

市區全域地圖



從東京・大阪方向來德島的交通方式

- 從東京方向乘坐飛機來德島
羽田機場 ... 約1小時10分鐘 ... 德島阿波舞機場
- 從大阪方向乘坐高速巴士來德島
從大阪方向出發 ... 約2小時30分鐘至3小時 ... 德島車站
- 從大阪方向自駕來德島
從大阪方向出發 ... 約2小時 ... 德島IC
經由阪神高速、神戸淡路鳴門自動車道

廣域交通



德島市觀光導覽手冊

解鎖德島市的大樂趣

葫蘆島
周邊
導覽手冊
P14~

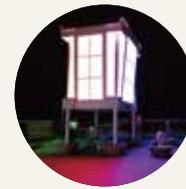
Tokushima central city walking & cruising guide map
德島市中心街區

德島市官方觀光網站
Fun! Fun! とくしま
<https://funfun-tokushima.jp/>

Amusement
Awa odori
Landmark
Experience Shopping
Gourmet
Ohenro
Museum
Temples & Shrines
Ningyo Jyoruri

水綠交織之城—— 德島市

德島市是一座水都，擁有四國第一大河——吉野川、以及流經市區的共134條河川，還有四季展現不同風貌的綠色地標「眉山」。這裡不僅有夏季熱情洋溢的阿波舞大會，還有令人垂涎的當地美食與觸動心靈的傳統文化等，各種魅力薈萃於此。每次漫步，每次造訪，您都能發現屬於自己的FUN——這裡是 FUNCITY 德島！



眉山山頂「眉華鏡」



吉野川橋



玻璃鱗捕撈
(冬季·河口附近)

吉野川

吉野川有「四國三郎」之稱，發源自石鎚山系的瓶森(Kamegamori)，總長達194公里，是一級河川。河口寬達1.3公里，景色壯闊，讓遊客不禁誤以為是大海。



眉山山頂夜景入選「日本夜景百選」，從眉山望見的明月也獲選為「日本百名月」。

眉山

「眉山(Bizan)」因其從任何方向觀看都宛如一彎美麗的眉毛而得名，是德島市的象徵。山頂的「眉山公園」是著名的賞櫻勝地，從展望台可飽覽壯麗的全景。這裡還是欣賞夕陽與夜景的絕佳景點，前往山頂除了可以開車，還能搭纜車，或走登山步道，方式多元又有趣。

Awagin 眉山纜車



連結眉山山麓的阿波舞會館與山頂的纜車，讓您一邊欣賞美景，一邊享受約6分鐘的空中旅程。每年4月至10月設有夜間運行，讓您輕鬆登頂，盡賞迷人夜色。
(詳細資訊請參閱P14後介紹的市中心街區導覽。)

02 熱情奔放 阿波舞

Awa odori

阿波舞的最新資訊
請參閱二維碼
(阿波舞未來傳承執行委員會HP)



2022阿波舞大會「總舞」



2022 阿波舞大會「前夜祭」

被譽為日本代表性夏日慶典的「阿波舞大會」，雖然在德島縣內各地舉行，但德島市的「阿波舞大會」規模最為盛大。市中心設有許多演舞場，街頭巷尾都上演著熱情洋溢的舞蹈，4天內吸引超過100萬名國內外遊客前來觀賞。阿波舞自古便有「跟著節奏，舉手邁步，就是阿波舞了！」的說法，因此即使是初次體驗的人也能輕鬆參與。快來感受傳統慶典樂曲的節奏，投入到這場熱情洋溢的舞蹈旋渦中來吧！



【阿波舞大會】

舉辦地點 / 德島市中心街區

☑ 8月11日：僅室內公演(阿斯蒂德島)

8月12日~15日：室內公演(Awagin大廳)・戶外演舞場(市中心區域)

☑ 活動期間，JR德島車站前將特設「阿波舞大會綜合諮詢處」，提供演舞場指引、觀光資訊與住宿介紹。



阿波舞的起源

關於阿波舞的起源，眾說紛紜。下面介紹其中3種主要的學說。



孟蘭盆舞起源說

顧名思義，這一說法認為阿波舞起源於德島城下舉行的孟蘭盆舞。此舞受到「俄(niwaka)舞」、「組舞」、「zomeki舞」等民間藝能的影響，逐漸發展為現今的形式。

風流舞起源說

風流舞是室町時代流行的一種中世紀藝能。據記載，天正年間(16世紀後半)德島地區也有人跳這種舞蹈，且風流舞被視為許多民間藝能的源流，因此有人認為阿波舞是由此發展而來。

