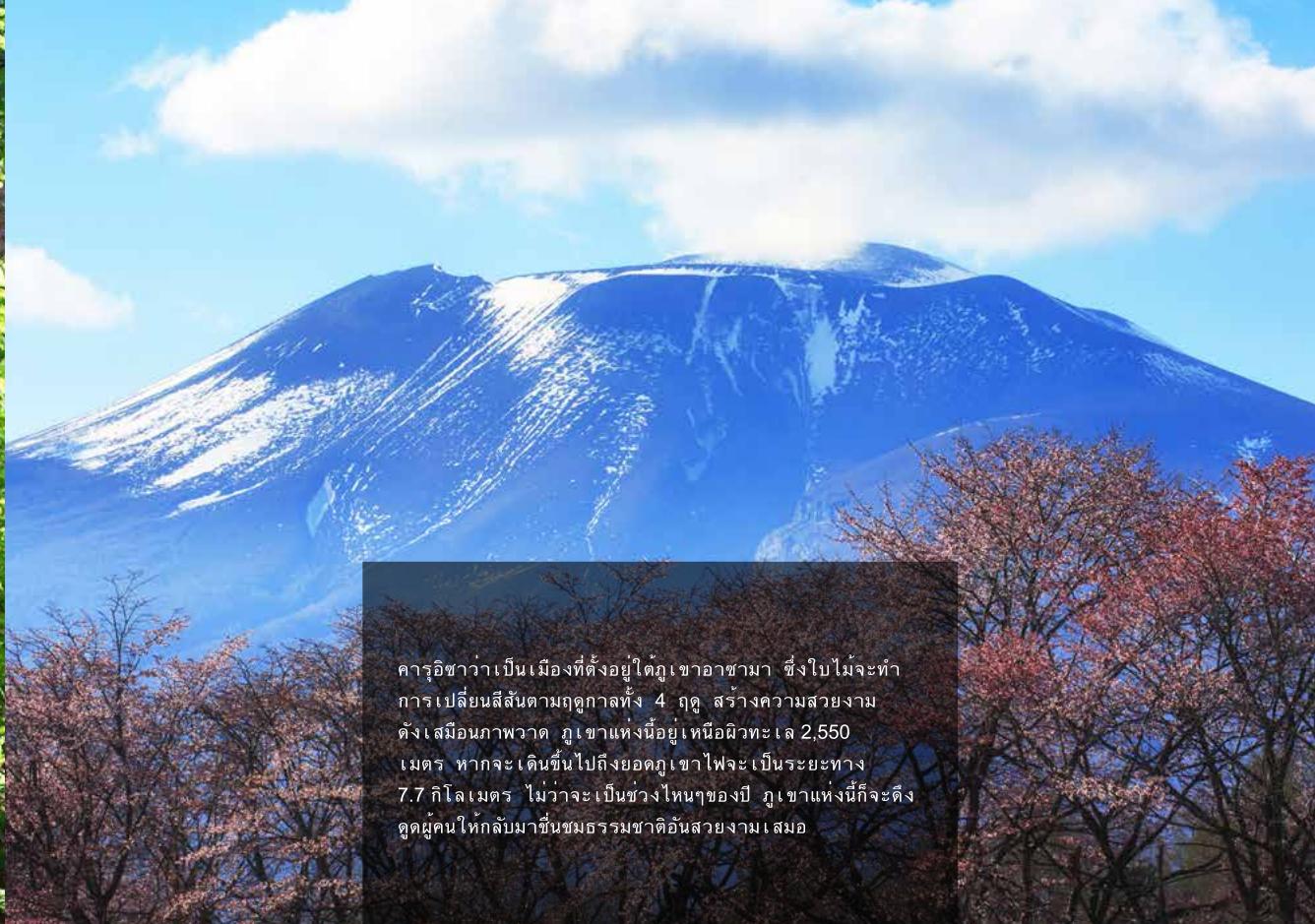




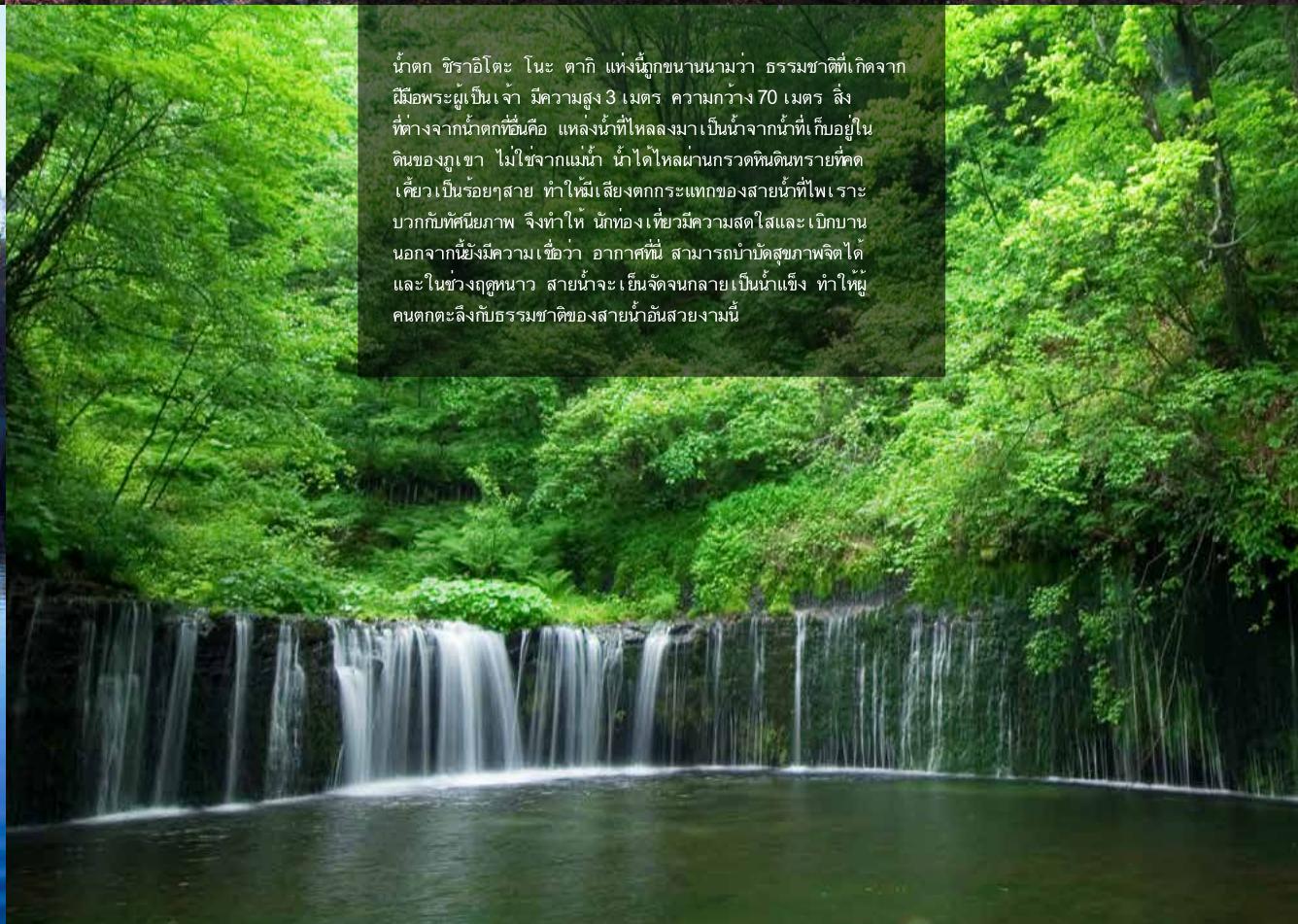
เริ่มตั้งแต่ตัวรัฐ ที่ 19 เป็นต้นมา เมืองครูอิช่าวันนี้อุดมไปด้วยป่า针葉林 (เบอร์เชและตันสน) ซึ่งเป็นชนิดของอาณาจักรเย็นสบายนอกตุ่นของเมืองครูอิชาว่า ลมเบาๆ ที่พัดเข้ามาสร้างความร่มเย็น ทำให้สถานที่นี้ เป็นสวนร้อนหลุมร้อนที่มีชื่อเสียงอย่างมาก ผู้คนและนักท่องเที่ยวจำนวนมากเดินทางมาเพื่อชมความร่มเย็นในป่าอย่างไม่ขาดสาย สิ่งที่เหลือเชื่อคือการที่ล่องแวงล้อมที่ล้อมรอบไปด้วยเข้า และสันโขดจากผู้คนขนาดนี้ อยู่ห่างจากเมืองโตเกียวด้วยรถไฟเพียง 1 ชม. เท่านั้น



