

niponica

看日本

にほにか

no. 23



特辑

日本人的仪表审美





文化服装学院的2017文化节时装秀（照片提供：文化服装学院）。KENZO、YOJI YAMAMOTO等设计师就是从文化服装学院走向世界舞台的。

# niponica にぽにか no. 23

## 目录



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。

## 特辑 日本人的仪表审美

- 04 解析日本人审美意识的关键词
- 08 日本新娘，传统审美的载体
- 10 日本人的化妆今昔谈
- 14 最新医疗进入美容领域
- 16 使“美”成为一种能量

## 22 尽享日本美食 花寿司

## 24 散步看日本 会津若松

## 28 日本特产 日式梳篦

封面：身着日式新娘服饰的现代日本女性（摄影：下园启祐；照片提供：DE & Co.、The Kimono Shop；模特：KINARI）

no.23 H-300207

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

# 日本人的仪表审美

人的时装、发型、化妆等，显示着一种仪表。日本在其独特的文化中形成了自身的仪表审美，本特辑将在讲述其历史过程的同时，对现代的日本人如何继承并发展了这种文化做一介绍。



# 解析日本人审美意识的关键词

日本人的穿戴打扮，有着其深层的独自的审美观。  
在日本，怎么样被认为是美的？什么是人们为此而注重的？  
这里，让我们用一些关键词来诠释其脉脉相传的审美意识。

## 優美

yuubi



温柔、婀娜的美感。低调含蓄，  
姿势与动作婉约、柔美，  
从容顺应事物的万千变换。

上村松园的《京美人之图》，1932至1935年左右（株式会社YAMATANE所藏）。从妇人手持团扇、身着和服的姿态中可以感到当时正值季节变换。

## 壮麗

sourei

高贵、迷人。艳丽奢华中不失一种典美的优雅。

身着漂亮和服的日本女性，和服上的各色刺绣绚丽多彩。（摄影：下园启祐；模特：KINARI；照片提供：DE & Co., The Kimono Shop）







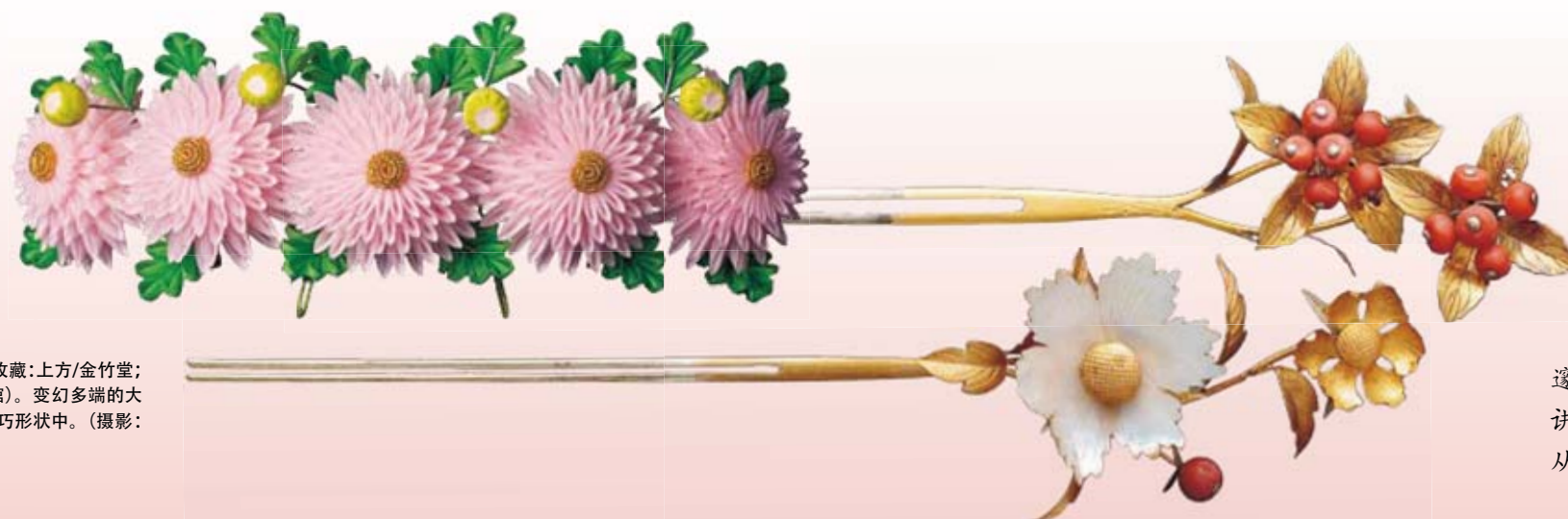
高富华宵的《逸彩流光的身姿》，1935年（版图协助：弥生美术馆）。此屏风作品描绘十九世纪后半叶至二十世纪前半叶时女性们春夏秋冬的装束。图中为秋冬一景。

