

niponica

看 日 本
2016

no.

19

にほにか



特 辑 日 本 爱 上 四 季



本刊的刊名“にぽにか（niponica）”源于“日本”的日语发音“Nippon”。“にぽにか（niponica）”是向世界广泛介绍现代日本社会、文化的杂志，除了日文版以外，还有英文版、西班牙文版、法文版、中文版、俄文版、阿拉伯文版，共以7种语言出版发行。



封面：介绍了从一月到十二月期间传统的节日和四季特征。
(照片：amanaimages Inc.、PIXTA)

目录

特辑 日本爱上四季

- 04 四季变换
- 08 四季和艺术
- 12 独一无二的四季窗户
- 14 为本季量身定制的节能住宅
- 18 日本的四季 花香天堂的旅途

- 22 尽享日本美食 四季零食
- 24 散步看日本 札幌
- 28 日本特产 布手巾



照片：Aflo



no. 19 2016年9月14日发行

发行：日本国外务省
邮编 100-8919 东京都千代田区霞关 2-2-1
<http://www.mofa.go.jp/>



特辑

日本
爱上四季

日本这片土地，有着美丽的自然风光，四季分明。
从上古时期开始，日本人民就对变幻的四季有着敏锐的感知，
并崇敬自然的恩赐。
快来和我一起，踏上这段神秘的旅程，
让我们一起发现在日本这片土地上，人们对四季永恒的爱。





四季变换

照片●丹地保堯

春天，万物伊始 学校开学，公司开工，
财务年度都从四月开始。
新生的芽菜在这个绿色的季节破土而出，
花开的时节，大地充满了新生的气息。
这是一个让每个人都身心愉悦的恋爱季节。

月中沉醉

春

《万叶集》是日本最古老的诗集，从那时起，樱花便成了日本文化的主要标志。直到今天，赏樱，仍然是一项重要的节令风俗，夜间开放的花朵，神秘而美丽，它朝生暮死，转瞬即逝的宿命一直都受人尊敬。日本人对于樱花，有着独特的感知。

秋

秋天将它炽烈的色彩散播到各处，草木皆被染出绚丽的颜色，比如鲜红的枫树和金黄的银杏。色彩融合，辅以季节丰富的颜料，渐渐形成一派各具特色，生动鲜活的景象。从上古开始，日本人就喜欢在山野间观赏红叶，人们把他们称为“红叶狩”。

彩中起舞

光中游戏

夏

雨季过后，太阳重新燃起金色的光辉，这意味着，夏天来到了。这个炎热、潮湿的季节，对日本人来说，有着特殊的乐趣：沐浴在热情的沙滩上，徜徉在美丽的山峦间，还有就是日本一个特殊的节日：花火大会。夏季时节对于日本人来说，有着无限的美丽记忆。

雪中欢腾

冬日临近，鹤便随处可见。它们飞来日本越冬，到了春季，便飞回繁殖区繁殖。古时，人们喜欢看这些贵族打扮的鹤在雪中欢腾的样子。这些惹人喜爱的丹顶鹤学名叫 *Grus japonensis*，意为“日本产的鹤”。

冬



四季

正文●野口刚（根津美术馆 总策展人）
照片●根津美术馆

和

艺术

《四季花鸟图屏风》 来自狩野元信 日本室町时代 16 世纪 根津美术馆收藏品



日本文化和四季

世界各地都会出现季节性天气，在日本的中纬度地区，容易受到来自海上和亚洲大陆气团的影响。因此，可分为春夏秋冬四季，每个季节都各具特色。

在这种气候下，文化对季节的变化很敏感。例如日餐（日本料理），如今

已成为联合国教科文组织非物质文化遗产。另一个例子是 5-7-5-7-7 节拍的和歌诗。贯穿古今和歌集，对自然的敏感性随处可见，一本于 905 年编辑的平安时代（794-1185）诗集开启了以四季为主题的传统。



《蒲苇中的鹤》 尾形千山 日本江户时期 1743 年 根津美术馆收藏品



四季绘和月次绘

四季成为艺术和诗歌的重要主题。与古今和歌集同一年出现的一扇屏风，呈现了一幅四季的绘画（四季绘）。当时，与中国主题的唐绘相对应，出现了日本主题的大和绘。从那时开始，四季绘（季节性）和月次绘（月度）绘画成为了平安时代大和绘屏风的主题。

