Instantravel
Licence No. 350183
一心旅遊
INSTANT TRAVEL SERVICE LTD.
SINCE 1978 45th Anniversary
iCruise.hk 國際郵輪專門店
IATA
10 years+ 商界展關懷 caringcompany
Awarded by The Hong Kong Council of Social Service 香港社會服務聯會頒發
bdc



淡路島簡介

AWAJI ISLAND

HONGKONG AIRLINES 香港航空

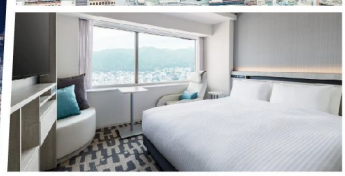
淡路島是日本瀨戶內海的最大島嶼，分別以世界最大的吊橋「明石海峽大橋」與本州相連，及以能觀賞鳴門漩渦的「大鳴門橋」與四國地區相連。在日本神話中，淡路島是由日本開天闢地的神祇「伊奘諾尊」(伊邪那岐) 與「伊奘冉尊」(伊邪那美) 所創造，島上有許多地方都與日本建國神話息息相關。淡路島還有各種人氣觀光景點，包括熱門打卡花畑「淡路花卉山丘」和動漫主題樂園「二次元之森」等。除此之外，坐擁豐富食材寶庫的淡路島，自古便向皇室進貢食材，因此有「御食國」的美譽，其中以上等肉質的「淡路牛」以及甘甜多汁的「淡路洋蔥」最為出名。



5日4晚套票資料









雷姆普拉斯神戶三宮酒店
Remm Plus Kobe Sannomiya

神戶市中央區加納町4丁目2番1號
www.hankyu-hotel.com
078-571-0606 ★★★★

入住期間：第一晚

神戶市地標酒店

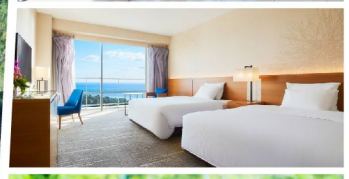
房間類型：山景客房
膳食供應：包翌日早餐
延長住宿：HK$1230+ (每房每晚)

乘坐巴士：從神戶三宮機場巴士下車點，步行約4分鐘抵達。
自駕遊 Mapcode：339 207 050*77

淡路日航大酒店
Grand Nikko Awaji









淡路市夢舞台2番地
https://awaji.grandnikko.com
0799-74-1111 ★★★★

入住期間：第二晚

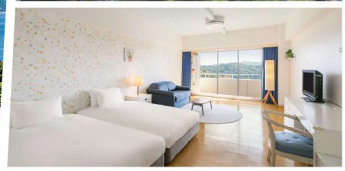
位於淡路夢舞台

房間類型：高級客房
膳食供應：包翌日早餐
延長住宿：HK$1260+ (每房每晚)

乘坐巴士：於「淡路夢舞台前站」下車，步行約1分鐘抵達。
自駕遊 Mapcode：946 781 700*22









淡路島美爵溫泉度假酒店

Grand Mercure Awaji Island Resort & Spa

南淡路市福良丙317番地

grand-mercure-awajiisland-resortandspa.jp

0799-52-3011 ★★★★★

入住期間：第三至四晚

2024年4月開幕

房間類型：經典客房

膳食供應：包翌日早餐

延長住宿：HK$1120+ (每房每晚)

乘坐巴士：於「福良巴士總站」步行約1分鐘抵達渦潮圓頂七彩館 (うずしおドームなないろ館) 前，然後乘坐酒店免費接駁巴士約7分鐘抵達。 自駕遊 Mapcode：406 279 276*68

套票價錢：

HK$4380+ (佔半房每位)　HK$6680+ (單人房每位)

套票價錢包括：

還有更多淡路島及神戶市酒店可供選擇，歡迎查詢。

- 香港航空來回香港至關西國際機場經濟客位機票連20Kg行李托運。
- 第1晚住宿於神戶市「Remm Plus Kobe Sannomiya」連翌日早餐。
- 第2晚住宿於淡路市「Grand Nikko Awaji」連翌日早餐。
- 第3晚及第4晚住宿於南淡路市「Grand Mercure Awaji Island Resort & Spa」連翌日早餐。

香港航空　香港來回關西國際機場　參考航班資料		
香港 → 大阪	HX618	11:25 - 16:05
大阪 → 香港	HX619	17:05 - 20:35

備註：套票價錢以淡季日子出發計算，未包括機票附加費、燃油附加費、機場建設費、酒店房間週末及假期附加費(如適用)及相關需繳稅項等。套票價錢如有任何更改恕不另行通知，一切以一心旅遊職員提供的最新報價為準。



自選項目：NIPPON Rent-A-Car自駕遊租車

- ☑ 單程租車: 可在全國各地使用單程租車服務。可在與租車營業處不同的營業處還車。
  ※可能依據不同的營業處，而無法提供單程租車的服務。使用單程租車將另行收費。
- ☑ 持續擴大英語、中文、韓文、泰文等多國語支援服務
  ※可提供電話服務。※24 小時皆可服務。
- ☑ ETC 卡租借: 於全國營業處提供 ETC 卡租借服務。

汽車型號 (只供參考)	KA	KB	SS	SA	ES	EW	EC
	SUZUKI WAGON-R or similar	HONDA N-BOX	HONDA FIT or similar	NISSAN CUBE or similar	TOYOTA AQUA or similar	HONDA SHUTTLE HYBRID or similar	TOYOTA PRIUS ('16.01-)
							
排氣量 (cc)	660	660	1,200-1,300	1,500-1,600	1,500	1,300-1,500	1,800
建議乘坐人數	2	2	3	3	3	3	4

汽車型號 (只供參考)	JI	SC	WH	WA	WC	YA	YC
	SUBARU LEVORG	TOYOTA MARK-X or similar	MAZDA PREMACY or similar	NISSAN SERENA or similar	TOYOTA ALPHARD	TOYOTA VOXY-HYBRID or similar	TOYOTA ALPHARD-HYBRID
							
排氣量 (cc)	1,600	2,500	1,800-2,500	2,000	2,400	1,800	2,500
建議乘坐人數	4	4	6	6	6	6	6

汽車型號		當天	2日1夜	3日2夜	4日3夜	5日4夜	延長收費(每日)
標準型	KA	630+	1,120+	1,610+	2,100+	2,610+	590+
	KB	650+	1,170+	1,670+	2,220+	2,710+	620+
	SS	680+	1,190+	1,760+	2,300+	2,840+	630+
	SA	860+	1,470+	2,090+	2,690+	3,300+	680+
油電混合標準型	ES	910+	1,570+	2,140+	2,730+	3,350+	680+
	EW	970+	1,630+	2,320+	2,980+	3,670+	750+
	EC	1,050+	1,840+	2,560+	3,290+	4,040+	820+
SUV	JI	1,200+	2,250+	3,310+	4,360+	5,410+	1,120+
豪華型	SC	1,140+	2,020+	2,810+	3,620+	4,450+	900+
迷你廂型車/旅行車	WH	990+	1,910+	2,830+	3,730+	4,700+	1,040+
	WA	1,410+	2,680+	3,950+	5,190+	6,460+	1,370+
	WC	1,860+	3,270+	4,680+	6,100+	7,570+	1,500+
	YA	1,520+	2,860+	4,130+	5,400+	6,680+	1,400+
	YC	2,120+	3,720+	5,250+	6,790+	8,320+	1,480+

