KARUIZAWA Town's
100 Anniversary

เพลิดเพลินกับการเที่ยวที่คารุอิซาว่า

# แผนที่เมืองแห่งการฟื้นฟูกายและใจ คารุอิซาว่า

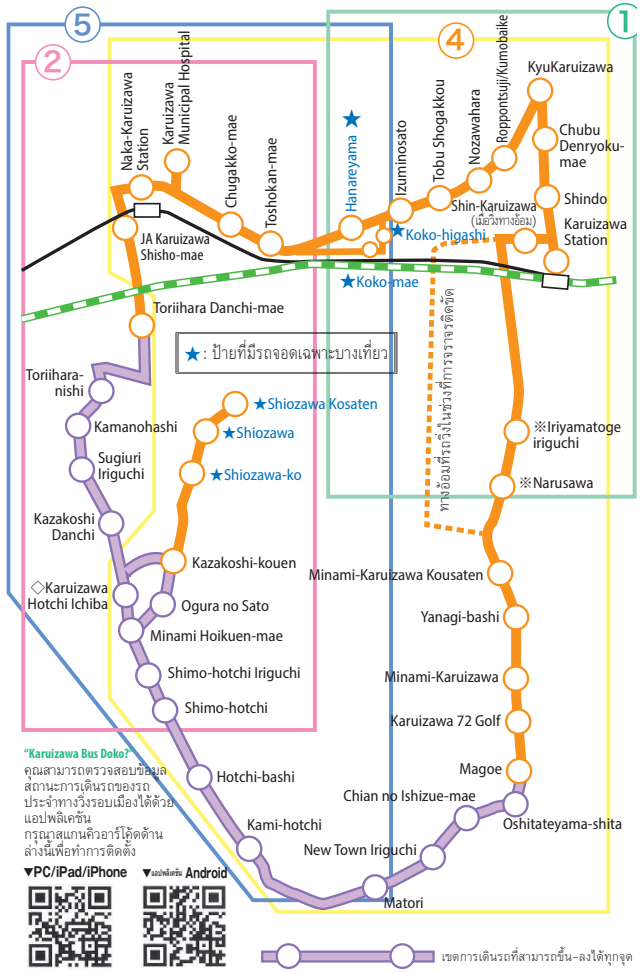
## Karuizawa Wellness Resort Map

แผนที่สำหรับการเดินเที่ยวและการปั่นจักรยาน

# แนะนำเขตพื้นที่การท่องเที่ยวของคารุอิซาว่า

## แนะนำเส้นทางการเดินทาง

**แผนที่เส้นทางการเดินรถของรถประจำทางวิ่งรอบตำบลคารุอิซาว่า (สายวิ่งทิศตะวันออกและทิศใต้)**

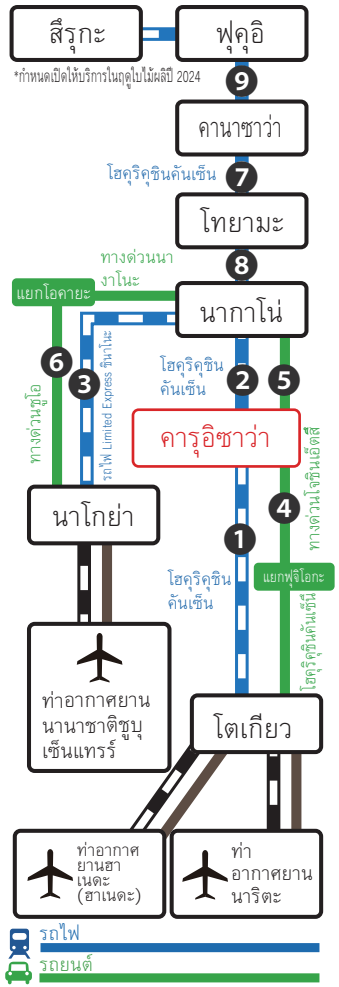



◇ **รถทุกเที่ยวทั้งสายวิ่งรอบนอกและรอบในจะผ่าน "Karuizawa Hotchi Ichiba" ก่อน**

สายวิ่งรอบนอก : Minami-hoikuen → Karuizawa Hotchi Ichiba → Ogura no Sato ตามลำดับ
สายวิ่งรอบใน : Kazakoshi-danchi → Karuizawa Hotchi Ichiba → Kazakoshi-kouen ตามลำดับ

※ รถจะไม่จอดที่ป้าย "Iriyamatoge Iriguchi" และ "Narusawa" หากวิ่งทางอ้อมในช่วงที่การจราจรติดขัด

**รับฟังข้อมูลการจราจรในคารุอิซาว่าได้ที่ FM Karuizawa ! 77.5 MHz**




| | | |
|---|---|---|
| 1 | คารุอิซาว่า – โตเกียว | 1 ชั่วโมง 7 นาที |
| 2 | นางาโนะ – คารุอิซาว่า | 32 นาที |
| 3 | นาโกย่า – นางาโนะ | 2 ชั่วโมง 53 นาที |
| 4 | คารุอิซาว่า – โตเกียว | 2 ชั่วโมง 28 นาที (174 km) |
| 5 | นางาโนะ – คารุอิซาว่า | 1 ชั่วโมง 36 นาที (76.4 km) |
| 6 | นาโกย่า – นางาโนะ | 3 ชั่วโมง 44 นาที (278 km) |
| 7 | คานาซาว่า – โทยามะ | 22 นาที |
| 8 | โทยามะ – นางาโนะ | 46 นาที4 |
| 9 | ฟุคุอิ – คานาซาว่า | 21 นาที4 |



## ข้อควรปฏิบัติในการเดินเที่ยวแบบสบาย ๆ

1. เลี่ยงการใช้โทรศัพท์มือถือขณะเดิน หากจะดูแผนที่หรือตรวจดูสิ่งต่าง ๆ ให้หยุดเดินก่อน
2. หากเดินภายในเมือง ให้เดินบนทางเท้า โปรดระวังรถยนต์ รถจักรยานยนต์ และรถจักรยาน
3. หากเดินบนเส้นทางภูเขา ให้สวมรองเท้าเดินป่า เตรียมอุปกรณ์กันฝน อาหาร และเครื่องดื่มไปด้วย ระวังหมี พกพาอุปกรณ์ทางเสียงหรือสิ่งที่ทำให้เกิดเสียง เช่น วิทยุ กระดิ่ง ฯลฯ เตรียมพร้อมร่างกายและเครื่องแต่งกายให้เข้ากับสภาพอากาศและภูมิอากาศเอาไว้ล่วงหน้าให้ดีก่อนไปเดิน
4. นำขยะกลับไปทิ้ง ณ ที่พัก

