

niponica

看日本

にかほに

no. 35



• 特辑 •

舞起来，
日本！



niponica
にぽにか^{no.} 35

• 特辑 •

舞起来，日本！

地域风土孕育的“风流踊”、继承着古老传统的“能”，
剧场里的舞蹈公演、动漫人物的欢歌欢舞……，
富有个性的舞姿，跳出了日本的艳丽多彩。
舞起来吧，让我们用身体的舞动去体味日本的文化。

目录

04 日本人为何而舞？

06 日本的非物质文化遗产“风流踊”

10 继承传统与改革创新

12 去剧场观看舞蹈

14 动漫人物也爱跳舞！

16 日本地图巡游
化装舞蹈

18 尽享日本美食
素面

20 散步看日本
郡上八幡

24 日本特产
簪子

德岛每年8月举行的传统演艺活动“阿波舞”，有约10万名舞者参加。（摄影：Aflo）
封面：舞蹈演员森山開次（参阅第11页）
photo:Isamu Uehara (Sun-Ad)

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。

no.35 R-051228

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

日本人 为何而舞？

日本人经常跳舞，
在剧场、街道或在广场。在学校、家中或在网络平台。
其理由可以在漫长的历史中找寻到。



绘画作品表现的是十一世纪左右宫廷里表演舞乐“青海波”的场景。
土佐派《源氏物语画帖》红叶贺（局部） 堺市博物馆

虽然很难确定日本舞蹈的起源，但是，一般认为以供奉神灵为目的的宗教性舞蹈“神乐”是其起源之一。七世纪左右，各种乐器以及舞蹈从外国传来日本，并与日本自古以来的神乐相结合，诞生了伴着笙、笛及大鼓的演奏而跳舞的“舞乐”，它受到了宫廷及贵族的保护。手臂伸开，慢慢地转动，在舞乐的这些动作中，可以找到后来在日本的舞蹈中普遍出现的轻柔、优美的动作的原型。

汲取了舞乐的谱系要素并诞生于十四世纪的“能”，是一种以“仕手”（“能”的剧中主角）为中心的演员伴着台词、情景歌唱的声乐及乐器演奏而肃穆地表演舞蹈的歌舞剧。因受到各时代统治者的保护等，

神乐

神乐

宫崎县高千穗町自古传承至今的“高千穗之夜神乐”。以彻夜的舞蹈，迎接并供奉神灵。



かぶき踊り

KABUKI舞



受到平民百姓狂热般喜爱的KABUKI舞的创始人——出云阿国
《阿国歌舞伎图屏风》局部 京都国立博物馆

其发展起来的数个流派在经过了 600 年岁月的今日依然存在，面具、绚丽夺目的装束以及专门的舞台，还有其独一无二的形式美，都一直传承至今（参阅第 10 页）。十五世纪左右，一种名为“风流踊”的舞蹈在民间爆发性流行，据传这是源自祭祀及化装游行的舞蹈。众多的人们身着华丽的衣装，伴着铜锣与大鼓一起跳舞，这种群舞形式后来在日本全国各地成为具有不同个性的乡土演艺，并在当地深深扎根（参阅第 6 至 9 页）。

“风流踊”后来分化为“盆踊”即“盂兰盆舞”与“歌舞伎”，前者是普通百姓自由参与的舞蹈，后者是由专业演员进行表演的舞台剧。“歌舞伎”始于

日本舞踊

日本舞蹈

《京鹿子娘道成寺》以舞蹈及衣装的变化来表现恋爱中的女孩的炙热感情。由日本舞蹈的第一人、第三代藤间紫出演这一日本舞蹈的代表性剧目。（照片提供：紫派藤间流藤间事务所）



盆踊り

盂兰盆舞



男女老少绕着高台欢乐起舞，盂兰盆舞是夏天的一道风景线。（摄影：Aflo）

现代舞

コンテンポラリーダンス



介绍日本现代舞的DANCE ARCHIVES in Japan 2023中的舞蹈“夏畑”（编舞：折田克子，表演：平山素子、岛地保武，摄影：鹿摩隆司，提供：新国立剧场）

十七世纪左右男装女艺人、出云阿国在京都率先跳的“KABUKI 舞”，其表演时穿插着流行歌曲，很受人欢迎。不久，舞蹈中被编入了一些独特的动作、造型、瞬间变装表演以及使用扇子、手巾等小道具的表现手法，同时，歌舞伎的中心也迁移到了江户（现在的东京）。而在京都与大阪，歌舞伎舞蹈派生出了“上方舞”，并作为宴会场合的表演艺术而获得发展。经过传承，如今它已经发展成为有着不同始祖的 100 多个流派的“日本舞蹈”，并在剧场或宴席上进行演出。

