

#Ueda Area

Instagrammable Spots

上田地區 Instagram 美照打卡景點 จุดถ่ายภาพ Instagram ยอดฮิตบริเวณอุเอะ

Introducing the best photogenic spots where you can enjoy the scenery through the four seasons.
可欣賞四季風情各異的景色還能拍出超上鏡的美照！嚴選拍照打卡景點介紹。

เราขอแนะนำจุดถ่ายภาพที่ดีที่สุดที่คุณสามารถเพลิดเพลินกับวิวทิวทัศน์ได้ตลอดทั้งสี่ฤดูกาล

Here!

Nagano
Prefecture

UEDA CITY 上田市

The sea of clouds as seen from Michi-no-eki Utsukushigahara Kogen



We're waiting
for you!

AOKI VILLAGE 青木村



Daihoji Temple's three-story pagoda, a National Treasure, and cherry blossoms



TOMI CITY 東御市

Beautiful vineyards stretching across the Chikuma River Wine Valley



NAGAWA TOWN 長和町



Try out various experiences at Nagato Farm!



Inagura Terraced Rice Fields
稲倉の棚田

Rice farming areas on an inclined slope are called tanada (Terraced Rice Fields), and these tanada at Inagura are said to have been used for cultivating rice since the 1600s.

沿著山坡分層而建的農耕地稱為梯田，而這處稻倉的梯田據說是從1600年代開始耕種，從山麓到山谷間遍布著大大小小形狀不同的梯田，並獲選為「日本梯田百選」。

- 0268-75-4808 (Inagura Terraced Rice Fields Conservation Committee)
Inagura Farming Village Community Hall, 2889-1 Tonoshiro, Ueda City
Grounds open to the public *Entry to the rice fields and levees not permitted
Donation to the conservation activities: ¥100
https://inaguranotanada.jmdofree.com/

The spacious interior that can accommodate up to 18 passengers



- Oku Davos Snow Park
0268-74-3009 (Wintertime only)
Within Oku Davos Snow Park, 1223-3307 Sugadaira Kogen, Ueda City
Open every day during the operating period
From ¥3,300 (Adult), from ¥1,800 (Child)
Credit cards not accepted.
https://www.ski-davos.jp/guidance/snow_cat.php



Vineyards as seen from Tomi City

#Tomi City
東御市

Unnojuku 海野宿

Established in 1625 as a post town along Hokokukaido street, a highway during the Edo period. Buildings from the Edo period and Meiji period stand in harmony, filling the streets of Unnojuku with a unique atmosphere.

1625年作為北國街道的驛站而建設，江戶時代與明治時代的建築物完美融合，散發出獨特而復古的氛圍，並獲選為「日本街道百選」與「重要傳統的建造物群保存地區」。

- 0268-62-7701 (Tomi City Tourist Information Station)
http://tomikan.jp/en/



The light of about 1,000 candles make for a magical sight

#Ueda City
上田市

Snowcat (Sugadaira Kogen)
スノーキャット (菅平高原)

Ride a jumbo-sized snow tractor up to a point near the summit of Mt. Nekodake (altitude of 2,170 m). There, a silvery white world of sparkling frost-covered trees and an amazing view of Japan's famous mountains await you.

นั่งรถไถหิมะขนาดใหญ่เพื่อขึ้นสู่ยอดเขามิโคะดาคะ (ระดับความสูง 2,170 เมตร) บนยอดเขาคูณสามารถมองเห็นโลกสีขาวเป็นประกายของต้นไม้ที่ปกคลุมไปด้วยน้ำค้างแข็ง ทิวทัศน์ที่น่าตื่นตาตื่นใจของภูเขาที่มีชื่อเสียงของญี่ปุ่นแห่งนี้รอคุณอยู่ และคุณยังสามารถเพลิดเพลินกับการเล่นหิมะได้อย่างสบายใจแม้ว่าจะเป็นครั้งแรกของคุณก็ตาม

搭乘大型雪地履帶車來到根子岳山頂 (標高 2,170m) 附近，這裡有一整片由閃耀的樹冰所形成的銀白世界，以及可遠眺日本知名群山的絕美景致正在等待著您。初次接觸雪的遊客也能夠輕鬆地樂在其中。

