KARUIZAWA Town's 100 Anniversary

享受輕井澤

輕井澤度假村康養地圖

Karuizawa Wellness Resort Map

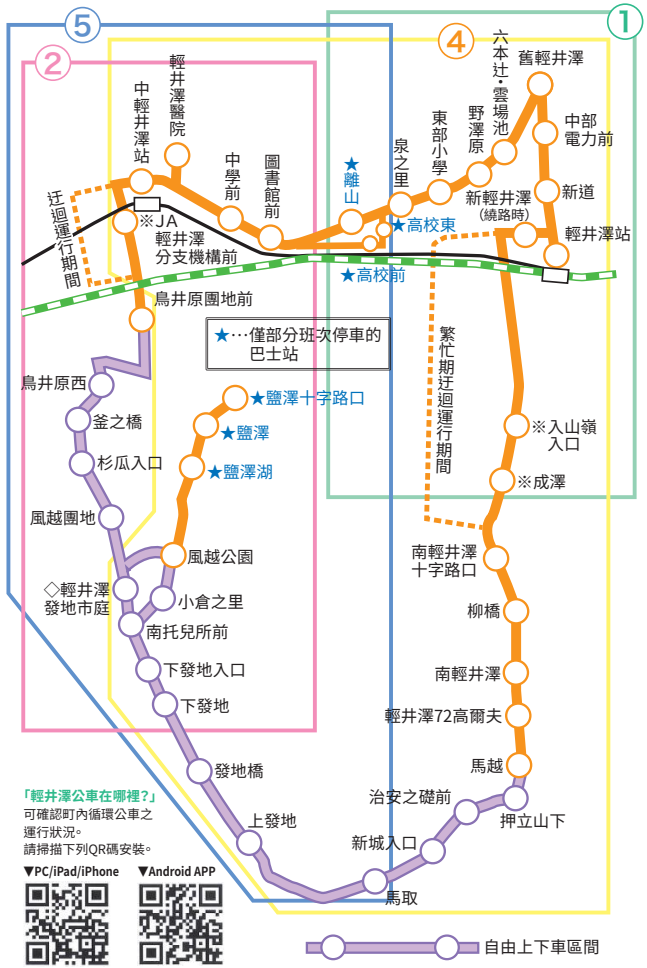
散步&自行車旅行地圖



輕井澤度假村區域指南

交通指南

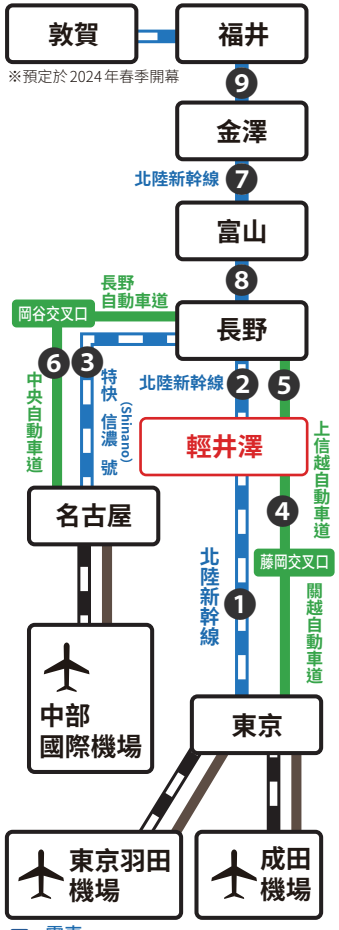
輕井澤町內循環巴士（東・南循環線）路線圖



◇外環、內環全班次有會先經由「輕井澤發地市庭」。
『外環』依…南托兒所→輕井澤發地市庭→小倉之里的順序發車
『內環』依…風越團地→輕井澤發地市庭→風越公園 的順序發車