# 雅

miyabi

斯文、优美、知性的完美结合。  
以细腻与敏锐兼具的感性，  
追求世间万物的丰富情趣。

模仿四季花卉的花发簪（收藏：上方/金竹堂；  
中、下方/梳篦发簪美术馆）。变幻多端的大  
自然情趣被凝缩在一个精巧形状中。（摄影：  
野村正治）



# 繊細

sensai

邃密细腻、柔弱、无常。  
讲究精致，甚至在不经意处，  
从一枚枚细小部件的组装中窥见精巧匠心。





## 白色的和服

身着传统礼服的新郎新娘在结婚仪式上。很多国家的婚礼服饰都是白色的，日本也是同样，新娘全身是一律的白色。白色意味着清纯洁净，它也寓意着新娘将以此去接受夫家的熏染。

# 日本新娘， 传统审美的载体

日本人的穿戴打扮在历史沿革中形成自己特有的审美意识，现代婚礼上的新娘服饰就是这种审美意识的继承。

照片提供：amanaimages、PIXTA

## 吉祥的花纹

新娘身穿的白色和服上，织有吉祥意义的花纹，以祝愿婚后的幸福生活。柔软的丝绸表面浮现的花纹，表现出日本特有的含蓄之美。

## 华丽的衣装

结婚宣誓结束后，新娘换上颜色鲜艳的和服，来到家人和朋友欢聚的婚宴上，并取下头上戴的白帽，向嘉宾们展露漂亮的妆容。



## 精致的发饰

传统的新娘发型，以挽成立体形状的“日本发”（日本女性传统发型）为基本。头发上的饰物使用的是亮闪夺目、手工精致的发簪。



# 日本人的化妆 今昔谈

白粉、口红、胭脂、染黑牙……，  
日本人的化妆方法是如何形成、如何演变的？  
在受世态影响的过程中孕育的独自的审美意识贯穿着  
日本的化妆史。

讲述●村田孝子



1

1. 十九世纪前半叶的浮世绘，画的是一位正用红笔描口红的女性。  
2. 1185年建立了镰仓幕府的源赖朝的妻子北条政子的奢华化妆盒。

2



日本人从什么时候开始化妆的？在三世纪后半叶的古坟时代的墓穴中，曾发掘出脸部与身体涂有红色颜料的人物陶俑，不过，那种红色被推测是为避邪护身的，它与现代的化妆是不同的概念。作为一种“时髦”而延续至今的化妆，真正出现是在六世纪后半叶，有文献记载那时宫廷中的女性均使用胭脂、口红、白粉、薰香等化妆品。

到了九世纪末的平安时代，高贵阶层的女性开始穿着被称为“十二单”（漂亮衣裳数件叠穿形



3

## 九世纪 至 十二世纪

3. 画卷上描绘的身穿“十二单”、脸上抹成白色的女性。

## 十三世纪 至 十四世纪

4. 贵族男子上战场时也不忘化妆。



4

式)的和服，并留起长长的头发。为映衬这种体量较大的服饰，脸上要厚厚地涂上的白粉，以凸显脸白的程度，同时，要拔去天生的眉毛，重新在额头的上部画眉，嘴唇要画成樱桃小嘴。此外，将牙齿染成黑色，即所谓的“御齿黑”，也被认为是当时表示已婚女性的一种习惯。

十二世纪的日本，时代发生了变化，从以往的贵族社会进入到了武士社会。女性开始活跃起来，脸上的白粉也涂得薄了，长发被束起在脑后，

并开始穿着便于身体活动的服装。同时，在贵族阶层的男性中，作为一种“时髦”的化妆也开始普遍。

在从1603年开始的江户时代，工商业飞跃发展，商人与平民百姓开始渐渐取代武士阶级成为社会文化的主力。在这个新的时代，化妆也作为一种日常习惯进入了平民百姓的生活。

1868年，明治时代拉开帷幕，与此同时，快速引进西方文明、建设近代化社会的“文明开化”





5

## 十九世纪后半叶

5. 随着文明开化，上流社会的社交场上开始出现人们身穿西式礼服翩翩起舞的情景。

## 二十世纪前半叶

6. 正在化妆的女性，出自以擅长美女画而著名的画家竹久梦二的笔下。



6

运动开始兴起，人们的化妆也随之发生较大的变化。传统的剃眉、染黑牙被废除，适合自身脸部的眉毛妆以及自然白色的牙齿开始被视为是一种美。

进入二十世纪后，随着经济的发展，就业女性开始增多。为了工作方便，女性们穿西装、剪短发，这些后来被称为“摩登姑娘”的女性们成为时代潮流的先行者。一些轻便化妆品，例如唇膏棒即“棒口红”等商品开始问世，并大获人气。