- Access P3211

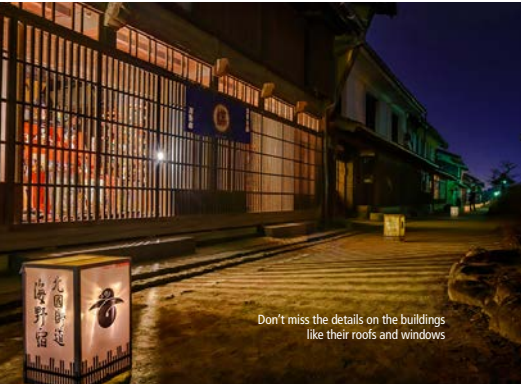


Chikuma River Wine Valley
千曲川ワインバレー

The region from the east to north of Nagano including the Ueda area is known as the Chikuma River Wine Valley. With a climate that is ideal for grape cultivation, wine produced in this area is becoming increasingly valued for its high quality.

包含上田地區在內，從長野縣東部到北部被稱為「千曲川葡萄酒莊」。當地的環境條件非常適合栽種葡萄，因此釀造出來的葡萄酒無論品質還是評價都極為卓越。尤其東御市內更是匯聚了許多特色豐富的小型葡萄酒釀造廠，遼闊的葡萄園風光美不勝收。

- 0268-62-7701 (Tomi City Tourist Information Station)
http://tomikan.jp/en/



Don't miss the details on the buildings like their roofs and windows

Paragliding
パラグライダー

With various courses including a course where you can challenge yourself to glide down a mild slope and a course where you can glide together with an instructor, you can feel at ease in participating in this activity.

提供挑戰和緩坡面的方案，以及和指導員一起共乘的雙人飛行體驗方案，可隨意地自由選擇參加。

- 0268-49-3887 (Paraglider Park Aoki)
293-5 Tazawa, Aoki Village
Inquiry required
From ¥8,000/3 hr. (Varies by program)
www.paragliderpark.jp



#Aoki Village
青木村

大法寺副住職による英語ガイド(無料)できます。



The view of the countryside and the three-story pagoda is also exceptional when seen from a higher point behind the pagoda

Three-Story Pagoda at Daihoji Temple
大法寺三重塔

Built in 1333, this three-story pagoda is popularly known as "Mikaeri-no-To" because its striking beauty compels people to look back for another glance (mikaeru). The pagoda has also been designated as a National Treasure for its conservation of the traditional Japanese architectural style and for the harmony of its beauty with its surroundings.

建於1333年，因美麗的姿態令人們不禁多次回首顧盼，故以「回首塔」之稱名聞遐邇。保留著日本傳統建築樣式，優美的外觀與周遭景致相映生輝，並獲指定為日本國寶。

- 0268-49-2256 (Ichijozan Daihoji Temple)
2052 Togo, Aoki Village
9:00-17:00 (Nov.-Mar.: Until 16:00)
Open 365 days
Admission fee: ¥300 (Adult), ¥100 (Elementary and junior high school student)
www.daihoujitemple.com/english-1/



Utsukushigahara Kogen
美ヶ原高原

A highland pasture located at an altitude of roughly 2,000 m. A path has been built so even first-timers can stroll through the highland with ease. Enjoy the idyllic scene of cows relaxing in the meadow. At night, a sky full of stars unfurls before your eyes, and you can take dreamy photos of the "Tower of Beauty," a symbol of Utsukushigahara Kogen.

標高約2,000m的高原牧場，設有新手也能輕鬆漫步的遊步道，還能觀賞到怡然自得的牛群等田園風情畫。到了夜晚，眼前無邊無際的天空便會瀰滿璀璨星輝，可連同美之原高原的象徵「美之塔」一起拍攝，收藏這幅如夢似幻的光景。