在二十一世纪的今天，除了被联合国教科文组织列入非物质文化遗产的“能”和“歌舞伎”以外，在芭蕾舞与现代舞等领域也有很多日本演员活跃在国际舞台。

同时，舞蹈也进入到一般民众日常生活的各个方面。一个典型例子就是，舞蹈已成为初中体育的必修科目，学校生活的各种场合都有舞蹈表演。同样，成年人在观看体育比赛等场合也会以舞蹈的形式来为偶像助威。在 SNS（社交网络平台）上，也出现人们模仿动漫人物的舞姿的跳舞视频，这些视频鼓动更多的人上传自己改编的跳舞视频，从而营造出一个年轻人与众多伙伴一起跳舞的机会。

在漫长的岁月中，日本人以各种方式培育了一种舞蹈文化，它成为人们唤起共鸣、构筑纽带的方式。



日本的 非物质文化遗产 “风流踊”

“风流踊”舞蹈于2022年被联合国教科文组织列为非物质文化遗产。这里的“风流”，原本是高雅、优雅的意思，但后来，“风流踊”开始泛指众多人们身着华丽衣裳一起跳舞即群舞。本文将对日本各地流传至今的风情浓郁的此类舞蹈做一介绍。

西马音内盂兰盆舞 ◆秋田县羽後町

在8月的迎接先祖魂灵归来的盂兰盆节期间，人们会跳盂兰盆舞，其中的西马音内盂兰盆舞被认为尤为优雅。用编织斗笠和头巾遮住脸面扮成故人的舞者们，手势与脚步轻柔、优美。用丝绸缝合而成的被称为“端缝”的和服使舞蹈锦上添花。（摄影：PIXTA）



白石舞 ◆冈山县笠冈市

流传在白石岛上的盂兰盆舞，据传始于为吊唁在十二世纪发生的交战中的战死者。舞者伴随着一段被称为“口说”的领唱，同时跳数种舞蹈。现在流传着的有13种舞蹈。衣装及动作各异的舞蹈所表现出的协调，令人惊叹。（摄影：笠冈市役所）

毛马内盂兰盆舞 ◆秋田县鹿角市

一种富有情趣的盂兰盆舞，舞者们围着篝火，伸直手臂及手指缓缓起舞。男女舞者都身穿以黑色为基调的正装和服，并用水珠花纹的手巾蒙住脸颊。（摄影：Aflo）



安乐花舞 ◆京都府京都市

这是今宫、川上、玄武及上贺茂四个地区的人们在樱花凋谢的时节举行的活动，人们跳安乐花舞以祛除带来灾难的邪灵与疫病。扮成鬼的舞者头戴红发与黑发，敲着锣打着鼓，伴着“安乐花呀”的歌声及笛子声缓步而行。照片上的是今宫地区的跳舞场景。（摄影：Aflo）

泷宫念佛舞 ◆香川县绫川町

为了感谢平安时代在大旱灾中拯救了民众的菅原道真公并祈愿五谷丰登，每年8月25日，人们跳泷宫念佛舞来供奉泷宫神社与泷宫天满宫的神灵。手持团扇的被称为“下知”（GENJI）的舞者伴着“NAMUAMIDOYA”（由“南无阿弥陀佛”演变而来）的领唱以及大鼓、笛子、铜锣、海螺号的伴奏，跳起泷宫念佛舞。（摄影：绫川町）



绫子舞 ◆新潟县柏崎市

从大约500年前流传下来的一种表演艺术，由高原田与下野两家演艺业主传承着。它由女性跳的小歌舞、男性跳的伴奏舞以及“狂言”（一种传统演艺）三个部分组成。其中的小歌舞，舞者头披被称为“YURAI”的红布，手持折扇的柔美手势以及优雅的腿脚动作是其魅力所在。（摄影：高桥正仁/芳贺图书馆）





吉弘乐舞 ◆大分县国东市

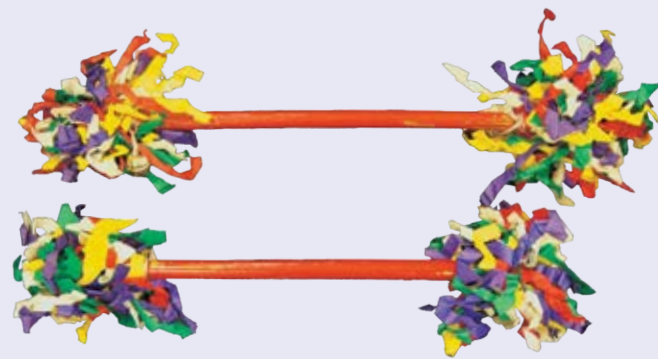
这是每年7月人们为祈求祛除农作物的害虫而在乐庭八幡社跳的舞。戴着腰蓑与头盔等的奏乐者们的舞蹈雄壮有力。(摄影：国东市)