在镰仓时代（1185-1333）的早期，1214 年诗人和朝臣藤原定家在每月作画的花朵和鸟类上创作诗歌。该诗歌的

主题是平安时代月次绘的传统。当日本江户时代（1603-1867）对庭院文化的兴趣复苏之时，以十二个月各种鸟类和花朵为主题的绘画——以定家的诗歌为基础——开始流行。

在尾形千山的绘画集中，蒲苇中的鹤代表九月。请细心体会有天赋的画家、书法家和陶艺家，是如何使用简单的绘画技巧精确的捕捉秋天灰暗的心情。



艺术品中的季节变化

大和绘季节表达使他们的工艺品看起来十分精美。想想他们的漆器笔墨盒。

盖子的外部描绘了山坡上的三只鹿，秋季漫山遍野的草地，在满月之下栩栩如生。内部是一个人从他的茅草房内望向窗外。再近一点看，你将可以看到设计里隐

含的日本特征，一些细微的线索，笔墨盒的设计来源于以下古今和歌集中的诗歌：秋季独自来临 / 来到了这个山村 / 鹿在嘶叫 / 将我从梦中唤醒。盖子的设计传达了一种发自内心的惆怅，一只母鹿呼唤着一只公鹿，使秋季感觉更加深沉。

重要的文化财产 《紫藤》 圆山应举 日本江户时期 1776年 根津美术馆收藏品



折叠屏风体呈现的季节

在平安时代之后，折叠屏风成为了四季绘和月次绘的媒介，绘画变得更大、视觉效果更强烈，同时还保留了对季节真实的写照。许多屏风绘画开始只描绘单个地点，绘画中花朵和鸟类、山峦和河流随着季节的变化而变化。

在四个季节当中，日本人最为崇拜春季和秋季。折叠屏风双连画——绘出吉野的樱花和龙田町的枫叶——充分展现了春季樱花的盛开（屏风的右侧）和秋季美丽的枫叶（屏风的左侧）。该主题包含了因花朵和树叶而闻名的奈良县，从整体来

看，这幅画体现了春季和秋季景色的最生动对比。还表达了樱花和秋季落叶的艺术主题。大和绘双连画屏风，一件江户时代的艺术品，充分体现了每个季节的特征。

请注意另一幅画，由一名18世纪京都的画家圆山应举创作的紫藤。其最显著的特征是非常规的图形元素，彰显出了法国印象派的风格。你展开该屏风后，可看到盛开的花藤，散发出了一种初夏的气息。该幅画被赋予了几个世纪以来对四季的情感理解。

《吉野的樱花和龙田町的枫叶》 日本江户时代 17世纪 根津美术馆收藏品



和歌启发的季节性绘画

仔细观赏这幅精致的作品，我们发现以日本四季为主题的绘画作品与和歌密切相关。艺术家们可能被告知要从此类诗歌流派中获取季节性的绘画灵感。

实际上，花鸟风月（文字，花朵 - 鸟类 - 风 - 月亮）指的是日本美丽的自然世界，表达了热爱自然的情感。毫无疑问，文字的敏感性在于日本艺术中对四季优雅的呈现。



正面



背面

重要的文化财产 《“春日山”笔墨盒》 日本室町时代 15世纪 根津美术馆收藏品

野口 刚

根津美术馆
总策展人



出生于1966年东京大学，艺术史文学硕士。2008年就职于根津美术馆之前在京都博物馆工作专攻近代早期绘画史，野口目前研究京都卡诺和琳派学校，以及如圆山应举等18以来的世纪京都画家。

独一无二的

四季窗户

MIKIMOTO



御木本 (2012 年秋雪)

富士山，是公认的日本符号，通过深红色纸质工艺树叶呈现出来。在山脚下，一片明净的湖水中，一粒晶莹的露珠躺在枫叶摇篮里。驻足远眺，优美的画面让人忍不住屏息凝视；挪步细观，精致的工艺展现出一个复杂的世界，顶部点缀了一颗彩虹色的宝石。一幅令人难以置信的秋季景色展现在了你的面前。

注：御木本旗舰店于 2016 年 9 月进行了翻新。

Tradition



松屋银座 (2015 年夏季)

穿夏季和服是夏季的传统。呈现出清爽和清新的感受！



资生堂银座建筑 (2016 年春雪)

一扇高雅的可折叠屏风位于日本商店的花园中，描绘了一幅树木在春风下微微摇动的画面。传统的元素点缀着魔幻的现代化风格。



日本桥高岛屋 (2014 年秋雪)