## ข้อควรปฏิบัติในการปั่นจักรยานแบบสนุก ๆ

1. ปั่นจักรยานบนทางสำหรับปั่นจักรยานหรือทางรถวิ่ง อย่างไรก็ตาม คุณสามารถปั่นบนทางเท้าได้ในกรณีดังต่อไปนี้ (ยกเว้นจักรยานดีคู่)
   - กรณีมีป้ายหรือเครื่องหมายที่แสดงว่าสามารถปั่นจักรยานบนทางเท้าได้
   - กรณีเป็นผู้สูงอายุตั้งแต่ 70 ปีขึ้นไปหรือเป็นเด็กอายุต่ำกว่า 13 ปี
   - กรณีมีการก่อสร้างซ่อมแซมถนนหรือมีเหตุปัจจัยอื่น ๆ ที่ทำให้การสัญจรบนทางรถวิ่งเสี่ยงอันตราย
2. เมื่อปั่นจักรยานบนทางรถวิ่ง ให้ปั่นอยู่เลนซ้าย
3. เมื่อปั่นจักรยานบนทางเท้า ต้องให้คนเดินเท้าได้ใช้ทางก่อน และปั่นแบบชะลอความเร็วบนเลนที่ติดกับทางรถวิ่ง (ห้ามขวางทางคนเดินเท้า)
4. ปฏิบัติตามกฎระเบียบเพื่อความปลอดภัย
   - ห้ามปั่นจักรยานหลังดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ ซ้อนสองคน หรือปั่นจักรยานขนานข้างกัน
   - หากปั่นจักรยานในตอนกลางคืน ให้เปิดไฟจักรยานด้วย
   - เมื่ออยู่ตรงทางแยก ให้ปฏิบัติตามสัญญาณไฟจราจร หยุดรถชั่วขณะ และตรวจสอบความปลอดภัย
   - ห้ามปั่นจักรยานขณะใช้โทรศัพท์มือถือหรืออุปกรณ์อื่น ๆ
5. ผู้ใช้จักรยานที่เป็นเด็กต้องสวมหมวกกันน็อก
6. หากปั่นจักรยานดีคู่ ต้องปั่นบนทางสำหรับปั่นจักรยานหรือทางรถวิ่งเท่านั้น





ทางสำหรับปั่นจักรยาน

แนะนำการเช่ารถจักรยาน

ตัวอย่าง




ในแผนที่จะมีเครื่องหมายแสดงตัวเลขเช่นนี้ปรากฏอยู่ (เครื่องหมายนี้ไม่ใช่เครื่องหมายแสดงลำดับเส้นทางที่กำหนดแต่อย่างใด)

โปรดใช้เส้นทางโดยปฏิบัติตามเครื่องหมายเหล่านี้ที่ถูกติดตั้งอยู่บนทางปั่นจักรยาน

**ติดต่อฉุกเฉิน** รหัสพื้นที่ (0267) สถานีตำรวจคารุอิซาว่า ☎42-0110 โรงพยาบาลคารุอิซาว่า ☎45-5111

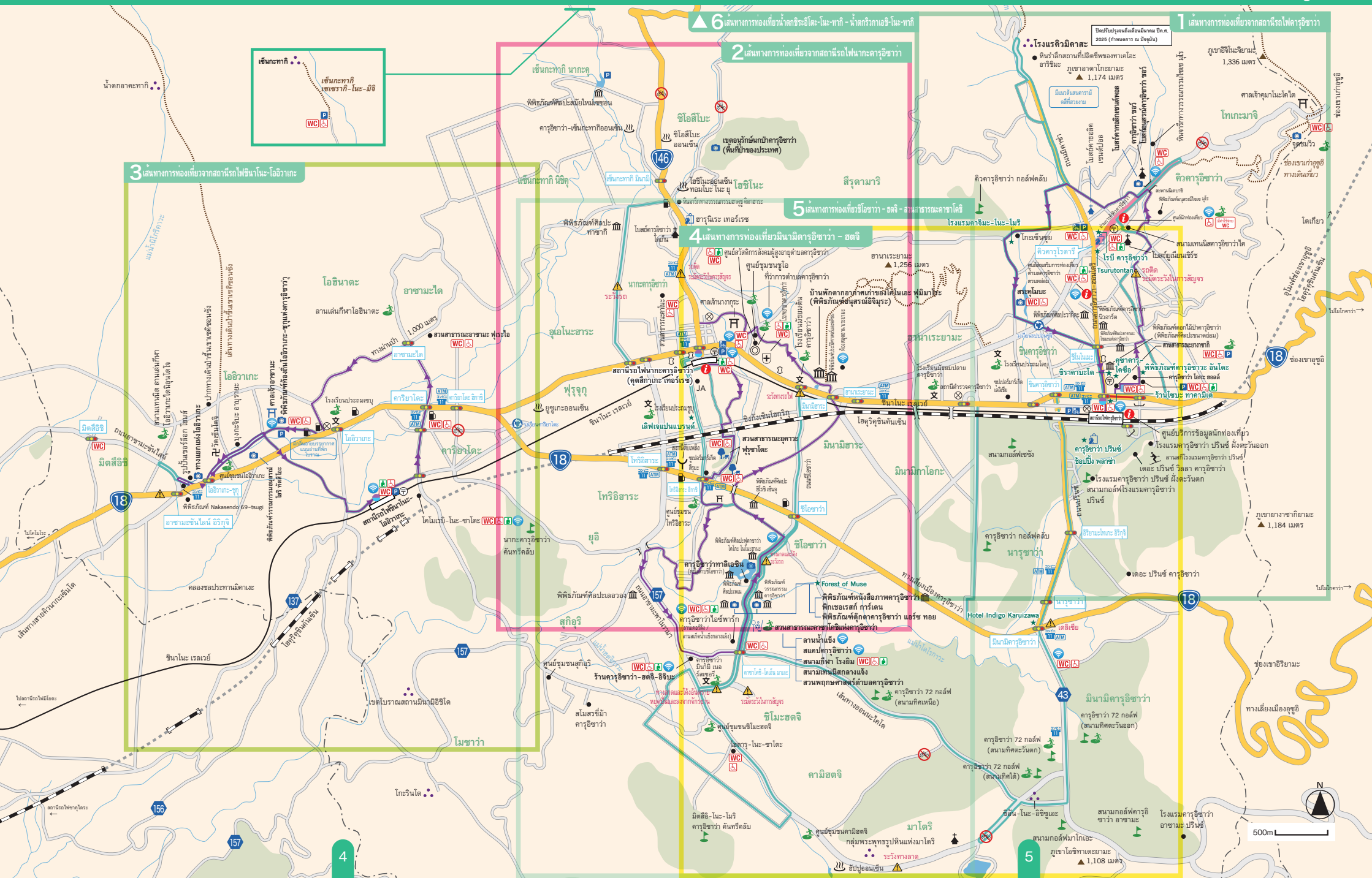
| หมายเลขโทรศัพท์รถแท็กซี่และรถโดยสาร | รหัสพื้นที่ (0267) |
|---|---|
| Matsuba Taxi | ☎ 42-2181 |
| Daiichi Kotsu | ☎ 42-2221 |
| Karuizawa Kanko Taxi | ☎ 45-5408 |
| Asama Kanko Taxi | ☎ 45-5264 |
| Masuya Kotsu | ☎ 45-5223 |
| Seibu Kanko Bus | ☎ 45-5045 |
| Kusakaru Kotsu Bus | ☎ 42-2441 |
| Karuizawa Kotsu | ☎ 42-0353 |

| หมายเลขโทรศัพท์ร้านเช่ารถจักรยาน | รหัสพื้นที่ (0267) |
|---|---|
| Cyclemate Q | ☎ 42-2365 |
| KARUIZAWA Ride Town | ☎ 090-7207-6681 |
| Shironeko Cycle | ☎ 090-4670-4635 |
| Mamada Cycle | ☎ 42-3131 |
| Ichimura Rinten | ☎ 42-2484 |
| Chisan Kanko Kaihatsu | ☎ 42-5614 |
| Katayama Motors | ☎ 45-7130 |
| Seki Motors | ☎ 45-5288 |
| Karuizawa Rental Cycle | ☎ 45-7200 |