寒水挂舞 ◆岐阜县郡上市

位于寒水地区的白山神社延续了300多年的例行祭祀上的奉献舞。舞者身背被称为SHINAI的竹制花饰，一边敲着鼓与铜锣一边来回跳舞。舞者的装束也各种各样，或戴着面具，或戴着花饰斗笠。(摄影：郡上市观光联盟)

CHAKKIRAKO舞 ◆神奈川县三浦市

正月15日，人们在海南神社跳CHAKKIRAKO舞，以祈求渔获丰收及生意兴隆。在成年女性的歌声中，身着红色和服的少女们手持名为“CHAKKIRAKO”的两根绫竹（带着铃铛与饰物的竹棒）及扇子起舞。(摄影：Aflo)



绫竹

舞者双手拿着用彩纸、铃铛等装饰的竹棒，一边转动或敲击发出声音一边跳舞。照片上的是CHAKKIRAKO舞中舞者手持的绫竹。(摄影：三浦市)



鼓

打击乐器，用鼓槌敲打其蒙着皮膜的中空筒体而发出音声。在安乐花舞及吉弘乐舞中，舞者背着较小但音声较高的“缔太鼓”（见照片），边敲边跳舞。



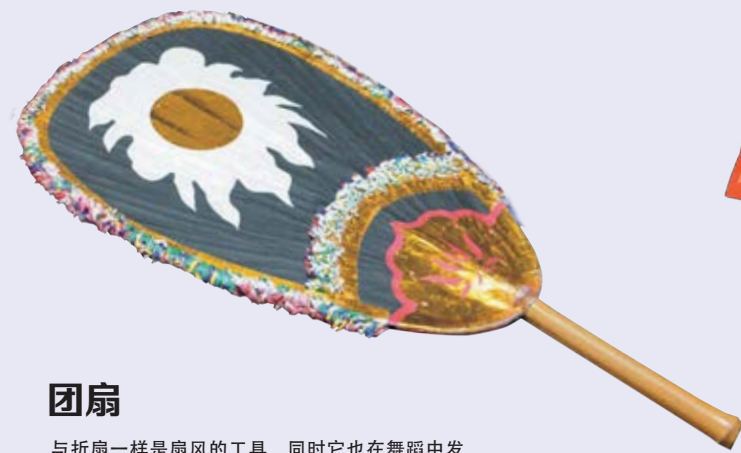
笛

“风流踊”舞中经常出现的竹制横笛——筱笛。它以清澈剔透的高音吹出伴奏的主旋律。

点缀舞蹈的小道具

营造节奏与旋律的乐器以及用于显示舞蹈动作亮点的小道具，使“风流踊”更加华丽出彩、高潮迭起。

协助：宫本卯之助商店



团扇

与折扇一样是扇风的工具，同时它也在舞蹈中发挥着重要的作用。或飘然舞动，或打着节拍，使舞蹈更显华丽。照片上的是泷宫念佛舞中使用的大团扇。(摄影：绫川町)



折扇

不仅用于扇凉，折扇也是舞蹈及祭典中不可缺少的小道具。使用方法各种各样，或打开后作遮挡姿势，或像波浪起伏般地舞动。照片上的是CHAKKIRAKO舞中所使用的折扇。(摄影：三浦市)



钲

用铜等金属制成的圆盘状打击乐器，使用被称为“BACHI”的细棒击打，以营造节奏。几乎所有的“风流踊”舞蹈都要用到它，音声高亢尖利。

继承传统与改革创新

摄影●栗原论



观世三郎太带着面具，在《翁》中凛然起舞。

带着祈祷之心去跳舞

“能”，是世界上现存的最古老的歌舞剧。随着笛子与大鼓的伴奏以及歌词抑扬顿挫的谣曲，演员在舞台上脚底紧贴地面缓缓地舞动。“能”诞生于十四世纪，其表演技艺及表演形式一直传承至今。

观世三郎太，一位继承着“能”的传统并前途最受期待的年轻能乐师，其父观世清和是观世流派第26代宗师。“能”的创始人观阿弥与世阿弥是观世流派的始祖。

“与老师（父亲）一起练功是每日的必修。看清并学习每一个动作，然后反复摹仿，如此日复一日。”

5岁时首次登台，10岁时首次担任主角，16岁时首次出演带面具的舞蹈《初面》，观世三郎太在父亲观世清和的指导下不断地成长着，2022年，23岁时在观世流派自古以来的传承剧目《翁》中担纲主角。

在“能”的诸多剧目中，《翁》被认为是比较特别的，它没有故事情节，而好象是一个将人们的祈祷奉献给神灵的仪式。演员以神的角色，庄严起舞，祭祀亡者、祈求未来和平。“如果没有自然而然的祈祷之心，就跳不出好的舞蹈。因此，我的老师教导我生活举止的正派是很重要的。”