建城起源說

據說天正14年(1586年)德島城竣工時，城主蜂須賀家政下令允許民眾自由狂歡，於是百姓紛紛跳舞慶祝，這便成為阿波舞的開端。

阿波舞大會的精彩看點



付費演舞場・ 免費演舞場



若您想慢慢地欣賞阿波舞，推薦選擇可坐著觀賞的演舞場。市中心各處都設有表演舞場，讓整座城市沉浸在阿波舞的熱情氛圍之中，處處洋溢著歡樂與感動。



選拔阿波舞

在阿波舞大會正式開始前一天（8月11日），將舉行「前夜祭」，由有名連（即知名舞團）精選的舞者與樂師登台，展現精湛的群舞與個人技藝。此外，8月12日至15日，在室內舞台還會舉辦「選拔阿波舞」，每場演出由6個有名連輪番登場。這些表演與戶外阿波舞不同，更偏重舞台魅力，能讓觀眾從不同角度欣賞到阿波舞的精彩之處。



[前夜祭]

時 8月11日 3場公演

[選拔阿波舞]

時 8月12日~15日 3場公演

聯 阿波舞未來傳承執行委員會

Tel.088-678-5181



在阿波舞中，「連（ren）」指的是舞者的表演團體。

Niwaka連

任何人都能輕鬆參加的阿波舞舞團。在阿波舞大會期間，只需在指定地點集合，即可直接參與。在有名連成員的親切指導下，初次體驗的遊客也能輕鬆享受阿波舞的歡樂氛圍！



在「阿波舞會館」 每天都能欣賞阿波舞！

在「阿波舞大廳」內每天都能觀賞阿波舞的演出。在「阿波舞博物館」內展示了阿波舞的歷史資料，並設有VR體驗區，讓遊客透過虛擬實景感受阿波舞大會當天的熱烈氛圍！此外，館內還有販賣紀念品商店「Arudeyo德島」，以及Awagin眉山纜車山麓站等設施。（詳細資訊請參閱 P11。）



[阿波舞會館]

地 德島市新町橋2丁目20

聯 Tel.088-611-1611



官方HP



Instagram



樓層導覽

5F | Awagin眉山纜車山麓站

4F | 活動室

3F | 阿波舞博物館

2F | 阿波舞大廳
展覽空間

1F | 諮詢・資訊中心
Arudeyo德島



接觸 阿波人形淨瑠璃 的世界

據說，人形淨瑠璃起源於16世紀末的淡路島。在江戶時代，時因阿波藩主蜂須賀公的庇護與推廣下，這項傳統藝術在德島盛行一時。現存的農村舞台數位居全國之首。市內還設有常設的淨瑠璃舞台，讓人們隨時都能感受這一傳統藝術的魅力。

阿波人形淨瑠璃的
詳細資訊請參閱二維碼



犬飼農村舞台

德島縣立阿波十郎兵衛宅邸

「阿波人形淨瑠璃」不僅是德島的傳統藝能之一，亦是國家重要無形民俗文化財。館內定期上演「阿波人形淨瑠璃」，並展示珍貴的相關資料。

- 地 德島市川內町宮島本浦184
- ☎ Tel.088-665-2202
- ¥ 入館費 / 一般 410日圓，高中生及大學生 310日圓，小學及中學生 200日圓
- 時 9:30~17:00 (7月1日~8月31日為 18:00)
- 休 年末年初 (12月31日~1月3日)
- 他 有關人形淨瑠璃定期演出時間，請事先諮詢。



犬飼農村舞台

德島各地都有專為人形淨瑠璃設立的舞台，犬飼農村舞台便是其中之一，被指定為國家重要有形民俗文化財。這座充滿歷史韻味的舞台建於明治時代，至今仍可見傳統舞台裝置，如「襖機關」等。此外，每年11月，阿波人形淨瑠璃也會在此上演。

- 地 德島市八多町八屋 67-3 五王神社境內
- ☎ 德島市教育委員會 Tel.088-621-5419
- ¥ 入場費 / 免費
- 時 人形淨瑠璃上演 / 每年11月3日
- 他 從JR德島車站開車約40分鐘