战后至今的日本，在从二十世纪八十年代后半叶到九十年代初的繁盛时期，流行的是盈蓝粉红色的口红等艳丽的化妆，2011年东日本大地震后，一种以柔和的颜色营造出舒缓的氛围的所谓“轻柔化妆”开始流行，这种“轻柔化妆”在大地震后还起着心理慰抚的作用。时尚流行及化妆与时俱进地发生着变化，同时，社会也进入了个性化时代，人们开始注重“自己风格”的打扮装束。



7



8

8. 时装设计的先驱、画家中原淳一于1955年所画的身穿办公室服装的女性们。

村田孝子（MURATA TAKAKO）1950年生于东京，青山学院大学文学部教育学部毕业。POLA文化研究所资深研究员。主要从事对日本与西方的化妆史、束发史的调查。主要著有《浮世绘中江户美人的穿戴打扮》（POLA文化研究所）、《江户三百年的女性美 化妆与发型》（青幻舍）。

## 1945年以后

7. 随着女性对社会的参与，长裙开始流行起来。

## 现代

即使在日本，时装、化妆方面的喜好也已不再单一，而是日趋细分化、多样化。



9

9. 艳丽的化妆是二十世纪八十年代后半叶的泡沫经济时期的象征。

10. 被选入《世界最美丽100人》的女演员石原SATOMI。

11. 以奇特的打扮引世人注目的笑星渡边直美。



10



11

1. 鸟居清峰の《涂口红的美人（东锦美人合）》（图像提供：公益财団法人ADACHI传统木版画技术保存财团）。2. 国宝《梅前绘手箱》（三嶋大社所藏）。3. 国宝《源氏物语绘卷 东屋一绘》（德川美术馆所藏，©德川美术馆Image Archive/ DNPpartcom）。4. 《护良亲王出阵图》（私人藏品）5. 杨洲周延的《贵显舞蹈之略图》（神戸市立博物馆所藏；Photo：Kobe City Museum / DNPpartcom）。6. 竹久梦二的《猫叶散》（竹久梦二美术馆所藏）。7. 《服饰 长裙流行》1952年（照片提供：朝日新闻/时事通讯PHOTO）。8. 中原淳一的《中原淳一女衬衫集》（株式会社HIMAWARIYA所藏；©JUNICHI NAKAHARA / HIMAWARIYA INC.）。9. 《身穿当时流行的大轮廓西服在街上行走的女性》1989年（照片提供：共同通讯社、amanaimages）。10. 石原SATOMI（照片提供：HoriPro Inc.）。11. 渡边直美（照片提供：YOSHIMOTO KOGYO CO., LTD.）。



# 1 以中草药成分 焕发肌肤活力

从中草药的甘草中微量提取的成分“异甘草素”(ILG)，是一种如今在医疗临床受到关注的成分。香川大学的研究表明该成分对导致细胞老化的氧化及炎症等具有明显的抑制作用，其商品化也一直受到期待。2011年，世界首款含“异甘草素”成分的化妆品问世，其对肌肤的皱纹、褐斑以及敏感肌肤和肌肤的粗糙所具有的改善功效受到认可。

内含具有多种功效的成分“ILG”的美容液（用保湿液等作一护理后进行涂抹）——LUDIA的“I' LG-b 浓缩精华液”（I' LG-b Concentrate Serum）



- 使用方法：**  
洗脸后用保湿液等作一护理，然后取约5ml，以须改善部位为重点涂于脸部。
- 效果：**  
改善因年龄增长而产生的肌肤干燥、松弛、褐斑、皱纹等。
- 特征：**  
世界上第一款含有从中草药甘草中提取的异甘草素（ILG）成分的化妆品。

## 最新医疗 进入美容领域

人的肌肤会随着年龄的增长而出现皱纹、褐斑、肌肤松弛，或因紫外线的伤害而导致炎症等，为解决各种各样的肌肤问题，日本的美容商品使用了最新的医疗技术。这里向您介绍数款常用商品。

照片提供：amanaimages  
协助：株式会社LUDIA、株式会社MTG、CosMED制药株式会社

## 2 激活肌肤的细胞

应用于医疗临床的微电流 MCR，对细胞的恢复有着较大的作用，并能抑制疼痛、舒缓疲劳等。在以滚轮的深度揉捏使肌肤紧致的美容仪中装入太阳能板，通过这一原创技术生成微电流。



示意图



- 使用方法：**  
贴住脸部、颈部、腰部等须改善部位滚动端部的球体，滚动时使肌肤柔软部分被捏起。
- 效果：**  
通过手柄上的太阳能板导入光能，从而产生微电流。
- 特征：**  
能够简便地利用医疗临床所使用的微电流功能。