※迂迴運行時期會經過「入山嶺入口」「成澤」。

輕井澤交通資訊請收聽FM輕井澤！77.5MHz



1	輕井澤～東京	1小時7分鐘
2	長野～輕井澤	32分鐘
3	名古屋～長野	2小時53分鐘
4	輕井澤～東京	2小時28分鐘(174公里)
5	長野～輕井澤	1小時36分鐘(76.4公里)
6	名古屋～長野	3小時44分鐘(278公里)
7	金澤～富山	22分鐘
8	富山～長野	46分鐘
9	福井～金澤	21分鐘

輕輕鬆鬆地散步要點

1. 步行時不使用手機。
   確認地圖時請停下腳步。
2. 請務必在人行道上行走。注意來往車輛。
3. 走山路時應穿輕便的登山鞋等，並事先準備好雨具、食品和飲料。
   注意熊的出沒。請隨身攜帶好收音機或鈴鐺等能發聲的物品。
   請根據天氣及身體狀況事先準備好步行時的衣物等。
4. 垃圾必須自行帶回。

快快樂樂地騎自行車要點

1. 自行車請於自行車道或車道騎乘。
   但如遇以下情況，可在步道騎乘。（雙人自行車除外）
   - 有自行車步道通行的標識或指示的地方
   - 70歲以上的老年及未滿3歲的兒童
   - 由於道路整修等原因，騎乘在車道會發生危險





自行車專用道路

2. 請於車道左側通行
3. 步道行人優先，請靠車道慢行（不可妨礙步行者）
4. 請遵守安全規則。
   - 禁止飲酒騎車，雙載，雙車併行。
   - 夜間須點燈
   - 在十字路口要遵守交通信號燈，停車・確認安全
   - 禁止邊騎車邊使用手機
5. 小孩要帶好安全帽。
6. 騎乘協力車時，除了自行車專用道路外，請於車道騎乘。

自行車租賃導覽

範例



地圖中有號碼的地方如圖所示。
（為依照先後次序排列）

請按照自行車道上所設置的標識行走。

緊急聯絡處 區域代碼(0267)　輕井澤警察局 ☎42-0110　輕井澤醫院 ☎45-5111

計程車・巴士電話號碼 區域代碼(0267)

松葉計程車	☎ 42-2181
第一交通	☎ 42-2221
輕井澤觀光計程車	☎ 45-5408
淺間觀光計程車	☎ 45-5264
Masuya交通	☎ 45-5223
西武觀光巴士	☎ 45-5045
草輕交通	☎ 42-2441
輕井澤交通	☎ 42-0353