阿波木偶人形會館

這座阿波人形淨瑠璃的綜合資料館展示著約100尊木偶人形。遊客能在館內了解到人形的製作過程，以及人形頭部的機關設計。此外，這裡亦提供木偶人形頭的販售與修理服務。

- 地 德島市川內町宮島本浦226-1 ☎ Tel.088-665-5600
- ¥ 入館費 / 一般500日圓，學生400日圓，小孩300日圓
- 時 9:00~17:00
- 休 每週星期日、每月第1和第3個星期一、年末年初(12月30日~1月4日)
- ※可能會有臨時休館



阿波木偶箱回傳承館·「人形之村」 阿波木偶文化資料館

此館旨在傳承阿波木偶箱回(阿波人形戲登門巡演)文化，並推廣阿波木偶藝術的魅力。館內常設展出幕末至昭和時期的人形，包含名匠——初代天狗久、人形富、人形忠等製作的珍品，共計300餘件。其中，「阿波木偶登門巡演道具163件」(國家登錄有形民俗文化財第12號)為本館獨有的珍貴藏品。

- 地 德島市國府町芝原字神樂免159-1
- ☎ Tel.088-661-7623
- ¥ 入館費 / 一般500日圓，高中生以下免費(需預約)
- 時 10:00~16:00 休 不定期休息



德島市天狗久資料館

本館重現了明治至昭和時期德島代表性人形師——天狗久的工房。除了展示被列為國家重要有形民俗文化財的工具與作品外，館內亦放映1941年製作的紀錄片《阿波的木偶》。

- 地 德島市國府町和田居內172
- ☎ Tel.088-643-2231
- ¥ 入館費 / 免費
- 時 9:30~16:00
- 休 星期一至星期三(如遇國定假日則開館)、12月24日~1月5日





德島市立德島城博物館 / 舊德島城表御殿庭園

這座博物館通過收藏並展示大量的歷史資料，呈現了阿波・淡路二十五萬石繁盛時期德島藩的輝煌歷史。館址位於由德島城遺址改建而成的德島中央公園內，館內常設展品包括復原的舊德島城表御殿模型，以及被列為國家重要文化財的「德島藩御召鯨船千山丸」等。此外，在毗鄰的舊德島城表御殿庭園，您可欣賞到桃山樣式特有的雄偉的石組造景、以及將枯山水與築山泉水庭相結合的精緻園景。在枯山水中，還有據傳被初代藩主蜂須賀至鎮（Yoshishige）踩裂的青石橋。

【德島城博物館】

- 【地】 德島市德島町城內1-8 【電】 Tel.088-656-2525
- 【¥】 入館費 / 大人300日圓，高中生及大學生200日圓，中學生以下免費，團體（20名以上）可享8折優惠
- 【開】 9:30~17:00（須於16:30前入館）
- 【休】 每週星期一（如遇國定假日則順延至翌日）、國定假日翌日、年末年初（12月28日~1月2日及其他臨時休館日）

【旧德島城表御殿庭園】

- 【電】 Tel.088-656-2525
- 【¥】 入園費 / 大人50日圓，小孩30日圓
- 【開】 9:00~17:00（須於16:30前入館）
- 【休】 每週星期一、國定假日翌日、年末年初（12月28日~1月4日）



德島縣文化之森綜合公園

這座綠意盎然的文化園區內，設有縣立圖書館、博物館、近代美術館、二十一世紀館、文書館等設施。博物館、鳥居龍藏紀念博物館、美術館除了常設展外，也不定期舉辦各類企劃展。

- 【地】 德島市八万町向寺山 【電】 Tel.088-668-1111（總機）
- 【¥】 觀覽費（僅美術館）一般200日圓，高中生及大學生100日圓，小學生及中學生50日圓（僅博物館）一般400日圓，高中生及大學生200日圓，小學生及中學生100日圓
※企劃展觀覽費另計
- 【開】 9:30~17:00※圖書館工作日為9:30~19:00
- 【休】 每週星期一（如遇國定假日則順延至翌日）、年末年初（12月29日~1月4日）
※圖書館及文書館除上述外，每月第3個星期四亦閉館



