

ประมาณ  
1 ชั่วโมง  
จากโตเกียว

# GUNMA

คู่มือท่องเที่ยวจังหวัด群馬



Tambara Lavender Park

夏

春

อาคางิ นินเม็น เซ็นบนซากุระ

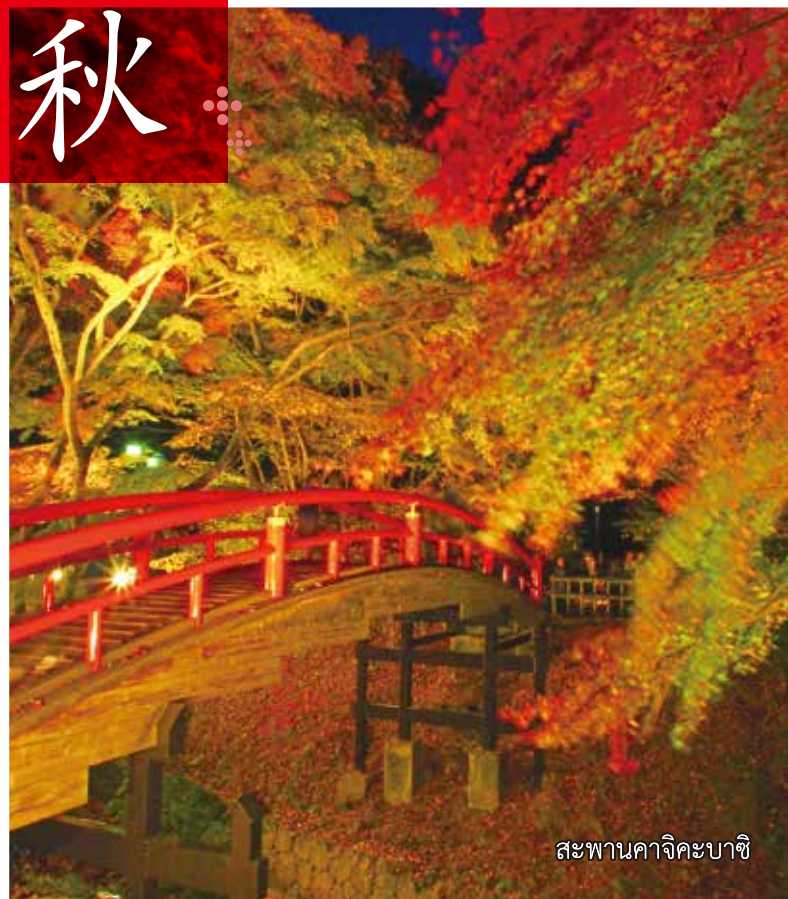


冬

秋



พาวเดอร์สโนว์ใน群馬



สะพานคากิจคะบาชิ

วัฒนธรรมและ  
ประสบการณ์

ธรรมชาติ

# INDEX

แผนที่ของจังหวัดกุนมะ 03 →

# ยินดีต้อนรับสู่ กุนมะ



อนเซ็นในกุนมะ

- คุสะทสึ อนเซ็น 05 →
- มินาคามิ อนเซ็น 18 แห่ง 07 →
- อิคาโฮะ อนเซ็น 09 →
- ชิมะ อนเซ็น 11 →



ฤดูทั้งสี่ของกุนมะ

- ฤดูใบไม้ผลิ 13 →
- ฤดูร้อน 17 →
- ฤดูใบไม้ร่วง 21 →
- ฤดูหนาว 25 →

เส้นทางแนะนำในจังหวัดกุนมะ 29 →

\*ภาพถ่าย ภาพวาด และแผนที่ที่ลงอยู่ในคู่มือท่องเที่ยวเป็นข้อมูลการท่องเที่ยว  
จึงอาจแตกต่างกับของจริง กรุณาตรวจสอบรายละเอียด เช่น วันหยุด เวลาทำการ  
และตารางงานอีเว้นต์ของสถานที่ท่องเที่ยวต่างๆ หรือร้านค้าเอาไว้ล่วงหน้า  
\*ช่วงดอกไม้บานหรือสภาพการที่บดบังของหิมะ ฯลฯ อาจแตกต่างตามสภาพอากาศ  
\*ข้อมูลเป็นของเดือนกันยายน 2019



อาหารเลิศรส



กุนมะจัง

มาสคอตของจังหวัดกุนมะ

กิจกรรมฤดูหนาว

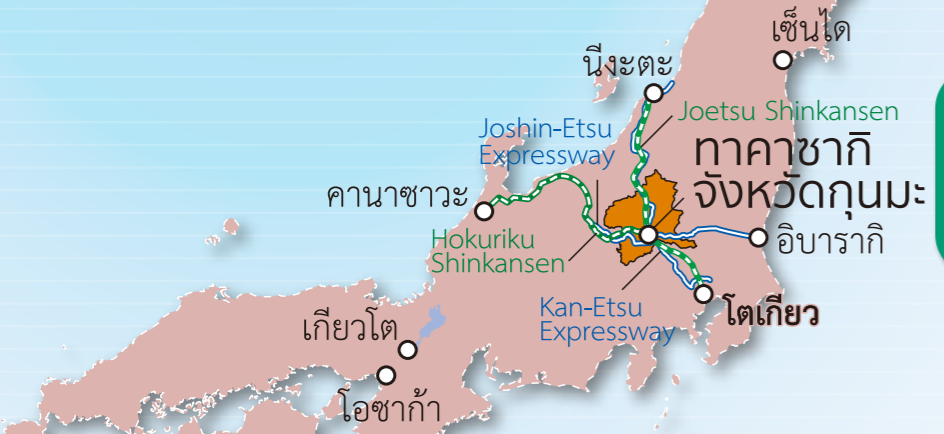


อาณาจักรแห่ง  
อนเซ็น

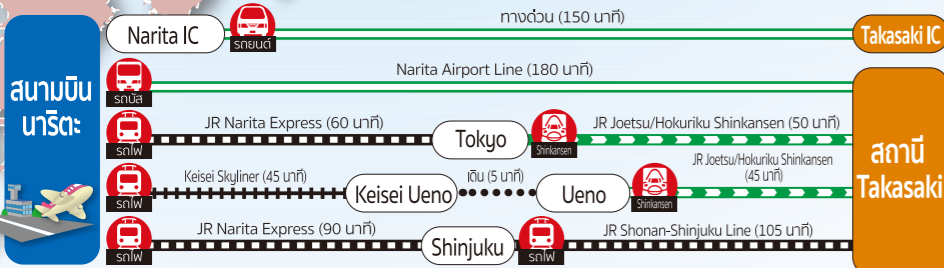


# จังหวัดกุนมะ ใจกลางของประเทศญี่ปุ่น

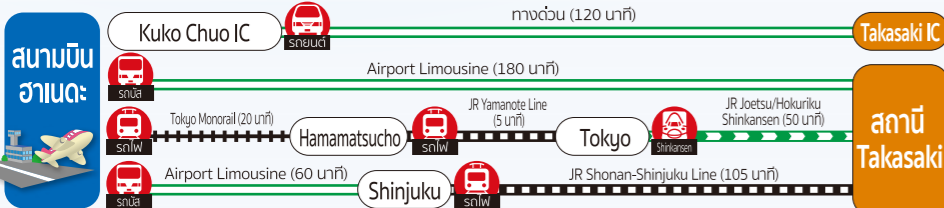
ประมาณ 1 ชั่วโมง จากโตเกียว  
เชิญมาชมที่เต็มไปด้วยความสนุกสนาน



## การเดินทางจากสนามบินนาริตะ



## การเดินทางจากสนามบินฮาเนดะ



## การเดินทางจากสนามบินนิงะตะ



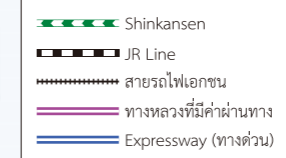
## การเดินทางจากสนามบินอิบารากิ



## การเดินทางไปยังสถานที่ท่องเที่ยว



\*เส้นทางคมนาคมและเวลาที่ใช้ข้างต้นเป็นการกะประมาณ  
แนะนำให้วางแผนล่วงหน้าเพื่อเวลาโดยคำนึงถึงสภาพการเดินทางและสภาพการจราจรในวันนั้นๆ ด้วย





ตำบลคุสะทสึ

# คุสะทสึ ออนเซ็น



## ออนเซ็นกลางแจ้ง โซโนะคาวาระ

ออนเซ็นกลางแจ้งขนาดใหญ่ที่สุดในคุสะทสึ มีความกว้างถึง 500 ตารางเมตรและห้อมล้อมไปด้วยภูเขา คุณจึงจะได้ชื่นชมทะเลสาบที่งดงามกับวิวทิวทัศน์ในแต่ละฤดูกาล เช่น ไปไม่เปลี่ยนสีในฤดูใบไม้ร่วงและหิมะในฤดูหนาว



## Kusatsu Onsen Ski Resort

เป็นลานสกีที่ได้รับความนิยมในกลุ่มครอบครัวเพราะตั้งอยู่ใกล้และใช้เวลา 5 นาทีจากแหล่งออนเซ็นโดยรถยนต์ คุณจะได้อิ่มอกอิ่มใจกับพื้นที่หญ้าและมินิโกล์ฟในฤดูร้อน รวมทั้งพาวเดอร์สโนว์ในฤดูหนาวอีกด้วย



## ออนเซ็นแช่เท้า

คุสะทสึ ออนเซ็นมีออนเซ็นแช่เท้าอยู่ 4 แห่ง (หน้ายูบะทาเคะ หน้าจิชโนะ ยู และหน้า Bus Terminal)



## โอกาคิ โนะ ยู

มีอ่างแช่เท้าอุณหภูมิต่างกัน เชิญมาประสบการณ์ "อวาเซะยู" อันเป็นวิธีการแช่เท้าแบบดั้งเดิมซึ่งให้แช่เท้าในแต่ละอ่างและทำให้ร่างกายเย็นขึ้นไปกับออนเซ็น



## สวนโซโนะคาวาระ

ตั้งอยู่ฝั่งตะวันตกของคุสะทสึ ออนเซ็น มีต้นน้ำพุร้อนผุดขึ้นมาจากจุดต่างๆ จนกลายเป็นแม่น้ำ ไหลระดับยามราตรีก็ใ้จากน้ำพุร้อนช่วยรังสรรค์บรรยากาศที่น่ามหัศจรรย์



## คุสะทสึ ออนเซ็น

มีชื่อเสียงโด่งดังและเป็นหนึ่งในสามออนเซ็นชื่อดังของญี่ปุ่น มีปริมาณน้ำของออนเซ็นผุดขึ้นมาเองตามธรรมชาติ (น้ำที่ละ 32,300 ลิตร) เป็นอันดับหนึ่งของญี่ปุ่น