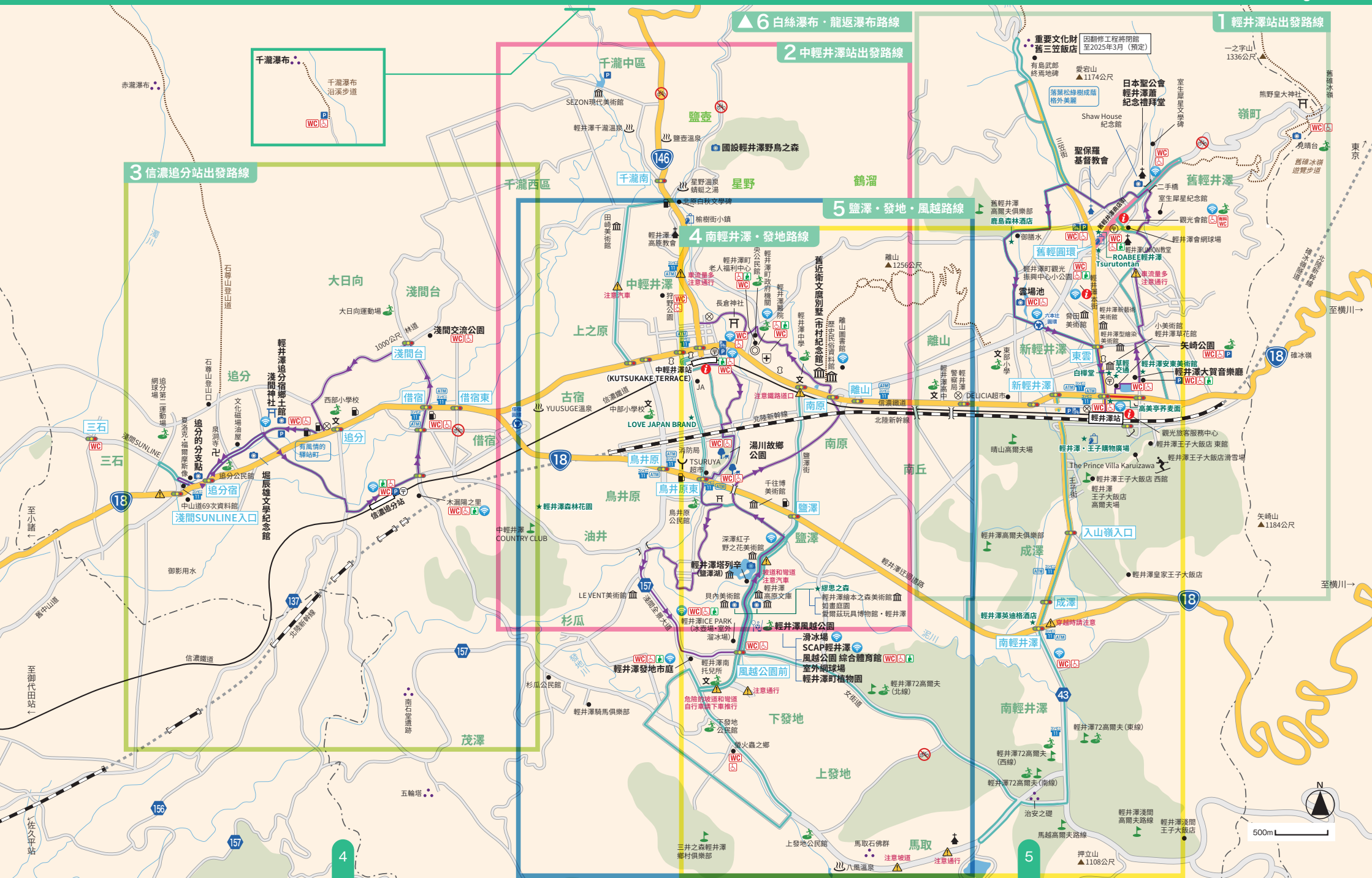
自行車租賃電話號碼 區域代碼(0267)

Cyclemate Q	☎ 42-2365
KARUIZAWA Ride Town	☎ 090-7207-6681
白貓Cycle	☎ 090-4670-4635
Mamada Cycle	☎ 42-3131
市村輪店	☎ 42-2484
地產觀光開發	☎ 42-5614
片山Motors	☎ 45-7130
關Motors	☎ 45-5288
輕井澤自行車租賃	☎ 45-7200

凡例

⊗	警察局・派出所	📷	觀光景點
Y	消防局	🛍	購物點
♨	溫泉	🌳	公園
🏛	美術館・博物館	🏃	體育設施
〒	郵局	WC	洗手間
⛩	神社	🚻	人工肛門攜帶者洗手間
文	學校	コンビニ 11	便利店
✝	教會	ATM	ATM
✚	醫院	🏃	緊急避難所
🏦	銀行	📶	WiFi點
⛽	加油站	⛳	高爾夫球場
⁂	名勝古蹟	P🚲	自行車停車場
ℹ	觀光旅客服務中心	🚌	公車站
		🔄	環形交叉路口