阿波Kokufu街角博物館

將整個國府町視為一座博物館，開放町內的資料館、工廠等設施供遊客參觀與體驗。以「看、觸摸、親手製作」為主題，遊客可以在漫遊街頭巷尾的同時，近距離地感受阿波的歷史與文化。

- 【地】 德島市國府町周邊（國府博物館 / 蠶之館、CATV館、藍染・Shijira館、阿波名石・葫蘆館、阿波木偶館、天狗久資料館、德島市立考古資料館、阿波史跡公園）
- 【¥】 免費 【休】 全年無休（各設施的休館日不同）



德島縣立文學書道館

館內收藏並展示與德島有淵源的文學及書法作品，參加舉辦相關講座，可以體驗文學與書法的魅力。此外，館內特設瀨戶內寂聽紀念室，紀念這位德島出身的著名作家。

- 【地】 德島市中前川町2丁目22-1（德島中學東側）
- 【電】 Tel.088-625-7485
- 【¥】 入館費 / 成人310日圓、高中生及大學生200日圓、小學生及中學生100日圓
※團體（20人以上）可享8折優惠
- 【開】 9:30~17:00
- 【休】 每週星期一（若遇國定假日則順延至翌日）、年末年初（12月28日~1月4日）



阿波史跡公園

「阿波史跡公園」是為了紀念德島市制100周年而建造的公園。園內設有歷史文化區、古代生活區、歷史之森區和自然體驗區，遊客可以近距離參觀現存的古墳和復原的豎穴式住居等設施。周邊還有氣延山古墳群，分布著百餘座從3世紀末至7世紀中期的古墳。

- 【地】 德島市國府町西矢野
- 【電】 德島市公園綠地課 Tel.088-621-5295
- 【¥】 免費 【P】 有



05

動起來、接觸起來， 體驗德島！

Experience

阿波舞會館 阿波舞體驗

在阿波舞會館，您每天都可欣賞到由會館專屬連「阿波之風」與有名連帶來的正宗阿波舞。更令人興奮的是，每場午間與夜間公演的最後，觀眾皆可上台與舞者共舞，親身體驗正宗阿波舞的樂趣！「跳舞的是傻子，看舞的也是傻子，既然都是傻子，不如一起跳吧！」



【阿波舞會館】

地 德島市新町橋2丁目20
☎ Tel.088-611-1611



白天公演【專屬連演出的阿波舞】

不跳就吃虧的阿波舞

從古樸風格到現代風格，您將見證阿波舞隨時代變遷而發展出的多樣舞姿。

午間 / 4場公演 (11:00~、14:00~、15:00~、16:00~)
* 每場40分鐘

夜間公演【有名連演出的阿波舞】

天天都跳阿波舞

有名連每晚輪流登台演出。不同連獨特的風格與精彩紛呈的舞台，將帶您沉浸於阿波舞的魅力之中。

夜間 / 每天20:00~ * 每場50分鐘

休演日

- 阿波舞大會期間(8月11日~15日, 含前夜祭) * 可能有臨時休演
- 午間公演 年未年初(12月28日~1月3日) ● 夜間公演 年未年初(12月21日~1月10日)



玻璃 工藝體驗

除了可參觀吹製玻璃的製作過程，還可參與玻璃工藝體驗、吹製玻璃體驗、迷你工作坊等。此外，也可以製作寶寶的出生紀念手型與足型。

【德島玻璃工坊】

地 德島市勝占町中須78-4
☎ Tel.088-669-1195
時 9:00~17:00
休 年未年初(12月29日~1月3日)



遊山箱 彩繪體驗

「遊山箱」是德島的傳統工藝品(過去在野餐或女兒節時，常作為孩子們的便當盒使用)。在這項體驗中，您可以親手為遊山箱繪製圖案。

【(有)江湍鏡台店】* 需至少提前1天預約

地 德島市末廣1-1-40
☎ Tel.088-622-1314
或通過右邊的二維碼發送郵件預約
時 9:00~17:00 休 原則上為星期日及國定假日



藍染體驗

德島是日本主要的藍染原料產地，至今各地仍傳承著藍染的傳統。市內有許多藍染工坊可體驗以傳統藍汁進行正宗藍染工藝。歡迎您也來挑戰世界知名的「Japan Blue」！



德島市內主要藍染體驗設施 * 需事先詢問

【藍染工藝館】

地 德島市應神町東貞方西川淵81-1
☎ Tel.088-641-3181
時 9:00~18:00(體驗接待時間為10:00~16:00)
休 不定期休息



【織工房 藍布屋】(岡本織布工廠)