观世三郎太展示“能”的基本动作——“KAMAE”的姿势，腰上用力，下巴往里收。

在努力继承古典的同时，近年来，观世三郎太还挑战“能”的现代题材的新作。他说希望创造一个能够让对古典艺术不熟悉的人了解“能”的艺趣的机会。

“很多人可能会觉得，以寥寥的言语及动作来进行表演的‘能’不容易看懂，但是，以自己的想象并以自己的解释去欣赏，这也是‘能’的妙趣所在。”

继承着600年历史传统的年轻能乐师，
以古典为主题开拓新的艺术表现的舞蹈家。
日本的新旧文化在舞蹈中绽放出超越时代的艳丽花朵。

森山開次



尝试“在”与“不在”之间的舞蹈表现

森山開次是长期活跃在现代舞领域的领军人物。其柔韧的弧线型动作与千钧霹雳般的直线型动作融为一体，这种独一无二的表现，吸引着世界众多观众。

“我经常会有飘然浮起般的舞蹈动作。这是为了表现轻盈。我想去掉自己的重量，如果可能的话，甚至想把自己的存在都去掉。从过去开始我就一直不断地在追求这种感觉的过程中跳舞。”

对这一感觉的追求，最终实现的就是2001年发表的《YU-ZURU 夕鹤》。这段舞蹈是根据日本民间故事《白鹤报恩》改编的，讲述的是一只白鹤变身为人向老夫妇报恩的故事。舞者是一只鸟还是一个人？或甚至不是这个世界上的东西？森山開次试图以模糊实体为故事题材的舞蹈来表现“不在”。自那以后，“表现‘在与不在之间’便成为我的主题。”

自那以后，他又通过《KATANA》（表现一把锋利的日本刀）、《NINJA》（以幽默的舞蹈表现忍者的妖术）等舞蹈，努力从日本文化中广泛汲取题材并在舞台上加以表现。

“我希望能够通过例如日本刀的精神以及来去无踪、隐忍待发的忍者动作等这些肉眼难以看见的东西的舞蹈描绘，来开拓日本人独特的身体动作表现。”



远 上：在《KATANA》中用健美的肉体来表现日本刀的锋利。Photo：Yoshikazu Inoue
上：以诙谐的动作来描绘忍者的形象。森山開次在新国立剧场舞蹈《NINJA》中的表演。摄影：鹿摩隆司，提供：新国立剧场
左：森山開次说：“我希望自己保持一个能表现任何形式之存在的身体。”摄影协助：Studio ARCHITANZ



体味宴席舞蹈的奢华 都舞

在日本舞蹈的诸多流派中，京舞并上流是京都的宴席表演的集大成。由艺伎与舞妓根据编舞进行表演的舞蹈会“都舞”，在每年4月1日至30日期间于祇园甲部歌舞练场进行演出。这一公演是一个非常难得的机会，观众们可以观赏到平时只能在宴席上才能看到的舞蹈，因此，它成为春季京都观光的一个亮点。

左：终场的全员舞蹈。约一个小时的演出中，表演了八个节目。
右：建于1913年的历史悠久的祇园甲部歌舞练场。（摄影：Qualite link）



去剧场观看舞蹈

日本舞蹈、现代舞蹈，还有动漫人物的舞蹈——日本的剧场里上演着丰富多彩的舞蹈剧目，让我们一起去看看吧。



上：舞者们伴随和太鼓艺能集团鼓童乐队的演奏表演着富有力感的舞蹈《鬼》。（摄影：篠山纪信）
右上：犹如浮现在水面上的新潟市民艺术文化会馆



从新潟走向世界的崭新舞蹈 Noism Company Niigata

Noism Company Nigata 是日本第一个公共剧场专属舞蹈团，它以新潟市民艺术文化会馆（RYUTOPIA）为基地开展着艺术活动。率领着这支舞蹈团的，是世界有名的编舞家及舞蹈家金森让。舞蹈团通过融东西方的身体动作技法为一体的训练，追求并传播独一无二的舞蹈表现。从日本国内外选拔而来的年轻舞者们定居新潟，舞蹈团通过举办面向市民及学校的艺术讲座，融入地区社会，并发挥作为新潟的文化传播基地的作用。



与卡通娃们一起跳舞 三丽鸥彩虹乐园

如果你想近距离地欣赏“凯蒂猫”等三丽鸥的卡通娃们的唱歌跳舞，那么，室内型主题公园三丽鸥彩虹乐园（Sanrio Puroland）会让你如愿以偿。加入流行曲伴奏的行进队伍，与卡通娃们一起，一边大幅度地挥动荧光棒一边跳舞，这会使你更有融入感。



上：盛装大游行“Miracle gift parade”，三丽鸥的主要卡通娃们的舞蹈给人们带来无尽的快乐。
左上：三丽鸥彩虹乐园的入口，从这里走进故事的世界。
©1990, 2023 SANRIO CO., LTD. TOKYO 著作 SANRIO CO., LTD.