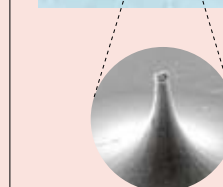
便于在家里利用微电流技术进行按摩美容——MTG的产品“RiFa”（黎珐）

## 3 通过微针 使有效成分渗入肌肤

微针技术，是通过肌肤贴膜使药物渗透全身的技术。它具有可与注射、点滴媲美的效果，并因此有望用于抗感染症的疫苗接种或糖尿病患者的胰岛素注射等。CosMED 制药株式会社在世界上首次成功地开发出了玻尿酸微针，只要贴在肌肤上，保湿成分玻尿酸就能渗透到肌肤内部，从而起到预防皱纹与褐斑的作用。该产品作为一款前所未有的美容贴引起社会反响。



- 使用方法：**  
贴在眼睛下方等部位。
- 效果：**  
玻尿酸在角质层中溶解，提高粘贴部位的保水力，使肌肤紧致并具有弹性。
- 特征：**  
使肌肤原有的保湿成分玻尿酸形成针状结晶的微针技术是世界首创。



贴片的内部密布着细微的玻尿酸结晶针，贴在皮肤上后，皮肤的水分就会使其溶解并渗透。

微针技术的产品——CosMED制药公司的“Dermafiller”





# 使“美”成为一种能量

化妆，不仅是美化容貌。

在体育运动以及老年护理领域，化妆的功能亦不容小觑。

摄影：小原孝博

照片提供：AFLO

协助：株式会社高丝（KOSE）、株式会社资生堂

## 为全力拼搏的选手们鼓劲！

日本的花样游泳队“美人鱼日本”（Mermaid Japan），有一位“幕后功臣”，他就是 KOSE（高丝）化妆品公司的化妆师石井勲。

本着“体育与美同行”的理念，KOSE 公司开发了一种拒水技术，它能使化妆后即使汗水流淌也不会晕妆。KOSE 推出的含有原创树脂成分、贴肤性能好且保持力强的化妆品受到一致的好评。

2006 年 4 月，KOSE 公司成为“美人鱼日本”在化妆上的正式合作伙伴。自那以来的十多年，KOSE 一直为“美人鱼日本”提供化妆技术的开发与指导。

长期担任首席化妆师的石井，每当“美人鱼日本”的表演节目更新，他就要在与运动队教练等进行讨论商量的过程中设计出与新的泳衣、表演曲目、演绎主题相配的化妆方案。此时的要点是，要做到从远离选手的观众席及评判员席上看过去能呈现出美感。石井说：“我认为，在化妆上一定要采用泳衣上最鲜艳的那一颜色，这样，从远处看去，就会有一种整体协调感，并能使表演更加美丽夺目。”

此外，石井还注意利用光线打造立体型化妆。他让游泳队全体队员排成一行，从正面、侧面及斜面等各个角度对全体队员的整体统一感进行检

查，同时还不忘对每位队员进行个别细致的化妆指导。

令人惊讶的是，选手在水中如此激烈地游动却不会晕妆，据说她们使用的并非特殊的化妆品，而是市销产品。

当然，化妆后能在水上竞赛中也不会晕妆，这里有着石井独特的秘诀。

“例如化眼妆时，在防水性液状眼彩上再涂上粉状眼彩，以提高显色，然后再涂一层液状眼彩，以提高密贴性，从而不易晕妆。”据说市销上没有的颜色，有时是通过不同颜色的多层涂抹而形成的。

靓丽的化妆带来的一体感以及一流化妆师的直接指导，给了选手们自信心与凝神力。“美人鱼日本”的强劲与优美，背后有着日本的化妆技术的支撑。



上、左：每当表演节目变更，都要举行化妆讲习会，对每一位选手进行细致的指导。



石井勲说：“化妆，是一个共同作业，我很注重与游泳队的工作人员以及选手们的沟通。”



# 老年护理中的化妆疗法

有研究数据显示，老年人保持化妆的习惯有益于身心的健康。在迎来了高龄化社会的日本，这一数据受到了人们的关注。

化妆有助于认知能力及肌肉力量的提高，开展这一研究的，是资生堂的池山和幸。

“研究结果表明，化妆的时候所使用的手指及手腕的肌力，是就餐动作的二至三倍，同时，女性们在享受化妆或护肤的过程中会在无意识中收获康复的效果。当我们发表了这一研究结果后，那些至今把化妆视为次要的医疗相关者们也开始关注起化妆来了。”

在资生堂长期举办的美容教室的成果基础上，池山结合自己作为“护理福祉师”的工作经验，开发出了“化妆疗法”。据介绍，从开展“化妆

法”项目的老年护理现场相继传来可喜的成绩报告，“痴呆症日渐严重的病人，因化妆而表情变得开朗起来，自立程度也提高了。”

现在，化妆疗法不仅为了让病患者在化妆中获得愉悦，同时，为推进老年护理、防病并延长健康寿命（无健康上的问题、能正常生活的时期），越来越多的地方政府也开始引进化妆疗法。