商店的窗户是反映当代日本的镜子。

不期而遇的现代化气息穿过传统美学折射出来。远处的窗框述说着东京动人的故事和奇遇。漫画和动漫主题如同日本远古的神明。

古老、新颖、流行和现代化——全部融合在一起，如同五彩的调色板，捕获行人的目光。

每扇商店窗户都是独一无二、不可复制的——带来一生一次的四季景观。

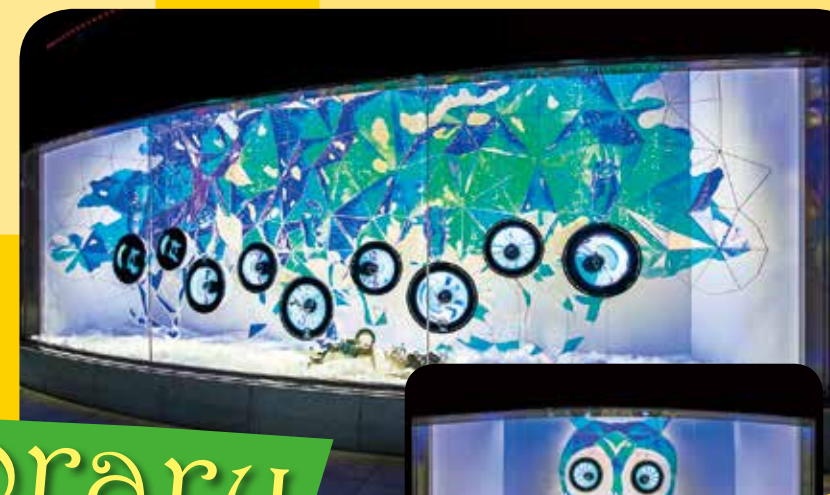
一个万花筒一样晶莹剔透的冬季森林！



Contemporary



伊势丹新宿本店 (2016 年春雪)



银座和光 (2014 年冬雪)

圣诞节期间的银座：闪闪发光的奇妙美景。炯炯有神的猫头鹰眼睛——凝视的时候，仿佛看到了其背后愉快假期时光。



日本桥高岛屋 (2016 年夏季)

伊势丹新宿本店 (2016 年春雪)

伊势丹新宿本店 (2016 年冬雪)

不倒翁（模仿菩提达摩静坐冥想）是日本新年庆典不可或缺的吉祥物之一。



© 2016 ISETANMITSUKOSHI

Pop Culture

流行的主题呈现出了新年聚会欢快、愉悦的气氛。



Show Window!

照片：MIKOMOTO 股份公司，资生堂株式会社，和光株式会社，三越伊势丹控股，松屋株式会社，高岛屋株式会社，amanaimages Inc.

为本季量身定制的节能住宅

—LCCM 住宅融合了传统日本建筑的特点。—

照片●楠圣子、amanaimages Inc.、PIXTA 协助●国立研究开发法人建筑研究所、小泉工作室



从建造到使用再到拆除，LCCM（全寿命负碳）住宅可实现全寿命期内负的 CO₂ 排放。
为了这个目的，使用传统的日本建筑风格建造了一所住宅，用来模拟 LCCM 居住。



BRI 首席研发工程师桑泽保夫。
负责 LCCM 示范住宅的节能设计和计算。
“我们的计算显示，该住宅将在 30 年内实现负 CO₂ 排放。”

降低能耗和 CO₂ 排放是当今日本和全世界至关重要的住宅建筑问题。LCCM 示范住宅，一所建于筑波市茨城县的试验性住宅，利用了太阳能和蓄电池来产生、保存和降低能耗。

除了大量的设备之外，房屋本身更值得考量。房屋结构有目的的利用了人类代理，巧妙的配置与大自然融为一体。滑移门和装有百叶窗板的隔墙等移动部件均节省了能耗。

“居住者可通过打开和关闭内部部件，适应季节和环境，创造出舒适的室内环境。就如同人们因季节的变化增添衣物，通过传统日本的生活方式”，建筑研究所（BRI）首席研发工程师桑泽保夫先生说，他参与了该建筑的设计。



BRI 的 LCCM 示范住宅：筑波市，茨城县（14 页上）。
装有百叶窗板的隔墙和窗户修饰（15 页左上）等移动部件体现了 LCCM 居住的特点。
（照片：楠圣子）

传统的日本住宅通常具有缘侧，是连接内部和外部的长走廊。在支承柱之间是称之为窗户的大开口，可以让怡人的微风吹入房间，观赏室外如画风景。其间，打开和关闭障子滑移门和防雨百叶窗来应对雨水和阳光。因此我们看到很多日本人在一年四季中都在使用它。