細則及條款:

- 出租車須於取車日 7 天前辦理。除上述基本車種外，尚有其他車款可供選擇，詳情請與本公司職員聯絡。
- 出租車均為右軚操作，備有自動波及導航系統(可選擇 中文/ 英文 / 韓文系統)。
- 有關取車及還車服務處，請參閱: https://www.nrgroup-global.com/tw/locations.php。
- 出租車價格已包括汽車保險費用，唯不包括高速公路通行費及汽油費，還車時，需將油箱加滿，否則將會收取相關費用。
- 根據日本交通法則，未滿六歲之小童必須使用小童座椅，須預約。取車時需出示護照及有效之國際駕駛執照。
- 於日本有效之國際駕駛執照，請參閱: http://www.welcome2japan.hk/arrange/transportation/rentalcars.html。
- 跨區還車需另繳跨區還車附加費，詳情請向職員查詢。
- 有關保險賠償，詳情請參閱: https://www.nrgroup-global.com/tw/insurance_accident.php。
- 有關出租車之條款，將根據 Nippon Rent-A-Car 之英文版為準。
- NIPPON租車公司關西國際機場店

  取車：JR關西機場站旁 AEROPLAZA 1樓的正面進來左手邊即可看見NIPPON租車公司服務櫃檯，來店後請從服務櫃檯旁的停車場取車出發。

  還車：於服務櫃檯前的免費停車場還車

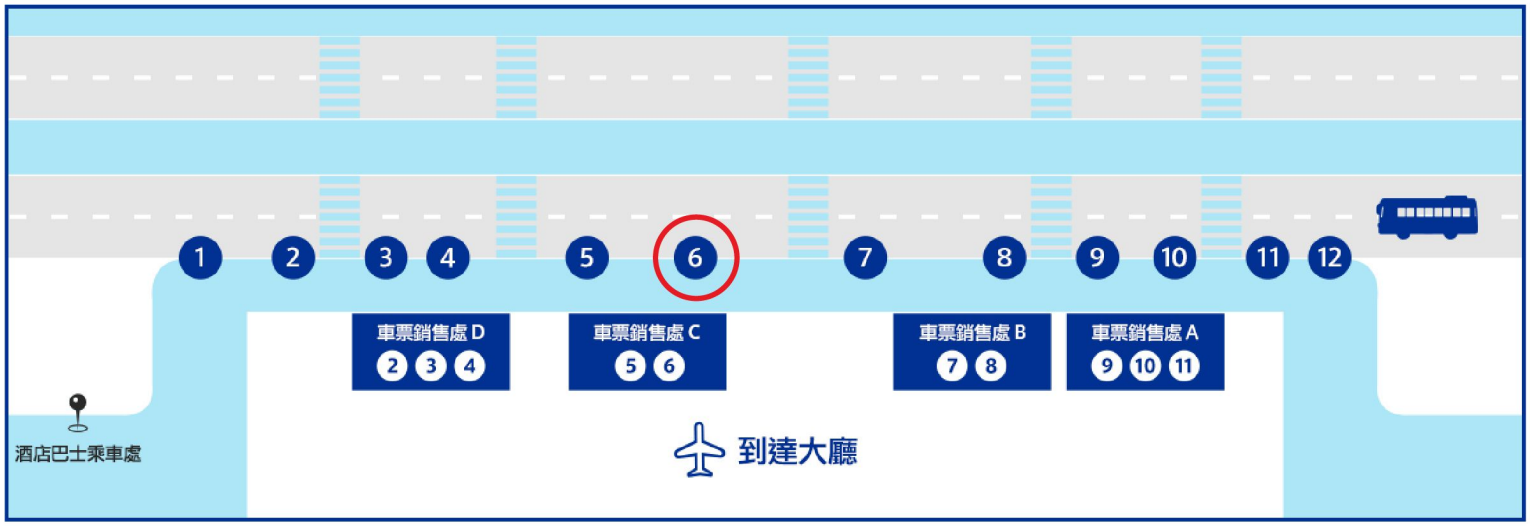
前往淡路島交通資料



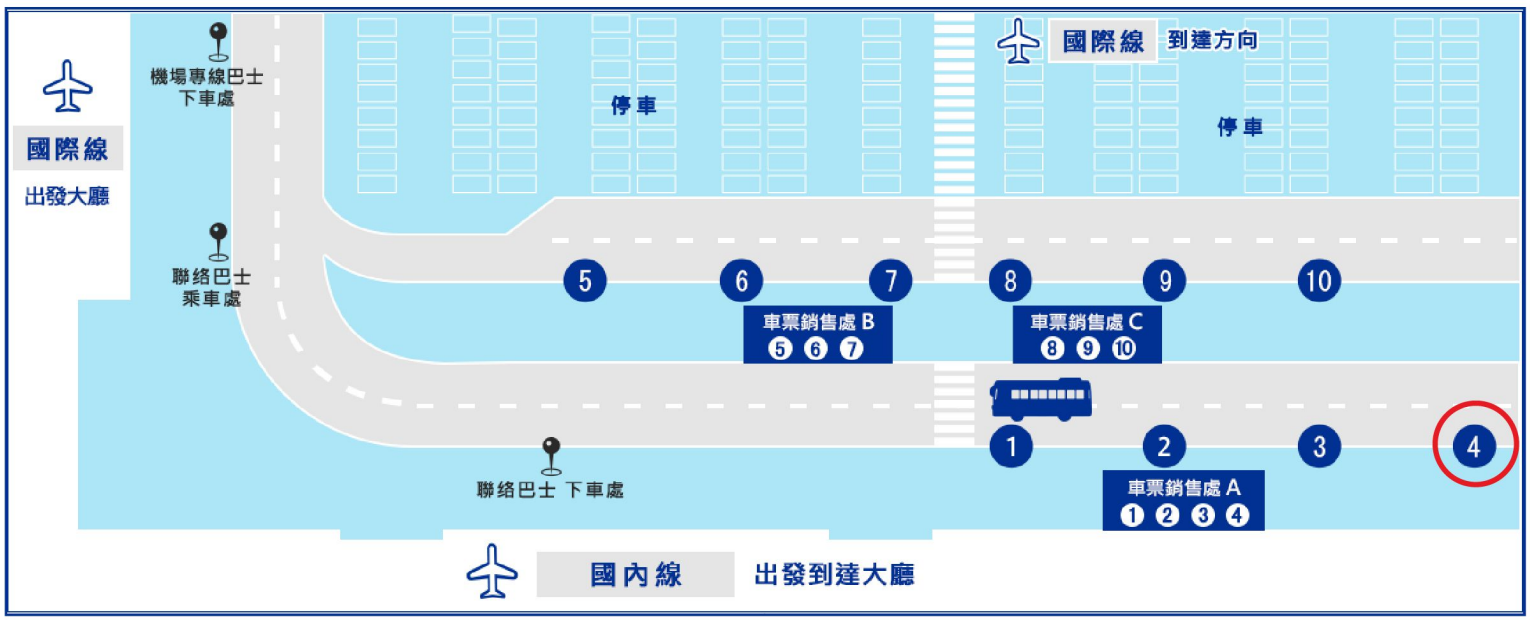
從關西國際機場「第1旅客航廈1F機場專線巴士乘車處6號上車點」或「第2旅客航廈機場專線巴士乘車處4號上車點」乘坐接送巴士至神戶三宮車站，車程約65至78分鐘，時刻表及車費請掃描QR Code或瀏覽機場網頁：https://www.kate.co.jp/tcn/timetable/detail/KB