“肌肤的护理以及穿戴打扮，都有助于身心健康。‘永远不要忘记打扮自己’，要让这句话成为追求健康长寿的人们之间的一句口头语，并要让世界上更多的人知道这句话。”池山说这就是他的目标。



上、左：老年护理设施以及医院里的美容教室一景。自己进行化妆，这不仅让容貌美丽，还能提高身心功能及生活功能。



池山和幸说道：“通过享受化妆，让人生的高龄期开出最灿烂的花朵。”（摄影：小原孝博）



## 男士们也在追求美

摄影●伊藤千晴 照片提供：AFLO

在日本，对于男性美容有着各种不同的审美眼光，但是，最根本还是注重清洁感。

男性用化妆品除了通常用于剃须、整发等仪容整洁外，近年来，产品的用途及种类也在不断衍生，去除肌肤污垢的洗面乳、防止肌肤粗糙或抑制油脂的护肤用品、遮盖痤疮疤痕或褐斑的遮瑕膏、户外运动时防紫外线的防晒霜、防止体臭的止汗剂及止汗湿巾等，都受到广泛青睐。

同时，如今还出现了以男性为对象的美容及美甲沙龙，满足着男士对胡须及体毛的脱毛以及指甲修整（美甲）等的需求。

与欧美相比，日本使用香水或古龙水（香水类化妆品）的人比较少。清洁、消臭，始终是日本男性仪表修养的基本，这是日本文化的特征。



1. 清凉型止汗湿巾 2. 清凉型洗面乳 3. 含有玻尿酸的保湿液 4. 防止褐斑及雀斑的笔型美白美容液 5. 去除角栓的鼻用贴膜 6. 直接涂抹型止汗棒。专为男士开发的商品，轻便而易于携带，很受欢迎。



# 日本的地方土特化妆品是你的美容帮手！

在日本各地，有不少以花卉或水果等天然植物为原料并使用传统工艺技术生产的化妆品。这些原产地特有的商品，会让你邂逅新的审美与满足。

摄影●伊藤千晴

愛媛 爱媛

## 沐浴盐 (柑桔芳香)

使用从柑橘的果皮中提取的精油生产的沐浴剂，其原料来自各类柑橘的著名产地爱媛县。香气芳醇，并有保湿功效。  
<http://yaetoco.jp> (日语)



大分 大分

## 粘土面膜

温泉矿泥  
使用别府温泉特有的粘土生产的面膜。蓝粘土含有丰富的温泉成分与矿物质，能去除肌肤多余的油脂，同时，其中的温泉成分能使肌肤纹理细腻。  
<http://only-sge.co.jp> (日语)



(照片提供：ONLY株式会社)

奈良 奈良

## QUON爽身粉

使用在推行无农药、天然农作的奈良县采摘的茶叶为原料，并根据严格的标准进行生产。爽身粉中还含有大米、葛粉成分，能使肌肤滑爽舒适。  
<http://www.quon-cosme.jp> (日语)



富山 富山

## 海洋矿物质浓缩喷雾

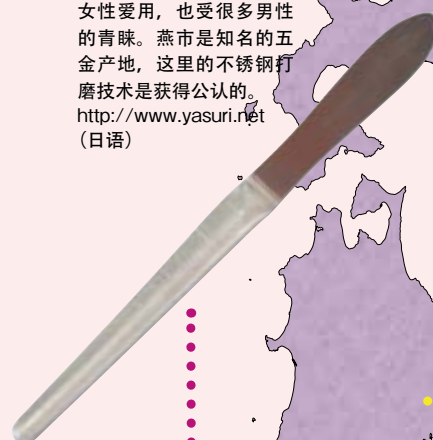
使用富山湾的海洋深层水生产的脸部保湿喷雾。含有日本少有的降雪地带的融雪水，丰富的矿物成分能给肌肤以滋润。  
<http://www.goshu.co.jp/tqw/> (日语、英语)



新潟 新潟

## 指甲锉 SHINY

燕市生产的指甲锉，抛物面上细槽对斜交错，不仅女性爱用，也受很多男性的青睐。燕市是知名的五金产地，这里的不锈钢打磨技术是获得公认的。  
<http://www.yasuri.net> (日语)



岩手 岩手

## 气仙山茶花护手霜

气仙沼地区的人们利用收集的山茶花种子榨取山茶花油，并用作护手霜的配方成分。此款护手霜是作为对东日本大地震受灾地区的援助商品而开发的。  
<https://hollywood-jp.com/product/kesentsubaki> (日语、英语、中国话)



北海道 北海道

## 芦笋多香膏 (Asparagus Multi Balm)

远轻町生产的以芦笋提取液为保湿成分的全身用固态乳霜，特别对脸部、嘴唇等容易干燥的部位具有改善效果。  
<http://www.e-mystar.jp> (日语)



京都 京都

## 胡粉指甲油

使用以贝壳为原料的日本传统颜料“胡粉”生产的指甲油，由京都的日本最早的颜料商家所开发，无刺鼻气味，不伤害指甲。  
<https://www.gofun-nail.com> (日语、英语)