輕井澤廣域地圖


▲6 白絲瀑布・龍返瀑布路線
2 中輕井澤站出發路線
1 輕井澤站出發路線
3 信濃追分站出發路線
5 鹽澤・發地・風越路線
4 南輕井澤・發地路線
千瀧瀑布
千瀧瀑布 沿溪步道
千瀧中區
千瀧西區
千瀧南
鹽壺
鹽壺溫泉
國設輕井澤野鳥之森
星野
鶴溜
星野溫泉 蜻蜓之湯
北原白秋文學碑
輕井澤千瀧溫泉
SEZON現代美術館
輕井澤高原教會
田崎美術館
中輕井澤
中輕井澤站 (KUTSUKAKE TERRACE)
輕井澤町老人福利中心
輕井澤町政府機關
輕井澤警察局
輕井澤中學
舊近衛文麿別莊(市村紀念館)
離山圖書館
離山 1256公尺
大日向
淺間台
大日向運動場
淺間交流公園
追分
輕井澤追分宿鄉土館
淺間神社
追分的分支點
追分公民館
追分第二運動場
夏洛克・福爾摩斯像
中山道69次資料館
淺間SUNLINE入口
堀辰雄文學紀念館
文化磁場油屋
泉源寺
石尊山登山口
石尊山登山道
三石
淺間SUNLINE
有風情的驛站町
西部小學校
借宿
借宿東
信濃追分站
木漏陽之里
古宿
YUUSUGE溫泉
中部小學校
LOVE JAPAN BRAND
信濃鐵道
北陸新幹線
注意鐵路道口
南原
離山
湯川故鄉公園
消防局
TSURUYA超市
千往博美術館
鳥井原
鳥井原東
鳥井原公民館
鹽澤
南丘
油井
★輕井澤森林花園
中輕井澤 COUNTRY CLUB
深澤紅子野之花美術館
輕井澤塔列辛(鹽澤湖)
LE VENT美術館
貝內美術館
輕井澤高原文庫
★繆思之森 輕井澤繪本之森美術館 如畫庭園 愛爾茲氏具博物館・輕井澤
輕井澤ICE PARK (冰壺場・室外溜冰場)
輕井澤風越公園
滑冰場
SCAP輕井澤
風越公園 綜合體育館
室外網球場
輕井澤町植物園
風越公園前
輕井澤發地市庭
輕井澤南托兒所
危險的坡道和彎道 自行車請下車推行
注意通行
杉瓜
杉瓜公民館
輕井澤騎馬俱樂部
下發地
下發地公民館
螢火蟲之鄉
上發地
上發地公民館
茂澤
五輪塔
三井之森輕井澤鄉村俱樂部
馬取石佛群
馬取
八風溫泉
注意坡道
注意通行
輕井澤皇家王子大飯店
輕井澤王子大飯店 東館
輕井澤王子大飯店滑雪場
The Prince Villa Karuizawa
輕井澤王子大飯店 西館
輕井澤王子大飯店高爾夫場
晴山高爾夫場
輕井澤・王子購物廣場
輕井澤高爾夫俱樂部
輕井澤英迪格酒店
穿越時請注意
入山嶺入口
成澤
南輕井澤
輕井澤72高爾夫(北線)
輕井澤72高爾夫(東線)
輕井澤72高爾夫(西線)
輕井澤72高爾夫(南線)
治安之礎
馬越高爾夫路線
輕井澤淺間高爾夫路線
輕井澤淺間王子大飯店
押立山 ▲1108公尺
矢崎山 ▲1184公尺
一之字山 1336公尺
重要文化財 舊三笠飯店
因翻修工程將閉館 至2025年3月（預定）
有島武郎終焉地碑
愛宕山 ▲1174公尺
落葉松綠樹成蔭 格外美麗
日本聖公會輕井澤基督教堂紀念禮拜堂
Shaw House 紀念館
聖保羅基督教會
室生犀星文學碑
嶺町
熊野皇大神社
見晴台
舊碓冰嶺遊覽步道
舊碓冰嶺
東京
舊輕井澤
舊輕井澤高爾夫俱樂部
鹿島森林酒店
二手橋
室生犀星紀念館
觀光會館
輕井澤會網球場
輕井澤UNION教堂
ROABEE輕井澤Tsurutontan
舊輕井澤銀座通
舊輕圓環
輕井澤町觀光振興中心小公園
雲場池
六本杉圓環
脊田美術館
輕井澤新藝術美術館
輕井澤型繪染美術館
小美術館 輕井澤草花館
矢崎公園
新輕井澤
東雲
白樺堂
草輕交通
輕井澤安東美術館
輕井澤大賀音樂廳
高美亭荞麥面
輕井澤站
觀光旅客服務中心
東部小學
DELICIA超市
御膳水
車流量多 注意通行
注意汽車
碓冰嶺
至橫川→
至小諸←
至御代田站←
至佐久平站←
舊中山道
北陸新幹線
信濃鐵道
淺間SUNLINE
御影用水
南原遺跡
輕井澤狂迴道路
泥川
女街道
滿願金教大道
500m
N
4
5