時刻表・車費
Time table/Fares

第1旅客航廈1F機場專線巴士乘車處



第2旅客航廈機場專線巴士乘車處



神戶三宮車站至淡路島交通資料

從神戶三宮車站可乘坐以下高速巴士前往淡路島各大下車點。

淡路交通

西日本JR

淡路交通：https://www.awaji-kotsu.co.jp/express/

西日本JR巴士：https://timetable.nishinihonjrbus.co.jp/timeline/5-2-D-1Higashiura.html

本四海峽巴士：http://www.honshi-bus.co.jp/image/dl/Sumoto-Awaji_20241001.pdf

港觀光巴士：https://minatokankobus.com/express/

本四海峽

港觀光

推薦使用淡路島巴士「buSmo」檢索網站搜尋淡路島內行駛巴士的即時車務資料：https://busmo.656.ch/

buSmo
淡路島バス検索「バスモ」

如需乘坐計程車，推薦安裝日本排名第一的Call車APP「GO」

Andriod / iOS 下載 QR Code

GET IT ON Google Play

Download on the App Store



建議行程

天數	行程安排	早餐	午餐推薦	晚餐推薦	酒店
第一天	香港 ✈ 關西國際機場 ➔ 乘坐機場巴士或租車前往神戶三宮 ➔ 入住酒店 ➔ 酒店附近晚餐	--	飛機餐	ステーキランド 神戶館	雷姆普拉斯 神戶三宮酒店
第二天	酒店早餐後退房 ➔ 淡路休息站 ➔ 休息站內餐廳享用午餐 ➔ 淡路花卉山丘 ➔ 淡路夢舞台 ➔ 入住酒店 ➔ 遊覽園區及晚餐	酒店	おさかな共和國 えびす丸	海鮮料理 きとら	淡路日航大酒店
第三天	酒店早餐後退房 ➔ 二次元之森 ➔ 園區內享用午餐 ➔ 伊弉諾神宮 ➔ 自凝島神社 ➔ 福良港附近餐廳享用晚餐 ➔ 入住酒店	酒店	二次元之森 園內餐廳	味処 とっくり	淡路島美爵 溫泉度假酒店
第四天	酒店早餐 ➔ 乘坐渦潮觀光船觀賞鳴門漩渦 ➔ 渦之丘 大鳴門橋記念館 ➔ 館內絕景餐廳享用午餐 ➔ 淡路人形座欣賞木偶戲 ➔ 福良港附近餐廳享用晚餐 ➔ 返回酒店休息	酒店	絕景 レストランうず の丘	心鮮料理 万代	
第五天	酒店早餐後退房 ➔ 福良巴士總站乘坐神姬巴士「三ノ宮 - 福良上り線」巴士返回神戶三宮巴士總站 ➔ 乘坐關西機場接送巴士前往關西國際機場 ➔ 機場餐廳享用午餐 ✈ 香港	酒店	關西國際機場 餐廳	飛機餐	--

行程景點及餐廳介紹





ステーキランド神戶館

神戶牛肉是日本料理食材中的珍饈。此餐廳是神戶當地人氣非常高的神戶牛肉鐵板燒餐廳。餐廳裝潢典雅，擺設奢華的藝術品，氣氛優雅。您可以欣賞到廚師在鐵板上展示精湛的烹飪技巧，隨著肉汁滋滋作響的聲音，廚師以高超的刀工分切散發誘人氣味的神戶牛肉，並以其他精選食材調配，最後上盤讓您用舌尖細細品味。

網站：steakland-kobe.jp

地址：神戶市中央區北長狹1-9-17 三宮工業大樓6樓　自駕遊 Mapcode：12 368 700*68

抵達方式：酒店步行約5分鐘抵達，請參考Google Map路線：https://maps.app.goo.gl/eu5nEu3abRJdHYFw6

餐廳路線

淡路休息站（道の駅 あわじ）

淡路休息站位於明石海峽大橋腳下，擁有絕佳視野的觀景台和眾多適合拍照的景點。下行線服務區不僅設有有摩天輪，還是一處能欣賞明石海峽大橋、神戶市區和大阪灣的觀景點。上行線服務區內最引人注目的是一座雕塑作品「心光之門」。上下行線的服務區裡皆設有餐廳和美食區，可以享用以淡路島名物「淡路洋蔥」、「淡路牛」等食材烹飪的特色料理。






地址：淡路市岩屋1873-1　自駕遊 Mapcode：12 368 700*68

交通方式：① 於「神戶三宮巴士總站」乘坐淡路交通09:25班次巴士於淡路IC站下車，車程約37分鐘，然後乘坐計程車約5分鐘抵達。② 於酒店直接乘坐計程車或駕車，約38分鐘抵達。







おさかな共和国 えびす丸

餐廳位於淡路休息站內，可以在欣賞明石海峽大橋風景的同時品嚐平價的新鮮海產料理。這家店提供10種海鮮蓋飯，在擺滿了新鮮淡路島食材的蓋飯料理中，有些只要1,000日圓以內就能吃到。餐廳在春季到秋季提供「生吻仔魚蓋飯」（生しらす丼），冬季則提供生蠔和河豚等。小菜則有淡路島名產洋蔥天婦羅、炸海鰻等。

網站：kaisenkana.wixsite.com/tavern

地址：淡路市岩屋1873-1　自駕遊 Mapcode：12 368 700*66

抵達方式：淡路休息站內步行抵達，瀏覽Google Map位置：https://maps.app.goo.gl/kHCZKRHE47jh54EC8

淡路花卉山丘（あわじ花さじき）

淡路花卉山丘是一座佔地面積廣達約15公頃的公園。公園門票免費，在腹地遼闊的園區內種植有大片大片的油菜花、虞美人花、醉蝶花、秋櫻和紫羅蘭等各色鮮花，一年四季都是繽紛絢麗的花海世界，宛如一個美麗的劇場，讓遊客在園內漫步遊憩，盡情欣賞明石海峽和大阪灣壯麗的風光，以及由各色花卉植物共同編織而成的一幅幅五彩繽紛的鮮花地毯。