LCCM 示范住宅使用和“增添衣物”相同的方式应对四季的变化，接收阳光和新鲜空气。这是真正意义上的节能日本住宅。

传统的日本住宅：
集成化的外部和内部



（照片：amanaimages Inc.）

POINT 1 包裹层

通过更换防雨百叶窗（防风雨）、障子滑移门和推拉隔断（拉阖门）等包裹层应对季节的变化。
（照片：PIXTA）



POINT 2 分区生活



可通过移动障子门和滑移门（拉阖门）开划分空间。
（照片：PIXTA）

POINT 3 创造空气流通

在春季和秋季，怡人的微风吹入室内。
（照片：PIXTA）



为季节量身定制

移动的内部组件可修改居住环境，与季节匹配。
LCCM 示范住宅具有一系列的特征，运用了传统日本建筑的风格。

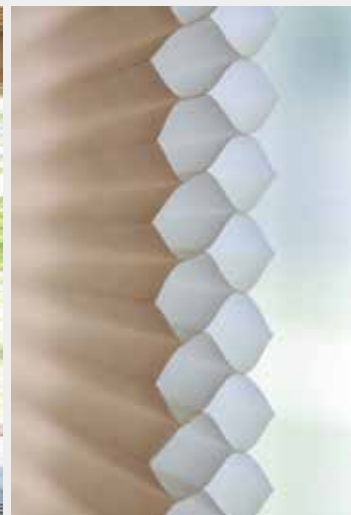
POINT 1 包裹层



每层的木百叶窗均有各自的用途。

在冬季，障子窗户一直打开，让和煦的阳光照射进来，縁侧黑色瓷砖可储存热量。在夜晚，降低热绝缘板保存温暖的空气。在夏季，关闭木百叶窗阻挡炎炎烈日。

屏风使入射的阳光变得温和，细木百叶窗的设计受到了网格和障子滑移门等日本建筑的启发。



(左) 在縁侧的两侧均有几个筛选元素：窗户侧具有热绝缘屏风和可移动木制百叶窗；縁侧和卧室之间为格子玻璃门。
(右) 热绝缘屏风由两个蜂窝层组成，可防止热量流失。
(照片：楠圣子)

POINT 2 分区生活

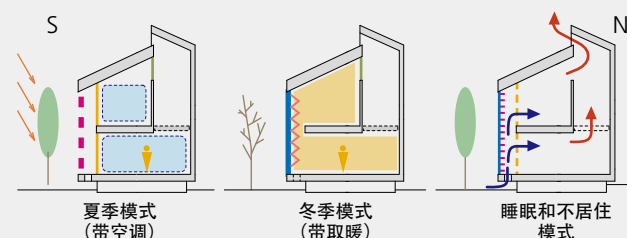
(上) 降低第二层卧室的屏风时，将休闲空间切换为睡眠模式
(下) 可通过滑移门分割连续空间。
(照片：楠圣子)



居住空间如同传统的日本住宅，可通过开闭障子滑移门和拉阖门划分为几个区域。在该住宅内，可移动部分使空间的利用更为高效和灵活。

划分空间还可以节省能耗。关闭隔断时，空间变小，用于取暖和降温的能耗更小。在夏季关闭縁侧和卧室之间的隔断，从而使来自縁侧的热空气不会进入卧室，在冬季打开，使来自縁侧的暖空气进入卧室。

● 季节模式和功能 (图片提供：小泉工作室)