## ยูโมมิ คุเนทสึโนะยู

"ยูโมมิ" เป็นการลอดอุโมงค์ของน้ำร้อนซึ่งใช้แผ่นไม้คน นักท่องเที่ยวก็สามารถแต่งชุดและมาสัมผัสประสบการณ์ได้



## Kusatsu Garasu-Gura (คลังแก้วคุสะทสึ)

ตั้งอยู่บนถนนโซโนะคาวาระโดริ แม้แต่เมื่อไม่ก็สามารถประดิษฐ์งานฝีมือประเภทแก้วได้ การประดิษฐ์เม็ดลูกแก้วที่ใช้ในการตกแต่งสายห้อยต่างๆ ใต้นั้นเป็นที่นิยมและเหมาะที่สุดสำหรับการเป็นของฝาก



## โกชะโนะยู

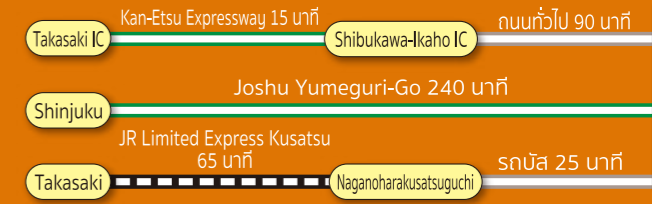
เป็นออนเซ็นที่สืบทอดประวัติศาสตร์มายาวนานโดยบูรณะอาคารในสมัยเอโดะ (1603-1867) และสมัยเมจิ (1868-1912) ขึ้นมาใหม่ มีห้องอาบน้ำ 2 ห้อง ได้แก่ "โคโนะยู" และ "อิชิโนะยู"



## Kusatsu Tropical Wonderland

พืชและสัตว์เขตร้อนกว่า 1,000 ตัว จากประมาณ 250 ชนิดอาศัยอยู่ในโดมซึ่งทำให้อบอุ่นโดยใช้ประโยชน์จากความร้อนของออนเซ็น

## การเดินทาง

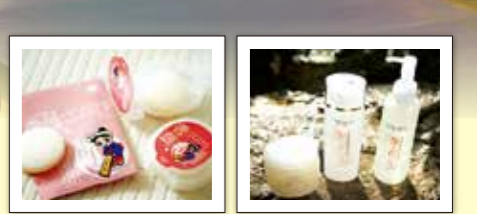


คุสะทสึ  
ออนเซ็น

## ยูบะทาเคะ

"เป็นสัญลักษณ์แห่งคุสะทสึออนเซ็น มีน้ำร้อนผุดออกมาประมาณน้ำที่ละ 4,000 ลิตร ไหลผ่านท่อไม้และมีไอน้ำพวยพุ่งขึ้นมา คุณจึงจะได้สัมผัสกับกลิ่นอันเป็นเอกลักษณ์ของออนเซ็น ช่วงกลางวันมีการเปิดไฟประดับและทำให้นักเดินทางที่เหนื่อยใจ

ถนนโซโนะคาวาระโดริมีจุดน่าสนใจอย่างร้านอาหารและร้านจำหน่ายสินค้าของฝากอูยามาย สามารถตระเวนชมเมืองด้วยรถลากได้ในช่วงปลายเดือนกรกฎาคม-ปลายเดือนกันยายนอีกด้วย



## สินค้าที่มีส่วนผสมของน้ำร้อน

สบู่ โลชั่น เซรั่ม และอื่นๆ ที่มีส่วนผสมเป็นมอยส์เจอร์ไรเซอร์จากออนเซ็นนั้นเป็นของฝากที่ได้รับความนิยม



## ออนเซ็นมันจู

มันจูเนืงรสหวานสอดไส้ถั่วแดงกวนเป็นของฝากที่ขายดีตลอดกาล มีร้านที่วางจำหน่ายมากมายและรสชาติก็จะแตกต่างกันไปตามแต่ละร้านค้า



## คุสะทสึมิ อุด้ง

อาหารขึ้นชื่อของคุสะทสึซึ่งเอาผงไม่คามาซาเซะผลผลิตของคุสะทสึผสมลงในแป้งอุด้งแล้วนวดให้เข้ากัน มีเส้นสีเขียวเป็นเอกลักษณ์และอุดมไปด้วยวิตามินและแคลเซียม ทั้งยังดีต่อสุขภาพ



ตำบลมินาคามิ

# มินาคามิ ออนเซ็น 18 แห่ง



## มินาคามิ ออนเซ็น 18 แห่ง

ตำบลมินาคามิตั้งอยู่ใกล้ทางธรรมชาติอันยิ่งใหญ่ตระการตาและรู้จักกันว่าเป็นเมืองแห่งต้นน้ำแม่น้ำโทเนะงาวะ แหล่งออนเซ็น 18 แห่งที่อยู่ใกล้กับแหล่งที่มีความโดดเด่นแตกต่างกันไปในเรื่องคุณภาพของออนเซ็น ปริมาณน้ำพุร้อน และอุณหภูมิมีน้ำพุร้อน มีวิถีเล่นน้ำมากมายหลากหลายตลอดทั้งปี เช่น กิจกรรมในแม่น้ำในฤดูร้อนและกิจกรรมบนหิมะในฤดูหนาว

### หุบเขามินาคามิเขียว

สามารถชมหุบเขาน้ำใสสวยงามนี้ได้จากบนสะพานมินาคามิและอื่นๆ มีการประดับไฟทำให้มีทัศนียภาพที่ตระการตาตลอดทั้งปีในฤดูหนาว

### ทาคารางาวะ ออนเซ็น



ออนเซ็นที่ล้อมรอบไปด้วยภูเขา มีออนเซ็นกลางแจ้งที่กล่าวกันว่าเป็นออนเซ็นกลางแจ้งที่ดีที่สุดที่ญี่ปุ่น

### โอะชิ ออนเซ็น



มีโรงอาบน้ำไม่ร้อนมีประวัติยาวนานกว่า 100 ปีและมีชื่อเสียงว่าเป็นออนเซ็นที่ผุดขึ้นมาจากใต้เท้าด้วย

### ซารุงะเคียว ออนเซ็น



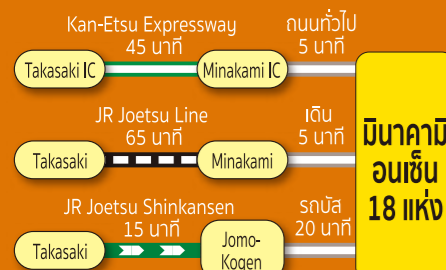
แหล่งออนเซ็นที่มีวิวสวยงามของทิวเขาน้ำพุร้อนใหญ่ตระการตาและทะเลสาบอาคาบะโคะ

### คามิโมคุ ออนเซ็น



สมัยโบราณเคยเป็นที่รักษาโรคด้วยออนเซ็นและปัจจุบันนี้ก็มีชื่อเสียงเรื่องคุณภาพของน้ำ

### การเดินทาง



มินาคามิ  
ออนเซ็น  
18 แห่ง



### พาราไกลดิง

มีทั้งคอร์สสัมผัสประสบการณ์หนึ่งวันสำหรับมือใหม่และคอร์สขึ้นไปกับนักบินผู้เชี่ยวชาญให้ได้สนุกสนานกันแบบสบายๆ

### ภูเขาทานิงาวะ-ดาเคะ

เมื่อนั่งกระเช้าลอยฟ้าขึ้นไปก็จะเห็นทิวทัศน์อันสวยงามกว้างขวางอยู่เบื้องล่าง



### อิชิโนะคุระซาวะ

หนึ่งในหน้าผาที่ใหญ่ที่สุดสามอันดับแรกของญี่ปุ่น มีคอร์สเทรกกิ้งชมวิวน้ำพุร้อนยิ่งใหญ่อลังการแห่งนี้



### กิจกรรมฤดูหนาว

มีหิมะทับถมหนาจึงมีลานสกีที่มีเอกลักษณ์เป็นจำนวนมาก สโนว์ชูเดินบนหิมะและนั่งแกลกบนหิมะอันน่าตื่นตาตื่นใจก็ได้รับความนิยมอย่างล้นหลามเช่นกัน



### Minakami Fruit Land Mogitore

เพลิดเพลินกับการเก็บผลไม้ตามฤดูกาล เช่น สตรอเบอร์รี่ในฤดูหนาว บลูเบอร์รี่หรือลูกพีชในฤดูร้อน และแอปเปิ้ลในฤดูใบไม้ร่วง เด็กที่ทำการผลไม้ตามฤดูกาลก็ได้รับความนิยมเช่นกัน



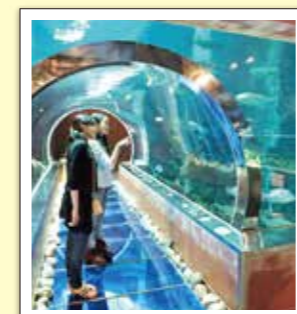
### ทาคุมิ โนะ ซาโตะ

มีสถานที่มากมายให้เราได้สร้างงานฝีมือแบบดั้งเดิมของญี่ปุ่น ไม่ว่าจะเป็นงานไม้ งานไม้ไผ่ กระดาษวาชิ (กระดาษญี่ปุ่น) ซึ่งจุดที่น่าสนใจก็คือ การที่ได้สร้างผลงานที่คุณชื่นชอบโดยมีช่างฝีมือคอยสอนไปด้วย และที่นี่ยังถูกแนะนำไว้ในคู่มือการท่องเที่ยวของมิซึซึมิอีกด้วย



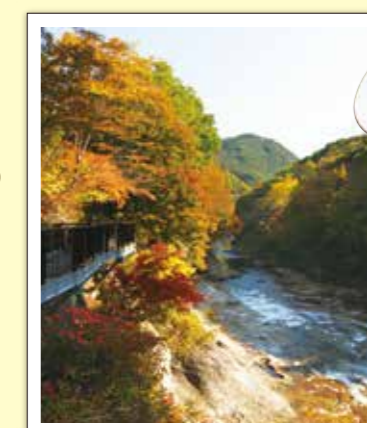
### สถานีริมทางมิซึคิโคคัง

สถานีริมทางที่มีพิพิธภัณฑ์ปลาน้ำจัด ทั้งยังขอแนะนำให้แวะหาขนมหวานน้ำโทเนะงาวะไปด้วย



### หุบเขาซุวะเคียว

สวนโมจิที่ตั้งอยู่ระหว่างทางหุบเขาซุวะเคียวนั้น มีโมจิแบบพิเศษออกไปทางแม่น้ำช่วยให้ความงดงามของหุบเขาเพิ่มขึ้นเป็นเท่าตัว