【我推的孩子】

以天才偶像——爱（见照片）和她的孩子们的故事为中心，讲述娱乐圈及偶像的真实面貌。作品中时常会出现以爱为主动漫人物的唱歌跳舞的场景。有不少的年轻人把模仿这些舞蹈的视频发送到社交网络平台上。

©赤坂AKA×横枪MENGU / 集英社・【我推的孩子】制作委员会

面包超人

自1988年上映以来，长期一直是深受孩子们喜爱的节目。通过具有正义感的英雄面包超人与伙伴们之间的故事，讲述了勇气与友情的重要。片尾曲《面包超人体操》及《SANSAN体操》等都是孩子们容易学的大幅度运动身体的舞蹈。幼儿的游戏活动也常会表演这段舞蹈。

©YANASETAKASHI / FROEBEL馆・TMS・NTV



动漫人物 也爱跳舞！

日本的动漫作品中的卡通人物都喜爱跳舞。特别是动漫影片中的序场与终场，角色人物会带着与剧情中不同的表情，跳起时而可爱、时而奔放的舞蹈。



©高松美咲・讲谈社 / 《Skip and Loafer》制作委员会

凉宫春日的忧郁

讲述高中生凉宫春日与阿虚两人的一段稍稍奇特的校园生活。随着片尾曲《晴天好心情》，角色人物们展示了一段富有节奏的舞蹈，不少人看了这段舞蹈后也试着去跳，并纷纷把自己跳舞的视频发送到网上，这也成为后来网上“试着跳”视频作品开始流行的点火器。

©2006 谷川流・ITONOI / SOS 团



广阔天空！光之美少女

光之美少女系列之一，讲述的是传说中借助妖精的力量而变身的战士们挑战各种困难的故事。主要角色齐聚的尾声，是一段可爱的舞蹈，它吸引孩子们也情不自禁地跟着扭动起来。

©ABC-A・TOEI ANIMATION



跃动青春 / Skip and Loafer

作品以从外地来到东京的主人公岩仓美津未与其朋友们的交流为中心，讲述高中生的校园生活。在序场中，岩仓美津未与同学志摩聪介一边蹦达一边跳舞，其场面气氛温馨，让观众感受到一种暖意。