### คำอธิบาย

- สถานีตำรวจ / ป้อมตำรวจ
- สถานีดับเพลิง
- ออนเซ็น
- พิพิธภัณฑ์ / พิพิธภัณฑ์ศิลปะ
- ที่ทำการไปรษณีย์
- ศาลเจ้า
- โรงเรียน
- โบสถ์
- โรงพยาบาล
- ธนาคาร
- ปั๊มน้ำมัน
- สถานที่ขึ้นชื่อ / สถานที่ทางประวัติศาสตร์
- ศูนย์บริการข้อมูลนักท่องเที่ยว
- สถานที่ท่องเที่ยว
- แหล่งช้อปปิ้ง
- สวนสาธารณะ
- สถานที่เล่นกีฬา
- สุขา
- ห้องน้ำสำหรับผู้มีทวารเทียม
- ร้านสะดวกซื้อ
- ตู้ ATM
- สถานที่พักพิงหลบภัยยามฉุกเฉิน
- จุดบริการ WiFi
- สนามกอล์ฟ
- ที่จอดรถจักรยาน
- ป้ายรถโดยสารประจำทาง
- วงเวียน

# แผนที่แสดงเขตพื้นที่ในวงกว้างของคารุอิซาว่า


6 เส้นทางการท่องเที่ยวน้ำตกชิระอิโตะ-โนะ-ทากิ - น้ำตกริกาเอชิ-โนะ-ทากิ
2 เส้นทางการท่องเที่ยวจากสถานีรถไฟนากะคารุอิซาว่า
1 เส้นทางการท่องเที่ยวจากสถานีรถไฟคารุอิซาว่า
3 เส้นทางการท่องเที่ยวจากสถานีรถไฟชินาโนะ-โออิวาเกะ
5 เส้นทางการท่องเที่ยวชิโอซาว่า - ฮตจิ - สวนสาธารณะคาซาโตชิ
4 เส้นทางการท่องเที่ยวมินามิคารุอิซาว่า - ฮตจิ
เซ็นกะทากิ
เซ็นกะทากิ เซเซรากิ-โนะ-มิจิ
น้ำตกอาคะทากิ
เซ็นกะทากิ นากะคุ
พิพิธภัณฑ์ศิลปะสมัยใหม่เซอุอน
คารุอิซาว่า-เซ็นกะทากิออนเซ็น
ชิโอสึโนะ
ชิโอสึโนะ ออนเซ็น
เขตอนุรักษ์นกป่าคารุอิซาว่า (พื้นที่ป่าของประเทศ)
เซ็นกะทากิ นิชิคุ
เซ็นกะทากิ มินามิ
ไฮชิโนะออนเซ็น ทอมโนะ โนะ ยู
ศูนย์การท่องเที่ยวและการบริการอาหรู คิตาซาโตะ
อารุนิเระ เทอร์เรซ
ไฮชิโนะ
สึรุดามาริ
พิพิธภัณฑ์ศิลปะ ทาซากิ
โบสถ์คาธอลิกคารุอิซาว่า โคอินัน
นากะคารุอิซาว่า
ศูนย์สวัสดิการสังคมผู้สูงอายุด้านบลคารุอิซาว่า
ศูนย์ชุมชนชูโอ
ที่ว่าการตำบลคารุอิซาว่า
บ้านพักตากอากาศเก่าของโคยินเอะ ฟูมิมาสึ (พิพิธภัณฑ์ชั่วนิรันดร์จิมุระ)
ศาลเจ้านางากุระ
ระวังรถ
อาซามะไดระ
อาซามะไดระ
ลานเล่นกีฬาโออินาตะ
1,000 เมตร
สวนสาธารณะอาซามะ ฟุระโอ
ทางฟักน้ำ
โออินาตะ
อาซามะไดระ
สถานีรถไฟนากะคารุอิซาว่า (จุดสิ้นสุดการเดินทางโดยรถไฟ)
JA
ฟุรุจุกุ
ยูซูเกะออนเซ็น
โรงเรียนประถมชิมุระ
เลิฟเจแปนแบรนด์
ชินาโนะ เรลเวย์
โรงเรียนประถมชิมุระ
ชินกังเซ็นโฮกุริกุ
ชินาโนะ เรลเวย์
ฮาซึมิ
ฮาซึมิฮาระ
ฮาซึมิฮาระ
สวนสาธารณะยูคาวะ ฟุรุซาโตะ
สถานีดับเพลิง
ศูนย์ชุมชนโทริอิฮาระ
โทริอิฮาระ
โทริอิฮาระ
ยุอิ
ชิโอซาว่า
ชิโอซาว่า
พิพิธภัณฑ์ศิลปะเลอวอง
คารุอิซาว่าทาคิเอชิน
พิพิธภัณฑ์ศิลปะฟุคาซาว่า โคโกะ ไม้ไผ่สาละ
ศูนย์ชุมชนสุกิอุริ
สุกิอุริ
ร้านคารุอิซาว่า-ฮตจิ-อิจิบะ
สโมสรขี่ม้าคารุอิซาว่า
เขตโบราณสถานมินามิอิชิโด
โมซาว่า
ชินาโนะ เรลเวย์
คลองชลประทานมิคาเงะ
เส้นทางสายด้านทะเลชินไค
ถนนอาซามะชินไคโร
มิตสึอิชิ
มิตสึอิชิ
ป่าบนทางเดินป่าชินาโนะเซ็นริงโง
เส้นทางเดินป่าชินาเซ็นริงโง
ศาลเจ้าอาซามะ
พิพิธภัณฑ์ที่ระลึกโอไอวาเกะ-ซุกุมุ่งสู่ทางรถไฟ
ทางเดินเท้าเส้นทางโอไอวาเกะ
สถานีรถไฟโอไอวาเกะ
โอไอวาเกะ
โอไอวาเกะ
โอไอวาเกะ
โรงเรียนประถมเซนุ
คาริยาโดะ
คาริยาโดะ ฮิกาชิ
คาริยาโดะ
ศูนย์ชุมชนโอไอวาเกะ
โอไอวาเกะ-ซุกุ
พิพิธภัณฑ์ Nakasendo 69-tsugi
อาซามะชินไลน์ อิริกุจิ
สถานีรถไฟชินาโนะ-โอไอวาเกะ
โคโมเรบิ-โนะ-ซาโตะ
นากะคารุอิซาว่า คันทรีคลับ
ไปโอไอวาเกะ
ไปโคโมโระ
ไปสถานีรถไฟฮิงาชิ
สถานีรถไฟซาคุโตะ
โทกะริน โต
ทางเดินเลียบเมืองคารุอิซาว่า
ทางเดินเลียบเมืองคารุอิซาว่า
ทางเดินเลียบเมืองคารุอิซาว่า

# 1 START GOAL เส้นทางการท่องเที่ยวในคิวคารุอิซาว่าโดยเดินทางมาจากสถานีรถไฟคารุอิซาว่า

เส้นทางการท่องเที่ยวยอดนิยมซึ่งเป็นการเที่ยวในเขตคิวคารุอิซาว่า
โดยเดินทางมาจากสถานีรถไฟคารุอิซาว่าและเพลิดเพลินไปกับสถาน
ที่มีชื่อในเขตดังกล่าว

[ระยะทางในการเดินทาง] 8.7 กม.
[ระยะเวลาในการเดินเท้า] 2 ชั่วโมง 15 นาที

[ระยะทางในการเดินทาง] 9.4 กม.