### แกงกะหรี่ช้อน

อาหารขึ้นชื่อของตำบลแห่งนี้ที่มีเชี่ยน 5 แห่ง มีการจัดงานโดยทำให้มีรูปร่างเหมือนเชี่ยน 3 ประเภท สามารถทานแกงกะหรี่ได้ตามเรียวกังหรือร้านอาหารต่างๆ ภายใต้น้ำตก



### เทศกาลอินะที่บันไดหิน

เด็กๆน่ารักที่แปลงโฉมให้เหมือนตุ๊กตาอินะโดยแต่งกายสวยงามและแต่งหน้าต่างๆ จะออกมารวมตัวกันที่บันไดหินของอิคาโฮะในช่วงต้นเดือนมีนาคมของทุกปี



### Ikaho Hawaiian Festival

เมืองชิบูคาวะกับฮาวายเป็นเมืองที่เมืองน้อง ในฤดูร้อนอิคาโฮะออนเซ็นจะเป็นสถานที่จัดงานหลักของ Hawaiian Festival



### วัดเจ้าแม่กวนอิม มิชิซาวะ

รูปปั้นพระอมิตาพุทธ (ฝ่ายมหายาน) ปางนั่งภายในโถงสลักอันเป็นที่ประดิษฐานของพระพุทธรูปเจ้านั้นมีชื่อเสียงว่าเป็นเจ้าแม่กวนอิมที่ให้พรสมปรารถนา



### มิชิซาวะ อุดัง

หนึ่งในสามอุดังขึ้นชื่อของญี่ปุ่นและมีประวัติศาสตร์ยาวนานกว่า 400 ปี สองข้างทางถนนที่ทอดยาวไปถึงวัดเจ้าแม่กวนอิมมิชิซาวะนั้นมีร้านอุดังตั้งเรียงรายอยู่มากถึง 13 ร้านเลยทีเดียว

### ออนเซ็นกลางแจ้งของอิคาโฮะออนเซ็น

เป็นออนเซ็นสาธารณะของอิคาโฮะ ในฤดูใบไม้ผลิจะสามารถแช่น้ำขณะชื่นชมดอกทสึสึจิที่บ้านอย่างสวยงามได้



IKAHO  
ONSEN



เมืองชิบูคาวะ

# อิคาโฮะ ออนเซ็น



### Hara Museum Arc

พิพิธภัณฑ์ศิลปะสมัยใหม่ที่ตั้งอยู่ติดกับ Ikaho Green Bokujo นอกจากจะมีศิลปะป๊อปอาร์ตอันดีเลิศจากทั้งในและต่างประเทศแล้ว ยังจัดแสดงศิลปะสมัยโบราณของญี่ปุ่นอีกด้วย



### พิพิธภัณฑ์ของเล่น ตุ๊กตา และรถยนต์คลาสสิกที่อิคาโฮะ

มีการจัดนิทรรศการวัฒนธรรมในสมัยโซะวะของญี่ปุ่น ของเล่นและตุ๊กตาต่างๆ ทั้งยังมีพิพิธภัณฑ์รถยนต์คลาสสิก และรถยนต์ชื่อดังในอดีตอีกด้วย



### ชดยูกาตะ

มีโรงแรมที่ให้เช่าชดยูกาตะด้วย ดังนั้นอยากให้ออกไปลองใส่กันให้ได้



### ย่านบันไดหิน

บันไดหินทั้งหมด 365 ขั้น เป็นสัญลักษณ์ของเมืองอิคาโฮะออนเซ็น สองข้างทางเรียงรายไปด้วยเรียวกังเก่าแก่ และร้านจำหน่ายสินค้าของฝาก

### การเล่นยิงปืน

เป็นสิ่งที่ขาดไม่ได้ในการเดินเล่นที่อิคาโฮะออนเซ็น ใช้กระสุนจากไม้ก๊อกไคบิงของเล่น และยังให้โดนของรางวัลที่ต้องการ



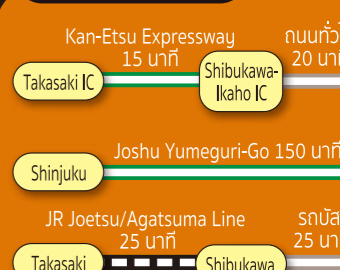
### ยูโนะฮานะมันจู

"ยูโนะฮานะมันจู" เป็นของฝากขายดีตลอดกาลของแหล่งออนเซ็นในญี่ปุ่นและกำเนิดขึ้นที่อิคาโฮะออนเซ็น มีร้านมันจูอยู่ในแหล่งออนเซ็นมากมาย

### อิคาโฮะ ออนเซ็น

แหล่งออนเซ็นที่มีน้ำแร่สองชนิดอย่าง "โคจนาเนะโนะยะยู (น้ำพุร้อนสีทอง)" และ "ชิโรจนาเนะโนะยะยู (น้ำพุร้อนสีเงิน)"

### การเดินทาง



อิคาโฮะ  
ออนเซ็น



### สวนมอสส์ซากัสึโบมิโกเคะ

ที่สวนแห่งนี้มีพืชที่ขึ้นเฉพาะจุดที่มีน้ำซึ่งมีคุณสมบัติเป็นกรดไหลผ่าน สถานที่ที่มีพืชขึ้นเองตามธรรมชาติเป็นวงกว้าง มีเฉพาะในสวนมอสส์ซากัสึโบมิโกเคะแห่งนี้แห่งเดียวในเกาะฮอนชู สีเขียวขมู่มทำให้ความสวยงามโดดเด่นเพิ่มขึ้นอีกระดับในฤดูใบไม้ผลิและฤดูใบไม้ร่วง



### ทะเลสาบโนชิริโคะ

ทะเลสาบเขื่อนบนที่ราบสูงซึ่งล้อมรอบด้วยภูเขาต่างๆ ที่มีความสูงจากระดับน้ำทะเล 2,000 เมตร ธรรมชาติในแต่ละฤดูกาลเป็นเสน่ห์ดึงดูดนักท่องเที่ยว เช่น ดอกเร็นเกะที่สีจางในฤดูใบไม้ผลิหรือดอกเดย์ลิลี่ในฤดูร้อน



### Nakanajo Biennale

เป็นการจัดแสดงภาพวาด ประติมากรรม และภาพถ่ายต่างๆ ในฤดูใบไม้ร่วง 2 ปีต่อครั้ง โดยมีส่วนร่วมจากทั่วโลก ใช้ทั่วทั้งเมืองอย่างเมืองออนเซ็นหรือตึกเรียนไม่เก่า เป็นต้นเป็นเวทีจัดแสดง



### อนเซ็นสาธารณะ จุดสำหรับดื่มอนเซ็น อนเซ็นแช่เท้า



### น้ำตกโคอิชิมี โนะ ทาคิ

ที่น้ำตกโคอิชิมี โนะ ทาคิมีความสูงประมาณ 20 เมตร และน้ำตกมลายะ โนะทาคิยังสวยงามมากเพราะห้อมล้อมไปด้วยสีเขียวจากต้นไม้ ช่วงใบไม้เปลี่ยนสีในฤดูใบไม้ร่วงเป็นช่วงที่น่ามาชมกันเป็นพิเศษ



### น้ำตกมลายะ โนะ ทาคิ



### ทะเลสาบชิมะโคะ

อย่าพลาดมาสนุกกับการพายเรือแคนูและ SUP ที่ทะเลสาบที่ห้อมล้อมไปด้วยธรรมชาติสวยๆ ถ้าต้องการมาชื่นชมน้ำในทะเลสาบสีฟ้าที่งดงามก็แนะนำให้มาช่วงฤดูใบไม้ผลิ



### วัดอินทามิยาคุชิโด

กล่าวกันว่าพระโทะชิซึกุ (ยาคุชิในภาษาญี่ปุ่น) เป็นพระพุทธรูปที่ช่วยเหลือผู้คนจากความทุกข์ทรมานของความเจ็บป่วย จึงมีคนมาสักการะกันเป็นจำนวนมากตั้งแต่สมัยก่อน

SHIMA ONSEN



### ตำบลนาคะโนะโจ

# ชิมะ ออนเซ็น



### ถนนโอจิโอดริ

ถนนที่หลงเหลือบ้านเรือนในสมัยโชวะของญี่ปุ่น นอกจากร้านอาหารและร้านจำหน่ายสินค้าของฝาก ยังมีร้านที่คุณจะได้สนุกสนานกับสมารถบอล (คล้ายตีเทนนิส)



### งานถือโคมไฟ "Lantern walk"

อีเวนต์ส่วนฤดูใบไม้ร่วงและฤดูใบไม้ผลิแล้ว เดินเล่นตามเมืองออนเซ็นยามราตรี

### ตระเวนรับประทานขนมหวาน "ญี่ปุ่นและตะวันตก" ที่ชิมะ ออนเซ็น

เพลิดเพลินกับขนมหวานของแต่ร้านทั้งยังแวะมาพักผ่อนระหว่างเดินเล่นในเมืองออนเซ็นกันได้แบบสบายๆ ได้อีกด้วย



### สินค้า ออนเซ็น



### สบู่เพื่อความชุ่มชื้นชิมะออนเซ็น



### สบู่ชิมะออนเซ็น

### สบู่เหลวของร้านแอปเปิล

สบู่เหลวแบบเฉพาะของทางร้านที่มีส่วนผสมจากน้ำองุ่นอินทรีย์ อุดมไปด้วยมอยส์เจอร์โรเซอร์และน้ำแอปเปิลผลัดผลในท้องถิ่น

### โลชั่นเพื่อความชุ่มชื้นชิมะออนเซ็น

โลชั่นบำรุงผิวประเภทสเปรย์ที่ทำขึ้นมาจากน้ำแร่ของชิมะออนเซ็น ซึ่งจะให้ความชุ่มชื้นกับผิวและไม่มีส่วนผสมจากสารเคมี

### สบู่ที่มีส่วนผสมของมอยส์เจอร์โรเซอร์

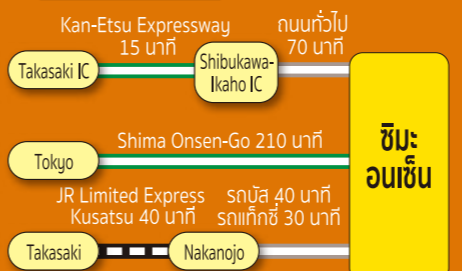
สบู่ที่มีส่วนผสมของมอยส์เจอร์โรเซอร์ เช่น คอลลาเจนในน้ำแร่ของชิมะออนเซ็น ซึ่งจะทำให้ผิวสวยขึ้น สบู่แบบผสมผสานที่มีชื่อเสียงที่เด่นชัด



### ชิมะ ออนเซ็น

อนเซ็นริมแม่น้ำชิมะงาวะที่ห้อมล้อมด้วยภูเขาและมีสายน้ำไหลผ่านนั้นได้รับการกำหนดให้เป็นแหล่งออนเซ็นเพื่อการพักผ่อนแห่งแรกของญี่ปุ่น เป็นแหล่งออนเซ็นที่ได้รับความนิยมเพราะมีโรงแรมแบบโบราณอันมีประวัติยาวนานและบ้านเรือนชวนให้ทวนคิดถึงอดีต