POINT 3 创造空气流通

在春季和秋季，怡人的微风吹入室内。

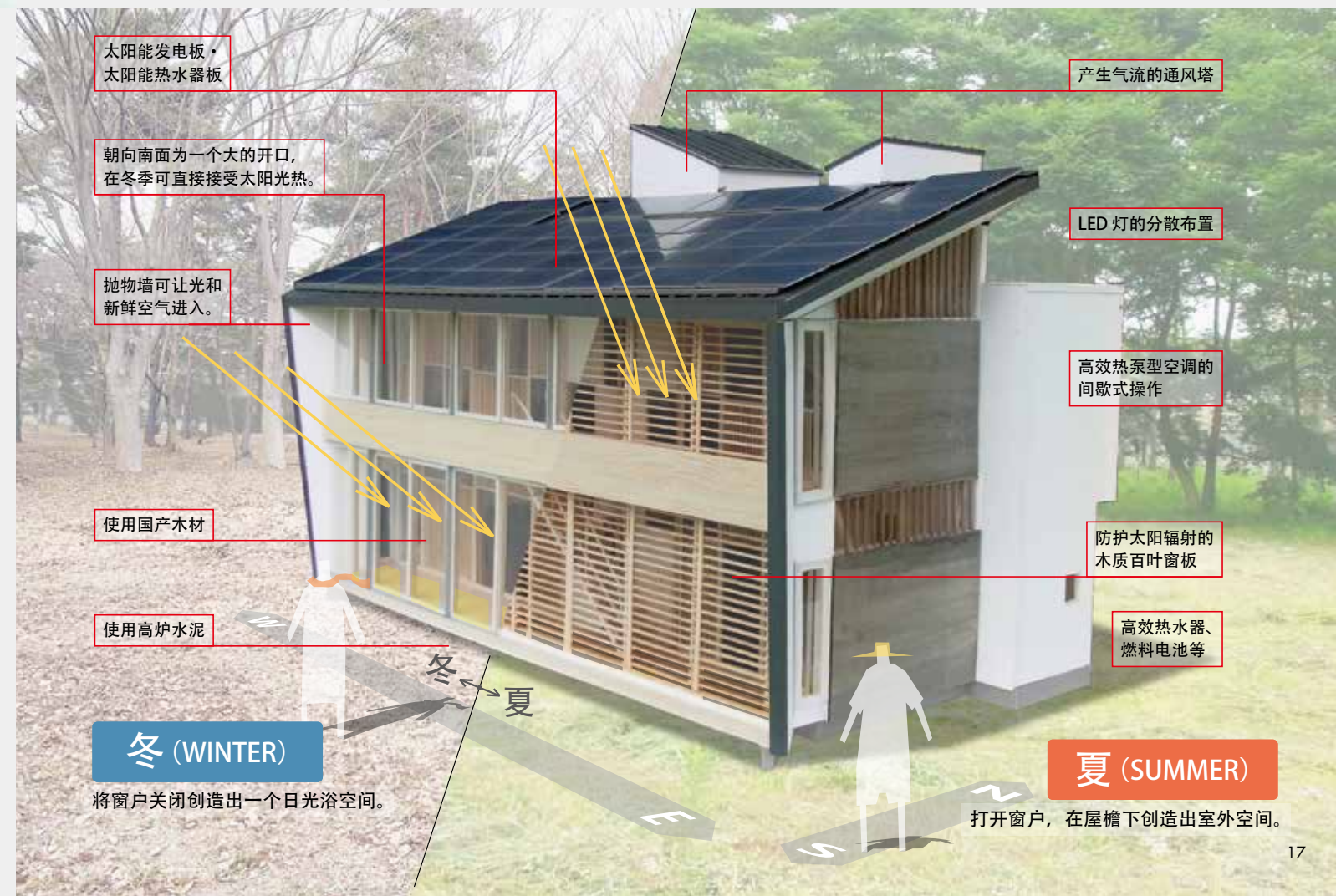
可将东西窗户打开一定的角度，使春季和秋季的气息进入房间。将縁侧地板砖更换为可替换的格子时，表面就变成了冷风的出风口。

空气从室外进入房间内，然后通过通风塔流出。整个住宅可被看作是一件有效的空气流通设备。



(左) 縁侧两侧的窗户充当来自东面和西面风的风口。墙角可吸引入更多的空气。
(右上) 縁侧地板由可拆卸的格子制成，使微风可以从下方进入。
(右下) 从走廊看通风塔。手动操作的屏风可关闭，用来保存暖空气
(照片：楠圣子)

LCCM 示范住宅 / 设计理念 (图片提供：小泉工作室)



日本的四季 花香天堂的 旅途

正文●佐佐木幸纲

照片：amanaimages Inc.