地址：淡路市楠本2805-7　自駕遊 Mapcode：339 207 109*28

交通方式：① 乘坐計程車返回「淡路IC站」，車程約5分鐘，然後乘坐淡神淡姬巴士「反時計回り線」巴士於「縣立淡路島公園站」下車抵達，車程約3分鐘。② 直接乘坐計程車或駕車，約13分鐘抵達。

由本四海峽巴士株式會社營運的淡神淡姬巴士(あわ神あわ姫バス)穿梭淡路島內各大站點，共有6條運行路線，包括：① 時計回り線。 ② 反時計回り線。 ③ 東浦北淡線。 ④ 岩屋洲本線。 ⑤ 北部觀光周遊回り線。 ⑥ 南部觀光周遊回り線。

各路線時刻表：http://www.honshi-bus.co.jp/time/community02.html 或掃描 QR Code。

運行路線図

あわ神あわ姫バス

INDEX

運行路線図 …… 2・3

運行時刻表

①■時計回り …… 4

②■反時計回り …… 8

③■東浦北淡線 …… 12

④■岩屋洲本線 …… 13

⑩■北部観光周遊回り …… 14

⑪■南部観光周遊回り …… 15

※バスの色で運行ルートを分けておりませんのでご注意くださいませ。
（例）時計回りは①で運行しております。方向幕や乗降扉等に上記番号を表示しております。

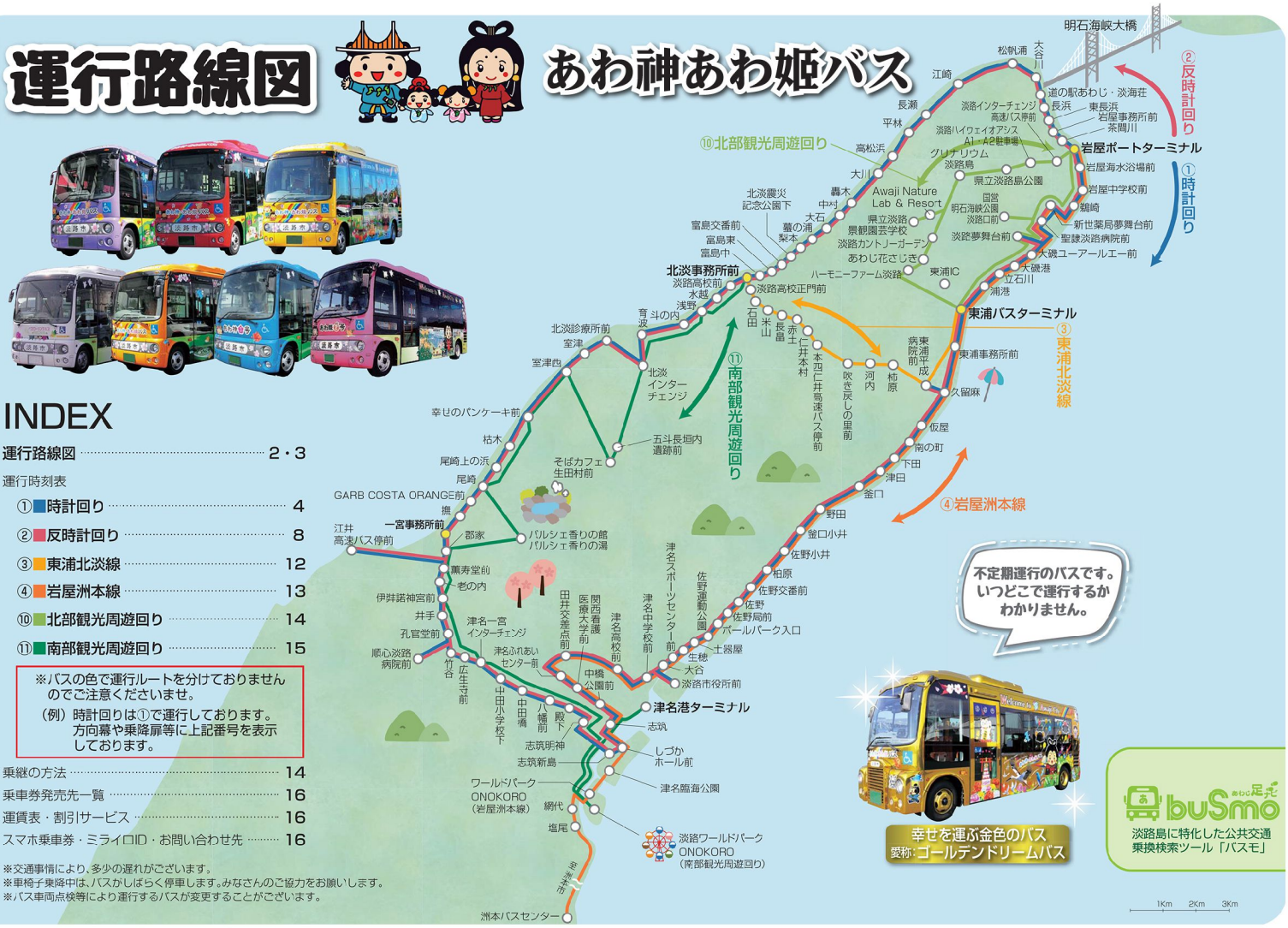
乗継の方法 …… 14

乗車券発売先一覧 …… 16

運賃表・割引サービス …… 16

スマホ乗車券・ミライロID・お問い合わせ先 …… 16

※交通事情により、多少の遅れがございます。
※車椅子乗降中は、バスがしばらく停車します。みなさんのご協力をお願いします。
※バス車両点検等により運行するバスが変更することがございます。











淡路夢舞台

淡路夢舞台是由世界著名建築師安藤忠雄設計的複合型休閒設施。佔地面積約28公頃，與國營明石海峽公園相鄰。遼闊的園區內分別有酒店、植物園、會議廳、商店及餐廳，區域內一年四季皆有各種美麗的花草樹木。由清水混凝土牆圍成的「圓形廣場」和「橢圓形廣場」極富情趣。當抬頭仰望時能看到圓形或橢圓形的天空，帶給人一種充滿夢幻色彩的視覺享受。

地址：淡路市夢舞台1番地　自駕遊 Mapcode：946 781 820*05

抵達方式：① 於「縣立淡路島公園站」乘坐淡神淡姬巴士「反時計回り線」巴士於「淡路夢舞台前站」下車抵達，車程約30分鐘。② 於「縣立淡路島公園站」乘坐計程車或駕車，約18分鐘抵達。

海鮮料理きとら淡路夢舞台店

餐廳提供豐富的料理菜式，所有菜餚均使用淡路島的海鮮和淡路牛肉等時令食材，致力於確保每位光臨食客都能透過美食感受淡路島食材的獨特味道。餐廳以陶板慢烤的淡路牛肉，肉質甜美又扎實，最特別之處在於還搭配上鮭魚卵、蔬菜等配料，讓您一次就能品嚐海陸雙拼的美味。