### การเดินทาง



### ชิมะชิริโอะบะ

มีห้องอาบน้ำใหญ่และออนเซ็นกลางแจ้งอยู่ภายในอาคารสโตนญี่ปุ่นแท้ คุณสามารถเพลิดเพลินกับวิวในแต่ละฤดูกาลกับสายน้ำของแม่น้ำชิมะงาวะจากออนเซ็นกลางแจ้งได้



**ไฟประดับซากุระกลางคืน ณ โรงงานโทมิโอะคะ** เมืองโทมิโอะคะ

โรงงานโทมิโอะคะเป็นโรงงานใหม่ที่ใช้เครื่องมือในการผลิตแห่งแรกของญี่ปุ่นซึ่งสร้างขึ้นโดยรัฐบาลเมจิในปี 1872 และลงทะเบียนเป็นมรดกโลกในปี 2014 มีจัดไฟประดับซากุระกลางคืนในระหว่างระยะเวลาดอกซากุระบาน



**ผลิตภัณฑ์โทโม** เมืองโทมิโอะคะ

นอกจากผลิตภัณฑ์ผ้า เช่น เนคไทและผ้าพันคอ ซึ่งใช้ผ้าไหมที่ทำจากรังไหมซึ่งเป็นผลผลิตของโทมิโอะคะแล้ว ยังได้รับการพัฒนาเป็นทั้งสบู่และเครื่องสำอางด้วย



**แท่นศิลาจารึก 3 แท่น** เมืองทาคาซากิ

เป็นชื่อเรียกรวมของศิลาจารึก 3 แผ่น (ทาโกะชิ ยามะโนะอุเอะชิ และคานาอิซาวะชิ) ในสมัยโบราณช่วงศตวรรษที่ 7-8 ซึ่งปัจจุบันนี้ตั้งอยู่ในเมืองทาคาซากิ ศิลาแต่ละแผ่นได้รับการกำหนดให้เป็นร่องรอยทางประวัติศาสตร์พิเศษของญี่ปุ่น

**สวนเคะโซจิ** เมืองอิซซากิ

ต้นซากุระบานสะพรั่งในช่วงต้นเดือนเมษายน และดอกทิวลิปสีจางจะบานสวยงามตั้งแต่ช่วงกลางเดือนเมษายนถึงกลางเดือนพฤษภาคม วิวจากชิงช้าสวรรค์ยักษ์ความสูง 65 เมตรที่มีความวิเศษสุดยอด



春



**สวนกุหลาบ Kadokura Techno ณ สวนซึกิซิมะ** เมืองมาเอะนาชิ

มีกุหลาบบาน 7,000 ต้น ช่วงนำชมเป็นตั้งแต่กลางเดือนพฤษภาคมถึงกลางเดือนมิถุนายนมีการเปิดไฟประดับซากุระกลางคืนในระยะเวลาเทศกาล



**KANEKO SEEDS Gunma Flower Park** เมืองมาเอะนาชิ

ทิวลิป 200,000 ดอกบานสะพรั่ง และดอกซากุระ แดงไฟโตลกุหลาบใน English Garden และอื่นๆ ก็จะช่วยให้ช่วยเพิ่มความสวยงามให้กับภายในสวนอีกด้วย



**ชิโรอิซุคุ** เมืองชิบุคาว่า

สถานที่ยังหลงเหลือบ้านเรือนในสมัยเอโดะ (ปี 1603-1867) มีดอกซากุระพันธุ์ยาเอะบานสะพรั่ง และมีเทศกาลจัดขึ้นในช่วงปลายเดือนเมษายนอีกด้วย

**ฟูจิ โนะ ซากุ โอะคะ** เมืองฟูจิโอะคะ

เพลิดเพลินกับเส้นทางที่ปลูกชมดอกฟูจิความยาวทั้งหมด 250 เมตร และดอกฟูจิ อีก 45 สายพันธุ์



**เมียวคุเอะ ไคคินนอน** เมืองทาคาซากิ

รูปปั้นเจ้าแม่กวนอิมความสูง 41.8 เมตร ตั้งอยู่บริเวณวัดจิเก็นอิน ซึ่งอยู่บนยอดเขาคันนอนยามะ ภายในรูปปั้นมีพระพุทธรูปประดิษฐานอยู่ 20 องค์และสามารถเข้าไปไหว้ได้



**ศาลเจ้านาคะโนะทาคะ** ตำบลชิโมเนดะ

มีองค์พระเทพไทโกกุที่ใหญ่ที่สุดในญี่ปุ่นประดิษฐานอยู่ มีความสูง 20 เมตรและน้ำหนัก 8.5 ตัน เทพไทโกกุเป็นหนึ่งใน 7 เทพเจ้าแห่งโชคลาภที่คนญี่ปุ่นนับถือกัน



**Gunma Safari Park** เมืองโทมิโอะคะ

มีสัตว์ 1,000 ตัว จากประมาณ 100 ชนิด เช่น สิงโต เสือ และอื่นๆ สามารถชมรถยนต์เที่ยวภายในสวนได้

**อาคางิ นันเม็น เซ็นบนซากุระ** เมืองมาเอะนาชิ

อุโมงค์ต้นซากุระพันธุ์ชิเมียวชิโนะที่ครอบคลุมระยะทาง 1.3 กิโลเมตร สวยงามเป็นพิเศษเมื่อเปิดไฟประดับในยามค่ำคืน

**ภูเขาเมียวจิน** เมืองโทมิโอะคะ, เมืองอันนาคะ, ตำบลชิโมเนดะ

หนึ่งในสามภูเขาที่มีชื่อเสียงภายในจังหวัดกุนมะ มีความสูงเหนือระดับน้ำทะเลอยู่ที่ 1,104 เมตร แม้จะเป็นภูเขาขรุขระเพราะมีหินจำนวนมากแต่ก็ยังสวยงามเป็นพิเศษในช่วงซากุระหรือใบไม้เปลี่ยนสี



กุนมะ สถานที่แนะนำ ฤดูใบไม้ผลิ



Spring





### ↑ Tobu Treasure Garden เมืองตาดะบายาชิ

ดอกไม้ตามฤดูกาลอย่างกุหลาบและอื่นๆ ที่ปลูกภายในสวนขนาดประมาณ 8 เฮกตาร์ (0.08 ตารางกิโลเมตร) ตามหัวข้อต่างๆ จะบานสะพรั่งสวยงาม

# Spring



### ↑ เทศกาลธงปลาการ์ฟ เมืองตาดะบายาชิ

ธงปลาการ์ฟหลายพันตัวจะถูกชักในสถานที่ต่างๆ ภายในเมืองที่แม่น้ำสิโรคางาวะจะมีช่วงพิเศษที่มีทั้งธงปลาการ์ฟและดอกซากุระบานสะพรั่งอย่างงดงามในปลายเดือนมีนาคม



### ↔ บุนบุคุ ซางามะ โนะ คามาตามะ อดัง เมืองตาดะบายาชิ

อดังที่มีแรงจูงใจมาจาก "บุนบุคุ ซางามะ" อันโด่งดังจากนิทานของญี่ปุ่น เลิฟโนชามที่มีดีใจมาจากตัวทากูนิ



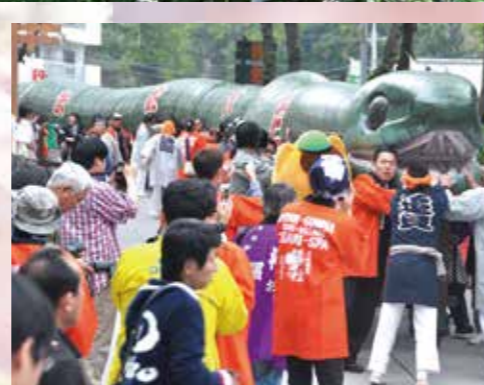
### ↔ พลาต้าเมืองทาคาซากิ เมืองทาคาซากิ

เมืองทาคาซากิถูกเรียกกันว่า "เมืองแห่งพลาต้า" จึงมีร้านค้ามากมายและเลิฟโนชามที่หลากหลายในราคาย่อมเยา



### ↔ โออิงามิ ออนเซ็น เมืองมูมาตะ

แหล่งออนเซ็นที่ใกล้กับสถานที่ชื่อดัง เช่น น้ำตกฟูจิวาระโนะทาคิ และหุบเขาคาตาซึเนะ ออนเซ็นแห่งนี้เรียกกันว่า "น้ำพุร้อนเพื่อความงาม" และ "น้ำพุร้อนรักษาแผล" เพราะผิวจะนุ่มลื่นหลังจากแช่ออนเซ็นแห่งนี้



### ↑ เทศกาลงูใหญ่ของโออิงามิออนเซ็น เมืองมูมาตะ

เป็นเทศกาลหามศาลเจ้าใหญ่ความยาวกว่า 100 เมตร และเดินตามเมืองออนเซ็นซึ่งจะจัดขึ้นในเดือนพฤษภาคมของทุกปี



### ↑ สวนสาธารณะฮาชิโองิยามะ เมืองโอดะ

เดือนเมษายนจะมีดอกซากุระราว 300 ต้น และชิบะซากุระ ฯลฯ บานสะพรั่ง ซึ่งอีเวนต์ต่างๆ ก็จะมีจัดขึ้นในช่วงเวลาเดียวกัน และดอกทสึสึจิในเดือนพฤษภาคมก็งดงามเช่นกัน

### ↑ สวนทสึสึจิอะโอะ เมืองตาดะบายาชิ

มีดอกทสึสึจิหลายพันธุ์ เช่น ยามะทสึสึจิที่อายุเกิน 800 ปี และต้นไม้โบราณเอโดะคิริซึเมอันหายาก ช่วงนำชมคือปลายเดือนเมษายนถึงต้นเดือนพฤษภาคม

### ↘ สวนสาธารณะมิซาโตะชิบะซากุระ เมืองทาคาซากิ

ชิบะซากุระสีแดง ชาวและชมพู่จะบานสะพรั่งเหมือนพรมไปทั่วทั้งบริเวณอันกว้างขวางขนาด 2.9 เฮกตาร์ (0.03 ตารางกิโลเมตร) ช่วงนำชมคือต้นเดือนเมษายนถึงต้นเดือนพฤษภาคม

### ↔ ชุยกิ โนะ อาเงะบุนะ ตำบลอิโตะคุระ ล่องเรือชมวิวที่แม่น้ำยะทะงาวะ

"เรือพายอาเงะบุนะ" เคยใช้ที่นี่ตอนนำท่อมในสมัยก่อน แต่ตอนนี้ใช้สำหรับท่องเที่ยวของแม่น้ำยะทะงาวะ นายหัวเรือจะใช้ลำไม้ไผ่หนึ่งท่อนในการควบคุม