万叶集之花

八世纪编译的万叶集（无数的诗歌选集）是日本最古老的诗歌集，它包含大约 4500 首诗歌。其中三分之一的诗歌，大约 1500 首，涉及了植物和形成丰富花环的花朵。这些自然图像不仅出现在季节主题作品中，也出现在爱、挽歌、旅行和庆祝的诗歌中。

更重要的是，诗集中出现了许多不同的种类，有接近 160 个植物品种，其中包括 50 种花的类型。今天很少有人能背出 160 种植物，更不用说 50 种花，你也很难能找到一个选集，能包含世界任何地方那么多的植物和花朵的名称。

是什么让日本如此独特？这里有四个不同的季节，春天伴随着明亮的绿叶和嫩芽来临，秋天伴随着美丽的深红色和金色。每个季节有

其特定的花香。基于此，花朵早已成为根深蒂固的日本文化，例如插花和印花和服。

季节性诗歌的和歌流派有着丰富的历史，包括与朋友聚在一起的愉快时光，或其他朝臣创作以春天为主题的“歌曲”赞美四季的美丽。包括花的名字，像梅花（李子）、樱花等都很常见。这种传统的创作，可能是源于日本人善于学习各种各样的植物和花的名字。

送礼物时伴随着鲜花和诗歌也很常见。这些传统导致更多鲜花主题诗歌的出现，和越来越多包含各种隐喻的物种种类。

万叶集中最常引用的花是胡枝子（布什三叶草），一种秋天开花的花朵，出现在了大约 140 部作品中。另一个经常在 120 首诗歌中被

提到的是梅花，它在春天开花。当时梅是一个新物种，大约在万叶集编辑的同时被引进——它在贵族中非常受欢迎的……在梅花之后，接下来是立花橘（立花橘橙色）和樱花。

值得注意的是萩市、梅花、立花橘、樱花都是娇小的花朵。在日本古代，“kuwashi”被用来对小事物进行称赞，通常被认为是美丽的。尤其是日本人具有感受美丽小事物的敏感性。

享受以下小巧、私人的樱花花环。

由藤原朝臣广嗣（VIII：1456）送给未婚妻的诗歌和樱花，

这些美丽的花朵在春季开放，
每个花朵都隐藏了我一百句话。
就当是帮我个忙吧，不要拆散彼此。

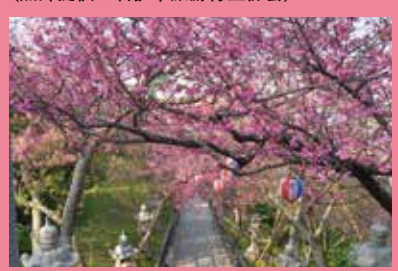
这个爱情诗出现在万叶集的简介中，就像是一页内注，解释它是如何被创作的：一个人赋歌——意味着吟唱或传唱——伴随着秀丽的樱桃树枝，以及一个请求。想象一下，大约 1300 年前，这首寄托鲜花表达爱意的情感诗歌带来的美感与情感。