ทุ่งหญ้าบนที่ราบสูงนี้ตั้งอยู่ทีระดับความสูงประมาณ 2,000 เมตร มีเส้นทางที่แม้มือใหม่ก็สามารถเดินเล่นบนที่ราบได้อย่างง่ายดาย พร้อมกับเพลิดเพลินไปกับวิวที่งดงามของวัวที่กำลังผ่อนคลายในทุ่งหญ้า ในเวลากลางคืนสามารถมองเห็นท้องฟ้าที่เต็มไปด้วยดวงดาวส่องแสงระยิบระยับอยู่ตรงหน้าคุณ และคุณยังสามารถถ่ายภาพยังมัจฉางามของ "หอคอยอูสึกุชิ" (หอคอยแห่งความงาม) ซึ่งเป็นสัญลักษณ์ของอูสึกุชิอะระชิโอะในแห่งนี้

- 0263-34-3000 (Utsukushigahara Tourist Association)
Matsumoto City, Ueda City, Nagawa-machi
Grounds open to the public
www.utsukushi2034.jp



The staff will teach you carefully, so don't worry even if it's your first time



A one-of-a-kind accessory just for you

Kokuyoseki Museum
黒曜石体験ミュージアム

Around 30,000 years ago, this was a production site for obsidian volcanic glass rocks that were used as a material for creating stone tools. Have fun making accessories and keychains using obsidian volcanic glass rock, which is even certified as a Japan Heritage.

約3萬年前左右，被廣泛用作石器材料的黑曜石之原產地，在這裡能夠使用獲認定為日本遺產的黑曜石，體驗製作鑰匙圈和飾品。



- 0268-41-8050 (Kokuyoseki Museum)
3670-3 Daimon, Nagawa-machi
9:00-16:30 Mon. (If a public holiday, the following day will be closed instead), end-of-year and New Year holidays
Admission fee: ¥300 (Adult), ¥100 (Child), Accessory/keychain-making experience: From ¥300
www.hoshikuso.jp



#Nagawa Town
長和町

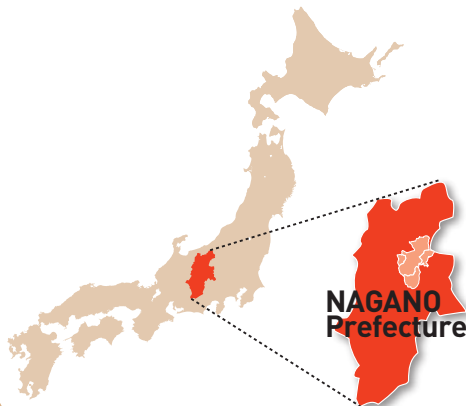
- Access P3218

Information

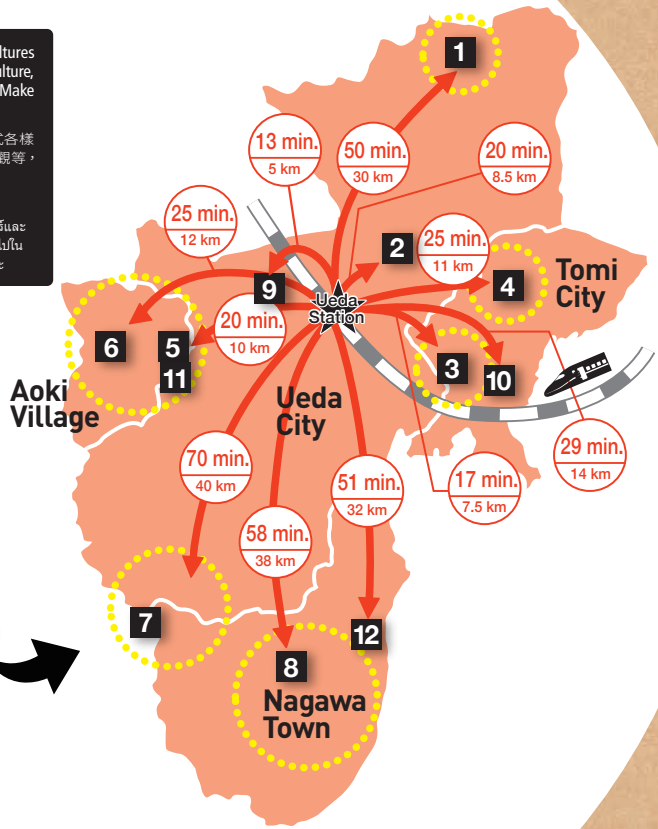
Ueda City, Tomi City, Aoki Village and Nagawa Town, with their diverse cultures and histories, make up the Shinshu Ueda area. Historical streets, traditional culture, beautiful highland sceneries and the like can be found throughout this area. Make your way to the Shinshu Ueda area and find these breathtaking views.