ถนนสถานีที่แนะนำ

ฤดูใบไม้ผลิ

### ↔ เทศกาลดอกซากุระที่ชุมชนรอบปราสาทโอบาตะ "ขบวนแห่คันรูป" ตำบลคันิ

สามารถชมขบวนแห่คันรูปสวมชุดเกราะได้ในเทศกาลดอกซากุระ ซึ่งจะจัดขึ้นในช่วงต้นเดือนเมษายน



### ↑ สวนไคเมียวเอ็น ตำบลคันิ

สวนไคเมียวเพียงแห่งเดียวที่ยังหลงเหลืออยู่ในจังหวัด และเป็นสวนสไตล์เดินเล่นชมสระน้ำที่อยู่กลางสวนแบบยุคแรกของสมัยเอโดะ (ปี 1603-1867)



### ↘ รถไฟทริคโกะ Watarase Keikoku Railway คุบซาทาคาสึโตะเคียว เมืองมิโตรี

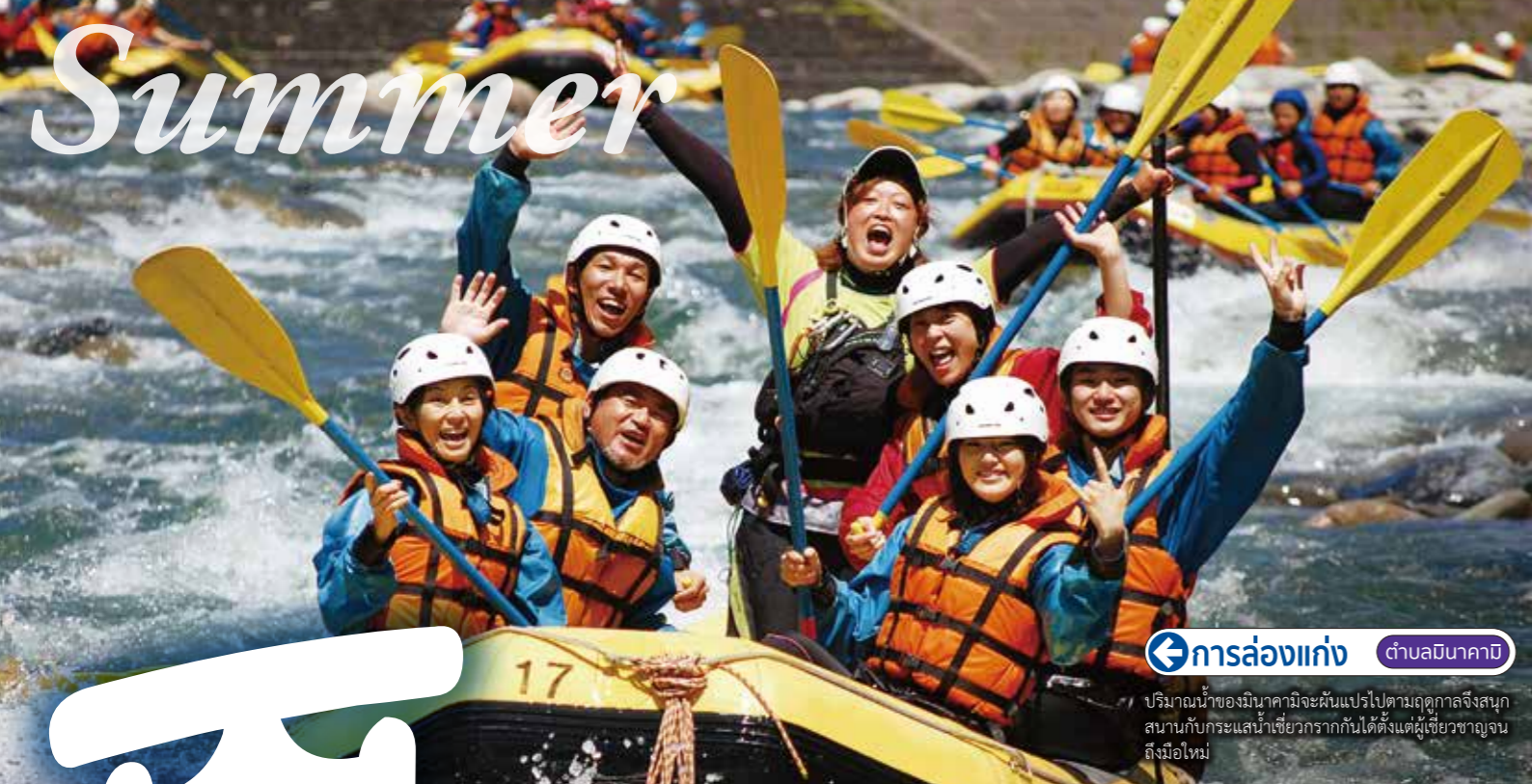


รถไฟที่วิ่งเลียบตามหุบเขาของแม่น้ำวาทาระสะงาวะ สามารถนั่งรถไฟท่องเที่ยวทริคโกะที่ไม่มีหน้าต่างและเพลิดเพลินกับดอกฮานะโมโม 300 ต้นที่ปลูกอยู่ในบริเวณสถานี Godo และซากุระอันงดงามได้ ช่วงนำชมคือต้นเดือนถึงกลางเดือนเมษายน



# Summer

# 夏



### ← การล่องแก่ง ตำบลมินาคามิ

ปริมาณน้ำของมินาคามิจะผันแปรไปตามฤดูกาลจึงสนุกสนานกับกระแสน้ำเชี่ยวกรากกันได้ตั้งแต่ผู้เชี่ยวชาญจนถึงมือใหม่



### → บันจี้จัมพ์ ตำบลมินาคามิ

กระโดดลงไปตามแม่น้ำโทเนะงาวะ! แล้วมาสัมผัสกับความตื่นเต้นและความงามของธรรมชาติกันเถอะ

### ↓ ดอกเดย์ลิลลี่ที่โอเซะ หมู่บ้านคาทาคาชิ

โอเซะมีพื้นที่ชุ่มน้ำขนาดใหญ่ที่สุดในเกาะฮอนชูจึงเป็นคลังสมบัติของพืชภูเขาสูงหายาก เช่น ดอกเดย์ลิลลี่ และมีมากกว่า 900 พันธุ์ อีกด้วย รัฐกำหนดให้เป็นอุทยานแห่งชาติและมีการสงวนธรรมชาติอันสวยงามเอาไว้

### ↓ ถนนโทโมโรโคชิ หมู่บ้านคาทาคาชิ

ถนนหลวงหมายเลข 120 ที่ทอดยาวจากหมู่บ้านคาทาคาชิจะไปถึงนิกโกะนั้น เรียกอีกชื่อว่า "ถนนโทโมโรโคชิ (ข้าวโพด)" เพราะมีร้านค้าเรียงรายอยู่มากมายและอบอวลไปด้วยกลิ่นหอมของข้าวโพดปิ้ง



### ↑ แคนยอนนิ่ง ตำบลมินาคามิ

เป็นที่หาทางแม่น้ำที่ทั้งว่ายน้ำ ลอยเล่นน้ำ และกระโดดจากบนหน้าผาหรือไหลตัวตามน้ำตกและหนองบึงได้อีกด้วย เอาล่ะ ออกไปผจญภัยกันเถอะ!



### ↑ สวนดอกไอริสญี่ปุ่นอะคะโบริ เมืองอิชิซากิ

ดอกไอริสญี่ปุ่นสีม่วงกับสีขาวประมาณ 24,000 ดอกจะบานสวยงามตั้งแต่ช่วงต้นเดือนมิถุนายน และ งาน "เทศกาลสวนดอกไอริสญี่ปุ่นอะคะโบริ" ถูกจัดขึ้นในช่วงกลางเดือนมิถุนายนของทุกปี



### ↑ งานเทศกาลนุมาตะ เมืองนุมาตะ

ภาพการแห่มีโคชิ (ศาลเจ้าที่ยกย้ายหรือเคลื่อนที่ได้) และมีโคชิประจำเมืองพร้อมกับรถขบวนแห่ 10 คันในช่วงคืนความองอาจ "ไคเท็นงู มีโคชิ" ที่จะแห่เฉพาะผู้หญิงก็เป็นความน่าสนใจของเทศกาลและได้รับความนิยมอย่างล้นหลาม



### ↻ น้ำตก ฟุคิวาระ โนะ ทาคิ เมืองนุมาตะ

ความสูง 7 เมตรและความกว้าง 30 เมตร ทำให้เรียกกันว่าเป็นในแง่การาแห่งซึกิโลกตะวันออก และเป็นอนุสาวรีย์ธรรมชาติของประเทศอีกด้วย บริเวณน้ำตกมีเส้นทางเดินเล่นและจุดชมวิวดูเตรียมไว้ จึงสามารถเพลิดเพลินไปกับทัศนียภาพสวยงามได้



### ↑ ศาลเจ้าอาคากิ เมืองมาเอะบะชิ

ตั้งอยู่ริมทะเลสาบโอโนะซึ่งเป็นทะเลสาบบนยอดภูเขาอาคากิยามะเล่าขานกันว่าช่วยทำให้คำอธิษฐานของหญิงสาวเป็นจริง



### ↑ ภูเขาอาคากิยามะ เมืองมาเอะบะชิ

หนึ่งในร้อยภูเขาชื่อดังของญี่ปุ่น นอกจากปีนเขาแล้วยังสามารถขับเรือเล่นที่ "โอโนะ" ทะเลสาบบนยอดเขาได้อีกด้วย

### → Tambara Lavender Park เมืองนุมาตะ

ดอกลาเวนเดอร์ประมาณ 50,000 ต้นบานบนลานสกีอันกว้างใหญ่ในฤดูร้อน ทำให้ทัศนียภาพที่ชมจากเส้นทางเดินเล่นหรือจุดชมวิวเป็นเหมือนดังพรมสีม่วง ช่วงน่าชมคือช่วงกลางเดือนกรกฎาคมถึงกลางเดือนสิงหาคม



### ↑ วัดมิโรคุจิ แห่งคะโซชิน เมืองนุมาตะ

ภูเขาคะโซชินที่สูงกว่าระดับน้ำทะเลประมาณ 1,322 เมตร ถูกเรียกว่าเป็น "ภูเขาศักดิ์สิทธิ์ของเท็นงู" อาคารรูปโศกของวัดเช่นโห้เห็นจำนวนมาก เช่น หน้ากากเท็นงูที่ใหญ่ที่สุดในญี่ปุ่น