1 START GOAL 起始於輕井澤站的舊輕井澤路線

從輕井澤站巡遊舊輕井澤 亦可一覽觀光名勝的經典路線

［行走距離］8.7公里
［步行時間］2小時15分鐘

［行走距離］9.4公里

英國聖公會傳教士Alexander Croft Shaw，拜訪輕井澤度過夏天，他在度假勝地輕井澤的初訪。在輕井澤有別墅、教會，引導着訪客走進輕井澤的歷史。



矢崎公園

從輕井澤站徒步約5分鐘即可抵達的公園。鄰接著輕井澤大賀音樂廳，環繞著偌大池塘的遼闊場地為一大特徵。可同時眺望離山與淺間山，是您悠閒散步最佳選擇。



日本聖公會・輕井澤蕭紀念禮拜堂

被稱為「輕井澤開發之父」的英國聖公會傳教士，加拿大人A.C. Shaw創設了輕井澤的第一個教會。於教堂的後方再度復原Shaw的別墅。



雲場池

折射四季自然美景的雲場池。湖面映照春季新綠、秋季紅葉，美麗絕景，是輕井澤的知名景點。



聖保羅基督教會

於1935年，由英國人瓦特神父所設立。經由Antonin Raymond設計，可稱為具有輕井澤代表性的教會。



舊輕井澤商店街

自古以來即為舊輕井澤的主要街道，觀光客川流不息。東京的老鋪一家接著一家，因此被稱作「舊輕井澤銀座」。



2 START GOAL 起始於中輕井澤站的千瀧/鹽澤路線

起始於中輕井澤站的千瀧 / 鹽澤區域路線
可欣賞鹽澤湖風光，同時稍作休息也不錯

［行走距離］12.0公里
［步行時間］3小時30分鐘

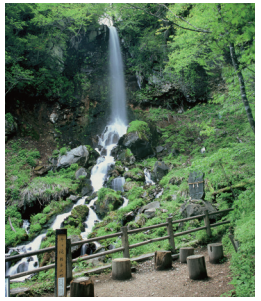
［行走距離］7.6公里

中輕井澤有千瀧瀑布、棲息野鳥的森林等多處可體驗自然的景點。在鹽澤湖周邊有美術館、文學紀念館，還有公園，是知名的文化區域。



KUTSUKAKE TERRACE（中輕井澤圖書館・商鋪等）

KUTSUKAKE TERRACE內設有「輕井澤圖書館」。圖書館以通過交誼、趣味、休憩，可同時收集資訊、使生活方面能有所助益、與地區密切結合的方式為營運理念。2樓設有咖啡吧，另外1樓則併設5家CHALLENGE SHOP店鋪。