地 德島市國府町和田字居內161
☎ Tel.088-642-0062
時 10:00~17:00(體驗需預約)
休 星期六、星期日及國定假日



【長尾織布】

地 德島市國府町和田189
☎ Tel.088-642-1228
時 9:00~16:00(參觀及體驗需預約)
休 星期六、星期日及國定假日 * 店舖在每月第1、第3個星期六亦營業



【古莊染工廠】

地 德島市佐古七番町9-12
☎ Tel.088-622-3028
時 9:30~15:00(須於14:00前入場)
休 星期日、國定假日、盂蘭盆期間、年末年初



【藍染工房 Ruafu】

地 德島市吉野本町6-42(Collective House「Najimi」1樓)
☎ Tel.088-626-0536
時 休 預約營業



水都·德島的

Water activities

衝浪體驗

德島市北部的小松海岸是當地水上運動聖地，尤其受到衝浪愛好者的喜愛。市內有多家提供衝浪教學的店舖，讓初學者也能安心體驗衝浪的樂趣。



SUP體驗

SUP(Stand Up Paddleboard, 立槳衝浪)是近年最受歡迎的水上運動之一。在德島市，您可以在流經市區的新町川上一邊體驗SUP，一邊欣賞沿岸的都市風光。



德島市水上活動的
詳細資訊請參閱二維碼



06

讓人心動不已的購物時光！

Shopping



遊山箱

德島市擁有許多享譽全國的特產、名產與工藝品。其中，最具代表性的便是被譽為「Japan Blue」的藍染製品，此外還有風格獨特的棉織物「Shijira織」以及傳統工藝品「遊山箱」等，琳瑯滿目的特色商品讓人目不暇給。此外，市內定期舉辦農市集與市集，吸引眾多人流前來採購來自德島縣內各地的食材與特色商品。



Arudeyo德島 (阿波舞會館1F)

位於阿波舞會館1F，是德島物產與觀光資訊發佈據點，展示並販售超過1,800種德島的特產、伴手禮、名點與名產等商品。

地 德島市新町橋2丁目20
 圖 Tel.088-622-8231
 時 9:00~20:00
 休 12月28日~1月1日



德島市的
伴手禮資訊
請參閱二維碼



德島市中心區域的特色市集&農市



德島市集

每月最後一個星期日，在新町川Boardwalk周邊舉辦的直銷市集。市集中排列著眾多白色陽傘，精選的攤商齊聚一堂，販售各自引以為傲的特色商品。歡迎前來感受在獨特的市集氛圍中購物的樂趣！

地 德島市東船場町1丁目
 圖 Tel.088-678-2117
 (德島市集事務局)

時 舉辦日期 /
 每月最後1個星期日
 9:00~15:00



德島驚奇星期日市集

每週星期日於德島纖維批發園區舉辦的德島最大規模星期日市集。除了農產品與加工食品外，還有飲食攤位與日用雜貨等各式店家，從清晨一直會熱鬧到中午過後。

地 德島市問屋町60
 圖 Tel.088-653-1161(驚奇星期日
 市集事務局)

時 舉辦日期 / 每週星期日
 清晨~14:00



SunSun市集

在新町川水際公園舉辦、由當地學生經營的市集。除了有販售當地生產的蔬菜、水果加工品、咖啡與麵包等的店家外，還有抽獎活動與音樂表演等豐富有趣的活動。

地 德島市南內町2丁目(新町川·阿波
 製紙水際公園)
 圖 Tel.090-2894-8309(SunSun
 市集事務局)

時 舉辦日期 / 每月第2個星期日
 10:00~15:00
 ※7月、8月、9月則於前
 一天的星期六 17:00~
 21:00舉辦。



Tokushima central city walking & cruising guide map

德島市中心街區

葫蘆島 周邊 導覽手冊

本導覽所刊載資訊為截至令和7年(2025年)5月的內容。

什麼是「葫蘆島」？

德島市中心被新町川、助任川、福島川環繞，形成一個周長約6公里的中州地區，因其地形酷似葫蘆，因此被稱為「葫蘆島」。島上設有環繞式公園，環繞島嶼巡遊的「葫蘆島遊船」也深受遊客喜愛。

