

探尋魚沼水之迴廊的「神秘」

【瀑布雲景點】魚沼市枝折峠
【瀑布雲季節】6月中下旬~11月上旬
【發生瀑布雲的時間】日出前後或清早



魚沼擁有富饒的大自然，因此才能觀賞到「瀑布雲」。清早在奧只見銀山平發生的霧氣越過山脊稜線，形成宛如瀑布般傾瀉而下的自然現象，這就是「瀑布雲」。日本國內的攝影家等許多人，都為了觀賞這一神秘的雲霧大瀑布而造訪此地。

觀看影片
枝折峠的
瀑布雲和雲海

魚沼水之迴廊

— 尾瀨 · 奧只見 —



歡迎光臨水鄉魚沼市

「魚沼水之迴廊」諮詢聯繫方式

一般社團法人 魚沼市觀光協會

新潟縣魚沼市吉田 1144

<https://www.iine-uonuma.jp/>



從各機場前往的所需時間 (搭乘新幹線)

新潟機場	新潟站	浦佐站	約 1 小時 10 分
羽田機場	東京站	浦佐站	約 2 小時 10 分
成田機場	東京站	浦佐站	約 3 小時

探尋魚沼水之迴廊的「樂園」

自然寶庫「尾瀨」，擁有日本具代表性的高層濕原——尾瀨之原和尾瀨沼。孕育了尾瀨的豐沛水資源推動了「奧只見水庫」建成，該水庫的規模在日本屈指可數。請從尾瀨開始，開啟「魚沼水之迴廊」的精彩旅程。



日本具有代表性的自然寶庫「尾瀨」

跨越新潟、福島、群馬、栃木四縣的尾瀨，被指定為國立公園。從本州最大規模的「尾瀨之原」，能夠欣賞到由遠古時代的燧之岳火山爆發而誕生的「尾瀨沼」等絕美景致，並可觀賞寶貴的濕地植物和高山植物，因此也擁有「天上樂園」的美譽。從尾瀨沼流出的沼尻川，最後形成水量豐富的急流，流入奧只見水庫。

尾瀨是自然保護運動的原點

昔日，人們曾打算利用尾瀨豐富的水資源推進開發。然而，尾瀨擁有在日本堪稱彌足珍貴的高層濕原，因此在許多人的努力下，尾瀨被保護起來。尾瀨在逾半個世紀以前就持續開展這些活動，被譽為日本國內「自然保護運動的發祥地」。



能夠學習發電原理的「奧只見電力館」



能夠將奧只見湖盡收眼底。您可以在這裡學習奧只見水庫和水力發電的原理，以及觀看建設水庫當時的寶貴影片。

探尋魚沼水之迴廊的「震撼」



規模在日本國內屈指可數的「奧只見水庫」

奧只見水庫規模巨大，蓄水量達 6 億立方公尺，歷時約 47 年才竣工。它與台灣的「烏山頭水庫」一樣，昔日曾被譽為東洋第一大水庫。在映照出深邃群山的「奧只見湖」上有遊船航行。從船上放眼望去，可以飽覽宛如北歐般的絕美景色，十分值得一看。此外，建設水庫時建造的「奧只見 Silver Line」是一條全長 22 公里的公路，其中有 18 公里都是隧道，在日本國內亦屬罕見。一條接一條的隧道，彷彿在邀請遊客進入奇妙的異世界。

發電量：日本國內第 1 位
蓄水容量：日本國內第 2 位



從魚沼前往尾瀨

尾瀨是奧只見水庫的水源地，乘船前往的魚沼線路極具魅力。

神秘的自然現象

在什麼條件下容易發生「瀑布雲」？



只要具備三個條件和一點「運氣」，就能邂逅到有生之年希望能夠觀賞一次的震撼美景。

條件1 清早

日出前後，雲霧比較容易流動！

條件2 天氣晴朗

如果濕度高，則發生的可能性也更高！

條件3 溫差

與前一天的溫差較大時會起霧！

※但即使是條件全部符合的日子，有時也不會發生。



银山平

該地擁有昔日因採掘銀而繁榮一時的歷史。1953年，隨著奧只見水庫的建造，當時的城鎮沉入了湖底。著有「O-PA」「河流不眠」等作品的著名作家開高健，生前曾為寫作和釣魚的愛好而多次造訪該秘境，此地也因此而聞名。

福島縣



三條之瀑布

落差 73 公尺、寬 30 公尺。尾瀨的水奔騰匯聚、飛流直落的大瀑布。



平滑之瀑布

宛如從長 500 公尺、寬 50 公尺的一大塊岩石上滑過的罕見瀑布。



尾瀨沼

古時，因燧之岳火山爆發截斷了河流而誕生的池沼。

在尾瀨入山時的規則和禮儀

- 不得亂扔垃圾，請將垃圾帶走
- 不得進入濕原或森林
- 不得捕捉 / 採摘動植物
- 不得向野生動物餵食
- 在入口需清除掉鞋底的泥土等，防止外來植物的種子入侵
- 木道請靠右通行。禁止邊走邊吸煙
- 登山杖的尖端需裝上腳套
- 不得向池沼內投入錢幣

裝備和攜帶物品

尾瀨是海拔超過 1,000 公尺的山岳地帶。與平地相比氣溫低 10 ~ 15 度，即使是 6 月上旬和 9 月後半，有時最低氣溫會低至零下。即使在盛夏時節，也推薦遊客備上長袖衣和長褲。

〈防寒衣物〉

尤其在早晚時分可能會非常寒冷。春天和秋天需準備一件輕便暖和的抓絨外套。盛夏時節也需要準備一件長袖衣。

〈必須攜帶雨具，兼可用作防寒衣物〉

建議準備上下身獨立的雨衣，以便可以騰出雙手。而且在萬一的情況下亦可用作防寒衣物。

〈大背包、小背包〉

務必使用可以雙肩的背包，裡面的行李物品應分裝在塑膠袋中以便防水。

〈鞋子、其他〉

最理想是穿著登山健行鞋，如遇雨天，木道會變得非常滑。另外，建議準備好水（500 毫升瓶裝）、零食 / 能量補給食品、防曬產品、零錢、手套、1 ~ 2 條毛巾，這樣會比較安心。

圖示

- 新手徒步路線 (幾乎平坦的路或木道) (比較容易行走的山路)
- 中級人員徒步路線 (有陡峭斜坡等，適合體力好的人士行走的山路)
- 登山道
- 郡市邊界
- 主要國道
- 濕原
- 山小屋
- 休息處
- 洗手間
- 停車場
- 巴士站
- 公用電話

尾瀨的 SDGs !



SUSTAINABLE DEVELOPMENT GOALS

為了在今後繼續守護大家的財產「尾瀨」

尾瀨的山小屋為了保護自然景觀、守護豐富的生物多樣性，禁止使用洗髮露和牙膏。此外，尾瀨的公共廁所為小費制。當地為了保護尾瀨的環境而投入了巨大費用，因此每次使用廁所請支付 100 日圓 ~ 200 日圓的協助金。