千瀧瀑布

佇立於寧靜的山谷中的落差約20公尺的瀑布。通往瀑布的遊步道上可觀賞被樹木環抱折射四季之美的自然，也可看到從瀑布匯聚來的小溪。



淺間全景大道

可遠眺欣賞宏偉的淺間山風光，輕井澤高原採草莓、做果醬等體驗也大受歡迎。



舊近衛文麿別墅（市村紀念館）

建於大正時代，曾是近衛文麿（原首相）的別墅，由市村夫婦捐贈，後搬遷至此復原。館內可參觀。



湯川故鄉公園

草皮廣場、大型遊具、五人制足球場、遛狗公園等全家都能盡情享樂、全長約2公里的都市型公園。周圍都設有散步道。（小狗除了園內道路以及遛狗公園以外，其餘皆禁止進入）



3 START GOAL 起始於信濃追分站的追分宿路線

從信濃追分站開始巡遊
中山道追分宿的悠閒風光路線

北周遊線［行走距離］7.0公里
［步行時間］2小時

［行走距離］6.8公里

江戶時代，追分宿是淺間根腰三宿中最為繁榮的宿站，位置居於中央道及北國街道的分歧點。吸引許多深愛輕井澤的作家、詩人拜訪此地，為眾所周知的文學者交流之地。



堀辰雄文學紀念館

展示、保管有關堀辰雄資料的文學館。他是無比熱愛輕井澤的作家。展館內有介紹生涯和文學背景的展示室，辰雄安度晚年的住所，放滿藏書的書庫館。從返里您可以接觸到「美麗村莊」輕井澤的原點。



輕井澤追分宿鄉土館

展著追分宿的民俗及歷史等貴重資料。



信濃追分站

地方交通線信濃鐵路的車站。懷舊木造建築氛圍讓人感受到旅行情懷。可從月台上一覽淺間山。



淺間神社

神社因曾經淺間山鳴動之際，舉行明治天皇的敕祭而有名。本殿為輕井澤町內最古老的木造建築。



淺間交流公園

讓您眺望淺間山、又能放鬆身心，是一個從小嬰兒到年長者都適宜的公園。綜合廣場、兒童廣場、木槌高爾夫球(Mallet Golf)等設備齊全。也可於園內道路上從事慢跑等運動。(狗狗禁止進入草皮內)



追分的分支點

中山道與北國街道的岔路口。並排著路標及石碑，可一窺往來歷史。



文化磁場油屋

追分宿之舊脇本陣。在春夏秋季，會有藝術、手工藝、書籍等各種活動。



4 START GOAL 起始於輕井澤站的南輕井澤/發地路線

可享受購物及休閒運動體驗樂趣的區域

［行走距離］15公里

邊遠眺欣賞宏偉的淺間山，邊享受高爾夫、滑雪、騎馬、騎自行車等運動，還可在OUTLET購物中心盡情購物、體驗等樂趣無窮。



輕井澤・王子購物廣場

請在輕井澤清新的空氣中，享受新型購物、娛樂活動。



輕井澤發地市庭

匯聚了以品牌蔬菜「輕井澤霧下蔬菜®」為首的人氣在地蔬菜的直銷處。還併設餐飲設施，可體驗手打蕎麥麵、品嚐活用輕井澤町內食材製成的美味料理。是一處被開闊露台環繞、可感受舒適清風的綜合設施。



輕井澤湖畔花園

交通便利，在大面積的用地上有國外也罕見的湖上玫瑰園。各種植物花卉漫溢的自然花園。這裡還並設有被自然環抱的飯店、咖啡店、花園商店等設施。

5 START GOAL 起始於中輕井澤站的鹽澤/發地/風越公園路線

可參觀美術館，享受體育運動的區域

請參考路線②（P8,9）

［行走距離］12.6公里

鹽澤湖周邊包括美術館在內，還有著文學館、公園等設施，以文化區域廣為人知。另外，近年來設備漸漸地整修完善的風越運動公園，還可享有以冰上運動為主的綜合運動之樂趣。



繆思之森

從繪本誕生以來即傳播繪本文化的「輕井澤繪本之森美術館」；利用輕井澤的風土氣候植栽的「如畫庭園（Paul Smither設計）」；介紹德國埃爾茨的傳統木製玩具的「愛爾茲玩具博物館・輕井澤」為主的博物館公園。