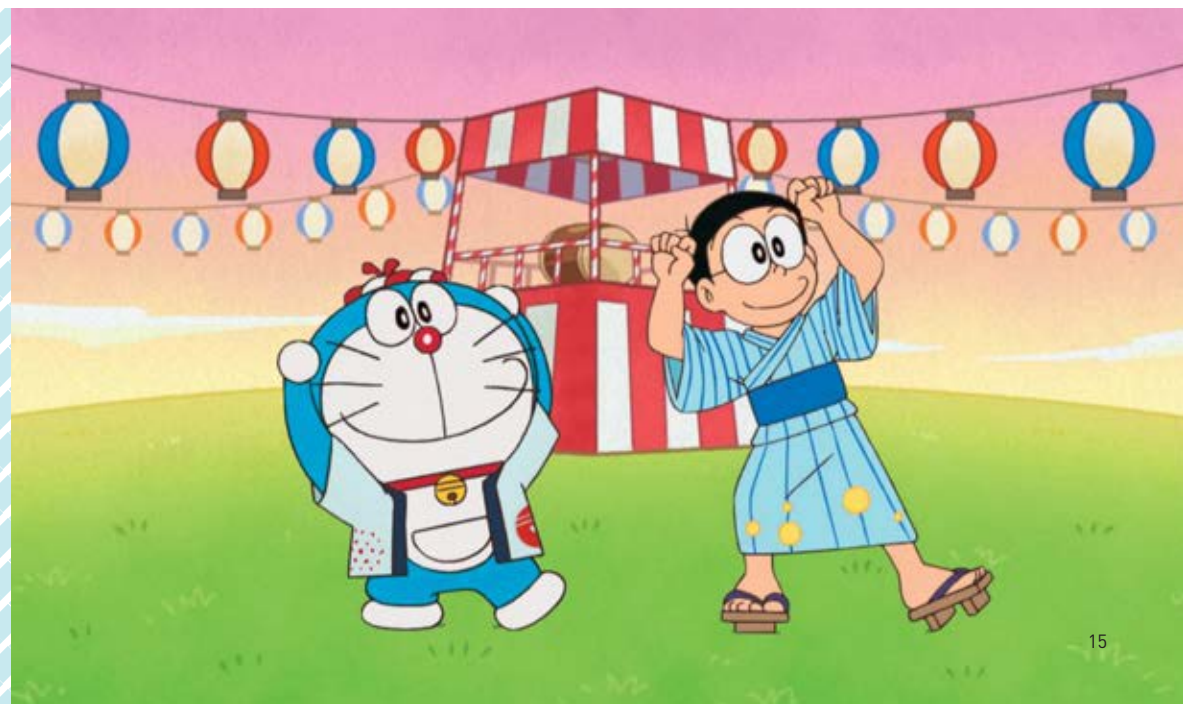
©高松美咲・讲谈社 / 《Skip and Loafer》制作委员会



哆啦A梦

这部日本具有代表性的作品讲述来自未来的猫型机器人哆啦A梦与小学生大雄的日常生活，这是一部自1979年起连续播放了40多年的长寿电视剧。在片尾曲之一的《哆啦A梦颂唱》的音乐中，身着号衣或浴衣的卡通人物兴致勃勃地跳起盂兰盆舞。

©藤子PRO・小学馆・TV ASAHI・SHIN-EI・ADK





日本
地图巡游

化装舞蹈

花朵与动物，鬼怪与神灵……。
日本人在举行祭典或庆祝节日的时候，
会化装成各种模样来跳舞。

岛根

鹭舞

有着洁白羽毛的鹭，自古以来就被视为喜庆之鸟。在岛根县津和野町的弥荣神社，戴着鹭形头具并带有木制羽毛的舞者，扮成雌雄两只白鹭，随着笛子与大鼓的伴奏，一边反复地张开、收拢羽毛一边跳舞。
(摄影：photolibrary)



熊本

山鹿灯笼舞

熊本县山鹿市的传统工艺品“山鹿灯笼”，是一种不使用木材与钉子而只使用手抄和纸与糨糊制作的装饰物。每年夏天的山鹿灯笼舞活动，约一千名女性头上戴着金灿灿的山鹿灯笼，伴随着民谣《YOHEHO节》翩翩起舞，舞姿甚是精彩。
(摄影：PIXTA)



京都

佛舞

戴着佛像面具并身着袈裟而扮成佛的舞者，伴随着雅乐（宫廷古乐）的音乐，动作优雅地跳舞。每年5月8日，人们在京都府舞鹤市的松尾寺跳佛舞。



广岛

花笠舞

用假花等装饰漂亮的“花笠”，是很多乡土表演艺术所使用的道具，其中广岛县北广岛町的祭礼所使用的花笠尤为华丽，约1.5米的细竹签长长地垂下，上面挂着用和纸做的花。舞者们戴着花笠，边走边跳，舞姿优雅。
(摄影：photolibrary)



新潟

鬼太鼓

新潟县的表现艺术非常发达，“鬼太鼓”就是流传在该县佐渡岛的一种鬼舞。人们常在神社或住居中，以舞奉神，祈求五谷丰登与家人平安。这一舞蹈加入了大鼓所营造的节奏感以及“能”的要素，舞姿轻柔，且富有娱乐性，岛上120个村落的“鬼太鼓”各有自己的特征，找找它们的不同点亦不乏为一件趣事。
(摄影：amanaimages)



山形

加势鸟

年轻人身穿用稻草编织的被称为“KENDAI”的衣装，扮作神的使者加势鸟，伴着“KA-KA-KA”的喊声，跳着舞在市内缓步而行。街上的人用水桶向舞者猛烈地泼冷水，以此祈求安全无火灾以及生意兴隆。
(摄影：山形县上山市)



三重

伊势太神乐

以狮子舞为专长的“伊势大神乐讲社”的各个团体在全国巡回演出后，到了年末，各团体汇集在作为其基地的增田神社（三重县桑名市）进行竞赛表演。舞者戴着狮子头面具，并站立在人的肩上演转动阳伞的杂技，令观众们赞叹不已。
(摄影：桑名市观光协会)



岩手

宫城

鹿舞

鹿舞的形式因地区而异，具有代表性的是，舞者戴着鹿形头具，把用白纸装饰的被称为“SASARA”的竹棒高高地竖在头部上方，一边击打大鼓一边跳舞。跳舞时晃动头部，让竹棒能碰触到地面，踩着节奏激烈跳动的舞姿，很有气势。
(摄影：photolibrary)



埼玉

川越祭囃子

在保留着旧时库房建筑的埼玉县川越市，“川越祭囃子”（KAWAGOE MATSURIBAYASHI）是一个秋天的节庆。屋形“花车”在街上缓缓而行，“花车”上戴着狐狸（照片）或狮子等面具的舞者，随着笛子与大鼓的伴奏跳起舞蹈。
(摄影：photolibrary)