ไม่ว่าจะเป็น ฤดูใบไม้ผลิ ฤดูร้อน ฤดูใบไม้ร่วง หรือฤดูหนาว สำหรับของที่นี่จะมีความพิเศษแตกต่างกันไป ในฤดูใบไม้ร่วง น้ำในลำธารจะใส่สมองกระจาก ซึ่งสามารถถอดล้องชั้นสีสันสวยงามของใบไม้สีแดง สีแดงเข้มและสีทอง ทำให้ดูสดใสมากที่สุดในฤดูหนาว ต้นไม้สีขาวบางกับน้ำที่กลมเป็นสีเขียว มรกตจะสร้างความพิเศษในอีกช่วงหนึ่ง ข้างๆลำธารคุณสามารถเดินทางเท้าไว้สำรวจการซ่อนล้ำธาร ซึ่งจะใช้เวลาประมาณ 20 นาทีในการเดินชมรอบล้ำธาร เพื่อ欣賞และดื่มด่ำกับธรรมชาติน่าอัศจรรย์แห่งนี้



ครูอิชาว่าเป็นเมืองที่ตั้งอยู่ได้ดีกว่าอาษา มา ซึ่งในไม้จะทำการเปลี่ยนสีสันตามฤดูกาลทั้ง 4 ฤดู สร้างความสวยงามดังเลม่อนภูพวดา ภูเขาแห่งนี้อยู่เหนือผิวน้ำทะเล 2,550 เมตร หากจะเดินขึ้นไปถึงยอดภูเขา จะจะเป็นระยะทาง 7.7 กิโลเมตร ไม่ว่าจะเป็นช่วงไหนของปี ภูเขาแห่งนี้ก็จะดึงดูดผู้คนให้กลับมา欣賞ธรรมชาติอันสวยงามเสมอ





สวนสนุกน้ำแข็งค่ารุ่ยซั่ว่า



① แม่น้ำแร่



Kumoba Pond

การท่องเที่ยวในค่ารุ่ยซั่ว่า

การท่องเที่ยวแบบเดินป่า แต่การมา เที่ยวที่นี่ เป็นทางเลือกหนึ่งสำหรับการ พักผ่อนระยะสั้น โดยใช้ระยะ

เวลา 1-2 วัน สำหรับท่องเที่ยวใน สีเขียว ท่านสามารถใช้รถจักรยานไกล สถานีรุ่กุฟิหรือตามโรงแรมต่างๆโดย เสียค่าใช้จ่ายเพียงประมาณ 500-100 เยน / วัน

ทางเลือกสำหรับท่านที่ต้องการท่อง เที่ยวแบบผ่อนคลายในป่า หรือเดินชุม ทิวทัศน์ในป่า ท่านอาจจะโดยคิดได้พับ ร่องรอยของทางเดินที่มีความอึด ด้วย ทุกท่านอย่างทรหดเส้นทาง ให้เดินทางและเส้นทางจักรยาน ให้ ดูคำอธิบายหน้า 16

นอกจากนี้ ภายในสวน ภายนอก ธรรมชาติอันสวยงาม ยังมีสวน สาธารณะค่ารุ่ยซั่ว่าตั้งอยู่ที่ ทาร์ลิชิน ให้ทุกคนสามารถเดินเล่น และชื่นชมแม่น้ำและสวนกุหลาบ ภายในสวน นอกจากสวนกุหลาบแล้ว ในสถานที่ใกล้กันนั้นยังมีสวน ไม้ดอกไม้ผลอันสวยงามให้ท่านได้ ชื่นชมและเดินสำรวจกันอีกด้วย



ทาร์ลิชินเป็นสถานที่ที่มีทะเลสาบล้อม รอบ ผู้คนและนักท่องเที่ยวสามารถพาย เรือในทะเลสาบได้ในฤดูร้อน และภายใน สวนนี้มีพิพิธภัณฑ์เครื่องอยุ่เง็นต่างๆ ร้าน กาแฟและร้านอาหารตั้งอยู่มากมาย

นอกจากนั้นนักท่องเที่ยวสามารถ เยี่ยมชมพิพิธภัณฑ์คิลป์ ซึ่งมีภาพวาด ของคิลป์ญี่ปุ่นนามาชิ หรือผลงาน ภาพวาดภาพของ ANDY WARHOL และ Jasper Johns ที่พิพิธภัณฑ์ ซีชอน (Sezon Museum of Modern Art)

นักท่องเที่ยวสามารถส่องถูกตามข้อมูล สถานที่ท่องเที่ยวและเส้นทางของ รถประจำทางได้ที่ศูนย์บริการนักท่อง เที่ยวและโรงแรม หรือใช้บริการรถ

แท็กซี่ คุณสามารถหาข้อมูลเพิ่มเติม ได้ตามเว็บไซต์ <http://Karuizawa-kankokyokai.jp>

รถไฟสามารถนำท่านไปถึงค่ารุ่ยซั่ว่า ได้เรือที่สุดคือ“ชินเซ็น เสียนากาโน” (รถไฟหัวกระสุน) โดยใช้เวลาการเดิน ทาง 65 นาที สถานีตั้งอยู่ใจกลาง เมือง บางโรงแรมสามารถเดินถึงสถานี ได้ เช่น “โรงแรมปรินซ์” โรงแรมส่วน ใหญ่จะมีบริการรับ-ส่งถึงสถานี โดย ไม่มีค่าใช้จ่าย

ราคาตั๋ว 1 เที่ยวคือ 5,500 เยน ซึ่งรวม ถึง “Japan Rail Pass”, “JR East Pass”, “JR Kanto Area Pass”, “JR Kanto Area Pass” ค่าตั๋วรถไฟไป-กลับ ราคา 8,000 เยน และสามารถเดินทางที่ใกล้ เคียงได้ บัตร์มีอายุใช้ได้ภายใน 1 วัน (สถานที่แนะนำท่องเที่ยวและข้อมูลต่างๆ กรุณาศึกษาต่อหน้า 10-11)

หากท่านต้องการเดินทางโดยรถประจำ ทางจากสถานีอิเคบุคุ รอชื่อเมือง โตเกียว รถประจำทางมีทั้งหมด 5 เที่ยว ต่อวัน ใช้เวลาเดินทาง 3 ชั่วโมง ราคา 2,500 เยน หากบัตรรถจากโตเกียวไปเอง จะใช้เวลาเดินทาง 3 ชั่วโมง



② ขนมปังฟรั่งเศษ



④ โรงแรมมารอด ค่ารุ่ยซั่ว่า

ตานานเรื่องเล่า

หากท่านกำลังวางแผนหาสักก็สิทธิ์ ท่านสามารถ เดินทางมาที่ค่ารุ่ยซั่ว่า ดำเนินเล่าไว้ มี เทพเจ้าแห่งน้ำ สถิตอยู่ใกล้ๆ บ้านแม่ตั้งสะพาน คามาโนะฟูชิ ท่านสามารถเดินทางไปที่วัด ชินานอนกิ ที่นั่นท่านจะพบกับต้นไม้สักก็สิทธิ์ ในเดือนพฤษภาคม ของทุกๆ ปี จะมีจัดงานดนตรีและเด่นรำล้อมรอบต้นไม้ ต้นนี้ เพื่อบูชาต้นที่มีอายุกว่า 850 ปี (ตามรูปภาพ) ตามตำนานเล่าว่า ท่านได้ที่วิ่งรอบต้นไม้ต้นนี้ตาม เรื่องนาพิกา เทพเจ้าจะคลบบรรดาให้คำอธิฐานของ ท่านประับผลสำเร็จ หลังจากนั้น ท่านสามารถแวะที่ ร้านอาหารชิจิโนยะเพื่อลิ้มรสขันน์โนมิจิและขันมิโนจิที่ ทำมาจากวอลนัท ซึ่งเป็นอาหารขั้นซื้อของที่นี่ วอลนัท 70% ของประเทศไทยจากที่แห่งนี้