### ↔ สะพานเวนต์ตาและถนน Abt เมืองอับทาเคะ

สะพานอิฐสำหรับรถไฟแบบโค้ง 4 อันต่อกันที่มีความสูงประมาณ 31 เมตร และใหญ่ที่สุดในประเทศ ลักษณะนั้นทำให้คุ้นเคยและเรียกกันว่าสะพานเวนต์ตา มีทางเดินเล่น "ถนน Abt" ที่ใช้ประโยชน์จากสายรถไฟเก่าเตรียมไว้จึงสามารถเดินบนสะพานได้ในปัจจุบัน



### ➡ งานเทศกาลเปลวไฟแห่งโอฮินะตะ หมู่บ้านบันโบคุ

เทศกาลครบถ้วนบรรพบุรุษที่สืบทอดกันมาในโอฮินะตะ หมู่บ้านบันโบคุ ซึ่งจัดขึ้นในวันที่ 14 และ 15 สิงหาคม มีการผูกข้อฟางติดไฟกับเชือกและหมุนเหวี่ยงบนสะพานหรือริมตลิ่ง

### ← การแสดงดอกไม้ไฟที่ตำบลลามาบุระ ตำบลลามาบุระ

ระหว่างจุดสำหรับการชมกับจุดยิงพลุมีระยะห่างกันไม่มากจึงสามารถชมดอกไม้ไฟอันยิ่งใหญ่ตระการตาได้แบบใกล้ชิด



### ➡ มาอะบาชิ แห่งเนื้อหมู เมืองมาอะบาชิ

เมืองมาอะบาชิเป็นอันดับต้นๆ ของญี่ปุ่นในเรื่องการผลิตเนื้อหมู จึงเรียกกันว่า "เมืองแห่งเนื้อหมู" ร้านจำนวนมากจึงเสิร์ฟอาหารที่มีการดัดแปลงพลิกแพลงจากเนื้อหมู



### ➡ อิชิยะยานะ เมืองอับทาเคะ

เพลิดเพลินกับอาหารจากปลาอายุสดใหม่ขณะฟังเสียงน้ำไหลริมแม่น้ำ



### ↑ Usuitouge Tetsudo Bunka Mura (พิพิธภัณฑ์รถไฟคันไซอุซุยโทเกะ) เมืองอับทาเคะ

สันเขาอุซุยโทเกะนารถไฟระบบ Abt เข้ามาใช้เป็นแห่งแรกของญี่ปุ่น และมีการเปลี่ยนทางสายหลักเป็นระบบไฟฟ้า ตรงนี้เป็นอิมพัลส์รถไฟที่จะถ่ายทอดประวัติศาสตร์นั้น



### ↑ ถ้ำฟูจิโด สะพานลอยฟ้า หมู่บ้านอุโระโระ

ถ้ำฟูจิโดเป็นถ้ำหินปูนขนาดใหญ่ที่สุดในภูมิภาคคันโต ภายในมีเสาหินยักษ์ตั้งตระหง่านอยู่เป็นจำนวนมาก และจะดูพิศวงอย่างมากเมื่อมีแสงฉายฉายลงมา โถงถ้ำมีสะพานแขวนขนาดใหญ่ "สะพานลอยฟ้า" ซึ่งมีความยาว 225 เมตร และความสูง 90 เมตร

### ➡ เนินเขาอายไซโนะโอกะ (Aisai no Oka) หมู่บ้านทสึบะโกะ

ชื่อเสียงจากอิวะดะที่ให้ผู้ขายตะโกนบอกผู้หุงต้มแบบจริงจังบนเนินซึ่งอยู่ใจกลางไร่กะหล่ำปลีอันกว้างใหญ่ทำให้เป็นสถานที่ที่มีชื่อเสียง และได้ชื่อว่า "เนินเขาอายไซโนะโอกะ (Aisai no Oka)"

### ↓ ไร่กะหล่ำปลี หมู่บ้านทสึบะโกะ

หมู่บ้านทสึบะโกะเพาะปลูกกะหล่ำปลีได้ผลผลิตมากจนถือว่าเป็นขั้นแนวหน้าของญี่ปุ่น พื้นที่หนาวจัดบนความสูงเหนือระดับน้ำทะเล 800-1,400 เมตร และความต่างถิ่นมากระหว่างอุณหภูมิในช่วงกลางวันกับกลางคืน เป็นเคล็ดลับของความอร่อยของกะหล่ำปลี



### ➡ งานเทศกาลคิริยาบุชิ เมืองคิริว

ยาบุชิเป็นเพลงพื้นบ้านที่มีชื่อเสียงของกุนมะ งานเทศกาลนี้มีความครึกครื้นมากที่สุดในจังหวัดกุนมะ มีทั้งเทศกาลล่อง มีโคชิสำหรับเด็กและการแข่งขันของวงดนตรีบนรถไฮโคอันเป็นของขึ้นชื่อ ฯลฯ

### ➡ การแสดงดอกไม้ไฟที่ใช้มือจับที่เมืองตาเตะบายาชิ เมืองตาเตะบายาชิ

ถือดอกไม้ไฟแบบกระบอกขนาดใหญ่ไว้ในมือและพบกับความตระการตาไร้ที่ติ ในภูมิภาคคันโตจะชมได้เฉพาะที่ตาเตะบายาชิ



### ➡ เทศกาลกะนะมะตะที่เมืองมาอะบาชิ เมืองมาอะบาชิ

พิธีกรรมดั้งเดิมที่ผู้คนมาเยือนกันเป็นจำนวนมากจากทั้งในและต่างจังหวัด เพราะเป็นเทศกาลกะนะมะตะขนาดใหญ่ที่สุดในภูมิภาคคันโตเหนือ

### ➡ โจชูโอะตะยาชิโระ เมืองโอดะ

ยาชิโระบะที่เน้นใส่กะหล่ำปลีเป็นหลัก มีเอกลักษณ์ที่ขอสสูตรลับของแต่ละร้านและใช้เส้นหนาใหญ่เป็นส่วนมาก ภายในเมืองโอดะมีร้านมากถึงประมาณ 40 ร้านเลยทีเดียว



### ➡ เทศกาลเนพุตะที่โอะชิมะ เมืองโอดะ

มีขบวนลากเนพุตะแบบพัดที่มีความสูงถึง 7 เมตรอย่างวิจิตรตระการตา เสียงตุงของางของล่องเนพุตะจะมาช่วยทำให้เทศกาลครื้นเครง



# Summer

### ➡ เส้นทางผลไม้ "Haruna Fruit Kaido" เมืองทาคาฮาชิ

พื้นที่ฮารุเนะและซาโตมิมีชื่อเสียงว่าเป็นแหล่งปลูกผลไม้ได้อย่างวิเศษที่สามารถเก็บเกี่ยวได้ในช่วงต้นฤดูใบไม้ผลิ ลูกพีชและลูกพลัมในฤดูร้อน รวมทั้งสาตีญี่ปุ่นในช่วงต้นฤดูใบไม้ร่วง มีร้านค้าของสวนผลไม้เรียงรายอยู่ตามถนนจึงสามารถซื้อผลไม้สดใหม่ได้



**การประดับไฟใบไม้เปลี่ยนสีที่สะพานคางิคาชิ** เมืองชิบุคาะ

เป็นจุดชมใบไม้เปลี่ยนสีอันดับหนึ่งในอคาโฮะออนเซ็น เข้าช่วงนำชมตั้งแต่ปลายเดือนตุลาคม ไฟประดับช่วงกลางคืนช่วยให้ใบไม้เปลี่ยนสีสว่างไสวและวิเศษสวยงามมาก

# Autumn



**น้ำตกโคนาคะโงทาคิ** เมืองมิโตรี

เป็นน้ำตกที่ใหญ่อลังการตระการตา มีน้ำไหลตกลงมาจากความสูงที่สุด 96 เมตร ช่วงปลายเดือนตุลาคมต้นไม้ต่างๆ รอบๆ ก็จะเปลี่ยนสีและสร้างทิวทัศน์ที่งดงามน่าชมยิ่ง

**วัดคิชิโจจิ** หมู่บ้านคาวาบะ

วัดนิกายเซนที่สร้างในปี 1339 การเดินเล่นสวนสวยๆ ที่เต็มไปด้วยใบไม้เปลี่ยนสีในฤดูใบไม้ร่วงจะทำให้จิตใจสงบสุข



กนมะ  
สถานที่แนะนำ  
ฤดูใบไม้ร่วง



**มันชะ อนเซ็น** หมู่บ้านทสึบะโกอิ

อนเซ็นชื่อดังสีขาวโพลนราวกับน้ำนมเป็นน้ำแร่ที่ช่วยให้ผิวสวยและได้รับชื่อเสียงที่ดีจากกลุ่มผู้หญิง ในฤดูหนาวจะเป็นแหล่งรีสอร์ทให้ได้สนุกสนานกับสกีและอื่นๆ



**สวนโอนิโอะชิดาชิ** หมู่บ้านทสึบะโกอิ

ลาวาที่ทะลักออกมาเพราะการปะทุครั้งใหญ่ของภูเขาอาซามะยามะ ในปี 1783 รั้งสรรคให้เกิดทิวทัศน์แปลกตา



**การเก็บแอปเปิ้ล**

หลายแห่งในทั่วจังหวัด

เพลิดเพลินกับการเก็บแอปเปิ้ลพันธุ์ต่างๆ เช่น กุนมะเมะทสึและอาคางิตั้งแต่เดือนสิงหาคมถึงเดือนธันวาคม

**คาวาบะ เดนเอ็น พลาซา**

หมู่บ้านคาวาบะ

เพลิดเพลินกับเวิร์กช็อปหรือร้านอาหารที่เสิร์ฟอาหารท้องถิ่นให้ได้ลิ้มรสกันท่ามกลางพื้นที่ขนาดกว้างขวางของเขาโฮทาเคะยามะ



**หุบเขาอากาโทชิมะเคียว**

ตำบลนางาโอะฮาระ ตำบลอิซางาโทชิมะ

เป็นหุบเขางดงามซึ่งตั้งอยู่ตรงแม่น้ำอากาโทชิมะงาวะ มีน้ำตกและกลุ่มหินรูปร่างแปลกตาเป็นจำนวนมาก ช่วงปลายเดือนตุลาคมจะเข้าสู่ช่วงชมใบไม้เปลี่ยนสีที่ดีที่สุด

**อุซะบุริ โคเคชิ** หมู่บ้านชินโต

เหมาะที่สุดสำหรับเป็นของฝาก และสามารถลิ้มรสประสบการณ์ลิ้มรสที่อุซะบุริ โคเคชิได้อีกด้วย



**โอะคิคริโคมิ** หลายแห่งในทั่วจังหวัด

เป็นอาหารท้องถิ่นของจังหวัดกุนมะ มีเส้นคล้ายอูด้งแบนกว้างที่ทำมาจากแป้งข้าวสาลีและน้ำต้มด้วยกับผักต่างๆ ตามฤดูกาล