素面

夏季餐桌上的
一道清凉

摄影●新居明子
协助●池利（千寿亭）



远上：位于奈良县三轮市的大神神社，据传是素面的起源地。（摄影：大神神社）上：“三轮素面挂呗”舞蹈中，舞者以毛线为道具表演把面团拉成细长素面的镜头。当地的女性们在大神神社内跳“三轮素面挂呗”以供奉神灵。左：市销的束扎干素面。也有加入了蔬菜色素的绿色或黄色的素面。

日本所谓的“素面”（SOMEN），是用小麦粉、水和盐做成的像线一样细的面。在规格上，其直径须在1.3毫米以内。市销的干面状态的素面，临食用前先煮熟，过水并滤净，然后浸入高汤风味的凉蘸汁里吃。素面不仅看上去清凉且口感好，且有嚼劲，在因炎热而食欲不佳的夏季，它是一道理想的面食。

这种既细又有弹性的面条，不是简单地就能拉出来的，而是必须经过如纺线那样的细致、复杂的工序。首先将小麦粉与水、盐揉成的面团，并使之成带状，然后在表面涂上油，边捻边拉成一长条。拉长后，静置使其熟成（醒面）。如此反复

操作，然后，将面条卷在两条棍棒上进一步拉细。最后拉长到2米左右，悬挂起晾干，然后切成19公分即成。

所谓的“流水素面”，就是因素面细长且外观凉爽的这一特征而成为野外活动等场合常见的一道夏季风景线。把竹子劈成两半做成流水筒，使水与素面在筒中流动，流过时大家竞相捞吃，非常有趣，孩子们也很喜爱。

在寒冷的季节里，热乎乎的“煮面”也很美味。在事先煮熟的素面中注满高汤后煮开，然后放上香菇、青菜、鸡蛋等食材，味道甚佳。

关于素面的由来，有着各种说法，而在作为“三轮素面”

这一名特商品的产地而闻名的奈良县樱井市三轮地区，传说在约1200年前，位于三轮的大神神社的宫司的次子让饥荒中的人们种植小麦，并用小麦粉制做素面，据传这就是最早的素面。

现在，每年的2月，大神神社要举行占卜当年素面批发价的神事，之后，当地的女性会跳名为“三轮素面挂呗”的歌舞来供奉神灵。所唱的歌以及舞蹈动作，都会让人回忆起素面制做的辛劳与快乐，而这一舞蹈明快的氛围，也给观众带来一种幸福感。历史长河中诞生的素面及其舞蹈，今后也将会长久地传承下去。



上：清凉可口的素面是夏季的人气面食。浸入用高汤、酱油、甜料酒做成的蘸汁里吃。

右：注入热高汤的“入面”（NYUMEN），是寒冷季节的素面吃法。

下：“流水素面”，面条流过来时用筷子捞起后吃。（摄影：PIXTA）



溪流与舞蹈的城市

郡上八幡

清清的溪水在街区中流淌，潺潺水声给这个城市带来舒适与宁静。不过，一到夏季，这里的每一个夜晚都会沉浸在“郡上舞”的狂热气氛中。今天笔者将带领读者去领略一下这个日本具有代表性的舞蹈圣地的风貌。

摄影●栗原论、PIXTA、photolibrary



1. 流经城市中心的吉田川河
2. 驶向郡上八幡的长良川铁道列车
3. 郡上八幡城堡是日本最古老的木造重建城堡。
4. 郡上舞作为“风流踊”舞蹈被联合国教科文组织列为非物质文化遗产。(©福田弘二)
5. 郡上舞不可缺少的木屐（郡上木屐，左）与布手巾（照片提供：郡上市商工観光部観光科）
6. 舞蹈指导现场表演“KAWASAKI”舞，这是郡上舞的10种节目之一。



5



6



7. 彻夜舞蹈期间，道路上人头拥挤，人们尽情欢舞。
(©郡上市观光连盟)



12



13



14



15



16



17



8



9



10



11

8. 流经民居屋后的名为“IGAWA小径”的小河，鲤鱼与河鱼在水中畅游。
9. 名为“水舟”的水槽，上层是饮用水，下层用于洗涤。(©郡上市观光连盟)
10. 在渡边染物店，将染成靛蓝色的布料放入水路中冲涤，这是“郡上本染”自古传承下来的技法。
11. 冬天在小驮良川河上进行的“鲤鱼旗寒晒”。(照片提供：渡边染物店)

从日本中部地区最大的城市爱知县名古屋市出发，乘坐电车北上，两小时左右就到岐阜县的郡上八幡了。郡上八幡曾经是人们参拜灵峰白山时的歇脚之地，自“郡上八幡城堡”建成的十六世纪后半期起，这里发展成为一个以诸侯的居城为中心的城邑，来往商人络绎不绝。郡上八幡被群山环抱，吉田川河与小驮良川河流经市内，淙淙水声回荡，自古以来，这里都是游人寻得心灵慰藉的地方。