⑤ ชิจิโนยะ



⑦ โรงแรมมารอด

สถานที่พักผ่อน สำหรับคนรักศิลปะ

ป่าไม้ ภูเขา ดุจภาพเขียน เมืองแห่งจัตุรัสธรรมัน สวยงามและอากาศอันร่มเย็นในฤดูร้อน ทำให้เมือง ค่ารุ่ยซั่ว่า เป็นเมืองทางเลือกในการท่องเที่ยวของ หลายครอบครัว อย่างเช่นโรงแรม คิลปินชาร์ฟุ่น โยโกะโนะโนะ สมิช่องเรือจอดที่นั่นเล่นนอนและนอน ลูกชาย จะเดินทางมาที่ค่ารุ่ยซั่ว่าเพื่อมาพักผ่อนที่นี่ เป็นประจำ พากเข้ามายังจักรยานชั้นนำที่มีชื่อเสียงในปีค.ศ. 1976 ลิชาโนะ เป็นสถานที่ที่ครอบครัวของพากเข้าจะไป ดื่มกาแฟเข้า เป็นประจำ และในช่วงเย็นพากเข้าจะไป เวลาพักผ่อนโดยการนั่งชิงช้าให้ดันไม้ คุณสามารถเลียน แบบการใช้เวลาว่างที่นี่ตามครอบครัวคิลปินนี้ ซึ่งคุณจะ ได้สัมผัสรากภูมิที่สร้างผลงานด้วยจิตประยุกต์ที่ ได้อย่างไร เมื่อคุณได้มาเยือนสถานที่แห่งนี้ ในระหว่าง ที่กำลังเก็บตัวอยู่ในบรรยายกาศเงินลงตัว ที่ได้ที่ หนึ่ง คุณอาจจะได้พบเห็นศิลปะที่คุณชื่นชอบก็ เป็นได้



พานาโนก



⑥ จิโนะร่า

ความบันเทิงยามค่ำคืน

มีอย่างน้อยเมือง ภูเขา ที่มีกิจกรรมหลากหลาย ให้คุณเลือกตามสุนใจ ทางคุณจะ ไม่เห็นอยู่กับการเล่นสกีตอนกลางวัน คุณสามารถไปเล่นลิฟต์ภูเขาดินต่อได้ที่ โรงแรมโอะโนะ ชิจิ มีการเปิดให้เล่นสกีรอบดึก นักท่องเที่ยวที่ชอบดูดาวไม่ควร พลาดห้องพักที่มีแสงดาวระยิบระยับตลอดทั้งปี และถ้าคุณเลือกที่จะอาบน้ำแร่ (อ่อนชัน) น้ำแร่กลางแจ้งของอ่อนชันเซกะทาเกะ โอะโนะโนะก็เป็น การผ่อนคลายอีกทางหนึ่ง หากนักท่องเที่ยวเดินทางมาท่องเที่ยวเดือนกรกฎาคมอาจจะ โชคดีสามารถเห็นทั้งห้องที่บินอยู่ทั่วทุกสถานที่

โรงแรมมารอด (Hotel Marroad Karuizawa) มีบริการอาหารฟรีรับประทานและคุณ สามารถนั่งจิบเหล้าในเครื่องแบบตามสีได้ถึง 70 กับการ บริการชั้นเลิศของนักชง เหล้าที่นี่ เพื่อเป็นกิจกรรมยามค่ำคืนที่มีความสุขของ คุณมิฉะนั้น



⑨ โนบสก์ วงศ์รามโวจิ FORESTANA



— 1 —



⑫ โรงแรมໂອຈີ ດາວໂຫຼວງ



⑩ บ้านป่า วงศ์รามโภջ FORESTANA



⑪ สนามกอล์ฟ72กรุ๊ปชาร์จ

ชีวิตชนบท ติกออลฟ์ บ้านกระท่อมไม้และสัม mana

บีบีที่รู้ักันว่า ทิวัต้นต่างๆนวนเข้าของเมืองคราอิชาว่า เป็นสถานที่หลบหลีกความวุ่นวายของผู้คนและเป็นสถานที่ที่สามารถลี้ภัย ถึงธรมชาติได้อย่างเต็มที่ คุณสามารถเข้าจักรภานในกลุ่มนักสถานีรถไฟ นักท่องเที่ยวหลายคนชอบที่จะเดินทางมาสุดบรรยายภาคของบ่ำ บางคนจะใช้สถานที่แห่งนี้ในการว่าง เพื่อมาออกกำลังกาย อาทิเช่น เท็นนิส ดิกอล์ฟ สกี ยกแกะและเล่นสเก็ต บางคนเลือกที่จะอาบน้ำแร่เป็นการให้ร่างวัลแกด์ตัวเอง

ความสวยงาม ควรอธิบายว่าไม่ได้เป็นเพียงแค่สถานที่พักผ่อนหย่อนใจ แต่เป็นสถานที่จัดงานแต่งงานที่มีชื่อเสียงแห่งหนึ่ง มีโบสถ์อันสวยงามดูดั่งภาพเขียน เช่น โบสถ์ของโรงเรียนปริญญา ที่อยู่ห่างจากเช่า ซึ่งมีครุฑากลายคู่เดินทางมาอันนี้มูนในที่ที่โรงเรียนติดกันนี้ มีคู่แต่งหลายคู่เลือกที่จะใช้โรงเรียนเดียวมีค่าใช้เป็นสถานที่ถ่ายภาพแต่งงาน โรงเรียนนี้เป็นโรงเรียนที่สร้างขึ้นในแบบสไตล์ยุโรป ซึ่งบ่งบอกถึงในอดีตเคยใช้เป็นสถานที่เลี้ยงรับรอง ชาวคงจะ ส.ส.กู่บ่น

นักท่องเที่ยวที่มาเที่ยวที่ค่าครองใช้จ่ายท่านชอบที่จะเลือกพักในบ้านกระท่อมไม้ กระท่อมไม้อันอบอุ่นเหมือนส้ำห้องนอน คู่สามีภรรยา หรือแม่เด็กรอบครัวเล็กๆ Cottage Inn Log Cabin เป็นบ้านกระท่อมไม้มีชื่อเลียง และมีรากั้งสังจากสถาณาริปไฟ โดยไม่มีค่าใช้จ่าย ห้องอาหารของที่นี่มีชื่อว่า Logtei ซึ่งมีหมูย่างลวกผัดผู้บุ้น สำหรับแขกภายในและภายนอก โรงแรมปรินซ์ กิรังเป็นอีกทางเลือกของบ้านในสไตล์กระท่อมไม้ใหญ่อีแห่งหนึ่ง แรกที่พักสามารถลิ้มลองการใช้ชีวิตในบ้านกระท่อมไม้ นอกจากนี้ ยังช่วยลดความจำเป็นในการเดินทางไปกับหัวรักกลุ่มใหญ่ และสามารถใช้เวลาพักผ่อนในบ้านกระท่อมไม้อิ่มย่างเป็นส่วนตัวได้เอง นักท่องเที่ยวสามารถสนุกสนานกับวิธีชีวิตแบบชนบท โดยการชั่วขา หรือพักผ่อนหย่อนใจในบ้านกระท่อมไม้อิ่มย่างเป็นส่วนตัว และนอกจากนี้ นักท่องเที่ยวจะสามารถเลือกที่จะกางเต็นท์นอนในค่าครองใช้จ่ายที่ต่ำกว่า ซึ่งมีการจัดเตรียมสถานที่เป็นอย่างดี

ครุฑ์อิชิวาระ มีสนามกอล์ฟหลายแห่ง สนามกอล์ฟแบบ 18 หลุม 6 แห่ง และแบบ 9 หลุม 2 แห่ง นอกจากนั้นทั่วสนาม ก็มีร้านอาหารและสถานที่พักอาศัยอยู่ในบริเวณเดียวกัน เช่น โรงแรม รีสอร์ท บ้านพัก ฯลฯ

การที่แท้จริงนี้อยู่ใกล้กับเมืองหลวงและมีลักษณะความสวยงามมากมาย ทำให้ค่าเช่าสูง เป็นสถานที่จัดงานเลี้ยง งานลัมมานา และการประชุมอันยิ่งใหญ่มากมาย การเดินทางที่แสนสะดวก ร้านอาหารและห้องอาหาร อันมีชื่อเสียงโด่งดัง อีกทั้งยังมีสถานที่สำหรับใช้เป็นที่ประชุม ทำให้ค่าเช่าสูง เป็นส่วนหนึ่งของการท่องเที่ยวและทางธุรกิจ