(照片提供：上羽绘惣株式会社)

群馬 群馬

## 蚕丝皂 (kinu soap)

含有用作丝绸原料的蚕茧的成分提取液，是具有保湿及抗氧化功效的肥皂。使用富冈产的蚕茧作为原料，与当地的大学医学部皮肤科等共同开发而成。  
<http://kinu-kiryu.com/> (日语)



三重 三重

## OISESAN 御净喷雾剂

含矿物质丰富的“天日盐”及天然精油配方的香水喷雾剂，有净化身心的作用。在日本著名神社之一伊势神宫的参拜道上能买到。  
<http://www.oيسان.co.jp> (日语)



東京 東京

## 小町红

日本传统的口红，由1825年创建于东京都日本桥的老字号商铺所生产。它使用沿袭至今的工艺方法，并完全以红花的花瓣所含的天然红色素为原料。  
<http://www.isehanhonten.co.jp> (日语、英语)



(照片提供：株式会社伊势半本店)





# 花寿司

## 赏心悦目的传统寿司

摄影●伊藤千晴 协助●花味结



宫内MASAKO烹制“花寿司”已有半个世纪了。

“花寿司”，是把配料做成花卉等图样的寿司。在千叶县的房总半岛，每逢祭典或传统节日等特别日子，人们会利用当地的食材烹制花寿司。过去的花寿司大多使用花卉等图样，但现在，还出现了动物或卡通人物等图样的花寿司，深受儿童们以及成年人的喜爱。

据传在江户时代后期（十八至十九世纪），人们开始烹制“卷寿司”，用线绳将削细的竹子编结成卷帘，卷上紫菜、醋饭及配料。一般来说，房总半岛所在的关东地区的是细卷寿司，而关西地区的是粗卷寿司。因此，作为粗卷寿司的“花寿司”被认为是由为捕捞沙丁鱼而从关西地区来到房总半岛的渔民传来的。

花寿司的配料与一般的卷寿司没有两样。把瓠瓜晒干或烘干后切成细细的干瓠条，用红色的食用色素将拆开的鱼肉染成樱花色做成的鱼松（DENBU）以及干香菇、蔬菜等，都是花寿司的配料。同时，使用紫菜来卷醋饭，此外也使用薄薄的煎鸡蛋、腌渍蔬菜等。

花寿司的烹制方法很简单，首先将紫菜或煎鸡蛋铺在卷帘上，接着把醋饭一堆一堆地放上，在一堆堆的醋饭之间搁上配料，然后卷起来，切开后，就出现漂亮的图案了。

房总半岛面临大海，自古以来，紫菜等都是民众的日常食物，并且，千叶县是全国盛产鸡蛋的地区。在鸭川市有一家名叫“花味结”的花寿司作坊，

这里的员工宫内 MASAKO 介绍说：“在鸭川，人们使用很多鸡蛋来做成厚厚的煎鸡蛋，用以卷寿司。”花寿司是一种喜庆餐肴，是人们为更多地享受大自然给这块土地的恩惠而精心烹制的。

在位于千叶县鸭川市的“花味结”（<http://www.hanamiyui.com/>），游人可以亲身体验“花寿司”的烹制。这里开设有正规的学习班，参加者可以从30多个卷寿司品种中选择喜爱的种类，用一个小时的时间学习卷寿司的烹制方法。各种不同的创意能烹制出图案各异的“花寿司”，大家一起动手烹制，或是一起享用各自带来的花寿司，更为一大快乐。

### 烹制方法

- 1 把寿司饭铺开在卷帘上，并在两边堆起。
- 2 把切好的紫菜盖在饭堆上，把粉红色的鱼松放入饭堆之间的部分，两边摆上焯好的绿色蔬菜。
- 3 用卷帘紧紧地卷起，然后切开。



左：把寿司饭堆起，铺上紫菜，再搁上红姜或鱼松。完美地卷起后切开，就成右页照片上当中那个图案了。

右页：把紫菜或厚厚的煎鸡蛋卷起后切开，绚丽多彩的花寿司就做成了。







位于猪苗代湖西侧的崎川浜，每逢夏季，人们来这里戏水、野营。



# 会津若松

位于福岛县中部的会津若松，曾经是一个繁荣的武士城市，有着历史厚重感的建筑一直留存至今。而同时，这里又是群山环绕、风光旖旎，是日本国内屈指可数的观光地。四季变幻的自然景观与绚丽多彩的工艺世界，迎候着来自远方的客人。

照片提供：伊藤千晴、amanaimages

鹤城，是会津若松的地标。这一城楼建于十四世纪后半叶（1384年），在江户时代（十七至十九世纪），它曾是会津藩藩主的居城。1874年城楼被拆毁，1965年重建后，其美丽的身姿再度挺然屹立。城楼的最上面是眺望层，从这里望去，会津若松市一览无遗。一年四季，春天樱花盛开，夏天青翠欲滴，秋天满目红叶，冬天白雪覆盖，大自然的丰富表情令人迷恋。