การเป็นเมืองพักตากอากาศของคารุอิซาว่ามีจุดเริ่มต้นมาจาก
การที่อเล็กซานเดอร์ ครอฟต์ ชอว์ มิชชันนารีนิกายแองกลิคัน
ได้เดินทางมาเยือนในช่วงฤดูร้อน
ในคารุอิซาว่ามีบ้านพักตากอากาศและโบสถ์หลายแห่งซึ่งทำให้
เหล่าผู้คนที่มาเยือนได้สัมผัสกับประวัติศาสตร์ของเมืองแห่งนี้



## โบสถ์อนุสรณ์คารุอิซาว่า ชอว์

โบสถ์อนุสรณ์คารุอิซาว่า ชอว์ เป็นโบสถ์แห่งแรกในคารุอิซาว่า สร้างโดยอเล็กซานเดอร์ ครอฟต์ ชอว์ มิชชันนารีนิกายแองกลิคันชาวแคนาดา ผู้ที่ได้รับการขนานนามว่าเป็น “บิดาแห่งการพัฒนาเมืองคารุอิซาว่า” ด้านหลังโบสถ์มีบ้านพักตากอากาศของชอว์ซึ่งได้รับการฟื้นฟูบูรณะขึ้นมาใหม่อีกครั้ง



## โบสถ์คาทอลิกเซนต์พอล

โบสถ์แห่งนี้เป็นสัญลักษณ์ของเมืองคารุอิซาว่า สร้างโดยบาทหลวงวอร์ด ชาวอังกฤษในปีค.ศ.1935 และออกแบบโดยแอนโทนิน เรย์มอนด์



## สวนสาธารณะยางาซากิ

คุณสามารถเดินจากสถานีรถไฟคารุอิซาว่ามายังสวนสาธารณะยางาซากิโดยใช้เวลาเพียง 5 นาที ที่นี่มีจุดเด่นคือพื้นที่อันกว้างขวางซึ่งโอบล้อมสระน้ำขนาดใหญ่ และมีหอแสดงดนตรีคารุอิซาว่า โอกะ ฮอลล์
สวนสาธารณะแห่งนี้เหมาะกับการเดินเล่นแบบสบายๆเป็นอย่างมาก ผู้มาเยือนจะได้เห็นทิวทัศน์ของภูเขาฮานาเระยามะและภูเขาอาซามะยามะในที่เดียว



## สระคุโมบะ

สระคุโมบะมีทิวทัศน์ทางธรรมชาติที่สวยงามในทุกฤดูกาล
ที่แห่งนี้เป็นสถานที่ขึ้นชื่อของคารุอิซาว่าซึ่งผู้คนรู้จักดี ภาพใบไม้สีเขียวชอุ่มในฤดูใบไม้ผลิและใบไม้เปลี่ยนสีในฤดูใบไม้ร่วงที่สะท้อนบนผิวน้ำเป็นภาพที่งดงามอย่างยิ่ง



## ย่านการค้าคิวคารุอิซาว่า

ย่านการค้าคิวคารุอิซาว่าที่เนืองแน่นไปด้วยนักท่องเที่ยวจำนวนมากตั้งอยู่บนถนนสายหลักของเขตคิวคารุอิซาว่ามายาวนาน ผู้คนยังเรียกสถานที่แห่งนี้ว่า “คิวคารุอิซาว่ากินซ่า” เนื่องจากมีร้านค้าเก่าแก่ของโตเกียวตั้งอยู่เรียงราย





# 2 START GOAL เส้นทางการท่องเที่ยวในเซ็นกะทากิและชิโอซาว่าจากสถานีรถไฟนากะคารุอิซาว่า

เส้นทางการท่องเที่ยวในเขตชิโอซาว่าและเซ็นกะทากิโดยเดินทางมาจาก
สถานีรถไฟนากะคารุอิซาว่า
การเที่ยวชมทิวทัศน์บรรยากาศและพักผ่อนชั่วครู่ที่ทะเลสาบชิโอซาว่าเป็นสิ่ง
ที่น่าสนใจไม่น้อย

[ระยะทางในการเดินทาง] 12.0 กม.
[ระยะเวลาในการเดินเท้า] 3 ชั่วโมง 30 นาที

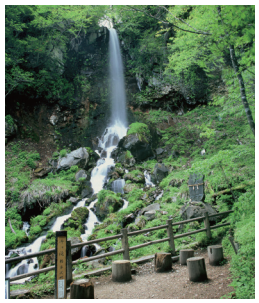
[ระยะทางในการเดินทาง] 9.4 กม.

นากะคารุอิซาว่าเต็มไปด้วยสถานที่ที่ทำให้คุณได้สัมผัสกับธรรมชาติ เช่น น้ำตกเซ็นกะทากิ และเขตอนุรักษ์นกป่า ฯลฯ
ที่บริเวณใกล้ทะเลสาบชิโอซาว่ามีทั้งพิพิธภัณฑ์ศิลปะ พิพิธภัณฑ์วรรณกรรม และสวนสาธารณะ ที่นี่ถือเป็นเขตพื้นที่แห่งวัฒนธรรมที่ผู้คนรู้จักเป็นอย่างดี



## คุตสึกาเกะ เทอร์เรซ สถานีรถไฟนากะคารุอิซาว่า

ภายในคุตสึกาเกะ เทอร์เรซ มีห้องสมุดนากะคารุอิซาว่า
ห้องสมุดดังกล่าวมีการบริหารจัดการจนเป็นที่คุ้นเคยของผู้คนในท้องถิ่น และมีประโยชน์ต่อการดำเนินชีวิต คุณสามารถค้นคว้าหาข้อมูลไปพร้อมๆ กับการนั่งพักผ่อนเพลิดเพลินแบบสบายๆและพูดคุยกับเพื่อนๆได้
นอกจากบนชั้น 2 จะมีคาเฟ่แล้ว บริเวณชั้น 1 ก็ยังมีร้านรวงอีก 5 แห่งอยู่ด้านในให้ผู้มาเยือนได้สัมผัสกับประสบการณ์ต่างๆ



## เซ็นกะทากิ

น้ำตกเซ็นกะทากิมีความสูงราว 20 เมตร ตั้งอยู่ในหุบเขาอันเงียบสงบ
เมื่ออยู่บนทางเดินเลียบน้ำตก คุณสามารถชมทิวทัศน์ธรรมชาติที่งดงามตามฤดูกาลซึ่งรายล้อมไปด้วยต้นไม้ใบหญ้าและทิวทัศน์สายธารที่ไหลลงมาจากน้ำตก



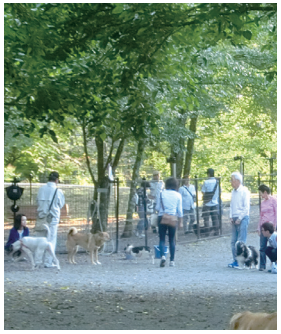
## ถนนอาซามะพาโนรามา

คุณจะได้ชมทิวทัศน์ของภูเขาอาซามะยามะที่กว้างใหญ่ นอกจากนี้ยังสามารถลองทำกิจกรรมต่างๆที่ได้รับความนิยม เช่น เก็บสตรอว์เบอร์รีของที่ราบสูงคารุอิซาว่าและทำแยม เป็นต้น