請務必使用
本頁資訊來規劃您的
德島市漫遊之旅

若您需從冊子中拆下本
頁，請小心訂書針，以免
割傷手指。

更豐富資訊請參閱
德島市官方觀光網站
Fun!Fun!德島





Cruising



「新町川守護會」
中村英雄理事長

葫蘆島遊船

德島市中心被新町川、助任川環繞而成中州地區——「葫蘆島」上，有遊船全年(元旦除外)繞島巡遊。遊船從兩國橋北側的浮動碼頭出發，航程約6公里，需時約30分鐘。乘坐在這艘無頂篷、開放感十足的遊船上，您可以向在公園散步的行人揮手，也可以從水面欣賞眉山美景，盡情享受從河上觀賞德島街景的樂趣。



- 團 新町川水際公園船屋前(兩國橋北側)
- 團 新町川守護會 / Tel.090-3783-2084
- 團 400日圓起(依航線而異)，中學生以下半價
- 團 全年 11:00起，每40分鐘一班(末班船15:40出發)
- 團 7~8月 11:00起，每40分鐘一班(末班船15:40出發)
- 團 17:00起，每40分鐘一班(末班船19:40出發)
- 團 ※8月12日~15日期間9:00~22:00左右，每15分鐘一班
- 團 1月1日
- 團 可能會因惡劣天氣或乘客人數調整航線，請事先確認。

Night view

夜晚的水都也 充滿 精彩看點！



夜晚時分，可以在葫蘆島上的一些橋梁上欣賞到營造出夢幻氛圍的LED燈光藝術作品。

[常設LED燈光秀]

團 點燈時間 / 日落~24:00



「光的矩陣：白色LED奏響的輕歌劇」/ Mischa Kuball

新町橋

僅使用純白光的LED燈光藝術作品。排列整齊的燈光線條以各種不同的節奏模式優雅地律動。



「傳承文化的藍色瀑布」/ Spatial Practice

春日橋

以「將藍染的歷史滲透至新町川」為設計概念，運用光纖技術打造出彷彿藍色水流從橋上傾瀉至河面的動態效果。



「SORA與MIZU」/ 逢坂卓郎

兩國橋

這件環境互動型LED藝術作品會隨著氣溫變化、街道聲音、橋的振動，以及來自宇宙的宇宙射線而變換色彩。



「漂浮於歷史之海的光」

富田橋

以自古與阿波關係深厚的「泡」與魚的「鱗」為主題，演繹出富有層次感的光影疊加與隨機變化的燈光動態。



「彩虹狸貓」/ Taho Ritsuko

Fureai橋

以LED燈光藝術描繪出阿波狸貓傳說的故事。橋中央有象徵幸運的「狸貓(Raccoon)」，寓意夢想與現實的連結。



市內靈場與札所的
詳細資訊請參閱二維碼



步行
約34分鐘
約2.7km

與弘法大師空海淵源深厚的四國朝聖之路——遍訪88所靈場之旅，在平成27年（2015年）被認定為日本遺產，吸引了來自日本國內與海外的大批參拜者前來造訪。

德島縣是四國八十八所靈場的起點。在德島市內，有第13番「大日寺」到第17番「井戶寺」共五座寺院，自古以來便被稱為「五處參拜」，深受信眾喜愛。該路線全程約8公里，路程相對平緩，適合想體驗徒步朝聖的人選擇。



第13番札所 大日寺 (Dainichi-ji)

相傳弘法大師在此地接受大日如來的啟示，親手雕刻大日如來像，並將其供奉為本尊，建立了這座寺院。戰國時代曾遭遇戰火焚毀，後由阿波藩主蜂須賀光隆重建。本尊：十一面觀世音菩薩