⑯ Logtei & Log-Cabin



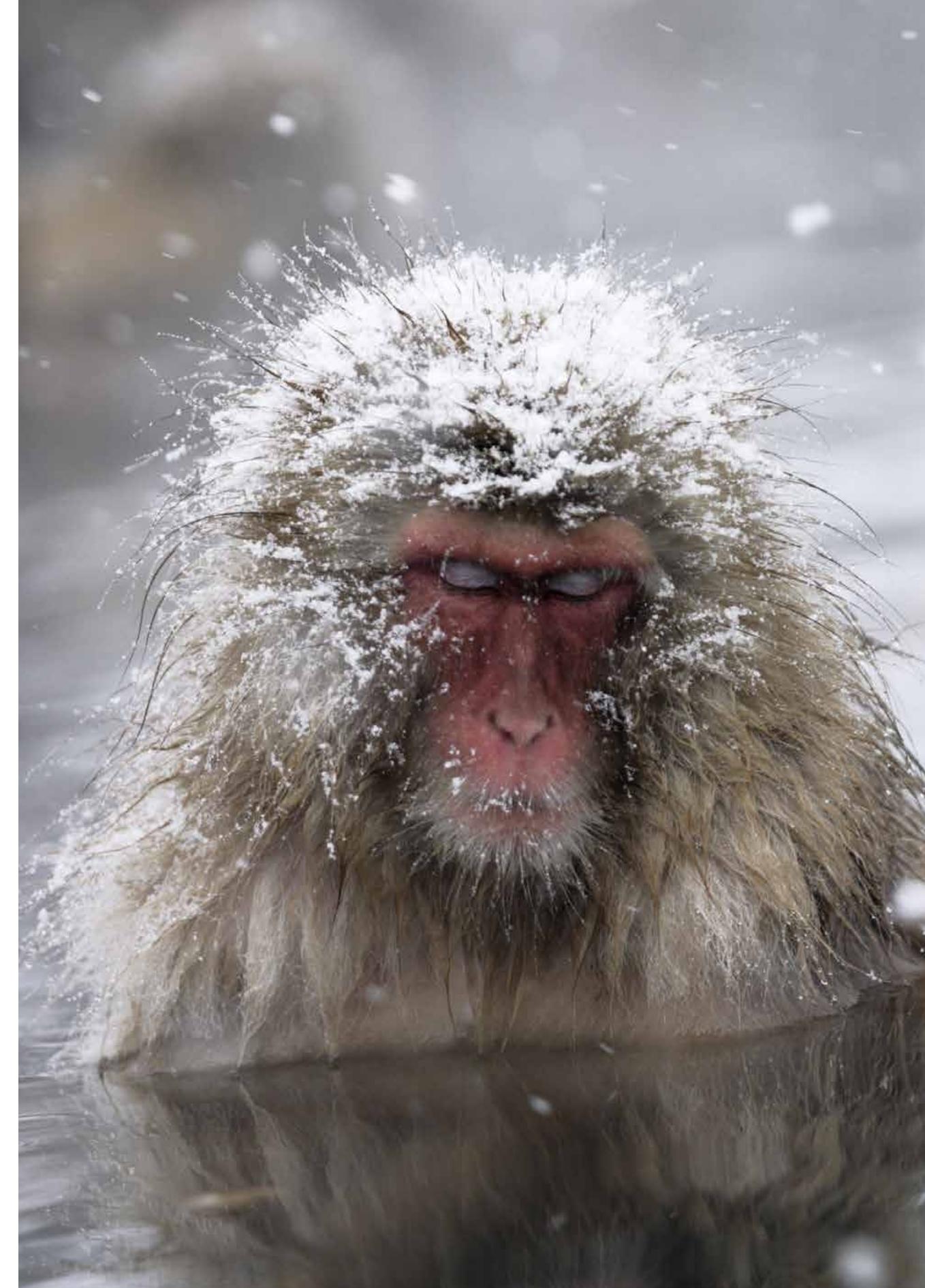
ໂຮງແຮມມີຄາຊະ



⑯ Logtei & Log-Cabin



ໂຮງແຮມມີຄາຊະ



มาตรฐานความสวยงามของ เส้นทางโรแมนติกของญี่ปุ่น

การใช้ช่วง “เส้นทางโรแมนติก” ซึ่งความสวยงามของถนนเส้นนี้มีความยาวถึง 350 กิโลเมตร เริ่มต้นจากนาโงะ เมืองอูเออเดะ และพาไปเมืองอิเกจิลายะ เมืองจันกิง เมืองอูซึโนะมิยะ ที่มาของชื่อถนนโรแมนติกนี้ ได้มาจากชาวเยอรมันท่านหนึ่งเมื่อปี 1982 มีชื่อเดียวกับถนนโรแมนติกในเยอรมัน เพื่อให้ถนนแห่งนี้เป็นถนนพื้น้อง ถนนโรแมนติกเริ่มต้นจาก 50 กิโลเมตรของภูเขาราชามช่องครุฑ์ที่ลือว่าเป็นจุดที่สวยที่สุด เพราะฉะนั้น นักท่องเที่ยวจึงเลือกที่จะเชาร์ดจากครุฑ์ช่วย เป็นจุดเริ่มต้นในการเดินทางท่องเที่ยว

สถานที่นักท่องเที่ยวชื่นชอบที่สุดสำหรับโปรแกรมท่องเที่ยวภายใน 1 วัน คือ ไปดูสิ่งที่น้ำพุร้อนทุบเขานอก ไอ้น้ำและน้ำพุร้อนดูก้อนหินห้าม เหมือนขุมนรกบนโลก จึงเป็นที่มาของชื่อน้ำพุนรก และในช่วงฤดูหนาวจะมีลิ้งปีบอบน้ำในบ่อน้ำพุนรกนี้ เพื่อให้ได้รับความอบอุ่นและในบางครั้ง ลิงก็จะสนุกสนานการได้เล่นพิมพ์อีกด้วย

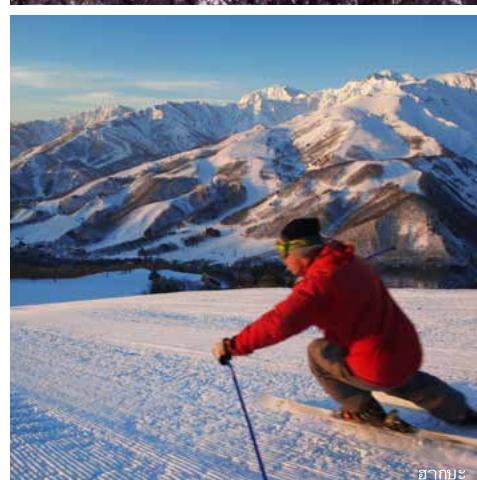
เมืองนาโงะ เป็นเมืองที่มีภูเขาอ้อมรอบและมีทิวทัศน์อันสวยงามในทั้ง 4 ฤดู จึงเป็นที่มาของฉายา “หลังคาของญี่ปุ่น” การขับรถในแต่ละฤดูในทุกเขานี้ เป็นการชมวิวที่มีหิมะขาวๆ ทิมะลีชาขาวของฤดูหนาว ในไม้ร่วงปลิวของฤดูใบไม้ร่วง สีเขียวเข้มของฤดูร้อน และดอกไม้ผลบานของฤดูใบไม้ผลิ ที่มีความอันสวยงามอยู่หลายแห่ง เช่น วัดนิชิโนะชินเมะวัดชินเมซุกุริ ที่เป็นวัดอันเก่าแก่ในการสร้างแบบญี่ปุ่น ซึ่งสร้างขึ้นด้วยไม้และใช้วิธีก่อพื้นสูงขึ้นแบบได้กุนสูงกลับหลังคา 3 เหลี่ยมอันสวยงาม วัดอันนี้ที่มีชื่อเสียงยังมีวัดเซ็นโคจิและอันราคุจิ ซึ่งข้อควรระวังคือ ทางวัดอาจจะมีข้อกำหนดการเปิดปิด นักท่องเที่ยวควรตรวจสอบสถานที่ท่องเที่ยวก่อนการเดินทาง