每到夏天，安静的街区因“郡上舞”而一改平日的面貌。自400年前起延续至今的郡上舞，是当地盂兰盆舞节庆活动的舞蹈，从7月至9月在市内各处巡回表演，前后共31天。市民、游人与城市融为一体，尽情欢舞。其中最精彩的是从8月13日至16日的彻夜舞蹈。人们从晚上8点一直跳到清早5点，在这段期间，有数万游人从外地前来此地，整个城市因此而热闹非凡。

同时，在“郡上八幡博览馆”，一年到头都有舞蹈指导的现场表演，即便错过郡上舞活动时期，游人也可以在这里体验一把。舞者一边拍手并不时地用木屐击响地面，一边随着伴奏载歌载舞，这样的场景想来也会吸引一旁的观众跟随着舞动起身子来。

漫步郡上八幡市内，游人可以看到以“IGAWA小径”为主的水路布满街区。十七世纪时这里曾发生过一场大火，之后为防止火灾而修建的水路，至今一

12. 也被称为香鱼的“鲇鱼”，加盐烧烤后香气诱人。(©郡上市观光连盟)
13. 使用郡上八幡的天然水生产的汽水，口味清爽。
14. 15. 旧民居改建而成的抹茶铺“宗祇庵”供应的芭菲，带有以抹茶艺术裱出的郡上舞。
16. 在作业工房里可以体验食物样本的制做。(协助：样本工房)
17. 使用餐叉绕住意大利面并挑起状态的食物样本

直是这个城市必不可少的生活基建。各条水路的旁边，都设有引入山水或泉水的名为“水舟”的蓄水槽以及用于洗涤蔬菜等的水池。

“郡上本染”，是当地的一项传统印染工艺，水路也是“郡上本染”的作业所不可缺少的。靛蓝的染料经过流水的冲涤，显色更加鲜艳，质地也会变得紧致。每到冬季，郡上八幡还会举行名为“鲤鱼旗寒晒”的习俗活动，人们把为祝愿男孩健康成长的装饰物鲤鱼旗放入清澈的水流中冲涤。雪天中，艳丽的色彩浮现在河面，成为郡上八幡一道特有的冬景。



郡上八幡区域地图

- ① 郡上八幡城堡
- ② 郡上八幡博览馆
- ③ IGAWA小径
- ④ 渡边染物店
- ⑤ 宗祇庵
- ⑥ 样本工房

●交通指南

从名古屋站乘坐JR特快列车，然后换乘长良川铁道列车，约2小时抵达郡上八幡站。

●垂询

郡上市观光连盟官方网站“TABITABI郡上”
<https://tabitabigujo.com/>



1



2



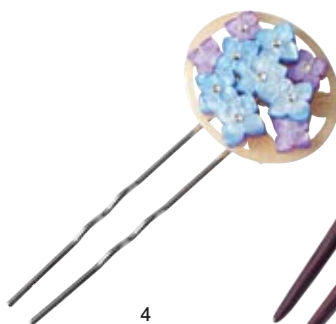
3

装束上的一道亮彩

簪子



7



4



5



6

材料与各异的设计的簪子：

- 1、3. 配有珍珠的金属工艺的花草；
2. 用丝绸制做并带有花饰；
4. 像发夹一样可随意地插在头发上的时尚的紫阳花；
5. 带有用漆与金色绘出的鸟，格调高雅；
6. 用丝绸仿造一朵樱花，等等。

7. 插着簪子行走时，簪子的垂饰会不断晃动，内心也会跟着欢动起来。

簪子是日本传统的女性发饰之一。即使在现代，穿和服跳日本舞蹈或盂兰盆舞时，为不让头发垂在衣领上，人们往往把头发向上挽起或梳成团子头的发型，最后插上簪子。

据说在八世纪左右就已经有插在头发上的装饰品了，但后来，因女性的发型以长发垂下为主流，因而就用不上簪子了，这样的时代持续了很久。而簪子开始在一般民众中广泛流行，那是在进入江户时代（1603～1868）之后，把头发系

起梳成所谓的“结发”（MUSUBIGAMI），这一发型在女性中很流行，于是，簪子就成为必不可少的饰物了。这样，以金属、石材、木材、布、纸等为材料并以精致的手工艺制做的花鸟形状设计的簪子层出不穷。

如今，也有用塑料或玻璃制做的价格低廉的簪子。簪子不仅用于特别的日子，同时也可以将其作为日常使用的发饰，轻松随意地插在头发上。

照片提供：KADURA清