**Togoku Bunka (วัฒนธรรมแคว้นตะวันออก)**

หลายแห่งในทั่วจังหวัด

Togoku Bunka (วัฒนธรรมแคว้นตะวันออก) หมายถึงวัฒนธรรมตั้งแต่สมัยโคฟุนถึงสมัยเอโดะซึ่งเคยรุ่งเรืองอยู่ที่ภูมิภาคคันโตในปัจจุบันนี้



**ปลากินอิคาริ** หลายแห่งในทั่วจังหวัด

กินอิคาริเป็นปลาสายพันธุ์ที่จังหวัดกุนมะได้ทำการเลือกพันธุ์สายพันธุ์พิเศษและประสบความสำเร็จในการเพาะเลี้ยง





### ↑ กลัสโกะโนะ บิโดโระ ปาร์ค ตำบลนิคาคาบิ

โรงงานแก้วทำมือขนาดใหญ่ที่สุดในประเทศ สามารถสัมผัสประสบการณ์การเป่าแก้ว การทำกลองดนตรี และอื่นๆ ได้

### ↻ การเก็บองุ่น หลายแห่งในทั่วจังหวัด

ภายในจังหวัดกุนมะมีการเพาะปลูกองุ่นอยู่หลายสายพันธุ์ เช่น เตลาแวร์และเคียวโฮ



### ↕ Shinto Winery หมู่บ้านชินโต

สามารถเยี่ยมชมทุกขั้นตอนตลอดจนองุ่นซึ่งเป็นผลผลิตขึ้นชื่อของ หมู่บ้านชินโตกลายเป็นไวน์ชั้นเลิศได้ ทั้งยังชิมรสชาติในร้านค้าที่ตั้งติดกันได้อีกด้วย



### ↓ ศาลเจ้าฮารุเนะ เมืองทาคาซากิ

มีประวัติยาวนานถึง 1,400 ปี ศาลเจ้าเป็นทรัพย์สินสำคัญทางวัฒนธรรมแห่งชาติ ตั้งติดกับด้านหน้าของหน้าผาแห่งเทพซึ่งหาได้ยากยิ่ง



### ↓ สวนซากุระยามะ เมืองฟูจิโอะคะ

ปลูกซากุระฤดูหนาวไว้กว่า 7,000 ต้น และเข้าสู่ช่วงนำชมตั้งแต่เดือนพฤศจิกายนถึงเดือนธันวาคม คุณจะได้เพลิดเพลินกับไม้ไม้เปลี่ยนสีและซากุระฤดูหนาวพร้อมกันตั้งแต่ ช่วงกึ่งกลางเดือนถึงปลายเดือนพฤศจิกายน



### ↑ ศาลเจ้าคิริวเท็นมังกุ และงานสัปดาห์แฟชั่นเมืองคิริว เมืองคิริว

สามารถชมใบไม้เปลี่ยนสีสวยๆ ได้ที่ศาลเจ้าคิริวเท็นมังกุซึ่งตั้งอยู่ใน เขตอนุรักษ์สถาปัตยกรรมสืบทอดสำคัญของคิริวจินมาจิ นอกจากนี้เมืองคิริวยังมีจัดอีเวนต์แฟชั่นมากมาย คุณจึงจะได้สัมผัสกับ ชนบทธรรมชาติอันประณีตในฐานะเมืองแห่งการถักทอ



### ↓ เทศกาลจุดเทียนโชที่อิเซซากิ เมืองอิเซซากิ

เทียนโชประมาณ 3,000 เล่มจะถูกจุดในพื้นที่รอบๆ อาคารอิเซซากิ เมจิคินและหอรระฮิงอันเก่าแก่ และสร้างบรรยากาศงดงาม



### ↑ Akabori Kogiku no Sato เมืองอิเซซากิ

ปลูกเบญจมาศดอกเล็กกว่า 20,000 ต้น ไว้เต็มเนินเรียบเตี้ย คุณจะเพลิดเพลินกับทิวทัศน์ที่มีสีสันหลากหลาย เช่น สีแดงเข้ม สีเหลือง และสีส้มในช่วงกลางเดือนตุลาคม



### ↕ พิพิธภัณฑิโอะะจุกุ เมืองมิโตรี

จัดแสดงภาชนะหินที่ขุดพบจากซากโบราณสถานอิโอะจุกุ ตัวอย่างของหินดิน จำลองโครงกระดูกของแมมมอธ และอื่นๆ ทั้งยังสามารถสัมผัสประสบการณ์ "อาหารยุคเก่า" ซึ่งจำลองมาจากอาหารสมัยดึกดำบรรพ์ได้อีกด้วย



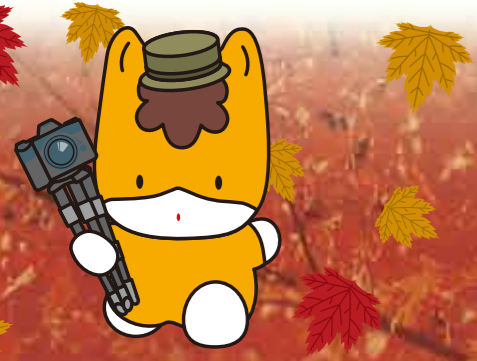
### ↑ อิโมะคาวะ เมืองคิริว

อิโมะคาวะเป็นอดีตหนึ่งและอาหารท้องถิ่นของเมืองคิริว ลักษณะพิเศษเฉพาะตัวของอุด้งนี้คือ เส้นที่บางและกว้าง ซึ่งมีขนาดตั้งแต่ 1.5 ซม. ถึงมากกว่า 10 ซม. และแตกต่างกัน ระหว่างร้าน



### ↑ การแสดงดอกเบญจมาศของภาคคันโต เมืองมิโตรี

การแสดงดอกเบญจมาศงานยิ่งใหญ่ที่สุดในภูมิภาคคันโตเหนือ "ศึกดอกเบญจมาศ" ที่จัดเปลี่ยนไปทุกปีตามหัวข้อการจัด งานนั้นก็ช่างงดงามยอดเยี่ยม



### ↓ ภูเขาฮารุเนะชัน เมืองทาคาซากิ

มีใบไม้เปลี่ยนสีสวยงามตั้งแต่ช่วงกลางเดือนตุลาคมถึงต้นเดือน พฤศจิกายนให้ได้เพลิดเพลินกัน แถมยังสามารถชมทัศนียภาพสวยงามจากยอดเขาด้วยกระเช้า ลอยฟ้าได้อีกด้วย



# Winter



## กิจกรรมฤดูหนาว

หลายแห่งในทั่วจังหวัด

จังหวัดกุนมะล้อมรอบไปด้วยภูเขาจึงมีหิมะที่บดมหาและมีลานสกีเป็นจำนวนมาก ไม่ใช่แค่สกีหรือสโนว์บอร์ดเท่านั้น แต่ยังมีวิธีสนุกสนานอีกมาก เช่น สโนว์ชู



## Snow Tubing



## Snow Rafting



## Snowshoeing



**หอดูดาวกุนมะ** หุ่นบ้านกาคายามะ  
มีกล้องส่องทางไกลที่มีเส้นผ่านศูนย์กลางของเลนส์ 150 เซนติเมตรและใหญ่ที่สุดในโลก นอกจากนี้ควิวิวสวยสุดล้ำเกี่ยวกับปรากฏการณ์บนท้องฟ้าแล้วยังมีจัดอีเวนต์อย่างเช่นเทศกาลดูดาวอีกด้วย



**ยาคุชิ อนเซ็น** ตำบลอิซางาฮากาฮิมะ  
ตั้งอยู่ในที่ลึกที่สุดของย่านอนเซ็นชื่ออาซามะคะคุชิ อาคารเตี้ยกลางภูเขาจะทำให้คุณได้สัมผัสความรู้สึกเหมือนอนเซ็นลับลับที่ไม่ค่อยมีใครรู้จัก



**ปราสาท Lockheart** หุ่นบ้านกาคายามะ  
สถานที่ท่องเที่ยวชื่อดังซึ่งมีการย้ายปราสาทโบราณของสก็อตแลนด์มาสร้างใหม่ และจำลองบ้านเรือนของยุโรปในยุคกลาง



**เทศกาลสาดน้ำร้อนที่คาวารายอนเซ็น** ตำบลนางาโอะฮาระ  
เทศกาลสุดแปลกที่จะให้ผู้ชายนุ่งผ้าเตี่ยวขึ้นเตี้ยสาดน้ำร้อนใส่กันท่ามกลางความหนาวเหน็บต่ำกว่าจุดเยือกแข็งในช่วงเช้าตรู่กลางฤดูหนาว



**สุกียากี้** หลายแห่งในทั่วจังหวัด  
เมื่อวัวผู้ป่วนใจหู ต้นหอมชิโมนิตะและคองเนียวเป็นสินค้าขึ้นชื่อของกุนมะ มีการนำวัตถุดิบเหล่านี้มาทำเป็นสุกียากี้ให้ได้เพลิดเพลินกัน



**ปราสาท Lockheart** หุ่นบ้านกาคายามะ  
สถานที่ท่องเที่ยวชื่อดังซึ่งมีการย้ายปราสาทโบราณของสก็อตแลนด์มาสร้างใหม่ และจำลองบ้านเรือนของยุโรปในยุคกลาง



**เทศกาลสาดน้ำร้อนที่คาวารายอนเซ็น** ตำบลนางาโอะฮาระ  
เทศกาลสุดแปลกที่จะให้ผู้ชายนุ่งผ้าเตี่ยวขึ้นเตี้ยสาดน้ำร้อนใส่กันท่ามกลางความหนาวเหน็บต่ำกว่าจุดเยือกแข็งในช่วงเช้าตรู่กลางฤดูหนาว



**เหล้าสาเกท้องถิ่น (โมคาเซะ)** หลายแห่งในทั่วจังหวัด  
"โมคาเซะ" เป็นเหล้าสาเกที่ไม่เหมือนใครของจังหวัดกุนมะซึ่งทำจากข้าวผลิตผลของจังหวัดกุนมะ



**เทศกาลมาอะบาชิ ฮากัสึอิ** เมืองมาอะบาชิ  
เป็นเทศกาลลาคันครั้งแรกของปี (ฮากัสึอิ) ร้านค้าจะมอกร้านและจะเต็มไปด้วยผู้คนที่มาซื้อตัวนำโชคจันตึ้นและยังมีการเผาตุ้มตุ้มและขบวนแห่สิ่งศักดิ์สิทธิ์จากสถานที่ประดิษฐาน ฯลฯ อีกด้วย

กุนมะ  
สถานที่แนะนำ  
ฤดูหนาว

# Winter



## ↑↗ คีริว เมืองแห่งสิ่งทอ เมืองคีริว

ในเมืองคีริวมีโรงงานสิ่งทอลักษณะเหมือนใบเสวยหลงเหลืออยู่จนเรียกกันว่า "โนโงริยานะ (หลังคาทรงเสวย)" โดยตลาดนัด 3 แบบจะมีจัดขึ้นเดือนละครั้ง และจะเรียงรายไปด้วยของโบราณและชุดกิโมโนเก่า ๆ ฯลฯ