地址：淡路市淡路夢舞台2 656-2306

Google Map位置：https://maps.app.goo.gl/s53T1zmWeBzBeNzE7









二次元之森

這是一個純粹的日本動漫主題公園，日本的動畫、漫畫和遊戲現在已成為世界一流的文化領域，您可以同時體驗《勇者鬥惡龍》、《哥斯拉》、《火影忍者》、《蠟筆小新》、《死神 Bleach》、《魔物獵人》這些動漫作品的二次元世界園區，在遼闊的大自然中挑戰大型戶外運動和水上滑索等充滿刺激並完美再現了作品世界觀的遊樂設施，讓您徹底地放鬆身心。

地址：淡路市楠本2425番2號　自駕遊 Mapcode：946 840 552*42

交通方式：① 於「淡路夢舞台前站」乘坐淡神淡姬巴士「反時計回り線」巴士於「淡路IC站」下車，然後乘坐園區接駁巴士約3分鐘抵達。② 於「淡路夢舞台前站」乘坐計程車或駕車，約12分鐘抵達。

公園採用入園免費、各設施景點獨立收費的制度，園區內的餐廳提供主題餐點。



伊弉諾神宮

根據日本最古老的史書《古事記》和《日本書紀》記載，伊弉諾神宮據信由日本的創世神「伊奘諾尊」(伊邪那岐) 所建，是日本最古老的神社。神宮內的「夫婦大楠」是一棵樹齡約900年的神木，傳說「伊奘諾尊」與「伊奘冉尊」(伊邪那美) 二神寄託在此。最初是兩棵樹，隨著成長合併為一株，因此被崇敬為象徵夫婦和諧、安產子寶以及締結良緣的神木。









地址：淡路市多賀740　自駕遊 Mapcode：210 732 738*17

交通方式：① 乘坐接駁巴士返回「淡路IC站」下車，然後乘坐淡路交通「舞子-福良線 下り」巴士於「北淡IC站」下車，最後乘坐神姬巴士「三ノ宮-西浦線 下り」巴士於「伊弉諾神宮前站」下車，車程約50分鐘。② 乘坐計程車或駕車，約30分鐘抵達。






自凝島神社（おのころ島神社）

自凝島神社位於「自凝島」山丘上，這裡也是神話流傳之地。傳說中伊弉諾尊與伊弉冉尊就是在這裡創造了日本，而這座神社據說能保佑結緣和安產等。在《古事記》與《日本書紀》中，雙神在創造日本時，用矛向海上一插並攪和後，矛上滴下來的鹽水凝固形成了「自凝島」，後來在這裡又創造了四國、本州等眾多島嶼。神社以高21.7米的朱漆大鳥居為標誌。

地址：南淡路市榎列下幡多415　自駕遊 Mapcode：946 781 814*30

交通方式：① 於「伊弉諾神宮前站」乘坐計程車或駕車，車程約30分鐘。② 於「伊弉諾神宮前站」乘坐淡神淡姬巴士「反時計回り」巴士於「津名一宮IC站」下車，然後乘坐本四海峽巴士「ニジゲンノモリ洲本温泉號 下り」巴士於「洲本IC站」下車，最後乘坐淡路交通「淡路-徳島線 下り」巴士於「榎列站」下車，車程約70分鐘。

味処 とっくり

味処 とっくり位於福良港附近，是一間在南淡路地區獲得高評價的餐廳，有著受當地人喜愛的用餐氛圍。餐廳以南淡路原食材的風味為主的烹調手法是其魅力所在。在此可以品嚐到淡路島洋蔥拼其他時令蔬菜的南蠻漬、鹽煮蝦、燉章魚、奶油烤鮑魚、鳴門海峽鯛魚魚生、蔬菜天婦羅等多種料理，每一道料理都保持著良好的新鮮度和食材的原味，廣受食客好評。






地址：南淡路市福良甲512-91　自駕遊 Mapcode：406 312 331*76

交通方式：① 於「自凝島神社前站」乘坐淡路交通「舞子-福良線 下り」巴士於「福良巴士總站」下車，車程約29分鐘，然後步行約6分鐘抵達，Google Map位置：https://maps.app.goo.gl/GacmAALkBLVUiuAk8

② 乘坐計程車或駕車，約20分鐘抵達。






うずしおクルーズ 渦潮觀光船

瀨戶內海和太平洋的潮流，潮速差異而形成的鳴門漩渦，在春季秋季的大潮時，最大可達直徑30米、時速20公里的漩渦，其規模堪稱世界第一。鳴門漩渦是來到淡路島必看的景點，可從福良港乘坐「うずしおクルーズ(Whirlpools Cruise)」營運的「咸臨丸」和「日本丸」兩艘渦潮觀光船前往感受漩渦的震撼力。這兩艘都是大型遊船，寬廣舒適，航行穩定性強。

地址：福良港渦潮圓頂七色館(うずしおドームなないろ館)656-0501　自駕遊 Mapcode：406 311 228*48

交通方式：於酒店乘坐免費接駁巴士或駕車返回渦潮圓頂七色館前下車，車程約7分鐘，然後步行進入。

漩渦觀光船時刻表：https://www.uzu-shio.com/pdf/timetable/annual_timeline_2024.pdf

漩渦觀光船預訂網頁(建議提早至少1天預訂)：https://uzu-shio.net/reservation

時刻表　預訂網頁

渦之丘 大鳴門橋記念館

渦之丘大鳴門橋紀念館建在淡路島最南端的山丘上，以頂層擺放的大型洋蔥與鳴門海峽構成的絕美景致成為人氣打卡勝地。館內一樓的漩渦科學館透過影像和水理模型展示漩渦的形成過程，還有出售日本漢堡大賽獲得第一名的淡路漢堡店，除此之外，還有可以購買原創紀念品和特產手信的商店等。館內二樓則有人氣餐廳絕景レストランうずの丘提供海島美食。









地址：南淡路市福良丙936-3　自駕遊 Mapcode：406 307 164*72

交通方式：於渦潮圓頂七色館う(ずしおドームななないろ館)前乘坐記念館免費接駁巴士或駕車，約 12分鐘抵達。









絕景レストランうずの丘

餐廳位於渦之丘大鳴門橋紀念館二樓，除了可以眺望鳴門海峽的絕美景色，同時還能細味以當地食材製作的料理。菜式包含在媒體和社交網站上都極具人氣的「濃厚海鮮海膽涮涮鍋」(濃厚海鮮うにしゃぶ)、在淡路島創意料理比賽中獲得優勝的料理、季節限定料理等。各種菜式不僅美味可口，外觀還非常吸睛，讓人不禁想瘋狂拍照打卡。

抵達方式：前往渦之丘 大鳴門橋記念館二樓　餐廳網站：rest.uzunokuni.com

淡路人形座

淡路人形淨琉璃距今有500多年歷史，是日本國家指定重要非物質民俗文化財產，以優雅的日本傳統音樂位背景，三人一組操作人偶的表演。生動的人偶表演描繪出喜怒哀樂的人間戲劇，將觀眾帶入夢幻的世界中。淡路人形淨琉璃常設劇場的淡路人形座，每天在點亮有大燈籠的大廳內舉行四次公演。演出開始前，觀眾可使用翻譯好的語音導覽，收聽演出概要。