上：会津藩主的居城——鹤城，春天时樱花盛开。  
远左：这块土地曾经是繁荣的武士城市，如今，保留着江户时代风情的建筑依然到处可见。  
左边中央：有着约400年历史的会津漆器，漆绘艳丽秀美。  
左：冬天的东山温泉，一边赏雪一边泡温泉的“赏雪浴”很有情趣。  
（照片提供：向瀨）





会津若松市的西若松车站与南会津町的南会津高原尾瀬口车站之间的会津铁道。



左上：芋头、胡萝卜等配料丰富的“KOZUYU”，是喜事餐桌上的常见一品。  
远上：用杉木或柏木弯曲加工制做的木盒（WAPPA），里面放入米饭等蒸煮而成的“WAPPA饭”。  
左：当地特产的雪下卷心菜，特点是带着水果般的甘甜味。  
上：会津小菊南瓜、会津圆茄子等都是会津若松的传统蔬菜。（照片提供：Fukushima Monitoring Site）

耸立在东北方向的磐梯山，是海拔 1819 米的名山，被选入《日本百名山》。夏季登山、冬季滑雪，来此享受户外运动的人络绎不绝。同时，磐梯山也是羊蹄躑、磐梯锹形花（BANDAICUWAGATA）等高山植物以及珍稀昆虫的宝库。

在磐梯山南侧山麓，是猪苗代湖，周长约 49 公里的猪苗代湖，是日本第四大湖。这里是湖水浴、垂钓、船游等娱乐运动的好地方。西岸的崎川浜是个人气景点，在这里可以望见湖对面的磐梯山。每逢夏天，来此享受湖水浴的游客带来一片欢声，

冬天时，这里还能看到成群来自西伯利亚的天鹅。位于会津若松市区与猪苗代湖之间的背灸（SEABURI）山，以旭日与夕阳的美丽景致而闻名。站在山顶，清晨可以望见沐浴朝阳的猪苗代湖，黄昏时，渐渐沉入山那边的一轮夕阳美不胜收。

从市内驱车约 10 分钟，便来到东山温泉。这里是始于八世纪的历史悠久的温泉地，诸多名人及文人都曾是这里的常客。现在，在汤川河沿岸，有着 20 多家温泉旅馆及宾馆，洋溢着温泉街特有的情调。

会津若松也有其自古以来深受人们喜爱的佳肴。蔬菜等配料丰富的“KOZUYU”、“WAPPA 饭”，都是充分使用当地的蔬菜以及高汤烹制的极品美味。同时，近年来，为使江戸时代盛产的传统蔬菜重上人们的餐桌，当地的农家也进行着各种努力。

倍受大自然恩泽的美丽群山、丰富温泉，还有那源自武士文化的美味佳肴以及各种工艺品，当您走进会津若松，这块土地丰富多彩的表情会让您赏心悦目、恋恋难忘。



每年9月举办的会津秋日节活动。打扮成武士等人物的群众在街上缓步而行。（照片提供：会津若松市政厅）



左：因翻倒后又会站立起来而得名的乡土玩具“不倒翁小法师”。  
下：头颈会摇晃的玩具“赤BEKO”（红牛）。BEKO是当地方言“牛”的意思。  
右：以条纹花样为特征的会津棉布，不易松塌走形。