ปราสาทมัตซิโมโตะ เป็นปราสาทที่รัฐบาลญี่ปุ่นกำหนดให้เป็นมรดกแห่งชาติ ปราสาทมีความสูง 5 ชั้น สีปราสาทจะมีสีดำ จึงมีชื่อเรียกว่า “ปราสาทอีกา” ปราสาทนี้สร้างขึ้นในช่วงปลายศตวรรษที่ 16 และผ่านการซ่อมแซมมาหลายศตวรรษ จึงทำให้ปราสาทมัตซิโมโตะ เป็นปราสาทที่เก่าแก่ที่สุดในญี่ปุ่น ด้านในของปราสาทนักท่องเที่ยวสามารถปีนขึ้นไปตามบันไดชั้นและจิตนาการภาพทหารรักษาการในอดีต หรือมองออกหันหน้าด้าน外 แล้วคิดถึงการทำสิ่งครามในยุคก่อน โดยการใช้หูยิ่งออกไปรบกับศัตรู หรือหัน面向 ใจกลางของเห็นเป็นธรรมชาติที่มีทิวทัศน์อันสวยงามของเทือกเขาญี่ปุ่นก็ได้

ในฤดูหนาว นักท่องเที่ยงจะได้ชมงานตักหิมะหรือการแสดงการเล่นไฟ ในฤดูใบไม้ผลิ คุณจะได้ชมดอกซากุระอันสวยงาม และในฤดูใบไม้ร่วง ปราสาทมัตซิโมโตะ จะถูกตกแต่งด้วยไฟ เพื่อให้เป็นสถานที่จัดงานการประเพณีจันทร์ นักท่องเที่ยวสามารถหาหิมะลูกผู้ชาย บริเวณที่เกียรติบันไดที่มีการจัดกิจกรรมนอกเหนือจากนั้นอย่างลีม เอียมชุม “พิพิธภัณฑ์ศิลปะของเมืองมัตซิโมโตะ” (Matsumoto City Museum Of Art) พิพิธภัณฑ์ศิลปะนี้ มีชื่อเสียงจากการแกะลักษณะแจ้ง ที่แห่งนี้ยังเป็นบ้านเกิดของศิลปินชื่อดัง ยาโยอิ คุชามา และยังมีผลงานชุด “ดอกไม้แห่งจันทนากา” ของยาโยอิจัดแสดงไว้ให้นักท่องเที่ยวได้ชื่นชมอีกด้วย

ในช่วงฤดูใบไม้ผลิ สถานที่นักท่องเที่ยว尼ยมเดินทางไป คือ สวนของปราสาททาคาโตะ ในสวนมีต้นซากุระมากกว่า 1,500 ต้น กลีบดอกซากุระจะบานลิ่วว่อนไปทั่วสวน ในช่วงเทศกาลชมดอกไม้ที่แห่งนี้จะมีชื่อเสียงในการเดินทางมาชมดอกซากุระที่เลือดที่สุด นอกนั้น นักท่องเที่ยวที่ชอบล่นหินมีความสามารถในการจัดกิจกรรมโดยใช้เวลา 2 ชั่วโมง เพื่อเยี่ยมชมท่าหูบะ ที่นี่มีรีสอร์ฟอยู่ถึง 10 แห่ง ซึ่งมีสถานที่ท่องเที่ยวที่มีกิจกรรมในการเล่นหินล้ำหัวหินท่องครอบครัว ในปีค.ศ. 1998 ที่นี่ยังเป็นสถานที่จัดการแข่งขันกีฬาอลิมปิกฤดูหนาว โดยมีการจัดแข่งขันกีฬาฟุตบอลกว่า 200 รายการ เช่น การกระโดดลงสกี การสไลด์สกีลงจากเข้า และอื่นๆ

กิจกรรมการเล่นสกี จะเริ่มต้นด้วยการเดินรีลวาร์ค ถึงลิ้นเดือนเมษายน และที่นี่ยังเป็นสถานที่การเล่น สโนบอร์ดอันมีชื่อเสียง คุณสามารถเล่นสกีที่นี่ได้ด้วยเพียงแต่การเล่นสกีนั้นจะต้องอยู่ในขอบเขตที่กำหนด เพราะบนเขามีจุดอันตรายที่มีคลื่น พะระฉนนักท่องเที่ยวควรเล่นสกีในจุดที่กำหนด



สถานที่น่าสนใจตามเส้นทางรถไฟ

① OMACHI โอมาชิ <http://www.kanko-omachi.gr.jp/>

(รถไฟใช้เวลาเดินทาง 4 ชม / ค่าตั๋ว ¥3100 ; ขับรถใช้เวลาเดินทางประมาณ 2 ชม)

ทางรถไฟ: สถานีคาวาริชิว่า → สายชินาโนะ (80นาที) → สถานี ชิโนโนย → สาย ชิโนโนย JR (65นาที)
→ มัตสิโมโตะ → สาย อิโตะ JR (55นาที) → ชินาโน โอมาชิ

② HAKUBA ฮาคุบะ <http://www.vill.hakuba.nagano.jp/index2.html>

(รถไฟใช้เวลาเดินทาง 4.5 ชม / ค่าตั๋ว ¥3500 ; ขับรถใช้เวลาเดินทางประมาณ 2.5 ชม)

ทางรถไฟ: สถานีคาวาริชิว่า → สายชินาโนะ (80นาที) → สถานี ชิโนโนย → สาย ชิโนโนย JR (65นาที)
→ มัตสิโมโตะ → สาย อิโตะ JR (55นาที) → ฮาคุบะ

③ MATSUMOTO มัตสิโมโตะ <http://www.matsumoto-tca.or.jp/>

(รถไฟใช้เวลาเดินทาง 2.5 ชม / ค่าตั๋ว ¥2500 ; ขับรถใช้เวลาเดินทางประมาณ 3 ชม)

ทางรถไฟ: สถานีคาวาริชิว่า → สายชินาโนะ (80นาที) → สถานี ชิโนโนย → สาย ชิโนโนย JR (65นาที)
→ รถไฟ มัตสิโมโตะ

④ INA TAKATO อินะ ทาคาโตะ <http://takato-inacity.jp/h25/>

(รถไฟใช้เวลาเดินทาง 4.5 ชม ¥3800 ; ขับรถใช้เวลาเดินทางประมาณ 3.5 ชม)

ทางรถไฟ: สถานีคาวาริชิว่า → สายชินาโนะ (80นาที) → สถานี ชิโนโนย → สาย ชิโนโนย JR (65นาที)
→ สถานี โอดายา → สายโซ JR (80นาที) → สถานี ทาคาโตะ

⑤ UEDA Bessho Onsen บอนน่าแรร์ (ออนเซ็น) อูเอดะ เบสโซ

www.cityUEDA.nagano.jp/hp/index.html / www.bessho-spa.jp/

(รถไฟใช้เวลาเดินทาง 1.5 ชม / ค่าตั๋ว ¥1500 ; ขับรถใช้เวลาเดินทางประมาณ 1.5 ชม)

ทางรถไฟ: สถานีคาวาริชิว่า → สายชินาโนะ (80นาที) → สถานีอูเอดะ → รถไฟฟ้าอูเอดะ (30นาที)
→ บอนน่าแรร์ (ออนเซ็น) เบสโซ



⑦ ปีชิโอ



ชนนกที่ไฮชิโน

ป่าที่เจียบสูงของเมืองคารุอิชาوا เป็นหนึ่งในสถานที่ที่สุดสำหรับการดูนกของญี่ปุ่น “ป่านก” มีเส้นทางดูนกมากมาย ป่าที่เจียบสูงและร่ม ยืนกำลังตั้งตารอคอยนักท่องเที่ยวมาเยี่ยมชม บางครั้งนักท่องเที่ยวอาจจะเหลือบไปเห็น “ไก่พ้าหางทองแดง” ซ่อนด้วยใบไม้ในเขามีด ป่าที่คารุอิชาوا มีกว่า 130 ชนิดอาศัยอยู่ จึงทำให้เป็นสถานที่ยอดนิยมสำหรับการล่องนก แม้ว่าการดูนกจะสามารถทำตามเดียวได้ แต่การชนนกผ่านผู้ช่วยอาจจะได้ความรู้เพิ่มขึ้นเป็นทวีคูณ หลังจากพระอาทิตย์ขึ้นฟ้า “นกหูกหางยาว” จะเริ่มลงเลี้ยงโขนต่าของมันสะท้อนก้อนป่า โดยเฉพาะอย่างยิ่งสายพันธุ์ที่หายาก เช่น “เหยี่ยวภูเขา” และ “นกเป็ดปากยาว” มักพบได้บ่อยในป่าที่คารุอิชาوا