## บ้านพักตากอากาศเก่าของโคโนเอะ ฟุมิมาโระ (พิพิธภัณฑ์อนุสรณ์อิจิมุระ)

บ้านพักตากอากาศของโคโนเอะ ฟุมิมาโระ (อดีตนายกรัฐมนตรีญี่ปุ่น) ถูกสร้างขึ้นในยุคไทโช ต่อมาภายหลัง สามีภรรยาตระกูลอิจิมุระได้กลายมาเป็นผู้ถือครองอาคารหลังนี้และฟื้นฟูบูรณะขึ้นมาใหม่ ปัจจุบัน นักท่องเที่ยวสามารถเข้าชมพื้นที่ด้านในได้



## สวนสาธารณะยุคาวะ ฟุรุซาโตะ

สวนสาธารณะแห่งนี้เป็นสวนสาธารณะในเมืองที่มีเนื้อที่ราว 2 กิโลเมตร ภายในมีสิ่งต่างๆที่สามารถสนุกสนานผ่อนคลายกันได้ทั้งครอบครัว เช่น ลานสนามหญ้า เครื่องเล่นขนาดใหญ่ สนามฟุตซอล สวนสำหรับสุนัข
นอกจากนี้ยังมีทางเดินสำหรับเดินเล่นอยู่ด้วย (ไม่อนุญาตให้นำอาสุนัขเข้าไปในพื้นที่อื่นๆนอกเหนือจากทางเดินในสวนสาธารณะและสวนสำหรับสุนัข)





# 3 START GOAL เส้นทางการท่องเที่ยวในโออิวาเกะ-ชุกุโดยเดินทางมาจากสถานีรถไฟชินาโนะ-โออิวาเกะ

เส้นทางการท่องเที่ยวที่เป็นการเดินทางจากสถานีรถไฟชินาโนะ-โออิวาเกะ
มาตระเวนเที่ยวที่ย่านที่พักโบราณโออิวาเกะ-ชุกุแห่งนากะเซ็นโดท่ามกลาง
บรรยากาศสบายๆ

เดินเที่ยวทางตอนเหนือ[ระยะทางในการเดินทาง] 7.0 กม.
[ระยะเวลาในการเดินเท้า] 2 ชั่วโมง

[ระยะทางในการเดินทาง] 6.8 กม.

ในยุคเอโดะ โออิวาเกะ-ชุกุเคยเป็นย่านที่พักโบราณที่รุ่งเรืองมากที่สุดในบรรดา 3 ย่านที่พักแห่งอาซามะเนโกชิ ตั้งอยู่บนทางแยกระหว่างเส้นทางสายนากะเซ็นโดกับเส้นทางสายฮกโกคุไคโด
เหล่านักเขียนและนักกวีจำนวนมากที่ชื่นชอบเมืองคารุอิซาว่าต่างเคยเดินทางมาเยือนที่นี่ จนผู้คนรู้จักดีว่าย่านแห่งนี้เป็นสถานที่ที่บรรดานักวรรณคดีมาพบปะกัน




## พิพิธภัณฑ์วรรณกรรมอนุสรณ์ โฮริ ทัตสึโอะ

พิพิธภัณฑ์แห่งนี้เป็นพิพิธภัณฑ์วรรณกรรมที่มีการเก็บรวบรวมและจัดแสดงผลงานของโฮริ ทัตสึโอะ นักเขียนผู้ชื่นชอบเมืองคารุอิซาว่าเป็นอย่างมาก
ภายในมีห้องนิทรรศการที่คุณจะได้รู้ถึงชีวประวัติและภูมิหลังทางด้านวรรณกรรมของโฮริ ทัตสึโอะ ที่อยู่อาศัยของเขาในช่วงบั้นปลาย และคลังเก็บหนังสือที่เขาเก็บรักษาเอาไว้เป็นอย่างดี คุณสามารถสัมผัสถึงความเป็นมาของเมืองคารุอิซาว่าได้จากผลงานของโฮริ ทัตสึโอะที่มีชื่อ Utsukushii Mura



## พิพิธภัณฑ์ท้องถิ่นโออิวาเกะ-ชุกุ แห่งคารุอิซาว่า

จัดแสดงวัตถุสิ่งของที่ทรงคุณค่า เช่น สิ่งของทางประวัติศาสตร์ และสิ่งของพื้นบ้านของย่านที่พักโบราณโออิวาเกะ-ชุกุ



## สถานีรถไฟชินาโนะ-โออิวาเกะ

สถานีรถไฟแห่งนี้เป็นสถานีรถไฟสาย Local ของบริษัทชินาโนะเรลเวย์ อาคารไม้สไตล์ย้อนยุคของสถานีจะทำให้คุณรู้สึกดื่มด่ำระหว่างการเดินทางท่องเที่ยว
เมื่ออยู่ตรงชานชาลา คุณสามารถมองเห็นทิวทัศน์ของภูเขาอาซามะยามะได้



## ศาลเจ้าอาซามะ

ศาลเจ้าอาซามะมีชื่อเสียงเลื่องลือจากการเป็นศาลเจ้าชินโตที่มีการจัดงานพิธีของจักรพรรดิเมจิในช่วงที่ภูเขาอาซามะยามะปะทุและส่งเสียงดังสนั่นในอดีต
วิหารหลักของศาลเจ้าเป็นสถาปัตยกรรมไม้ที่เก่าแก่ที่สุดในเมือง



## สวนสาธารณะอาซามะ ฟุเระไอ

สวนสาธารณะอาซามะ ฟุเระไอ เป็นสถานที่ที่คุณสามารถผ่อนคลายและชมวิวสวยๆของภูเขาอาซามะยามะได้ ผู้คนทุกเพศทุกวัยตั้งแต่เด็กทารกไปจนถึงผู้สูงอายุสามารถมาสนุกสนานเพลิดเพลินได้ที่สวนแห่งนี้
ภายในสวนมีลานอเนกประสงค์ ลานเด็กเล่น และสนามเล่น Mallet golf
นอกจากนี้ยังมีทางเดินที่คุณสามารถวิ่งจ๊อกกิ้งได้
(ไม่อนุญาตให้นำเอาสุนัขเข้าไปในสนามหญ้า)



## ทางแยกแห่งโออิวาเกะ

ทางแยกแห่งนี้เป็นทางแยกระหว่างเส้นทางสายนากะเซ็นโดกับเส้นทางสายฮกโกคุไคโด
คุณสามารถสัมผัสถึงประวัติศาสตร์อันยาวนานได้จากป้ายบอกทางและแท่นหินจารึกที่ตั้งอยู่ตรงกลาง



## บุงกะจิบะ อาบุรายะ

สถานที่แห่งนี้คือเป็นเรือนรับรองสำรองของเจ้าขุนมูลนายในย่านที่พักโบราณโออิวาเกะ-ชุกุ ในช่วงฤดูใบไม้ผลิถึงฤดูใบไม้ร่วงจะมีการจัดงานกิจกรรมที่เกี่ยวกับศิลปะ งานฝีมือ หนังสือ และอื่นๆ





# 4 START GOAL เส้นทางการท่องเที่ยวในมินามิคารุอิซาว่า - ฮตจิโดยเดินทางมาจากสถานีรถไฟคารุอิซาว่า

เขตพื้นที่ที่นักท่องเที่ยวสามารถช้อปปิ้ง เล่นกีฬาหรือทำกิจกรรมอื่นๆเพื่อการผ่อนคลายได้

[ระยะทางในการเดินทาง] 15 กม.

