

● 十日町を案内しよう

食

Food culture

そば Soba



日本酒 Sake



米 Rice



こんな感じでお勧めしてみよう！

ユー シュドウ トライ トオカマチ
You should try Tokamachi○○.
(十日町の○○食べて or 飲んでみてよ！)



十日町市はそば処として有名です。

Tokamachi is famous for its soba, known as 'hegisoba'.

つなぎにふのりという海藻を使います。コシの強さ、のどろしが良いのが特徴です。

To make 'hegisoba', a type of seaweed called 'funori' is used as a binding agent. The noodles have a firm texture and go down smoothly.

へぎそばはへぎという四角い器に入れて盛り付けます。

They are served in a square box known as a 'hegi'.

お米とお水がおいしい所はおいしい日本酒が作れると言われてます。

It is said that a place with good quality water and rice is able to make good quality sake.

まさに十日町はおいしいお酒を作るのにピッタリの場所です。

Tokamachi has just the right conditions to produce delicious sake.

十日町には二つの酒蔵があります。

There are two sake breweries in Tokamachi.

松乃井酒造場では松乃井をつくっています。松乃井は主に辛口です。

The Matsunoi brewery which makes 'Matsunoi', primarily a dry sake.

魚沼酒造では天神麴子をつくっています。天神麴子は主に甘口のお酒です。

The Unuma brewery which makes 'Tenjin Bayashi', primarily a sweet sake.

十日町のお米はコシヒカリというブランド米です。

Rice grown in Tokamachi is known as 'Koshihikari'.

中でも魚沼産のコシヒカリが特においしいと言われています。

Among this, 'Unuma Koshihikari' is said to be particularly delicious.

十日町の雪解け水で育てられたおいしいお米です。

This delicious rice is cultivated using Tokamachi's melted snow water.

自然

Nature

美人林 -Bijinbayashi-
beech trees

こんな感じでお勧めしてみよう!

If you have time, you should check out ○○.

(時間があれば○○に行ってみてください。)



松之山にあるブナ林で、すらりとした立ち姿が美しいことから「美人林」と呼ばれています。

The beech trees of the 'Bijinbayashi' forest in Matsunoyama are tall and slender, they are said to resemble the figures of beautiful women.

季節によっていろいろな姿をみせてくれます。

The appearance of the forest changes with each season.

野鳥の種類も多く、バードウォッチングにも最適です。

There are many wild birds so it is a great spot for birdwatching.

美人林の近くには「森の学校キョロロ」という里山科学館もあり、展示物を鑑賞したり、自然体験イベントにも参加できます。

Near the forest is the Echigo-Matsunoyama Museum of Natural Science Kyororo, a museum which researches the local natural environment.

Here you can see exhibitions and take part in nature-experience events.

清津峡 -Kiyotsukyo-
Gorge

信濃川の支流の清津川が形成した日本三大峡谷です。

The Kiyotsu Gorge, shaped by the Kiyotsu River (an estuary of the Shinano River), is one of Japan's 3 most beautiful gorges.

全長750mの歩道トンネルで、4ヶ所の見晴所から渓谷美を安全に観賞できます。

You can safely view the gorge from 4 viewing points inside a 750m long foot tunnel.

トンネル内には清津峡の成り立ちや四季の姿をパネルやビデオで紹介しています。

Inside the tunnel are videos and information panels showing the origin and seasonal changes of the gorge.

棚田 -Tanada-
Terraced Rice Fields

棚田とは山間の斜面に作られた田んぼの事です。

Tanada 'terraced rice fields' are rice fields that have been curved, like steps, into the Slopes of a mountain or valley.

松代の星峠・蒲生・儀明にある3つの棚田が有名です。

Matsudai's 'Hoshitouge', 'Kamou' and 'Gimyou' are particularly famous.

星峠と蒲生は朝景、儀明は夕景がベストショットです。

'Hoshitouge' and 'Kamou' have great morning scenery, whilst 'Gimyou' is most beautiful in the evening.

「日本の里100選」に選ばれました。

They have been included in a list of Japan's 100 'satoyama' villages.

観光

Sightseeing

越後妻有里山
現代美術館【キナーレ】

Echigo-Tsumari Satoyama Museum of Contemporary Art, Kinare



© Osamu Nakamura

こんな感じでお勧めしてみよう！

ドュー ユー ノフ
Do you know○○? (○○知ってる?)イズ グッドユ フォー サイトシーイング
○○ is good for sightseeing. (観光するなら○○だよ。)

コンテポラリー

3年に1度開催される大地の芸術祭の拠点になるところで
たくさんアート作品を見ることができます。Kinare is the center point of the Echigo-Tsumari Art Triennale,
you can see many artworks here.