地址 德島市一宮町西丁263 電話 Tel.088-644-0069



- 第一番札所 靈山寺 (Ryozen-ji)
- 第二番札所 極樂寺 (Gokuraku-ji)
- 第三番札所 金泉寺 (Kanssen-ji)
- 第四番札所 大日寺 (Dainichi-ji)
- 第五番札所 地藏寺 (Jizo-ji)
- 第六番札所 安樂寺 (Anraku-ji)
- 第七番札所 十樂寺 (Jyuraku-ji)
- 第八番札所 熊谷寺 (Kumagaya-ji)
- 第九番札所 法輪寺 (Hori-ji)
- 第十番札所 切幡寺 (Kirihata-ji)
- 第十一番札所 藤井寺 (Fuji-dera)
- 第十二番札所 焼山寺 (Shosan-ji)
- 第十三番札所 大日寺 (Dainichi-ji)
- 第十四番札所 常樂寺 (Joraku-ji)
- 第十五番札所 國分寺 (Kokubun-ji)
- 第十六番札所 觀音寺 (Kannon-ji)
- 第十七番札所 井戶寺 (Ido-ji)
- 第十八番札所 恩山寺 (Onzan-ji)
- 第十九番札所 立江寺 (Tatsue-ji)
- 第二十番札所 鶴林寺 (Kakurin-ji)
- 第二十一番札所 太龍寺 (Tairyu-ji)
- 第二十二番札所 平等寺 (Byodo-ji)
- 第二十三番札所 藥王寺 (Yaku-ji)

第14番札所 常樂寺 (Joraku-ji)

據傳，弘法大師在此修行時，彌勒菩薩曾顯現。境內有一棵巨木，供奉著大師地藏，被稱為「Araragi大師」，廣受信徒敬仰。本尊：彌勒菩薩

地址 德島市國府町延命606 電話 Tel.088-642-0471



步行
約12分鐘
約850m

第15番札所 國分寺 (Kokubun-ji)

聖武天皇下令於全國建立的國分寺之一。境內庭園於平成12年（2000年）被指定為國家名勝庭園，裡面於江戶時代後期大規模改建的石組景觀氣勢磅礴，是日本屈指可數的名園之一。（參觀費300日圓）本尊：藥師如來

地址 德島市國府町矢野718-1 電話 Tel.088-642-0525



步行
約24分鐘
約1.9km

第16番札所 觀音寺 (Kannon-ji)

根據《觀音寺緣起》，此寺據傳由弘法大師創建。此外，亦有傳說認為是行基受聖武天皇旨意所建，作為祈願道場。本尊：千手觀世音菩薩

地址 德島市國府町觀音寺49-2 電話 Tel.088-642-2375



步行
約37分鐘
約2.9km

第17番札所 井戶寺 (Ido-ji)

相傳為天武天皇下令建立。境內有一口稱為「面影之井」的古井，據說當年弘法大師曾用法刀將渾濁的水變得清澈。本尊：七佛藥師如來

地址 德島市國府町井戶北屋敷80-1 電話 Tel.088-642-1324





春日神社(德島市眉山町大滝山)的櫻花

寺町街區

在修建德島城下町時，寺院被集中安置於此地，形成了獨特的寺町街區，至今仍保留著濃厚的歷史風情，並成為市民的散步路線。春天時，大滝山登山口周邊會吸引大量賞花遊客，並有販售當地名點「滝之燒餅」的店鋪。

錦龍水 (Kinryousui)

德島市擁有許多天然湧水，取水處位於寺町街區的「錦龍水」便是其中之一。過去，這裡的泉水曾作為藩主的飲用水，同時也是當地居民的重要水源。這股名水富含礦物質，至今仍有許多市民前來汲水。



興源寺 (Kougen-ji)

阿波藩主蜂須賀家的菩提寺，境內安放著歷代藩主的巨大墓石，並被指定為國家史跡。興源寺川流經寺內，這裡也是花菖蒲的觀賞勝地。

📍 德島市下助任町2丁目45 📞 Tel.088-623-2570



丈六寺 (Jyoroku-ji)

擁有國家指定重要文化財——三門本堂、觀音堂、木造聖觀音坐像等，是文化遺產的寶庫。據傳此寺創建於白鳳年間，是德島縣最古老的名剎，並以秋天的紅葉美景而聞名。

📍 德島市丈六町丈額32 📞 Tel.088-645-0334



弁天山 (Benten-yama)

標高 6.1 公尺，被國土地理院地形圖記錄為「日本最矮的自然山」。山頂上有供奉著弁財天的嚴島神社。據傳古時候此山原為漂浮於海上的小島。從山腳步行至山頂約需1分鐘，每年6月1日舉行開山儀式。

