



乘坐火车 ■ 东 京 - 佐久平 (乘坐长野新干线约 1 小时 15 分钟)

(乘坐小海线约1小时30分钟) 佐久平 - 野边山 (乘坐小海线约1小时40分钟) 小 诸 - 野边山

■新 宿 - 野边山 (乘坐中央线特急约2小时)

小渊沢 - 野边山 (乘坐小海线约30分钟) ■ 大 阪 - 名古屋 (乘坐新干线约1小时)

名古屋 - 盐 尻 (乘坐中央线特急约2小时) 小渊沢 - 野边山

盐 尻 - 小渊沢 (乘坐中央线特急约50分钟) (乘坐小海线约30分钟)

自驾车 ■ 东京 - 佐久 I. C. (走上越自动车道约 2 小时)

佐久 I.C. - 野边山 (走 R141 约 1 小时)

■ 新宿 - 须玉 I.C. (走中央自动车道约 2 小时)

须玉 I.C. - 野边山 (走 R141 约 40 分钟)

■大阪 - 小渊沢 (走名神、中央自动车道约6小时) 小渊沢 - 野边山 (走八岳横断道路约40分钟)

南牧村役场观光科

384-1302 长野县南佐久郡南牧村海口 TEL: 0267-96-2211 (总机) URL http://www.minamimakimura.jp/

南牧村观光协会

URL http://www.kanko-nobeyama.jp/

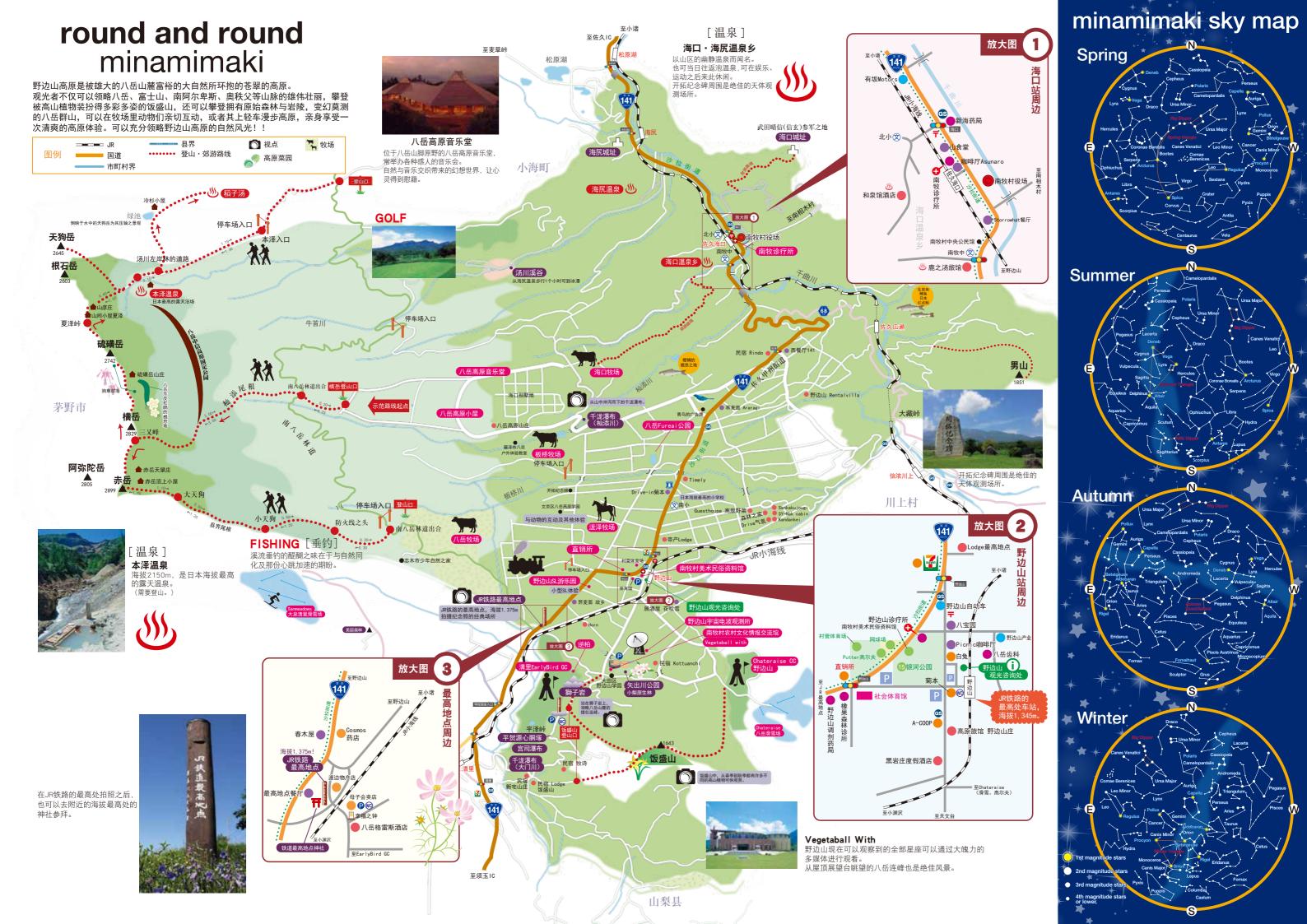
野边山观光咨询处

384-1305 长野县南佐久郡南牧村野边山站前 TEL: 0267-98-2091 URL http://www.ytg.janis.or.jp/~nobeyama/

round and round minamimaki

信州南牧村观光指南

http://www.kanko-nobeyama.jp/





CYCLING [自行车]