ในเขตพื้นที่ละแวกนี้ คุณสามารถสนุกสนานเพลิดเพลินกับการชมทิวทัศน์ของภูเขาอาซามะยามะอันกว้างใหญ่ไปพร้อมๆกับการเล่นกีฬาต่างๆ เช่น กอล์ฟ สกี ขี่ม้า ปั่นจักรยาน หรือช้อปปิ้งในเอาต์เล็ตมอลล์ และทำกิจกรรมต่างๆได้



## คารุอิซาว่า ปรินซ์ ช้อปปิ้ง พลาซ่า

คุณสามารถเพลิดเพลินไปกับการช้อปปิ้งรูปแบบใหม่และความบันเทิงต่างๆท่ามกลางอากาศอันสดชื่นของเมืองคารุอิซาว่า



## ร้านคารุอิซาว่า-ฮตจิ-อิจิบะ (ฮตจิ-อิจิบะ)

คารุอิซาว่า-ฮตจิ-อิจิบะ เป็นร้านขายผักยี่ห้อ Karuizawa Kirishita Yasai และพืชผักท้องถิ่นอื่นๆซึ่งส่งตรงมาจากแหล่งผลิตและได้รับความนิยมเป็นอย่างดี ในอาคารใกล้เคียงยังมีที่สอนทำโซบะและร้านอาหารเครื่องดื่มที่นำเสนอเมนูซึ่งทำมาจากวัตถุดิบของตำบลคารุอิซาว่า ที่นี่คือพื้นที่อเนกประสงค์ซึ่งโอบล้อมไปด้วยระเบียงแบบเปิดโล่ง ให้ผู้มาเยือนได้สัมผัสกับสายลมอันเย็นสบาย



## คารุอิซาว่าเลกการ์เดน

คารุอิซาว่าเลกการ์เดนเป็นสวนธรรมชาติที่เดินทางสะดวก เต็มไปด้วยดอกไม้และพืชพรรณต่างๆ ภายในเนื้อที่อันกว้างใหญ่มีสวนดอกกุหลาบริมทะเลสาบที่หาชมยากในระดับโลก นอกจากนี้ยังมีร้านค้าของสวน คาเฟ่ ร้านอาหารที่รายล้อมไปด้วยธรรมชาติ





# 5 START GOAL เส้นทางการท่องเที่ยวในชิโอซาว่า - ฮตจิ - สวนสาธารณะคาซาโคชิโดยเดินทางมาจากสถานีรถไฟนากะคารุอิซาว่า

เขตพื้นที่ที่คุณสามารถสนุกเพลิดเพลินไปกับการชมพิพิธภัณฑ์

ศิลปะและการเล่นกีฬาได้

ดูที่เส้นทางการท่องเที่ยว 2 (หน้า 8,9)

[ระยะทางในการเดินทาง] 12.6 กม.

ที่บริเวณใกล้ทะเลสาบชิโอซาว่ามีทั้งพิพิธภัณฑ์ศิลปะ พิพิธภัณฑ์วรรณกรรม และสวนสาธารณะ ที่นี่ถือเป็นเขตพื้นที่แห่งวัฒนธรรมที่ผู้คนรู้จักเป็นอย่างดี นอกจากนี้ คุณยังสามารถสนุกไปกับการเล่นกีฬาหลากประเภทโดยเฉพาะกีฬาบนลานน้ำแข็งได้ที่สวนเล่นกีฬาในเขตคาซาโคชิซึ่งได้รับการปรับปรุงใหม่อยู่อย่างต่อเนื่องเมื่อไม่กี่ปีที่ผ่านมานี้



## คารุอิซาว่า ทาลีซิน (ทะเลสาบชิโอซาว่า)

คารุอิซาว่า ทาลีซิน เป็นสถานที่ท่องเที่ยวแห่งเดียวในคารุอิซาว่าที่คุณสามารถล่องเรือเล่นได้ ในพื้นที่ดังกล่าวมีพิพิธภัณฑ์ สวนดอกกุหลาบอังกฤษ ร้านอาหาร รวมไปถึงสถานที่ที่จะทำให้คุณสนุกกับการเล่นกีฬาและทำกิจกรรมต่างๆได้อย่างเต็มอิ่ม



## สวนพิพิธภัณฑ์ Forest of MUSE

เป็นสวนพิพิธภัณฑ์ที่ประกอบไปด้วยสถานที่ต่างๆ ได้แก่ “พิพิธภัณฑ์หนังสือภาพคารุอิซาว่า” ที่บอกเล่าวัฒนธรรมหนังสือภาพตั้งแต่ยุคแรกที่มีการสร้างหนังสือประเภทดังกล่าว “พิกเซอเรสก์ การ์เดน (สวนภูมิสถาปัตยกรรมของพอล สมิธเธอร์)” ซึ่งเกิดจากการปลูกต้นไม้พืชพรรณโดยใช้ประโยชน์จากสภาพดินฟ้าอากาศของเมืองคารุอิซาว่า “พิพิธภัณฑ์ตุ๊กตาคารุอิซาว่า แอร์ช ทอย” ที่จะแนะนำให้คุณรู้จักกับตุ๊กตาไม้แบบดั้งเดิมของเขตพื้นที่แอร์ชในประเทศเยอรมนี



## สวนพฤกษศาสตร์ตำบลคารุอิซาว่า (ในสวนสาธารณะคาซาโคชิ)

ชมพืชพรรณที่ขึ้นเองตามธรรมชาติบนที่ราบสูงคารุอิซาว่า



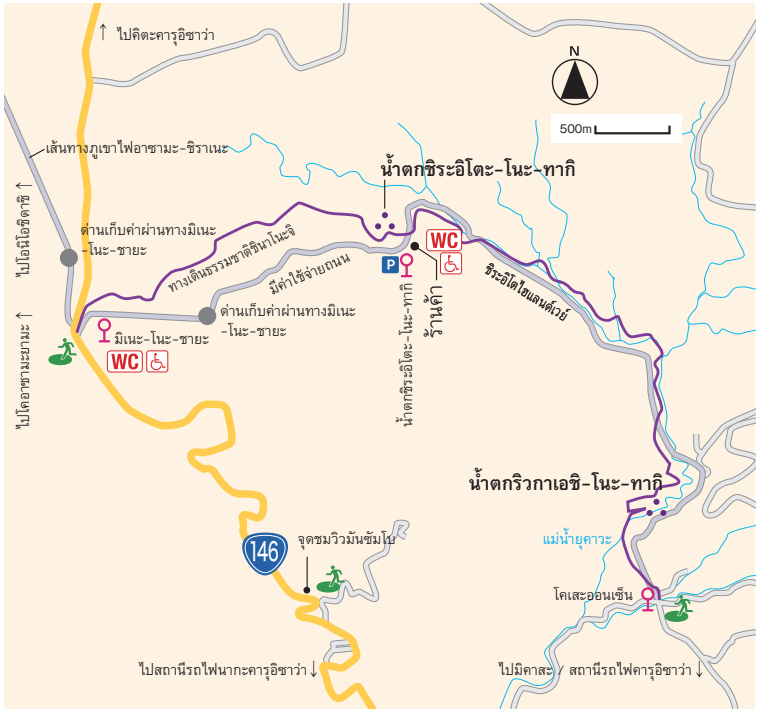
## เขตสวนสาธารณะคาซาโคชิ

ภายในมีสถานที่ต่างๆ เช่น สระว่ายน้ำ ลานเคอร์ลิง ลานสเก็ตน้ำแข็ง สนามเทนนิส สนามกีฬา และสวนพฤกษศาสตร์ ฯลฯ