每个月神圣的花朵

日本群岛从东边延伸到西边，日本一年四季都拥有美丽的鲜花。这里有一些每月体验鲜花天堂的最佳地点。

冲绳樱花值得骄傲的是，它是日本第一个开花的地方：琉球寒绯樱（钟形）在吊钟花形成时是深粉色，花朵向名护市的山坡。（照片提供：名护市旅游行业协会）



寒绯樱（冬樱花）
名护市，冲绳县

1月

梅花（日本李子树）
太宰府市，福冈县



太宰府市天满宫的圣地中拥有 6000 棵日本李子树，这里也是“文学始祖”菅原道真喜爱的地方。（照片提供：太宰府天满宫）

3月

水仙花
越前町，福井县



2月

郁金香
砺波市，富山县



4月

荞麦花（荞麦类）
户隐高原，长野县



9月

向日葵
津南町，新潟县



位于新潟县和长野县辖区的边界处，日本雪量最高的地区之一，津南町镇拥有四公顷的向日葵。（照片提供：津南町旅游行业协会）

8月

秋菊（菊花）
笠间市，茨城县



笠间市年度菊花节，是日本的古老的节日，有 10000 株色彩斑斓的菊花点缀着这座城市。（照片提供：笠间稻荷神社）

11月

黄色波斯菊
山中湖村，山梨县



在山梨县东南方向，处于山中湖 1000 米海岸线上的高原公园，从后面看是一个欣赏富士山黄色波斯菊的绝佳场所，如今是一处世界文化遗产。（照片提供：花都公园）

10月

八仙花（绣球花）
宇治市，京都府



被称作“绣球花寺”的京都·宇治三室内寺中，约 1.7 公顷的大院中有 50 种，1 万余株的绣球花盛开在高大的杉木丛中。（照片提供：三室内寺）

6月

薰衣草
中富良野町，北海道



大概位于北海道中心的富良野市，薰衣草的明亮紫色调和怡人的芬芳来临时，是短暂而甜蜜的夏天到达北方的先兆。（照片提供：富田农场）

5月

油菜花
横滨町，青森县



位于下北半岛的横滨町青森县约 150 公顷的丘陵地带，漫山遍野都是油菜花——360 度被花海环绕。（照片提供：横滨町）

北部淡路岛是一个以拥有各种各样紫罗兰花为著称的丘陵式公园。空气中弥漫着 9000 朵五种颜色花的独特香味。（照片提供：淡路鲜花走廊）



紫罗兰
淡路市，兵库县

12月

四季零食

照片提供、协助●株式会社 虎屋

在日本一般人眼中，点心是下午茶零食，它其中也包含了人们四季都可以享用的和果子（传统的日本的甜食），是人们在四季都可以享用的。在日本人眼中，他们对四季的触觉，都是从店铺中散发着迷人吸引力的各式各样的甜品中获得的。

樱饼这个好听的名字来源于一个特定的年代，江户时代（1603-1867）的 yatsu，下午 2 点到 4 点这段时间，是人们享用时令美味零食的时间。这些可以放进口中轻轻咀嚼的小零食至今都受到日本民众的喜爱。

春天吃樱饼，从江户时代流传至今，它是一种被人们称作樱花年糕的和果子。这些甜品独特的香味来自于用盐水浸泡过的樱桃树叶，再用这些树叶将裹着豆沙馅的小麦面皮卷起来，就可以食用了。它们的选材在日本东部和西部是不同的，在西部地区，面团用糯米制作，而在东部，则是小麦。

到了夏天，人们最爱享用的美味就是蓬松可口的刨冰——通常是冬天里自然结冰的冰块——人们最爱的就是那种凉凉的，让人流口水的食材组合。特别推荐一款叫宇治金时的刨冰，它是由绿茶糖浆和红豆沙制成，口感非常美妙。

秋天是栗子和栗鹿之子的季节，将蜜汁栗子覆盖在豆沙球的表面，就制成了颇有人气的和果子“栗鹿之子”。

说到又热又甜的冬季小食，那非汁粉莫属，汁粉是一碗漂浮着年糕的暖心的红豆汤，日本会在正月用年糕供奉神灵，然后在 1 月 11 日用供奉过神灵的年糕来熬制汁粉。

人们通过品尝点心品尝四季。在下午三点左右沉静的休息时间里，你可以享受四季变幻的世界，那甜蜜的欢愉，来自你独处的时光，和手边轻咬的甜甜的点心。



上方 —— 春季：樱饼
中间左侧 —— 夏季：刨冰（宇治金时）
中间右侧 —— 秋季：栗鹿之子
下方 —— 冬季：汁粉

酷暑和严冬的季节美

札幌

札幌是北海道的首府，日本的极北之地。许多游客来这里观赏冬季的雪景，避暑消夏。我们将为您介绍一些风景、体验并感受城市季节的变化。



P24：札幌市钟楼，一直以来都是札幌市的符号，见证了该市超过130年的历史。（照片：PIXTA）

P25，左上：原北海道政府办公大楼，是日本的重要文化财产，被本地人亲切的称为红砖办公楼。

P25，左下：从札幌车站到北海道大学校园一排排的银杏树仅需10分钟。（照片：PIXTA）

P25，右上：幌见峠薰衣草花园，位于札幌市西部，毗邻圆山公园，弥漫着迷人的花香。

P25，右下：在距离市中心仅一小时车程的任意一个滑雪山坡上，可体验最纯粹的“冬季运动”。（照片：札幌手稻）



日本由四个大岛屿和超过 6000 个小岛屿组成。北海道是本州之后的第二大岛屿。每年冬季，这里都吸引着来自日本和全世界的游客欣赏银装素裹的景色，体验丰富的冬季运动。清爽的夏天和无雨的季节使北海道成为日本避暑消夏的圣地。

札幌是日本人口第四多的城市，她不仅贴近自然，还具备城市应有的繁华和便利。利用城市便捷的地铁、电车和巴士系统，游客可在山顶观赏秋季的落叶；在广袤的绿色平原上欣赏初夏的蓝天；或者漫步在城市中，感受冬季的皑皑白雪。都会区的景色美不胜收，叹为观止：是体验四季降临的完美之地。