地址：南淡路市福良甲1528-1　自駕遊 Mapcode：406 311 322*56　網站：awajiningyoza.com

交通方式：① 乘坐渦之丘 大鳴門橋記念館免費接駁巴士返回渦潮圓頂七色館(うずしおドームななないろ館)前，車程約12分鐘，然後步行約3分鐘抵達，Google Map路線：https://maps.app.goo.gl/vLyVoSTV9xCKY6FPA

② 直接乘坐計程車或駕車，約11分鐘抵達。

前往路線









心鮮料理 万代

餐廳由於位於福良港附近，食材直接從港口漁家購買，因此提供親民的價錢，使用新鮮時令的當季食材，例如河豚、鯖魚、龍蝦、鯛魚、松茸、鰻魚、鯧魚、鳴門金時地瓜、章魚、淡路牛、海膽、淡路洋蔥等，以感謝大自然饋贈美味食材的心，精心烹調各種美饌佳餚。來此品嚐過料理的食客紛紛拿起筆，在餐廳提供的心聲紙上寫下了無數對心鮮料理 万代的讚美。

地址：南淡路市福良甲291-5　駕遊 Mapcode：406 312 482*47　網站：www.awaji-mandai.jp

抵達方式：① 從淡路人形座步行約5分鐘，Google Map路線：https://maps.app.goo.gl/fpLc4xPQhzLKA35Q7

② 於淡路人形座乘坐計程車或駕車約2分鐘抵達。

第五天早上建議於福良巴士總站乘坐神姬巴士「三ノ宮 - 福良 上り線」

08:50 / 09:50班次巴士前往神戶三宮巴士總站，車程約1小時32分。

神姬巴士時刻表：www.shinkibus.co.jp/sysfiles/ktt/320/minamiawaji1001.pdf

時刻表

餐廳路線

然後乘坐關西機場接送巴士 11:00 / 12:00 班次巴士前往機場，約65至76分鐘抵達機場。

淡路島其他景點介紹



沼島

位於淡路島南方、周圍約10公里的勾玉形島嶼，是傳說中的「Onokoro島」傳承地之一。高約30公尺的上立神岩，據說就是伊奘諾尊與伊奘冉尊繞著巨大石柱周邊結成了夫妻的「天之御柱」。

■南淡路觀光諮詢處　TEL.0799-52-2336
http://nushima-yoshijin.jp/



繪島

位於淡路島北邊的島嶼，被認為是「國生神話」中出現的「Onokoro島」傳承地之一。原本與陸地相連，但因海浪作用而形成現在的島嶼。自古就是賞月名勝。

■岩屋觀光諮詢處　TEL.0799-72-3420



五斗長垣內遺跡

據說是彌生時代後期製作鐵器場所的遺跡，獲指定為國家史蹟。在鐵金屬非常珍貴的時代，很少有一座遺跡出現這麼多鍛冶工房，這是了解當時社會狀況的珍貴遺跡。

■淡路市黑谷1395-3　TEL.0799-70-4217
https://gossa-awaji.jp/remains/



松帆銅鐸

2015年在松帆地區挖掘的砂土中發現7件銅鐸，除了最古老的1件菱環鈕式，其他6件也都被認為是紀元前的彌生時代製作的。

■瀧川記念美術館玉青館
南淡路市松帆西路1137-1
TEL.0799-36-2314

高田屋嘉兵衛與北前船

高田屋嘉兵衛於1769年出生在今日的洲本市五色町都志。他是貧窮農家的長男，後來成為北前船的船長，以函館為據點進行商業活動，成為活躍的北方開拓者，對於函館的發展、開闢安全航路與新漁場有很大的貢獻。從大阪出發、經由瀨戶內海前往北海道的運輸船路線「北前船寄港地、船主集落」在2017年獲認定為日本遺產。洲本市雖然不是停靠港，不過因為是以北前船活躍的高田屋嘉兵衛的誕生地，因此在2018年獲得追加認定。

■高田屋顯彰館
洲本市五色町都志1087
TEL.0799-33-0354





JAPAN HERITAGE



洲本城

洲本城遺址位在市區南方海拔133公尺的三熊山上。自戰國時代到江戶時代，這座城堡是統治淡路國的據點，今日則留下令人遙想往昔的石牆。城郭充分展現戰國時代的風格，保存狀態良好，也是國家指定史蹟、兵庫縣指定文化財。

■淡路島觀光協會　TEL.0799-25-5820（洲本旅遊服務中心）



淡路島七福神巡禮

七福神是大黑天、壽老人、毘沙門天、惠美酒太神、布袋尊、福祿壽、弁財天七位神明。淡路島七福神巡禮把淡路島看成七福神乘坐的寶船，到島內各處的寺院參拜，可以在寺院祈禱、聆聽講經。參拜過所有寺院，據說就能得到幸福。

■（大黑天）八淨寺　TEL.0799-65-0026
■（壽老人）寶生寺　TEL.0799-62-2905
■（毘沙門天）覺住寺　TEL.0799-42-0436
■（惠美酒太神）萬福寺　TEL.0799-54-0244
■（布袋尊）護國寺　TEL.0799-54-0259
■（福祿壽）長林寺　TEL.0799-33-0121
■（弁財天）智禪寺　TEL.0799-86-1472



壇尻

春天與秋天舉行的祭典中，會推出「壇尻」（山車）。壇尻有裝飾華麗的布團壇尻、船形的船壇尻、勇猛的投壇尻、遣壇尻等，種類繁多。



先山千光寺

海拔448公尺的先山，據說是「國生」之際最早形成的山。傳說山頂古剎千光寺是由受到化身大山豬的觀音菩薩開導的獵人創立，流傳著奇妙的起源故事。院內的梵鐘獲指定為「國家重要文化財」。

■洲本市上內膳2132　TEL.0799-22-0281



東山寺

據說是820年由弘法大師創立的古剎。是島內屈指的紅葉景點。收藏國家重要文化財的藥師如來立像、十二神將立像。

■淡路市長澤1389　TEL.0799-64-1185



蓮花寺

1332年建立的寺院。1784年由實如和尚開始製作、約530尊像並列的「五百羅漢」很遠近馳名。

■洲本市安乎町宮野原460　TEL.0799-28-0133



淡路國分寺

奈良時代由聖武天皇為了鎮護國家、在各地建立的國分寺之一。佛塔遺址和本尊釋迦如來坐像獲指定為國家重要文化財。

■南淡路市八木國分331　TEL.0799-42-4773



本福寺水御堂

淡路四國第五十九番靈場，據說是在平安時代後期建立的真言宗御室派寺院。外觀摩登的水御堂，是由世界知名的現代建築師安藤忠雄設計。大賀蓮和睡蓮綻放的人工池和本尊藥師如來像也不容錯過。