แม้ว่าป่าที่คารุอิชาواจะสามารถดูนกได้ตลอดทั้งปี แต่ในช่วงปลายเดือนเมษายนถึงต้นเดือนมิถุนายนเป็นเวลาที่ดีที่สุด เพราะในช่วงเวลานี้ ไม่เพียงแค่สภาพภูมิอากาศที่อบอุ่นและเง็นสบาย ยังมีโอกาสที่จะเห็นนกที่มีสีสันสดใสลงมากในช่วงฤดูร้อน แต่กบงาชนิดก็จะพบเฉพาะในฤดูหนาว ในช่วงกลางเดือนมีนาคมถึงปลายเดือนพฤษภาคมนักท่องเที่ยวมีโอกาสที่จะพบเห็นกระรอกป่ายักษ์ ซึ่งจะบินอวดรูปร่างที่ส่งงามของมันออกจากนัยน์ตาสามารถพบเห็นได้เสื้อ羽ากนางชินด้วย

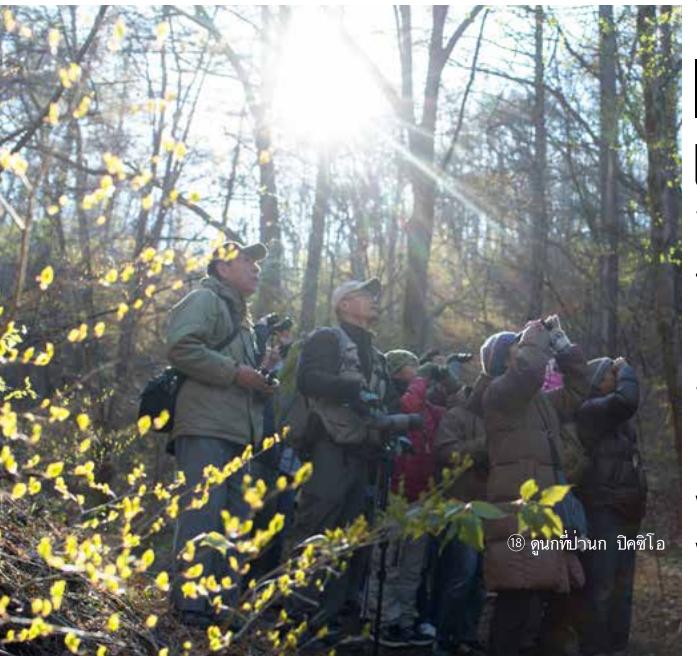
เส้นทางและสถานที่

หตรากษพันธุ์สัตว์ป่าไฮชิโนเมืองคารุอิชาوا เป็นสถานที่ที่สุดของกิจกรรมนักท่องเที่ยวสามารถไปทางประตูทึศได้ของสถานีคารุอิชาوا เพื่อเชื่อมต่อส่วนสังพาร เพื่อไปลงที่ “บ่อน้ำแร่ไฮชิโน และสามารถเดินไปศูนย์บริการนักท่องเที่ยวที่ใกล้ที่สุด

ศูนย์บริการนักท่องเที่ยวจะมีข้อมูลและโปรแกรมการท่องเที่ยวไว้บริการ นอกจากนั้นยังมีกล้องส่องทางไกลให้เช่าอีกด้วย เขตราชพันธุ์สัตว์ป่า เปิดตั้งแต่เวลา 9:30 ถึง 17:00 (ต้นาคม-มีนาคม วันจันทร์ถึงวันศุกร์จะเปิดถึงเวลา 15:00 เท่านั้น)

www.hoshino-area.jp/english/

[www.picchio.co.jp/sp/ \(Japanese only\)](http://www.picchio.co.jp/sp/)



⑧ คูนกที่ป่านก ปีชิโอ



⑨ สกีรีสอร์ท โรงแรมปรินซ์

สนุกสนานกับการซื้อปั้ง เพลิดเพลินกับการแช่น้ำแร่ (ออนเซน)

หม่าว่าคุณจะเป็นพากน้ำแบรนด์เนม หรือนิยมหัดกรรมห้องถ่าย หรือลิมของใช้ส่วนตัว รับรองว่าท่านจะสามารถหาร้านที่ถูกใจได้ในคารุอิชาوا “โอดิชิปปั้งพลาซ่า” เป็นแหล่งซื้อปั้งที่ใหญ่ที่สุดของประเทศญี่ปุ่น ที่เต็มไปด้วยสินค้าแบรนด์เนมต่างๆ มากมาย ไม่ว่าจะเป็นเสื้อผ้ากลางแจ้ง อุปกรณ์และเสื้อผ้า (หั้งของที่ญี่ปุ่นและนำเข้าจากต่างประเทศ) และขาดไม่ได้เลยคือร้านขายของที่ระลึก ถ้าคุณชอบที่จะเพลิดเพลินและสนุกสนานกับการซื้อปั้งกลางแจ้งแล้ว คุณจะต้องไม่พลาด “รำเบียงอาเรนิริ” ซึ่งเป็นอาคารไม้ตدامแนวริมฝั่งแม่น้ำ ที่ประกอบไปด้วยหันเอล็มกว่า 100 ต้น นักท่องเที่ยวสามารถเดินต่ออาหาร ของหวาน หรือกาแฟภายใต้ร่มไม้ที่ให้ความรู้สึกผ่อนคลาย หลังจากที่เพลิดเพลินกับการซื้อปั้งแล้ว นักท่องเที่ยวสามารถที่จะผ่อนคลายด้วยการเดินเล่นในบริเวณสำหรับที่อยู่ใกล้เคียง หรือเดินเข้าไปในศูนย์การค้าเพื่อค้นหาโปรแกรมท่องเที่ยวที่น่าสนใจ

ถ้ามีเวลา ท่านอาจจะลองไปเยือน “เมืองเก่าคารุอิชาوا กินชา” เป็นการเปิดโอกาสเดินชมเมือง ซึ่งเป็นย่านธุรกิจที่คึกคักประจำกันไปด้วยร้านขายของโบราณ ร้านขายของที่ระลึก ร้านค้าทั่วไป หรือหากท่องร่องเมืองให้รักษาระดับความสะอาด หรือแม้แต่ร้านขนมปัง เพื่อตอบสนองความต้องการของคนเอง

นักท่องเที่ยวที่รักการเล่นกีฬาสามารถเพลิดเพลินกับ “สกีรีสอร์ท โรงแรมปรินซ์” ซึ่งใช้เวลาเดินจาก “โอดิ ช้อปปิ้งพลาซ่า” เพียง 10 นาที แม้ว่าจะมีสนามสกีที่เหมาะสมกับทั้งสำหรับผู้เริ่มต้นและแอดวานซ์ แต่ก็ยังมีกิจกรรมอื่นๆ ที่ไม่ใช่การเล่นสกีด้วย “สวนเด็ก” (ต้องซื้อตั๋วจากทาง) มีเลื่อนและยางที่มี และยังมีสถานรับญาลเด็กเล็ก เพื่อให้ผู้ปกครองสามารถปลดตัวไปสนุกได้โดยไม่ต้องง้อกัน มีร้านเสื้อผ้าสกี ลิฟอร์ด รองเท้าสกีไว้ให้บริการเช่า หรือถ้าท่านได้สนใจ จะลองเล่นลิกกิลกังคีนก็จะเป็นประสบการณ์อันน่าตื่นเต้นเลยทีเดียว

หรือคุณอาจจะสามารถจัดโปรแกรมสำหรับอันน้ำแร่ (ออนเซน) หนึ่งวันโดยเฉพาะ แช่น้ำแร่กลางแจ้ง ที่โอบล้อมไปด้วยธรรมชาติคุณยังสามารถเลือกสถาบันร้านที่มีหินต่างสูงถึงpedan ซึ่งจะพาคุณเพลิดเพลินไปกับวิวของหุบเขาและหัวร่างที่กำลังสบตา สถาปัตย์