# 6 เส้นทางการท่องเที่ยวน้ำตกชิระอิโตะ-โนะ-ทากิ – น้ำตกริวกาเอชิ-โนะ-ทากิ

เที่ยว 2 น้ำตกชื่อดังของคารุอิซาว่ามาตระเวนเที่ยวที่ย่านที่พักโอ
ราณโออิวาชมวิวตามจุดต่างๆบนทางเดินธรรมชาติชินาโนะจิ

[ระยะทางในการเดินทาง] 7.5 กม.
[ระยะเวลาในการเดินเท้า] 2 ชั่วโมง 35 นาที






## น้ำตกชิระอิโตะ-โนะ-ทากิ

สายน้ำที่ผุดออกมาจากแนวหินผาลักษณะครึ่งวงกลมและไหลตกลงมา
ราวกับเส้นด้ายสีขาว (ชิระอิโตะ) เป็นภาพที่งดงามสมดังชื่อเรียก
น้ำตกแห่งนี้ยังเป็นต้นน้ำของแม่น้ำยุคาวะอีกด้วย



## น้ำตกริวกาเอชิ-โนะ-ทากิ

น้ำตกริวกาเอชิ-โนะ-ทากิมีความสูงราว 10 เมตร
ที่มาของชื่อริวกาเอชิ (มังกรหันกลับ) มาจากการที่น้ำตกมีความชันจนแม้แต่มังกรก็
ยังไม่กล้าเคลื่อนตัวเข้าไปใกล้
น้ำตกนี้ยังมีชื่อเรียกอีกชื่อหนึ่งว่า “ซูซูกะทากิ” นักท่องเที่ยวจะได้ชมทิวทัศน์อัน
ยอดเยี่ยมของน้ำตกสีขาวที่ตัดกับต้นไม้ใบหญ้าสีเขียวในบริเวณโดยรอบ




ข้อมูลเกี่ยวกับสถานที่ที่เป็นสมาชิกของสมาคมการท่องเที่ยวคารุอิซาว่า

P5, 7, 13



สืบสานประวัติศาสตร์และแบบแผนดั้งเดิมเพื่อนำเสนอช่วงเวลาคุณภาพเยี่ยมจวบจนถึงปัจจุบัน

โรงแรมคาจิมะ-โนะ-โมริ
HOTEL KAJIMA NO MORI

1373-6 Karuizawa, Karuizawa-machi,
Kitasaku-gun, Nagano 389-0102
โทร. 0267-42-3535
https://www.okura-nikko.com/japan/karuizawa/hotel-kajima-no-mori/

P5, 7, 13

เดินทางจากสถานีรถไฟคารุอิซาว่าผ่านคิวคารุอิซาว่า
ไปถึงน้ำตกชิระอิโตะ-โนะ-ทากิโดยใช้เวลา 23 นาที



คุซาคารุ-โคซือ

16-1 Karuizawa-Higashi, Karuizawa-machi, Kitasaku-gun, Nagano 389-0104
0267-42-2441 http://www.kkkg.co.jp/



P5, 7, 13

เปิดมาตั้งแต่ปี ค.ศ.1907



รสชาติของร้านเก่าแก่ที่ยังอร่อยเหมือนเดิมไม่มีเปลี่ยน

ร้านโชบะ ทาคามิเต
ฮอนเต็น

หน้าสถานีรถไฟคารุอิซาว่า [ประตูทิศเหนือ]
โทร. 0267-42-2481

มีที่จอดรถฟรี www.sanwa-gr.com/foods/takamitei/



เอกิเบน 駅弁

P5, 7, 13







มีคุณภาพที่น่าเชื่อถือจากการได้รับรางวัลเหรียญทองจาก Monde Selection ในปี ค.ศ.2022

คารุอิซาว่าทาร์ตหน้าวอลนัทและอัลมอนด์บรรจุกล่อง
แยมสตรอว์เบอร์รีแบบเข้มข้น (Tappuri Kajitsu) 150 กรัม
น้ำสลัดมะเขือเทศผสมโหระพาสูตรพิเศษของคารุอิซาว่า

ร้านขายขนมและแยมแห่งคารุอิซาว่า
白樺堂
ชิราคาบะโด

สาขาถนนหน้าสถานีรถไฟ โทร. 0267-42-2305, 16-7 Karuizawa-Higashi

P5, 7, 13



แหล่งช้อปปิ้งสไตล์พักผ่อนตากอากาศแบบสบายๆ ตั้งอยู่บริเวณด้าน
หน้าประตูทิศใต้ของสถานีรถไฟคารุอิซาว่า มีร้านค้าราว 240 ที่ดูดีมี
รสนิยมและมีคุณภาพสูงอยู่ในโซนช้อปปิ้ง 8 โซนท่ามกลางธรรมชาติอัน
อุดมสมบูรณ์

คารุอิซาว่า ปรินซ์ ช้อปปิ้ง พลาซ่า
Karuizawa Prince Shopping Plaza
Karuizawa, Karuizawa-machi, Kitasaku-gun, Nagano 389-0102
โทร. 0267-42-5211 https://www.karuizawa-psp.jp/en

ข้อมูลเกี่ยวกับสถานที่ที่เป็นสมาชิกของสมาคมการท่องเที่ยวคารุอิซาว่า

P5,9,13,15



## Forest of Muse

พิพิธภัณฑ์หนังสือภาพคารุอิซาว่า
พิกเซอเรสก์ การ์เดน
พิพิธภัณฑ์ตุ๊กตาคารุอิซาว่า แอร์ช ทอย

0267-48-3340
182 Nagakura
Karuizawa-machi (Shiozawa)
http://museen.org/event/

---

P5,9,13,15

*คารุอิซาว่า เมืองที่มีต้นสนคารามัตสึและมอสสวยๆท่ามกลางสายหมอกอันงดงาม*

มาลองประดิษฐ์ก้อนโคเกดามะและสวนมอสในขวดแก้วเป็นที่ระลึกในทริปเที่ยวคารุอิซาว่ากันดูไหม
คุณสามารถนำเอาสิ่งประดิษฐ์สวยๆนี้ไปวางตกแต่งภายในบ้านได้หลายปีหากมีการดูแลรักษา

เวลาที่ใช้ในการทำ ประมาณ 1 ชั่วโมง / นำเอาสัตว์เลี้ยงเข้าไปได้ /
ก้อนโคเกดามะ 3,800 เยน (รวมภาษีแล้ว) / สวนมอสในขวดแก้ว 5,500 เยน (รวมภาษีแล้ว)

เลิฟเจแปนแบรนด์
Love Japan Brand Showroom 2834-29 Nagakura, Karuizawa-machi
โทร. 090-9669-0512



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

---

P5,7,13



## KARUIZAWA ROABEE

อาหารจานด่วนที่เรียบง่ายแต่น่าทานในรูปแบบเนื้ออบที่ทางร้านทำเองกับผักที่ใส่แบบจัดเต็ม ห่อด้วยแป้งเหนียวๆอุ่นๆที่อบขึ้นในร้านและราดซอสที่คุณชอบ