■淡路市浦1310　TEL.0799-74-3624

淡路島體驗活動介紹



淡路世界公園 ONOKORO

主題公園中有以1/25尺寸重現世界各國知名建築的小人國、人氣空中飛索、卡丁車、滑草等遊樂設施。另外還有充實的手工體驗，不論大人小孩都能樂在其中。

■淡路市鐘田新島8-5　TEL.0799-62-1192
https://www.onokoro.jp/



海水浴場

淡路島有許多水質優良的海水浴場，每到夏天都會吸引眾多遊客。

■(一般社團法人)淡路島觀光協會
TEL.0799-22-0742



帆傘體驗

充滿開放感的空中散步能體會到彷彿變成鳥類的爽快感及刺激！從船上起飛降落，因此不需擔心會弄濕，可以穿著平常的服裝參加。

■Sea Moon Resort　洲本市安平町平安浦1970-6
TEL.0799-24-4455
http://seamoonresort.jp/



接觸海豚體驗

可親身感受海豚的生態與傑出能力，透過接觸海豚來學習共生與環保的重要性。也可體驗海上皮艇、SUP、釣魚等。

■南淡路市阿萬鹽屋町2660
TEL.0799-52-1487



製香體驗

選擇製香粉的顏色，加入香料和在一起，延展為片狀之後，再使用切模製作成各種形狀。不論男女老幼都能樂在其中！

■薰壽堂
淡路市多賀1255-1　TEL.0799-85-1301
https://www.kunjudo.co.jp/



釣魚

四面環海的淡路島也很盛行釣魚！即使沒有帶工具，也能在海堤上或海釣公園享受釣魚樂趣。

■(一般社團法人)淡路島觀光協會
TEL.0799-22-0742



淡路島猴子中心

可以近距離觀賞日本猴的公園。猴子的個性溫馴，可以窺探友好美滿的猴子社會。到了秋天，深山裡會有許多可當食物的樹果成熟，因此猴子不會出現在公園。

■洲本市畑田組289　TEL.0799-29-0112
https://monkey-center.jp/



騎馬

即使是沒有騎過馬的人，也可騎乘有人牽的馬，在各種路線散步。不妨一邊感受淡路島的山水與大自然，一邊在馬背上搖晃漫步吧！僅限夏天的「海泳」可騎著馬進入海中，是充滿島嶼特色的路線。

■Harmony Farm淡路
TEL.0799-75-3555　http://hf-awaji.com/



劈瓦

任何人都能體驗成為空手道達人挑戰劈瓦。這些特製的瓦片很容易打破，即使是女性或小孩也能劈開。大家一起來挑戰看看吧！

■Karate Kawara　南淡路市津井1764
TEL.0799-38-0362
https://karatekawara.com/



租自行車

騎自行車環淡路島一圈通稱「淡一(Awaichi)」，是很受歡迎的路線。路上可以看到運動用，城市用等各式各樣的自行車。來島上騎自行車，悠閒自在地感受淡路島的大自然吧！

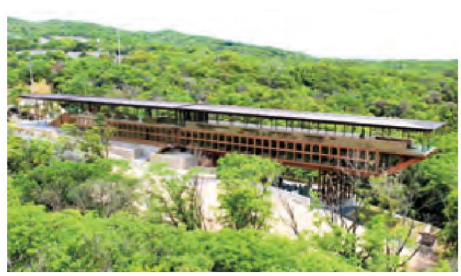
■(一般社團法人)淡路島觀光協會　TEL.0799-22-0742
https://www.awajishima-kanko.jp/cycling/



海螢

在淡路島上到處都能看到發出夢幻般藍色光芒的海螢。其中，位於南淡路市的阿萬海岸是日本屈指可數的海螢棲息地，因而廣為人知。

■(一般社團法人)淡路島觀光協會
TEL.0799-22-0742



禪坊靖寧

漂浮在東經135度子午線上的100公尺木造建築物，即是能整頓心靈的ZEN Retreat設施「禪坊靖寧」。除了冥想，還可以享受結合書、茶等的ZEN Wellness體驗，以及禪坊料理。

■淡路市楠本字場中2594-5　TEL.0799-70-9087
http://zenbo-seinei.com/

淡路島美食介紹



淡路牛肉

聞名世界的和牛品牌「神戶牛」、「松阪牛」等，有許多都是源自淡路島產的但馬牛，而在淡路島產的但馬牛當中，只有通過嚴格認定達到標準的，才能稱作「淡路牛肉」。其特色是肉質柔嫩，口感上乘，細緻的霜降牛肉，入口即化是其特徵。



淡路島洋蔥

相較於其他產地，淡路島產的洋蔥更為甘甜柔軟。秋天種植的洋蔥經過冬天，在6～8個月後的春天採收。在淡路島溫暖的氣候和肥沃土壤孕育之下，以充足的時間生長並儲存養分的洋蔥，在收成後利用自然風緩慢地乾燥熟成，因而增添甜度。





淡路島3年虎河魨

養殖河魨通常2年就會出貨，不過淡路島3年虎河魨卻冒著存活率下降的風險，延長1年細心培育。魚身碩大而肉質密實，口感絕佳，味道也很濃郁。



惠比壽鯛

在明石海峽與鳴門海峽的急流中成長的淡路島惠比壽鯛，肉質豐厚紮實，口感絕佳。可透過生魚片品嚐鯛魚本身的淡雅風味，或嘗試用鋪滿那智黑石的寶樂鍋蒸烤的知名「寶樂燒」。



海鰻

"淡路島的海鰻是用稱作「海鰻延繩」的捕魚法一隻隻細心釣起來的，特色是傷痕少而美觀，肉質肥美。
使用當季海鰻與洋蔥製作的「海鰻壽喜鍋」是淡路島代表性的鄉土料理之一。"



淡路島牛丼

使用3種淡路產食材——「淡路產牛肉」、「淡路島洋蔥」、「淡路米」所製作的牛丼，無論大人小孩都喜歡。



淡路島麵

完全使用以傳統產業淡路手延素麵製作而成的獨創麵條和淡路島產的洋蔥，再加入當季的魚貝類、當地蔬菜、雞、山豬、淡路牛等豐富多樣的食材組合而成的麵食料理。



淡路島生魩仔魚

在淡路島岩屋港卸貨的魩仔魚，鮮度極佳。淡路島的生魩仔魚受到全國漁業聯合會認定為兵庫縣Pride　Fish，是日本獨一無二的商品。



淡路島生鰆魚丼

由於難以維持鮮度而很少有機會吃到的生鰆魚，製作成只能在淡路島品嚐的「漁民料理」生鰆魚丼。



淡路島甜點

使用島嶼自然環境孕育的食材，製作出充滿獨創性的甜點。島上糕點師製作的甜點因為是「島上自產、島上製作」，因此格外美味。



淡路島漢堡

「淡路島漢堡」凝聚了淡路大自然孕育的美味食材。透過感官感受豐饒的大自然，大口品嚐淡路島的美味吧！

淡路島溫泉介紹



美湯松帆之鄉
[View Matsuho no Sato]