## 会津若松区域地图

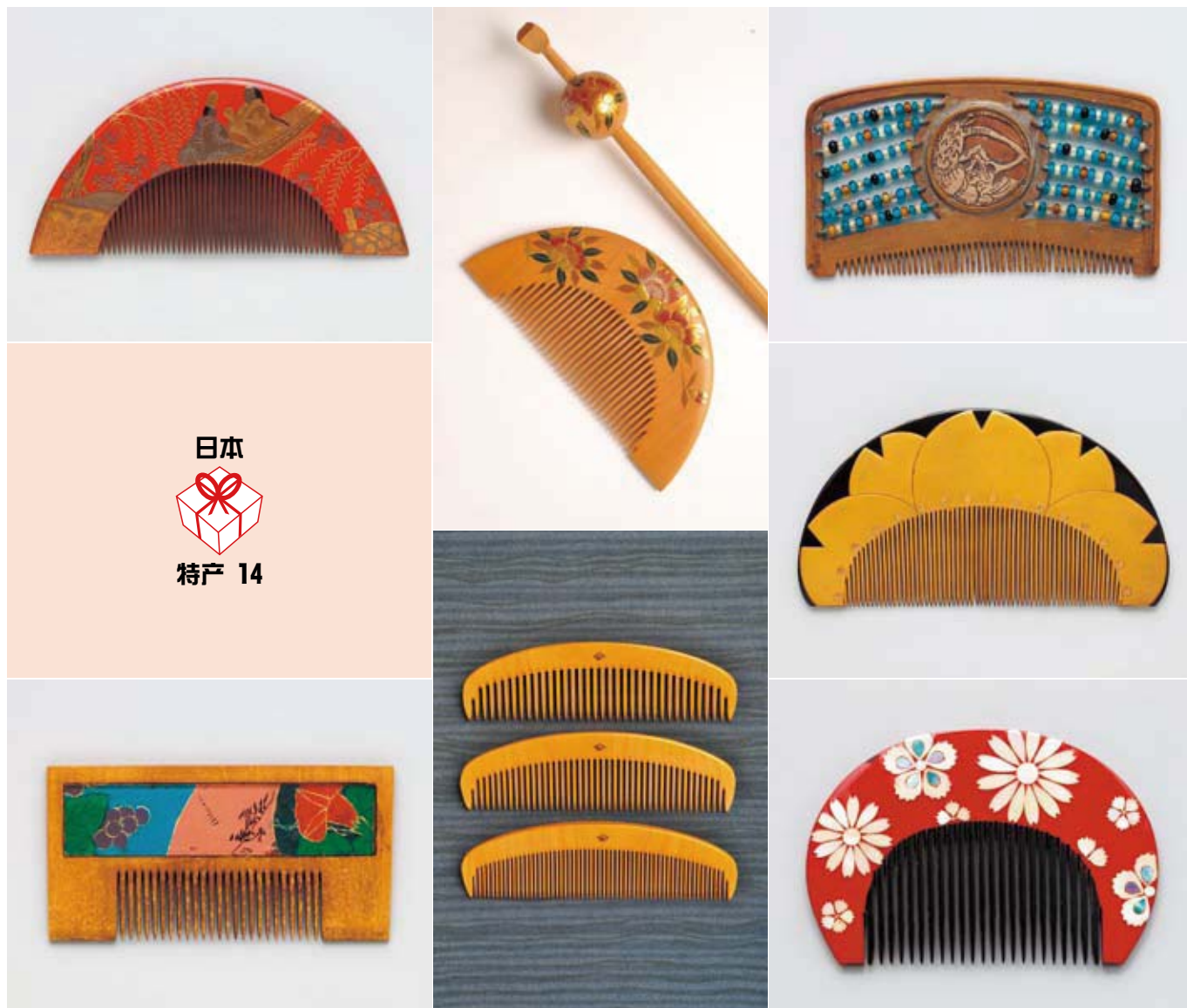
### ●交通指南

乘坐电车：从东京站乘坐JR东北新干线，经由郡山站换乘JR磐越西线前往会津若松站，全程约需两个半小时。或从浅草站乘坐东武铁道与野岩铁道联营列车，经由会津高原尾瀬口站换乘会津铁道列车前往会津若松站，全程约需四个半小时。  
自驾车：从东京（川口JCT）走东北自动车道，经由郡山JCT前往会津若松IC，全程约需三个小时。

### ●垂询

会津若松观光局  
<http://www.tsurugajo.com/>  
东山温泉观光协会  
<http://www.aizu-higashiyama.com/>  
会津铁道  
<http://aizutetsudo.jp>





## 让秀发更美的饰物 日式梳篦

摄影：伊藤千晴  
照片提供：梳篦发簪美术馆

梳篦，在日本有着悠久的历史，佐贺县的遗迹曾发掘出约 7000 年前的木制梳篦，从其纵幅较深的形状来看，可以认为那是插在头发上的装饰物。在八至十二世纪（平安时代），日本女性都是垂发，即长发垂下，梳篦作为梳理头发的日常用品，同时也用作将前刘海隆起的插簪，并因此而成为一种实用性与装饰性兼具的常用品。

到了十七世纪（江户时代），“日本发”成为日本的女性发型。她们使用易于盘拢头发的固化油（鬓发油）把头发梳理成形状复杂的“日本发”。“日本发”的梳理很费工夫，所以当时的女性不太洗发。因此，梳篦不仅是装饰品，也成为用于

去除头发污垢、修整乱发的工具。

据说梳篦的最好原料是黄杨木，它具有弹性，使劲梳也不会使梳齿折断。传统的日式梳篦，其制做是个很讲究的精细活，先用锉刀细致地磨光材木，做成适用不同头发长度的梳齿间距各异的梳篦，最后涂上山茶油，以使其滑润并产生具有光泽的色调。

十九世纪（明治时代）以后，随着女性发型的多样化，日式梳篦的实用性也愈加提高。现在，用途不同、形状各异的日式梳篦种类繁多，例如有便于携带的男士用日式梳篦、用于分头路的细长柄日式梳篦，等等。

niponica

にほにか

〈中国語版〉

no.23

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/>（外务省网页）

<http://web-japan.org/>（有关日本讯息的网站）