「信州上田地区」是由上田市、東御市、青木村與長和町所組成，孕育出各式各樣的歷史與文化。饒富歷史氣息的街道、傳統文化，以及風光明媚的高原景觀等，在這片區域比比皆是。不妨到「信州上田地區」探尋令人感動的景色吧！

“ย่านชินชูเอเดะ” ที่ประกอบไปด้วยเมืองเอเดะ เมืองโทมิ หมู่บ้านอาโอกิ และนาากาวะมะจินี่มีวัฒนธรรมและประวัติศาสตร์ที่หลากหลาย คุณสามารถค้นหาความงดงามของเมืองประวัติศาสตร์และวัฒนธรรมดั้งเดิมพร้อมทิวทัศน์อันสวยงามของที่สูงและอื่นๆ อีกมากมาย ที่สามารถพบได้ทั่วไปในบริเวณนี้ ลองมาเยี่ยมชม “ย่านชินชูเอเดะ” เพื่อค้นหาบรรยากาศที่น่าประทับใจเหล่านี้กันเถอะ

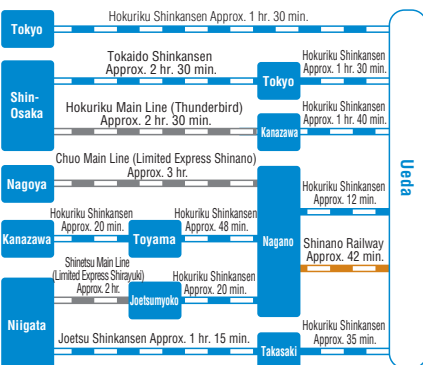


NAGANO Prefecture

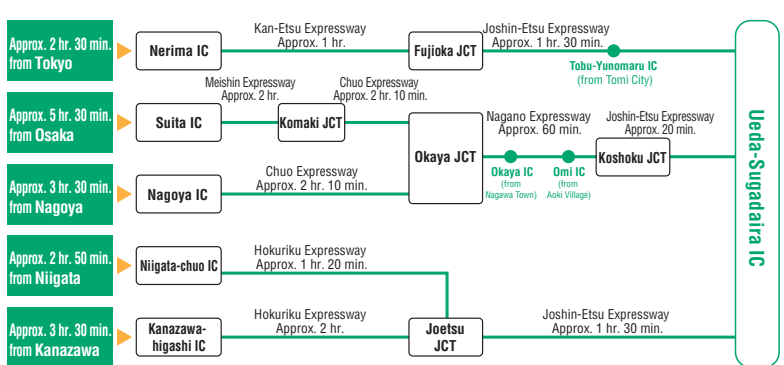


Transportation Guide

1 By train



2 By expressway



Car Rentals near Ueda Station

JR East Rent-A-Car Nagano Office

☎ 0268-24-1717 📍 1-1-1 Tenjin, Ueda City 🕒 8:00-19:00

▶ 1 min. walk from Ueda Sta.

Nippon Rent-A-Car Ueda Station Oshiro Exit Office

☎ 0268-25-3126 📍 1-8-31 Tenjin, Ueda City 🕒 8:00-20:00

▶ 3 min. walk from Ueda Sta.

NISSAN Rent-A-Car Ueda Station Branch

☎ 0268-27-4123 📍 1-8-37 Tenjin, Ueda City 🕒 8:30-19:00

▶ 2 min. walk from Ueda Sta.

ORIX Rent-A-Car Ueda Branch

☎ 0268-25-1543 📍 1-9-25 Tenjin, Ueda City 🕒 8:00-19:00

▶ 5 min. walk from Ueda Sta.

Tourist Information Websites

📍 **Ueda City**

🌐 <http://go.ueda-cb.gr.jp>

📍 **Tomi City**

🌐 <http://tomikan.jp/en/>

📍 **Aoki Village**

🌐 www.vill.aoki.nagano.jp/untitled16.html

📍 **Nagawa Town**

🌐 www.nagawa.info/en/