輕井澤塔列辛（鹽澤湖）

輕井澤唯一提供遊湖船設施的景點。周邊設有美術館、英國玫瑰庭園、餐廳等，也可充分享有運動之樂趣。



輕井澤町植物園（風越公園內）

可參觀輕井澤高原野生植物的植物園。



風越公園區域

有遊泳池、冰壺場、溜冰場、網球場及運動場，還有可觀賞輕井澤高原野生植物的植物園等各種設施。

6 白絲瀑布・龍返瀑布路線

富有美景的信濃路自然步道
尋訪輕井澤的兩大名瀑布

[行走距離] 7.5公里
[步行時間] 2小時35分鐘





白絲瀑布

從半圓形的岩壁中湧出的水正如其名，像白絲般涓涓流淌下來的姿態颯是美麗。這裡也是湯川的水源。



龍返瀑布

落差約10公尺。其名源於連龍都不敢靠近，危險之瀑布之意。此瀑布又名“SUZUGA瀑布”，綠色叢林中的白色瀑布，其對比色非常美麗。

P5, 7, 13



傳承歷史與傳統，優質時光如今依然在此流淌。

鹿島森林酒店
HOTEL KAJIMA NO MORI

〒389-0102 長野縣北佐久郡輕井澤町輕井澤 1373-6
TEL 0267-42-3535
https://www.okura-nikko.com/zh-hant/japan/karuizawa/hotel-kajima-no-mori/

P5, 7, 13

草輕交通 搭乘路線巴士盡情享受大自然

從輕井澤站經由舊輕井澤
前往白絲瀑布需23分鐘



草輕交通

〒389-0104 長野縣北佐久郡輕井澤町輕井澤東 16-1
0267-42-2441 http://www.kkkg.co.jp/



P5, 7, 13

創業於1907年

◆和過去一樣的老字號的味道◆

高美亭蕎麥麵 總店





火車便當

輕井澤站前［北口］TEL.0267-42-2481 有免費停車位 www.sanwa-gr.com/foods/takamitei/

P5, 7, 13









榮獲世界品質評鑑大賞 (Monde Selection)2022 金獎的可靠評價

輕井澤塔 核桃 & 杏仁盒裝
果肉豐富的草莓醬 150g
輕井澤特製番茄羅勒醬

輕井澤果醬與甜點

白樺堂

站前大道店 TEL0267-42-2305, 輕井澤東 16-7

P5, 7, 13



該設施位於輕井澤站南口前，建於豐富的自然環境中，由八個購物區組成。
這是一家度假型購物中心，擁有約240家優質商店，具有感性與時尚感。

輕井澤・王子購物廣場
Karuizawa Prince Shopping Plaza

〒389-0102 長野縣北佐久郡輕井澤町輕井澤
TEL 0267-42-5211 https://www.karuizawa-psp.jp/tw

輕井澤觀光協會 會員設施資訊

P5,9,13,15



繆思之森
Forest of MUSE

輕井澤繪本森美術館
如畫庭園
愛爾茲玩具博物館・輕井澤

0267-48-3340
輕井澤町大字長倉182(鹽澤)
http://museen.org/event/

P5,9,13,15

擁有霧景、落葉松和苔蘚的美麗輕井澤。

要不要製作苔球植栽和苔蘚玻璃盆景作為輕井澤之旅的回憶呢？
用心照顧的話，可將其作為室內裝飾欣賞數年。

所需時間 約 1 小時 / 可攜帶寵物 /
苔球植栽 3800 日圓(含稅)/ 苔蘚玻璃盆景 5500 日圓(含稅)