享受海拔 1, 350 米 高原的清爽的风与大自然

在八岳伟大雄姿的护佑下,从平地到爬坡,可以在大自然中 轻松享受自行车之旅。

野边山观光咨询处内可以租借公共自行车。





EVENT 野边山越野赛

日本全国的越野赛选手憧憬的大赛。

在海拔 1350m 的高原上举办的"野边山越野赛", 有泥地和天桥(立体交叉)等 UCI (国际自行车竞技联盟)标准的路线, 是需要全力参赛的路线。

洋溢着炸薯条和咖啡的香味的会场里回荡着的助威声和选 手们的急促的气息都在等着你的到来。

High plain train [八岳高原线]



小海线从山梨县的中央本线 小渊沢站出发,穿过八岳的东 部沿着千曲川北上至小诸站, 是全长 78.9km 的高原铁路。 从 JR 最高地点至野边山站, 穿行在八岳山麓的高原地带。 从车窗可以欣赏雄伟的八岳。

Snowshoeing [雪鞋]



穿上雪鞋(西洋樏),饱享广大的野边山高原的冬天。

在银装素裹的野边山高原穿着雪鞋自由散步,你一定能发现野边山高原的新的魅力。



PASTURE & CAMP [牧场体验·野营]



可以与马和小动物接触互动的牧场体验。 还可以在大自然中野营、体验挤牛奶、骑马和采摘蔬菜。



ENT 星空之乡八岳野边山高原 100km 超级马拉松

从 1995 年开始举办的 100km 超级马拉松。 从日本各地汇集而来的 2,500 名以上的选手们跑 过八岳。

该大赛的特色未铺路的林间小径和有上下坡的强硬路线据说是日本屈指可数的,也有"制胜野边山 100km 者将制胜超级赛"的说法。

高原蔬菜

海拔1,350m的八岳山麓展现的野边山高原的高原蔬菜,在8月的平均气温为18度这样的理想环境下生长,肥沃的大地、普照的阳光、朝露和清新的空气培育出的新鲜水灵的蔬菜。

agriculture

受野边山高原大自然的恩惠培育的

品尝八岳的恩赐

各种高原蔬菜和乳制品。

请一定品尝试试吧!

round and round minamin aki



乳制品

高冷地野边山高原是乳牛饲养的最佳环境。 自由生长的牛的牛奶和使用该牛奶制作的酸奶、奶酪 等乳制品都是讲究村内生产村内加工的精品。

直销所

销售水灵的高原蔬菜和新鲜的乳制品等 各种南牧村的特产。



message from the universe

南牧的大自然馈赠的、最好的礼物

海拔超过 1,000m 的野边山高原接近天空,空气清新、没有遮挡星光的障碍物,可以在高原欣赏满天的繁星,是星空非常美丽的高原。

并且是从流光溢彩的都市(首都圈)也可以轻松来访观察满天星空的高原。 在长夜的冬季,日本能观察到的79个星座在此全都可以欣赏到。

在清新的空气里进行的天体观测,定会成为美丽的回忆留在每个人的心里。

日本三大观星名胜

南牧村在平成 23 年与冲绳县石垣市、冈山县井原市美星町一起,被天文学者评选为 "日本最美丽的星空三佳"

南牧村今后也继续将美丽的星空作为地区的资源,并作为传递信息的一个渠道灵活应用,同时致力于星空导游的培养以及举办星空活动等,旨在成为来访的客人能愉快赏玩的星空之村。



就像凭借丰富的知识和经验给我们选择美味红酒的品酒师一样,教我们星空或宇宙的欣赏方法的导游资格。 南牧村有星空导游在的旅馆。 悠闲轻松的同时,您也试着听听星空的故事如何?

※星空导游是山形大学的注册商标,是星空导游资格认定制度的资格名称。

赏星 EVENT

在"星空圣地 野边山"进行欣赏 星空定期观望会

地点:八岳Fureai公园 (被选为日本三大观星名胜的地方) 资格:南牧村住宿设施的住宿者 参加免费

- ●使用望远镜进行星空观望
- ●附带专门工作人员的星空解说
- ●赠送纪念品

面向女性初学者的天体观测活动空手 de 观赏星空会

www.kanko-nobeyama.jp/sora gir



在星空圣地轻松欣赏满天繁星

希望能有更多的人体会野边山的美丽星空。 尤其是像星空初学者或星空女孩这样的开始对星空 感兴趣的人们,仰望天空知晓满天的繁星。 正是出于这样的心愿,我们举办空手也能够轻松欣 赏的观赏活动、"空手 de 星空观赏会"。

有关神秘幻想宇宙的信息

野边山高原的清澈的大气是观测宇宙的绝佳环境。

国立天文台的野边山宇宙电波观测所配备了观测毫米波带(波长为大约1cm 至 1mm 的电波)的世界最高水平观测能力的 45m 射电望远镜、毫米波干涉仪、观测太阳用的射电日像仪等最尖端的观测装置,是电波天文学的国际研究中心。

国内外的很多研究人员来此,为揭晓宇宙的状态日夜进行着观测研究。 另外,对望远镜的保养和提高性能、并且新的观测技术、观测装置的开发 也在整年不间断地持续进行着。



国立大文台 野边山 宇宙电波观测所

联系方法 〒384-1305 长野县南佐久郡南牧村大字野边山 Phone: 0267-98-4300, Fax: 0267-98-2884



message from Yatsugatake

宁静地展示着、变化显著的、四季风情的八岳连峰

八击从冬季结束到春、夏、秋,缓缓地回我们展示有具温和的谷颜。 披着残雪的山表与嫩叶的新绿映出美丽的反差,伴随着雪的融化逐渐变化为夏季的深 开始感觉到秋风清凉时,色彩鲜艳的红叶便开始装点山脉。

不久 山体便银装素惠 迎来严寒却美丽的冬季



In Spring春