เมืองเก่าคารุอิชาوا กินชา



⑩ คารุอิชาوا โอดิชิปปั้งพลาซ่า

อาหาร และงานเลี้ยง

๒ ที่รักการเดินจะบอกคุณว่า วิธีที่ดีสุดที่จะได้สัมผัสกับวัฒนธรรมคือการให้ลิ้มรสอาหารท้องถิ่น ตั้งแต่ศิลปะอาหารที่ 19 ครุอิชิว่าเป็นสรรค์ของนักชิมที่ผสมผสานอาหาร “ญี่ปุ่นและตะวันตก” ที่คุณจะได้พบกับอาหารตะวันตกสุดคลาสสิกที่นำมาผสมผสานกับอาหารญี่ปุ่นได้อย่างลงตัว

ไม่ว่าจะเป็นโซบะ อุด้ง หรือราเมน ล้วนเป็นอาหารที่พับได้ในครุอิชิว่า ชาวพื้นเมืองอาจจะชอบบทพี่ญี่ปุ่นมากกว่าพากล้า แต่นักท่องเที่ยวอาจจะไม่เห็นด้วย บางหมู่ว่าซึ่งได้รับความนิยมมาตั้งแต่สิบครั้งที่สอง บางหมู่ เมนไทโกซึ่งทำจากไข่กุ้งเค็มนิดหนึ่ง เป็นอีกจานที่ได้รับความนิยมอย่างมาก อาหารพิวชั่นชนิดนี้ เป็นตัวแทนของการผสมผสานระหว่าง “ญี่ปุ่นและตะวันตก” ได้อย่างลงตัว

ช่วงปลายศิลปะที่ 19 เป็นช่วงมีชั่นนาริชาร์แคนนาดาเข้ามาในญี่ปุ่นอย่างคึกคัก ทำให้เกิดค่านิยมการทำแฟมผลไม้ โดยใช้ผลไม้ตามฤดูกาลเป็นวัตถุดิบ จนกลายเป็นแฟมชาราเยะในปัจจุบัน นอกจากนี้หัวผักกาดผักหวานรวมทั้งพืชเมืองหนาวชนิดอื่นๆ ก็เข้ามาพร้อมกับชาร์รัสเชียที่ย้ายมาตั้งถิ่นฐานที่นี่ ดังนั้นก็ไม่น่าแปลกใจเลยหากเราเห็นคุณยายอายุเก้าสิบกำลังทำสูตร

“ข้าวทาโก” เป็นข้าวที่เกิดจากการพัฒนาสายพันธุ์จากเบอร์วิโดจากเม็กซิโกที่มีความนิยมสูงในประเทศญี่ปุ่น - โดยเฉพาะอาหารเม็กซิโกที่มีความนิยมสูงในประเทศไทยญี่ปุ่น - โดยเฉพาะอาหารเม็กซิกันพิวชั่น ราดซอสมีกซิกันรัสเนื้อวัวบนข้าว เดิมผักกาดหอม มะเขือเทศหั่นบางๆ เพิ่มชีสและโยเกิร์ต

เมนูที่ร้าน “กาแฟ คอนเวช่า” ไม่เพียงแต่ให้ความรู้สึก

เต็มไปด้วยสหประชาติ แต่มีอาหารต้นตำรับจากประเทศต่างๆ มากมาย ถ้าอยากรู้จักลิ้มลองพัสดุญี่ปุ่น ก็สามารถเลือกทดลอง “ฟูกูโยโรซู อิชาชิ” หรือ “ชาวยา เชกิส์ไย” ได้



㉑ จำย่า เชกิส์ไย



㉒ จำย่า เชกิส์ไย



㉓ ฟูกูโยโรซู อิชาชิ



㉔ ชาวยา



㉕ กาแฟ คอนเวช่า



㉖ ชาวยา



㉗ ชาวยา



㉘ กาแฟ คอนเวช่า



㉙ พิพิธภัณฑ์ศิลปะ อิโรชิ เชนจู



㉚ สวนผี



㉛ สวนสนุกบนน้ำแข็งครุอิชิว่า

ศิลปะและวัฒนธรรม

คร ารุอิชิว่า เป็นเมืองที่เต็มไปด้วยบรรยักษ์ของศิลปะและทางวัฒนธรรม หากมาเยือนแล้วก็ไม่ควรพลาด “พิพิธภัณฑ์ศิลปะ อิโรชิ เชนจู” (ตามรูป) ผู้ที่ติดตามผลงานของท่าน อิโรชิ เชนจู จะรู้ว่าท่านเป็นต้นแบบของศิลปะธรรมชาติโดยการใช้แสงในการแสดงถึงทักษะของผลงาน

พิพิธภัณฑ์ศิลปะนี้เป็นความร่วมมือกับสถาปนิกชื่อเรียวนิชิว่า เน้นความรู้สึกของความเป็นธรรมชาติ ผ่านหน้าต่างโค้งที่สูง จุดเด่น ทำให้ผู้เข้าชมเพลิดเพลินไปกับศิลปะ พร้อมความรู้สึกถึงป่าเข้าลามเนาไฟร์

สังคมชั้นสูงของญี่ปุ่นนักจะมาเยี่ยมชม “พิพิธภัณฑ์ศิลปะสมัยใหม่ เชชอน” เพื่อเข้าถึงศิลปะ แนวโน้ม และความเป็นไปของศิลปะนอกจากนี้ “ครุอิชิว่า ออลล์” ยังเป็นสถานที่ที่จัดการแสดงดนตรีระดับโลกที่มีชื่อเสียงมากมาย