可從觀景露天浴池眺望世界最長的吊橋「明石海峽大橋」的人氣溫泉度假村。泉質為單純弱氡泉，對神經痛、手腳冰冷、高血壓等有效。

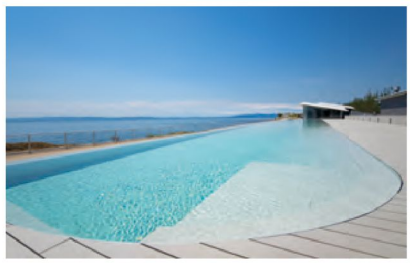
■ 淡路市岩屋3570-77
TEL.0799-73-2333
http://matsuho.com



休暇村南淡路

觀景大浴場設置大片玻璃窗，另外也有可眺望鳴門海峽、感受到與大自然合而為一的無邊際露天浴池。

■ 南淡路市福良丙870-1　TEL.0799-52-0291
https://www.qkamura.or.jp/awaji/



AQUAIGNIS淡路島

大浴場的泉質保濕效果很高，也有可穿泳衣泡湯、眺望大阪灣的外湯。

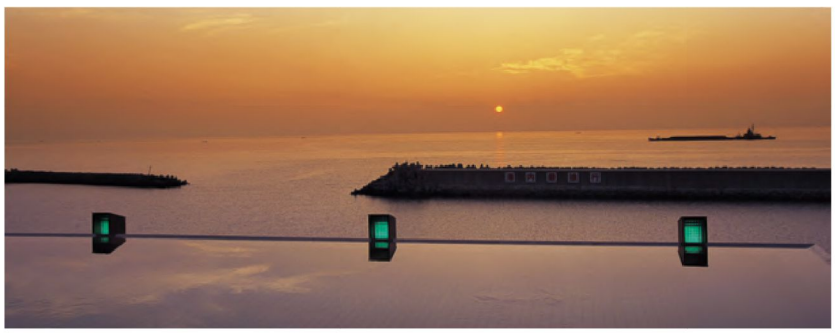
■ 淡路市夢舞台2-28　TEL.0799-73-6602
https://www.aquaignis-awaji.jp/



五色溫泉Yuyu Five

有西式、和風各十種浴缸，藥湯及香料風呂會每週更換。

■ 洲本市五色町都志1087　TEL.0799-33-1601
http://www.takataya.jp/relax/yu.htm



洲本溫泉

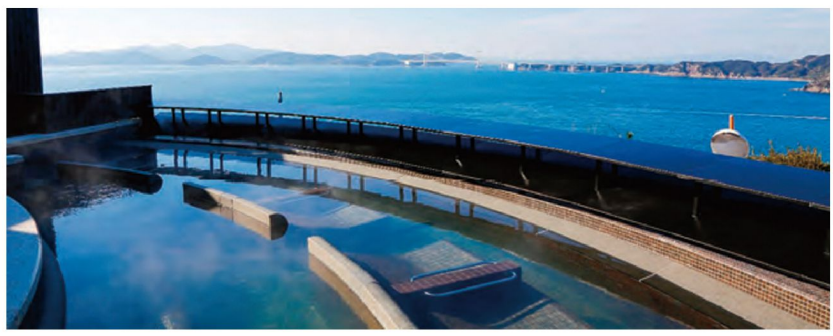
位於洲本城下的淡路島最大溫泉鄉。沿著海岸線的溫泉街上，每一棟格調高雅的館都有可眺望大海的露天風呂等風情獨具的溫泉。泉質屬於鹼性單純泉，對恢復疲勞、手腳冰冷、神經痛等有效。洲本八幡神社旁邊有洲本溫泉「潤之湯 足湯」，敬請多加利用。(免費)

■ 洲本溫泉事業協同組合 TEL.0799-22-3158

南淡路溫泉鄉

坐擁渦潮溫泉、南淡溫泉、潮崎溫泉、三原溫泉、Sunrise溫泉、南淡路溫泉6處源泉的溫泉鄉。可享受恢復精神、美肌效果等各具特色的泉質。除了4座泡湯設施之外，也可以在南淡路市內的旅館、飯店、民宿泡各自的溫泉。道之驛 福良有提供足湯，可免費泡腳，歡迎多加利用。

■ http://minamiawaji-onsen.com/



淡路島手信介紹



地酒・地啤酒

目前淡路島有2間造酒廠，堅持傳統製法，耗費時間心力釀酒，製作出大量生產無法呈現的風味。最近島上唯一的精釀啤酒「AWAJI BEER」也大受歡迎。



淡路手延素麵

淡路手延素麵具有180年左右的歷史，1915年在舊金山萬博榮獲金獎，在各地品評會也屢屢得獎。使用傳統製法製作，具有豐富的風味與獨特的口感。



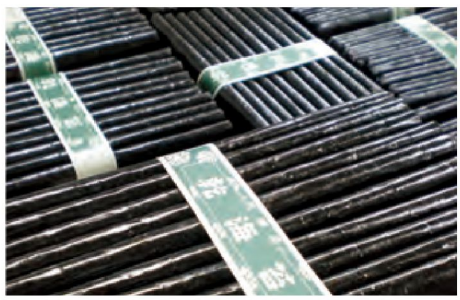
縮緬(小魚乾)

淡路島近海捕獲的魩仔魚，嚴選顏色白皙、被視為最高級的「日本鯷」。半生、或是徹底乾燥的魩仔魚稱為「縮緬」，是淡路島代表性的海產品。



玉筋魚的釘煮

「玉筋魚的釘煮」是將玉筋魚的魚苗用醬油、砂糖等煮成鹹鹹甜甜的口味，是很受歡迎的伴手禮。



海苔

淡路島的海苔養殖生產量在全日本名列前茅。具有香氣佳、富含鮮味、乾燥卻不易破碎的特色。



淡路島牛奶

淡路島牛奶將剛榨好的新鮮美味包裝起來。成分未經調整，濃郁而自然的香醇滋味很受好評，吸引許多愛好者。



淡路島藻鹽

淡路島昔日是向朝廷進貢「鹽巴」的「御食國」，至今仍耗費工夫精心製作藻鹽，富含海水與海藻的鮮味。



洋蔥湯

利用淡路島洋蔥含有的「濃醇、甜味與鮮味」，製成充滿風味的顆粒狀，是淡路島的招牌伴手禮。



線香

日本國內生產的線香有70%是淡路產。以卓越的技術與創意生產最高品質的線香，引領日本的香氛文化。



淡路島鳴門柳橙

僅栽種於淡路島的果實。以前，凡是說起島上的名產就不得不提及鳴門柳橙。然而由於後來生產者減少，產量下滑，因而面臨絕種危機，到了2018年改名為「淡路島鳴門柳橙」，再次推廣到市場。



淡路瓦

擁有400年歷史的「淡路瓦」是日本三大瓦之一。由先人代代相傳的職人技術、以智慧與美感琢磨的瓦有多達幾千種形狀。



吹吹捲

「吹吹捲」是一種傳統玩具，含在嘴裡吹氣，捲起來的紙就會迅速伸直，然後又捲回來。這裡是日本唯一能夠體驗製作「吹吹捲」的設施。

電話：2780-3233　網址：www.airticket.hk　電郵：itsL@airticket.com.hk
公司地址：九龍彌敦道522號金龍商業大廈1樓全層（油麻地港鐵站D出口）