该城市的春季虽然短暂，但开始时却总是伴随着鲜花盛开。当城市从漫长的冬季中

醒来时，——大通花园的花坛——自东向西穿过城市的中心——布满鲜花，原北海道政府办公大楼被五颜六色的郁金香所包围。

在六月份里，以 YOSAKOI 索朗节为前兆，札幌开始进入欢快的夏季氛围。夏季里的必不可少的观赏景点是幌见峠的薰衣草公园，整个城市的风光尽收眼底。再没有任何一个地方既可以观赏薰衣草，又可以一览整个札幌的城市景观。莫埃来沼公园，因收藏了世界著名雕刻家野口勇（1904-1988）的作品而闻名，也开始忙于举办各类夏季的活动。

秋季来临后，北海道大学一排排的银杏树成为了札幌最浪漫的街景。札幌资料馆后花园（大通公园西端）是一处静谧之地，也是观赏秋季落叶的完美地点。



札幌冰雪节

许多以流行人物和世界建筑（右上、右下）为主题的大型冰雕，其中一些是由来自全世界的团队制作而成，共同在著名的年度国际冰雕大赛中一决雌雄（左上）。还可品尝北海道冬季食物公园美味的食物，这是那些想要品尝北海道食物游客的必经体验——无需走遍各地！（照片：札幌冰雪节执行委员会、PIXTA）



味噌拉面

札幌拉面（左）是该城市著名的食物：卷曲的面条漂浮在猪骨（豚骨）肉汤上，在辅以味噌。（照片：SUMIRE 札幌总店）

成吉思汗

被称为成吉思汗的串烧羊肉（右）是北海道的灵魂食物，在一个中央凸起的锅中制成。（照片：札幌啤酒公园）

冬季是大通公园最美丽的季节。每年的二月，都会有来自日本和全世界各地的大约两百万游客汇聚此地。大约从 1950 年开始，初中和高中的学生开始利用从街道上清扫下来的雪制作雪雕，并堆积在大通 7 丁目的一个地点。节日的一大亮点是观赏精心雕刻的雪雕，从高耸的动漫人物到世界文化遗产建筑。

除观赏这些冰雪建筑之外还有很多乐趣：室外溜冰、雪上橡皮艇，如果你已经走了很多的路，但是还没有填饱肚子的话，这里还有许多美食摊位。当谈到食物，你可以

从众多当地著名的特色食物中选择。北海道拉面，辅以独特的味噌汤；成吉思汗，在特殊的锅中制成的日本烧烤羊肉菜；来自小樽市和其他北海道渔港的鲜贝汤和海鲜串、鱿鱼、螃蟹或牡蛎。最后但同样重要的：北海道独一无二的僧祇，油炸鸡肉。实际上，冰雪节是品尝北海道所有烹饪佳肴的令人馋涎欲滴的好机会。

在这里的乐趣没有极限——食物、游览、艺术等等——贯穿札幌的每个季节，该城市将现代化和自然融合在了一起。



上：YOSAKOI 索朗节

在六月期间，札幌的多个地点成为 YOSAKOI 索朗节舞者的舞台。（照片：YOSAKOI 索朗节组织委员会）

左下：大通公园和札幌电视塔

大通公园，距离札幌电视塔以西 1.5 公里，是观赏季节变化的完美之地。（照片：札幌电视塔）

右下：莫埃来沼公园

莫埃来沼公园，是自然和艺术的完美结合，拥有盛开的樱花、喷泉、水上娱乐区、秋天落叶、越野滑雪和雪橇。洞悉并享受四季的景色。



乘车路线

从东京国际机场（羽田）搭乘飞机至新千岁机场，需花费时间 1.5 小时。乘坐机场快速火车至札幌车站需要 35 分钟。巴士大约需要 70 分钟。

更多信息

●札幌冰雪节执行委员会

电话：011-281-6400

<http://www.snowfes.com/c/index.html>

●YOSAKOI 索朗节执行委员会

电话：011-231-4351 传真：011-233-4351

<http://www.yosakoi-soran.jp/about.html#english>（英语）





传统与现代的融合

布手巾

照片：PIXTA、Aflo



布手巾是一种起源于古老日本的功能性很强的手巾。它的名字最早来自于 te (手) 和 nuguu (擦拭), 这意味着它的用法多种多样: 它不仅可以做吸汗擦汗的汗巾, 还可以用做洗澡巾和头部的防晒巾或者大手帕。

它以棉花为材料制成, 故有着强大的吸水性。图案从简单到颇具艺术性, 在当代, 它鲜活的设计也被应用于室内装饰, 比如墙饰。布手巾作为日本的纪念品或伴手礼, 堪称完美: 它非常轻便, 它的图案从传统到时尚流行, 适合各个年龄层的家人和朋友。