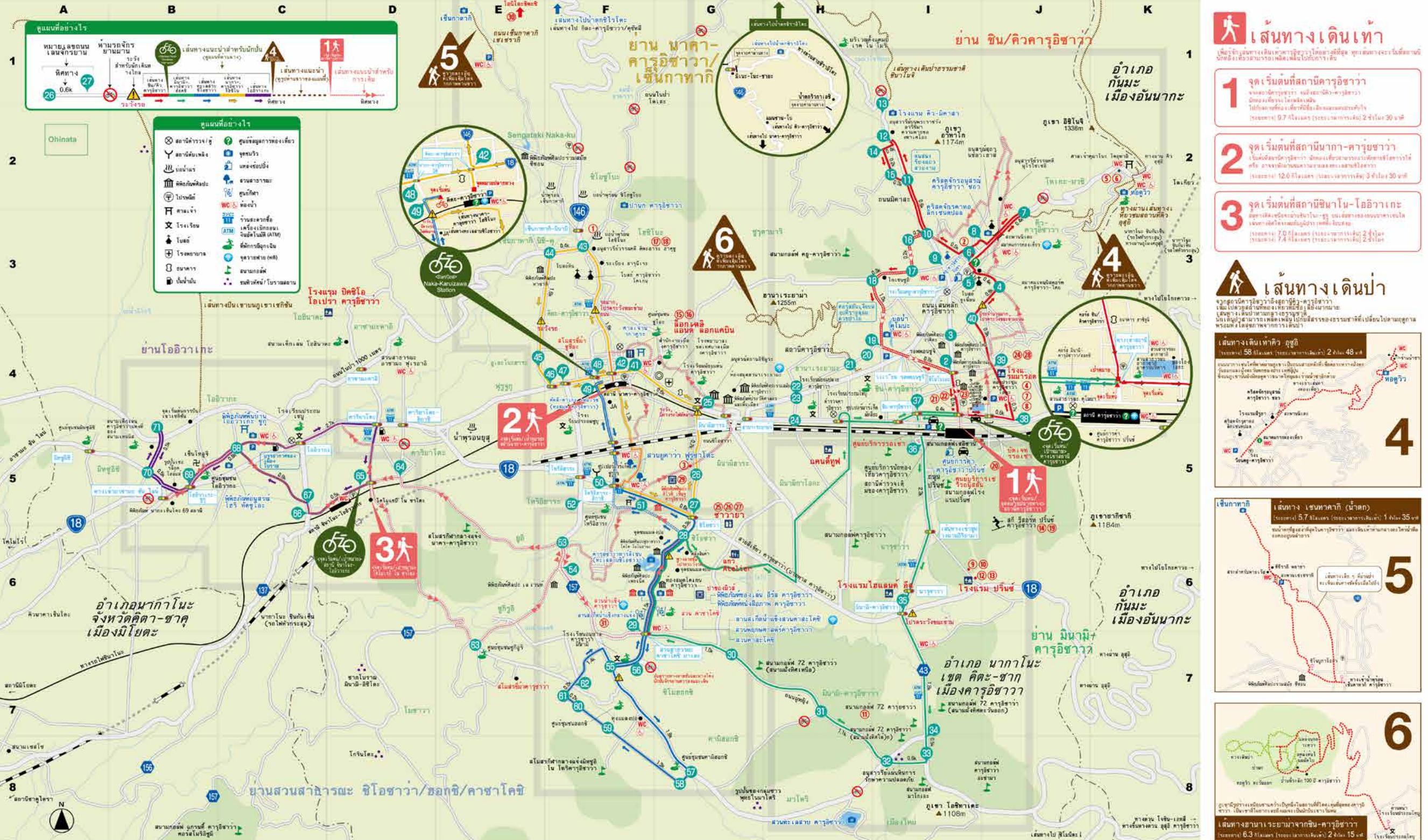
เดินเล่นที่สวนภูเขาไฟลาวา

“ภ วนผี” เป็นอีกหนึ่งสิ่งที่จะราย笏ทางภูมิศาสตร์ของเมืองครุอิชิว่า เมื่อกาแฟไฟร์เบิดในปี 1783 การไหลของ lava ก่อให้เกิดภูมิประเทศที่แปลงประหลาด เมื่อฉันดูสร้างโดยพระผู้เป็นเจ้า นักท่องเที่ยวสามารถเดินผ่านสวนดอกไม้ “อันสายจาม” ได้ในปี 1958 ได้มีการสร้างเจ้าแม่กวนอิม เพื่อเป็นอนุสรณ์แก่ประชากร 1,500 คนที่เสียชีวิตในเหตุการณ์ภูเขาไฟ ไฟร์เบิดนอกจากนี้ “พิพิธภัณฑ์ภูเขาไฟ อาซาม่า” ทางพิพิธภัณฑ์ยังจัดแสดงธรณีวิทยาและประวัติศาสตร์ของภูเขาอาซาม่าไว้อย่างด้วย

ใช้รักประจำทาง จากรุอิชิว่า: สาย เชญ จากทั้ง “สถานี ครุอิชิว่า” และ “สถานีนากาครุอิชิว่า” แต่ถ้าใช้รถประจำทางจากคูคากูรุ-คห์สุ (เฉพาะสถานีครุอิชิว่า) เพื่อไปลงที่น้ำตกอิโรโต (สถานีน้ำตกโนหากิ) และวิ่งไปสาย เชญที่สถานีนินโนซายะ เพื่อไปต่อยังสถานีโนนิโนชิดาชิ

สรุปของการออกกำลัง

เ ป็นที่รู้กันดีอยู่แล้วว่า เมืองครุอิชิว่านั้นเป็นสถานที่จัดงาน นากาโนะ โอลิมปิก ฤดูหนาวในปี 1998 และเป็นสถานที่จัดการแข่งขันยกก้อนภูเขาภูมิใจ นอกจากนี้ ในปี 1964 ยังเป็นสถานที่จัดงาน การแข่งขันชั้มโน้มิลปิกอดีตด้วยวันนี้ครุอิชิว่าพร้อมรองรับการแข่งขันทุกรอบดับ จึงเป็นโอกาสสำหรับนักท่องเที่ยวที่จะได้ลองกิจกรรมกีฬาแนวใหม่ เช่น “Karuizawa Rink” ที่สอนหลักสูตรยกก้อน นักท่องเที่ยวจะสามารถทดลองกิจกรรมกีฬาใหม่ๆ ตามฤดูกูที่เปลี่ยนไป เช่น เทนนิส พุดบลล สเก็ต ว่ายน้ำ เป็นต้น



๗๖ เส้นทางจักรยาน

ก็ใช่กว่าเป็นสถานที่ที่เหมาะสมสำหรับการซักข้อสารอธิบายมากกว่า พระราษฎร์ตั้งใจให้เป็นสถานที่ที่นักเรียนสามารถเรียนรู้และฝึกฝนทักษะทางภาษาและภาษาต่างประเทศได้

- Points to keep in mind when cycling**

 - บันทึกว่าจราจรเดินเท้าใช้บริเวณหรือสันจากทางเดินที่ห่างจากทางเดินคนเดินทางไกลให้มากที่สุด ไม่ควรเดินทางบนทางเดินคนเดินทางไกลในวันที่มีฝนตก ไม่ใช่วันที่มีลมแรง (ยกเว้นฤดูหนาว)
 - เมื่อเดินทางด้วยจักรยานควรพยายามการลดความเร็วให้เข้ากับร่างกาย ลดความแรงให้ได้
 - 
 - เมื่อเดินทางด้วยจักรยานควรเดินทางต่อจากทางเดินคนเดินทางไกล 70 กิโลเมตรต่อวัน 13 วัน
 - เมื่อเดินทางด้วยจักรยานควรเดินทางต่อจากทางเดินคนเดินทางไกล 44 กิโลเมตรต่อวัน 7 วัน
 - 
 - เมื่อเดินทางด้วยจักรยานควรเดินทางต่อจากทางเดินคนเดินทางไกล 44 กิโลเมตรต่อวัน 7 วัน และเดินทางต่อจากทางเดินคนเดินทางไกล 22 กิโลเมตรต่อวัน 7 วัน เมื่อเดินทางต่อจากทางเดินคนเดินทางไกล 44 กิโลเมตรต่อวัน 7 วัน
 - 
 - เมื่อเดินทางด้วยจักรยานควรเดินทางต่อจากทางเดินคนเดินทางไกล 22 กิโลเมตรต่อวัน 7 วัน และเดินทางต่อจากทางเดินคนเดินทางไกล 11 กิโลเมตรต่อวัน 7 วัน เมื่อเดินทางต่อจากทางเดินคนเดินทางไกล 22 กิโลเมตรต่อวัน 7 วัน
 - 
 - เมื่อเดินทางด้วยจักรยานควรเดินทางต่อจากทางเดินคนเดินทางไกล 11 กิโลเมตรต่อวัน 7 วัน และเดินทางต่อจากทางเดินคนเดินทางไกล 5.5 กิโลเมตรต่อวัน 7 วัน เมื่อเดินทางต่อจากทางเดินคนเดินทางไกล 11 กิโลเมตรต่อวัน 7 วัน

เข้าสู่ระบบ

第1章 项目管理概论

เข้าสู่ระบบ

第1章 项目管理概论

โทร 041-123 56789

ANSWER

28 50 49

เล่นๆ

นราฯ-
โภชโนฯ

๑๖๘

ANSWER

A horizontal timeline diagram illustrating the 40-day Lenten period. The timeline starts with 'วันอธิษฐาน' (Ash Wednesday) at the left end and ends with 'พระอาทิตย์ขึ้น' (Easter Sunday) at the right end. The timeline is divided into 14 segments by vertical dashed lines. Each segment is represented by a teal circle containing a number from 1 to 19. Below the timeline, labels indicate specific days or events: 'เข้าสู่วันอธิษฐาน' (Beginning of Lent) at the start, 'ศรีษะวันอธิษฐาน' (Lenten Head) at the 7th segment, 'เข้าสู่วันอาทิตย์' (Beginning of Easter Sunday) at the 10th segment, 'เข้าสู่วันอาทิตย์' (Continuation of Easter Sunday) at the 12th segment, and 'วันอาทิตย์' (Sunday) at the end. A small blue square icon with the number '1' is placed under the 1st segment.

Page 1 of 1

หน้าที่ ๑๙ จาก ๒๔ | คู่มือการจัดการความเสี่ยงในสถานศึกษา | คู่มือการจัดการความเสี่ยงในสถานศึกษา

40 45 50 55 60 65 70 75 80 85 90 95 100

ສັນຕະພາບ ເອກະລາດ ປະຊາທິປະໄຕ ປະຊາຊົນລາວ ວິຊາຂອງລາວ

[15.3 กิกะวัตต์] 15.3 กิกะวัตต์

Digitized by srujanika@gmail.com

平均初婚年龄

เพศ	อายุเฉลี่ยที่แต่งงานครั้งแรก
ชาย	65
หญิง	67
ผู้สูงอายุที่แต่งงานครั้งแรก	68
ผู้สูงอายุที่แต่งงานครั้งสอง	71
ผู้สูงอายุที่แต่งงานครั้งสาม	68
ผู้สูงอายุที่แต่งงานครั้งสี่	65

37 35 33 29 28 37

וְאֶת־בָּנָיו וְאֶת־בָּנָתָיו תִּשְׁלַח

ANSWER



ตาราง เดินรถ