## ↑↖ หัตถกรรมสิ่งทอคีริว เมืองคีริว

เมืองคีริวมีชื่อเสียงมากในคุณภาพสูงของผ้าไหม ซึ่งถูกอ้างอิงว่า "เกี่ยวโตในเขตตะวันตก และคีริวในเขตตะวันออก"

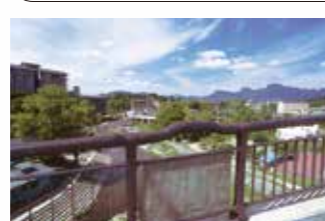
## ↓↙ ลับฟัสประสบการณ์ลงสกีดาร์มุะ เมืองทาคาซากิ



เยี่ยมชมโรงงานดาร์มุะที่กล่าวกันว่าช่วยเรียกความสุข คุณสามารถวาดเคราหรือชนคิ้วลงบนดาร์มุะด้วยตนเองได้



## ↑↕ อิโซเบะ อนเซ็น เมืองอันนาคะ



เป็นต้นกำเนิดสัญลักษณ์อนเซ็น ☞ ที่ญี่ปุ่นนิยมใช้กัน

## ↑↖ เทศกาลการประดับไฟที่ทะเลสาบฮารุนะโคะ เมืองทาคาซากิ

ทะเลสาบฮารุนะโคะในช่วงกลางคืนของฤดูหนาวจะประดับประดาไปด้วยไฟ กระเช้าลอยฟ้าจะให้บริการช่วงกลางคืนในระหว่างระยะเวลาของงาน

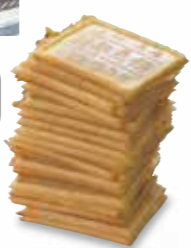


## ↑↖ วัดดาร์มุะจิ แห่งเซียวรินซัน เมืองทาคาซากิ

เป็นวัดที่มีความสัมพันธ์กับดาร์มุะจิมีการจัด "เซียวรินซัน นานาคุเซโตะ ไทโซ ดาร์มุะอิชิ" ขึ้นในช่วงต้นเดือนมกราคมของทุกปี

## ↔ อิโซเบะ เซ็นเบอิ เมืองอันนาคะ

เป็นขนมอย่างที่ใช้น้ำอันเซ็นของอิโซเบะ และเหมาะที่สุดสำหรับการเป็นของฝาก



## ↑↖ โรบัย โนะ ซาโตะ เมืองอันนาคะ

มีโรบัย 12,000 ต้นจึงทำให้ภายในสวนอบอลไปด้วยกลิ่นหอมหวานจากดอกไม้สีเหลืองทองอร่าม

## ↔↙ ทสึชิ โตะ ฮิโนะ ซาโตะ เมืองฟุจิโอกะ



สวนสาธารณะกลางธรรมชาติที่มีภูเขาเซียวซังและสายน้ำใสของแม่น้ำอะยุงาเว สามารถสัมผัสประสบการณ์งานฝีมืออย่างการย้อมสี การปั้นเครื่องปั้นดินเผา หรืออื่นๆ ได้

## ↙ การเก็บสตรอเบอร์รี่ หลายแห่งในทั่วจังหวัด



"ยาโยอิฮิเมะ" เป็นพันธุ์ที่กำเนิดในจังหวัดกุนมะ ผลโตหวาน และอร่อย ทั้งยังมีลักษณะเด่นตรงที่สีแดงอ่อน

## ↘ เทศกาลโจชู ยาคุมันโซ เมืองอิเซซากิ

มีการนำยาคุมันโซมาทำให้มีขนาดเส้นผ่านศูนย์กลาง 55 เซนติเมตร (ใหญ่กว่าปกติ 300 เท่า) แล้วนำมาบึ่งแจกผู้เข้าร่วมงาน

## ↙ ยาคุมันโซ หลายแห่งในทั่วจังหวัด

ขนมขึ้นชื่อของกุนมะที่ราดซอสมิโซะรสหวานเค็มลงบนมันจูที่ทำจากแป้งสาลีแล้วนำไปปิ้ง



## ↙ เทศกาลการประดับไฟที่เมืองโอตะ เมืองโอตะ

สวนสาธารณะกว้างใหญ่ขนาดประมาณ 19 เฮกตาร์ (0.19 ตารางกิโลเมตร) จะประดับประดาไปด้วยไฟ คุณจึงจะได้เพลิดเพลินกับวิวโรแมนติกขณะเดินอยู่ในสวน



## ↑ Iseaki Illumination เมืองอิเซซากิ

เที่ยวชมการประดับไฟในสวนสนุกด้วยการนั่งชิงช้าสวรรค์



## ↑ เทศกาลการประดับไฟที่ Gunma Flower Park เมืองมาเอะบะชิ

สวนสาธารณะที่มีดอกไม้ไฟที่ผลิตเล่นกันได้ตลอดปีฤดูกาล มีการประดับไฟ LED กว่า 1 ล้านดวง



กุนมะ  
สถานที่แนะนำ  
ฤดูหนาว

# เส้นทางแนะนำในจังหวัดกุนมะ

## คุสะทสึ ออนเซ็น หน้า 5-6

## คุสะทสึ ออนเซ็น

สถานี Kusatsu Onsen Bus Terminal

เดิน 5 นาที



ยูนาทาคะ



คุสะทสึบ๊อดัง



ยูโมมิ

เดิน 15 นาที



ออนเซ็นกลางแจ้ง โซโนะคาวาระ

พักที่ คุสะทสึ ออนเซ็น

## มินาคามิ ออนเซ็น 18 แห่ง หน้า 7-8, 17-18

## มินาคามิ ออนเซ็น

สถานี Minakami

เดิน 20 นาที



สถานีรับทางมิซึคิโคเค็ง



แทงกะหรี่เซ็อน



กิจกรรมกลางแจ้ง

พักที่ มินาคามิ ออนเซ็น

สถานี Jomo-Kogen

นั่งรถบัส 10 นาที



ทาคุมิ โนะ ซาโตะ

นั่งรถบัส + เดิน 10 นาที + 15 นาที



Minakami Fruit Land Mogitore

## อิคาโฮะ ออนเซ็น หน้า 9-10

## อิคาโฮะ ออนเซ็น

สถานี Shibukawa

นั่งรถบัส 15 นาที



Ikaho Green Bokujo



มันโด้สึน



การเล่นฮิงปิน

พักที่ อิคาโฮะ ออนเซ็น

นั่งรถบัส 10 นาที



มิชิซาวะ อุด้ง

นั่งรถบัส 5 นาที



พิพิธภัณฑ์ของเล่น ตุ๊กตาและรถยนต์คลาสสิกที่อิคาโฮะ

## ชิมะ ออนเซ็น หน้า 11-12

## ชิมะ ออนเซ็น

สถานี Nakanojo

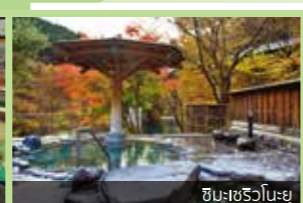
นั่งรถบัส 15 นาที



ทะเลสาบชิมะโกะ



ถนนโอจิโอดริ



ชิมะซรวโนะยู

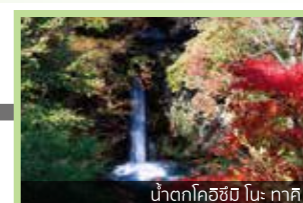
พักที่ ชิมะ ออนเซ็น

เดิน 20 นาที



วัดฮินาตามิยาคุชิโด

เดิน 20 นาที



น้ำตกโคชิชิชิ โนะ ทาคิ

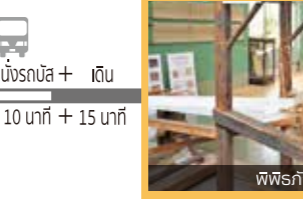
## Kiryu and Midori Area หน้า 16, 24, 28

สถานี Kiryu

นั่งรถบัส 10 นาที



ศาลเจ้าชิริวเท็นมิงกุ



พิพิธภัณฑ์สิ่งทอ "ยูคาริ"



อิโนะคาวะ

เดิน 15 นาที

สถานี Kiryu

นั่งรถไฟ 15 นาที

สถานี Omama

เดิน 5 นาที



หุบเขาทาคาสึโตะจิคิยว



Watarase Keikoku Railway

## พื้นที่โตมิโอกะและทาคาซากิ หน้า 13, 15, 17

สถานี Joshu-Tomioka

เดิน 10 นาที



โรงงานไหมโตมิโอกะ



ผลิตภัณฑ์ไหม

เดิน 10 นาที

สถานี Joshu-Tomioka

นั่งรถไฟ 40 นาที

สถานี Takasaki



พาสต้าเมืองทาคาซากิ

นั่งรถบัส 20 นาที



สัมปสบการนังงฮิดารุมะ

## ติดต่อสอบถาม

### แผนการท่องเที่ยวและสินค้าท้องถิ่น สำนักงานการท่องเที่ยว จังหวัดกุนมะ

1-1-1 Ote-machi, Maebashi-shi, Gunma 371-8570  
<https://www.visitgunma.jp/th/>  
<https://www.facebook.com/visitgunma.Th>  
<https://www.instagram.com/visitgunma/>



visitgunma.jp



Facebook

### สมาคมการท่องเที่ยว, สินค้าพื้นเมือง และการแลกเปลี่ยนระหว่างประเทศ จังหวัดกุนมะ

2-1-1 Ote-machi, Maebashi-shi, Gunma 371-0026

### ศูนย์ให้บริการข้อมูลการท่องเที่ยวแห่งทาคาซากิ (Takasaki Tourist Information Center)

222 Yashima-cho, Takasaki-shi, Gunma 370-0849



### Safety Tips

แอปพลิเคชันรับแจ้งข้อมูลข่าวสารภัยพิบัติ (ฟรี)



Android



iPhone

จัดพิมพ์โดย จังหวัดกุนมะ

แหล่งออนเซ็นชั้นนำ

สถานที่ทางวัฒนธรรม



# JR TOKYO Wide Pass

Consecutive 3-Day Pass

JR東京廣域周遊券 JR东京广域周游券 JR 도쿄 와이드 패스

*Step out  
to the  
unknown!*



Kusatsu Onsen



Takaragawa Onsen



Akagi Nanmen  
Senbonzakura  
(Akagi Cherry Blossoms)



Tomioka Silk Mill



Shima Onsen



Ikaho Onsen



<https://www.jreast.co.jp/e/tokyowidepass/>

JR TOKYO Wide Pass

Search