โรบี คารุอิซาว่า 586-1 Karuizawa, Karuizawa-machi, Kitasaku-gun, Nagano 389-0102
โทร. 0267-41-6620 https://roabee.jp/

---

P5, 13



HOTEL INDIGO KARUIZAWA

การออกแบบที่มีสไตล์เน้นวัสดุไม้
และต้นไม้เขียวขจี และพืนที่โรงแรม
ที่สะดวกสบายที่ให้ความรู้สึก
เหมือนวิลล่าหลังโปรดของคุณ

**Hotel Indigo Karuizawa** โรงแรม อินดิโก คารุอิซาวะ
18-39 Yashikizoe, Nagakura, Karuizawa-machi,
Kitasaku-gun, Nagano 389-0111
TEL 0267-42-1100 https://karuizawa.hotelindigo.com

---

P5, 7, 13

TsuruTonTan UDON NOODLE Brasserie
つるとん
KARUIZAWA JAPAN



เส้นอุด้งที่เรียกว่า "อาเกะทาจิ (ทำสดใหม่)"
ที่ทำโดยช่างฝีมือด้วยความจริงใจ

813-10 Kyu-Karuizawa, Karuizawa, Karuizawa-machi, Kitasaku-gun, Nagano 389-0102 TEL 0267-42-0026

---

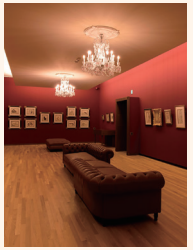
P5, 7, 13

Musée Ando à Karuizawa

พิพิธภัณฑ์ที่จัดแสดงผลงานของ Tsuguharu Fujita เท่านั้น

## Musée Ando à Karuizawa

43-10 Karuizawa-Higashi, Karuizawa-machi,
Kitasaku-gun, Nagano 389-0104 Tel: 0267-42-1230
www.musee-ando.com



---

## คุณรู้จักคารุอิซาวะไหม?

# การทดสอบเว็บไซต์คารุอิซาวะ

**การทดสอบเว็บไซต์คารุอิซาวะคืออะไร?**

"นี่คือการทดสอบเพื่อเรียนรู้เกี่ยวกับคารุอิซาวะ
และค้นพบเสน่ห์ของคารุอิซาวะอย่างลึกซึ้งยิ่งขึ้น"
"มีข้อสอบจากหลากหลายสาขา เช่น ธรรมชาติ ประวัติศาสตร์
วัฒนธรรม สถาปัตยกรรม ชีววิทยา และวรรณคดีของคารุอิซาวะ
ถูกนำมาใช้เพื่อวัดระดับความรู้เกี่ยวกับคารุอิซาวะ"

ทำไมไม่ลองทดสอบดูล่ะ!!
ภาพรวม/รายละเอียดการทดสอบ

## จนถึงตอนนี้มีผู้สอบผ่านมากกว่า 1000 คนแล้ว

**คุณสามารถทำข้อสอบได้จากที่บ้านหรือระหว่างเดินทาง**

การทดสอบคารุอิซาวะสามารถทำได้ทางออนไลน์
"นอกจากนี้ยังสามารถเข้าถึงได้จากแท็บเล็ตและสมาร์ทโฟน
คุณจึงทำข้อสอบได้จากที่บ้านหรือระหว่างเดินทาง
หากเชื่อมต่อกับอินเทอร์เน็ตได้"

คอมพิวเตอร์ตั้งโต๊ะ แท็บเล็ต สมาร์ทโฟน

**นี่คือตัวอย่างของข้อสอบ**

ถาม: เมืองคารุอิซาวะตั้งอยู่ที่ประมาณ ( ) ม. เหนือระดับน้ำทะเล
①700ม. ②1000ม. ③1500ม. ④1700ม.

ตอบ: ไปที่หน้าถัดไปเพื่อดูคำตอบ

**สิทธิประโยชน์สำหรับผู้ที่สอบผ่าน**

1. ใบรับรองการทดสอบ
2. บัตรรับรองการทดสอบ
3. ตั๋วเข้าชมพิพิธภัณฑ์ฟรีในเมืองคารุอิซาวะ
4. เข็มกลัดรับรองเป็นผู้สอบผ่าน (มีค่าใช้จ่าย)




บัตรรับรองการทดสอบ (ระดับ 3)

สมาคมการท่องเที่ยวคารุอิซาวะ

軽井沢
美しい村
KARUIZAWA BEAUTIFUL VILLAGE

## ยินดีต้อนรับสู่เมืองแห่งการฟื้นฟูกายและใจ “คารุอิซาว่า”

คารุอิซาว่าคือเมืองที่คนสมัยก่อนขนานนามว่าเป็น “โรงพยาบาลไร้หลังคา (สถานที่พักฟื้นทางธรรมชาติ)” ปัจจุบันมีการพิสูจน์ทางวิทยาศาสตร์อย่างต่อเนื่องว่าสภาพดินฟ้าอากาศของที่นี่ทำให้ผู้คนมีสุขภาพดี

ภูมิอากาศบนที่ราบสูงที่อยู่สูง 1,000 เมตรจากระดับน้ำทะเลทำให้คารุอิซาว่ามีระบบนิเวศและสภาพแวดล้อมทางธรรมชาติที่อุดมสมบูรณ์ อีกทั้งยังส่งผลดีหลายประการ เช่น เสริมสร้างกำลังวังชา ฟื้นฟูระบบภูมิคุ้มกัน กระตุ้นการทำงานของสมอง กระตุ้นประสาทสัมผัส สุขภาพร่างกายได้รับประโยชน์จากภูมิอากาศบนพื้นที่ที่มีความต่างระดับ เป็นต้น

นอกเหนือจากด้านการพักผ่อนกายใจแล้ว เมืองตากอากาศคารุอิซาว่ายังมีสถานที่และกิจกรรมทางด้านวัฒนธรรม ศิลปะ กีฬา การสัมผัสประสบการณ์เชิงธรรมชาติ และอื่นๆอยู่มากมายจนก่อกำเนิดชุมชนที่มีเอกลักษณ์เฉพาะตัว ด้วยเหตุนี้ เราจึงอยากจะขอเชิญชวนให้ท่านเดินทางมาสัมผัสกับคุณค่าของสิ่งดังกล่าวที่มีอยู่ในเมืองแห่งนี้

นิติบุคคล สมาคมการท่องเที่ยวคารุอิซาว่า นายกสมาคม **โยชิฮารุ สึจิย่า**

**[ติดต่อสอบถาม]**

ศูนย์บริการข้อมูลนักท่องเที่ยวคารุอิซาว่า (ในสถานีรถไฟคารุอิซาว่า) ..... ☎0267-42-2491
Karuizawa Information Bureau (คิวคารุอิซาว่ากินซ่า) ..... ☎0267-42-5538
ศูนย์บริการข้อมูลนักท่องเที่ยวคารุอิซาว่า (ในคุตสึกาเกะ เทอร์เรซ) ..... ☎0267-45-6050

เว็บไซต์ของสมาคมการท่องเที่ยวคารุอิซาว่า

เพจเฟซบุ๊กของสมาคมการท่องเที่ยวคารุอิซาว่า

@karuizawa_kta

@karuizawa.info

ตอบ: ②1000ม.