トリエンナーリー

日本を代表する建築家・原広司氏により設計されたもので、建物そのもの
もアート作品となっています。It was designed by world-renowned Japanese architect Hiroshi Hara and
the building itself is a work of art.

リナウンドック

アーキテクチュ

一階には日帰り温泉施設「明石の湯」も併設されています。

There is the 'Akashi no yu' onsen on the first floor.

道の駅クロステン

Cross-ten

キナーレの隣にあるクロステンではお土産販売、和装工芸館、地場製品の
展示、食事喫茶店があります。Cross-ten is located next to Kinare and houses a souvenir shop,
a kimono gallery, an exhibition of local products, and a restaurant and café.

ロケイテッド

ネクストユー

スーベニア

またギネスに認定された大きなつるし雛も見ることができます。

There is also a hanging hina-doll ornament registered in the Guinness
World Records.

キャラリー

エキシビジョン

オーナメント

レジスタード

文化

Culture

温泉

Onsen



こんな感じでお勧めしてみよう！

ディッ ジュー ノウ ダッ トオカマチ イズ フェイマス フォー

Did you know that Tokamachi is famous for ○○ ?

(十日町は○○で有名だって知ってましたか？)



十日町市にはたくさんの温泉があります。

There are many onsen in Tokamachi.

温泉によって泉質が違うのでいろんな種類の温泉を楽しめます。

You can enjoy many onsen with different water properties.

中でも松之山温泉は薬効の強さから日本三大薬湯にも数えられています。

Among them, the onsen water in Matsunoyama is said to have strong medicinal properties and is included in Japan's 'big 3 medicinal onsen'.

全国各地から多くの観光客が訪れています。

Many tourists from all over the country come to visit.

火焰型土器

Kaen-gata earthenware vessels



十日町市博物館所蔵

十日町市笹山地区では約5,000年前に造られた火焰型土器が多く出土しました。

These vessels are around 5000 years old and were excavated in the Sasayama area of Tokamachi.

大きく立ち上がる 把手（とつて）が、燃え盛る炎のように見えることから命名されました。

They were named after their large handles which look like burning flames.

十日町市博物館で国宝に指定された火焰型土器をみることができます。

They have been named a national treasure, and you can see them at the Tokamachi City Museum.

きもの

Kimono



十日町市は京都に次ぐ着物総合産地として知られています。

Tokamachi is considered second only to Kyoto when it comes to kimono production.

明石ぢぢみと十日町絊は伝統的工芸品に指定されています。

'Akashi-chijimi' and 'Tokamachi-gasuri' are both designated as traditional crafts.

毎年5月3日はきものまつりがあります。

There is a kimono festival every year on the 3rd May.

明石ぢぢみ



'Akashi-chijimi'

十日町絊



'Tokamachi-gasuri'

イベント

Events

大地の芸術祭

Echigo-Tsumari Art Triennale



「鉢&田島征三・絵本と木の実の美術館」田島征三 (Takenori Miyamoto + Hiromi Seno)

こんな感じでお勧めしてみよう!

ホワイ ドンチュー チェック アウト ザ

Why don't you check out the ○○?

(○○に行ってみてください。)



国内外の芸術家を作ったアート作品が十日町市と津南町の里山に点在します。

Artworks made by Japanese and international artists are dotted all over the Tokamachi and Tsunan 'satoyama' region.

2015年の芸術祭では約380作品ありました。

The 2015 festival featured about 380 artworks.

期間中すべての作品を見るには車を使っても3日以上かかります。

It would take more than 3 days if you wanted to see all of the artworks by car.

地元のボランティアの人との交流も楽しみの1つです。

Meeting the locals and volunteers of the fun things about the festival.

雪まつり

Snow Festival



十日町は「現代雪まつり発祥の地」です。

Tokamachi is the birthplace of the modern snow festival.

雪でつくった巨大なステージはギネスに登録されたこともあります。

The giant stage made of snow was once registered in the Guinness World Records.

各地域で市民手作りの雪像をみることもできます。

You can see many snow sculptures handmade by local residents in each region of Tokamachi.

露店や雪上スポーツ、雪上茶室などイベントも盛りだくさんです。

The festival is packed with outdoor stalls, and events such as snow sports festivals, and a tea ceremony on snow.

ちんころ市 (節季市)

Chinkoro Markets (Tokamachi Winter Markets)



毎年1月の10・15・20・25日にある節季市(ちんころ市)では米粉でつくった置き物“ちんころ”を販売しています。

'Chinkoro' are small figurines made from rice flour sold at the Tokamachi winter markets held every year in January (10th/15th/20th/25th).

ひび割れるほど縁起がよいといわれています。

It is said that the more they crack, the better your fortune will be.

地元の人によってひとつひとつ手作りされています。食用ではありません。

Chinkoro are handmade one at a time by local people. They are not edible.