LOVE JAPAN BRAND
LOVE JAPAN BRAND展示室 輕井澤町長倉2834-29
TEL 090-9669-0512



LOVE JAPAN BRAND.
http://www.lovejapanbrand.com

P5,7,13



KARUIZAWA ROABEE

用店內現烤的熱乎乎餅皮將本公司調理的烤牛肉和
豐富蔬菜包裹起來，再淋上喜歡的醬汁享用，
是一種豪華輕便的速食。是一種奢华而又简单的快餐。

ROABEE輕井澤 〒389-0102 長野縣北佐久郡輕井澤町輕井澤 586-1
TEL 0267-41-6620 https://roabee.jp/

P5, 13



HOTEL INDIGO KARUIZAWA

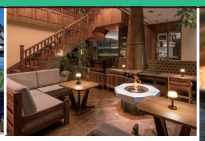
酒店空間以木材和綠色為主，
既時尚又舒適，
如同您心愛的別墅。

輕井澤英迪格酒店
389-0111 長野縣北佐久郡輕井澤町大字長倉字屋敷添 18-39
TEL0267-42-1100 https://karuizawa.hotelindigo.com

P5, 7, 13

TsuruTonTan UDON NOODLE
つるとん
KARUIZAWA JAPAN







以匠心精製的「Agetachi」烏龍麵

〒389-0102 長野縣北佐久郡輕井澤町舊輕井澤町813-10 TEL 0267-42-0026

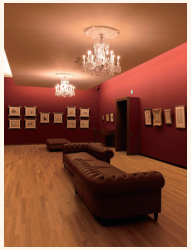
P5, 7, 13

Musée Ando à Karuizawa

專門收藏藤田嗣治作品的美術館

Musée Ando à Karuizawa

389-0104 長野縣北佐久郡輕井澤町輕井澤東43番地10
Tel: 0267-42-1230
www.musee-ando.com



您聽過輕井澤嗎？

輕井澤WEB檢定

何謂輕井澤WEB檢定.....

為了讓您了解輕井澤，重新發現輕井澤的魅力而舉辦的考試。

出題內容涵蓋輕井澤的自然、歷史、文化、建築、生物和文學等廣泛領域，用以衡量知識的深度。

您也來挑戰一下吧！
考試概要・詳細資訊

至今已有1000多名合格者

不論在家裡還是在外面均能參加考試。

輕井澤檢定可以在網上參加考試。
也可使用平板電腦或智慧型手機，只要有網路環境，
在家裡或在外面均能參加考試。

桌上型電腦　平板電腦　智慧型手機

以下是可能出現的問題

Q：輕井澤町的海拔高度大約是（）。
①700m ②1,000m ③1,500m ④1,700m

A：答案請參閱下一頁

合格者的特別獎勵

1. 合格證
2. 合格者卡
3. 町內美術館免費入場券
4. 輕井澤 WEB 檢定認定徽章（需另付費）



合格者卡（3 級）

輕井澤觀光協會

輕井沢
美しい村
KARUIZAWA BEAUTIFUL VILLAGE

歡迎蒞臨『健康度假村』輕井澤

輕井澤的氣候與風土被前人稱作為“沒有屋頂的醫院（天然療養院）”。如今被科學證實，這裡適合大眾的健康。

海拔1,000公尺的高原氣候擁有豐富的自然環境和生態系統，有利於提高人體體力、改善免疫系統、增加腦的活力，尤其在移動過程中的海拔差，使氣候效果增加，刺激感覺等方面更有效。

輕井澤度假村，文化藝術、體育、自然體驗等設施充實，已經形成了獨特的社區。真誠地希望您能感受到輕井澤之行的價值。

一般社團法人 輕井澤觀光協會 會長 土屋芳春

【諮詢】

輕井澤觀光服務中心（輕井澤站內）……☎0267-42-2491
輕井澤觀光會館（舊輕井澤銀座）……☎0267-42-5538
輕井澤觀光服務中心（KUTSUKAKE TERRACE內）……☎0267-45-6050

輕井澤觀光協會網站

輕井澤觀光協會FB

@karuizawa_kta

@karuizawa.info

A: ②1000m