📍 德島市上方町弁財天8-1
📞 弁天山保存會 Tel.090-1007-5260



瑞巖寺 (Zuigan-ji)

位於眉山山麓的名剎。境內湧出的「鳳翔水 (Houshousui)」為阿波名水之一。春天有櫻花、夏天有新綠、秋天有紅葉，四季皆展現不同美景。

📍 德島市東山手町3-18 📞 Tel.088-652-5968



天神社 (Tenjinja)

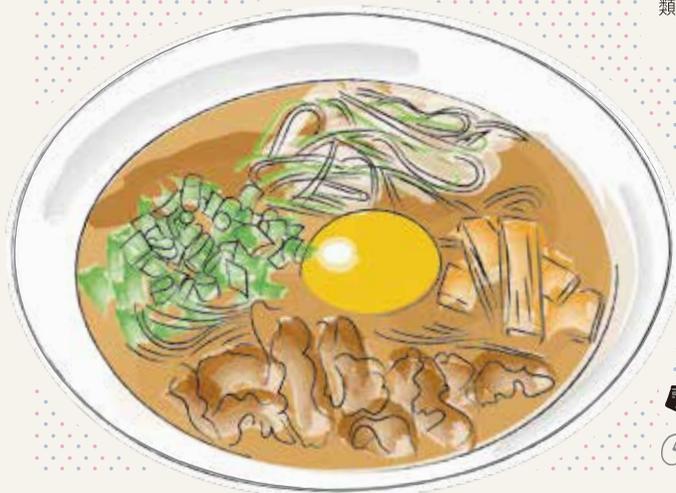
文化6年(1809年)於現址創建，供奉潮音寺的神像，保護歷代藩主蜂須賀家。作為文教之神，深受當地尊崇。境內的「姬宮神社」據說於姻緣祈願特別靈驗。此外，這裡的御朱印也深受歡迎。

📍 德島市新町橋2丁目21 📞 Tel.088-622-9962



深受市民喜愛的 德島美食

德島市在江戶時代作為城下町發展，明治以後成為商業都市，戰後更成為四國首屈一指的經濟城市，同時，它還是內行人心中的美食城。這裡有許多餐廳提供使用當地產蔬菜、海鮮及畜產品製作的料理，是旅途中不可錯過的美味。



德島拉麵

作為德島最具代表性的地方特色美食之一，德島拉麵的湯底除了以豬骨湯搭配濃口醬油的「茶系」以外，還有「白系」和「黃系」，共3大流派。目前，德島市內據說有超過100家德島拉麵店。

詳情
請點此處！



詳情
請點此處！



豆天玉

「豆天玉」在關西風大阪燒中加入蜜煮金時豆與小蝦天婦羅，是深受德島市民喜愛靈魂美食之一。



阿波尾雞

日本高級地雞中的頂級品牌，主要在德島縣西部與南部地區精心飼養。肉質適中且富有嚼勁，含有豐富的鮮味成分。您可在日本料理店、西餐廳、法式或意式等各式餐廳裡，品嚐到這道美味。

詳情
請點此處！



德島市美食的
詳細資訊請參閱二維碼



酢橘

酢橘是德島的代表性特產，具有高雅清香、多汁且酸味濃郁的特點。自古以來便被當作食醋使用，除了料理之外，近年來也廣泛應用於酒類、甜點等各種產品開發中。



魚肉炸排

將白身魚漿混合咖哩粉等調味料後，裹上麵包粉油炸而成的魚肉炸排，可作為零食或下酒菜，是深受德島市民喜愛的靈魂美食之一。



鳴門金時

全國知名的高級地瓜品牌。在德島市內，以「甘姫」品牌栽培的鳴門金時尤為著名。其鬆軟綿密的口感與高糖度，使其成為甜點的熱門食材，也是受歡迎的伴手禮之一。



阿波牛

「阿波牛」是德島縣引以為傲的品牌牛肉。光澤迷人的霜降肉，肉質細緻且適度緊實，口感柔嫩，並帶有淡淡的甜味。作為伴手禮或禮品也非常受歡迎。



阿波外郎糕

據說是為了慶祝阿波和三盆糖的誕生而製作的，至今已約有200年的歷史。口感Q彈，甜度適中，風味溫潤，被列為日本三大外郎糕之一。



詳情
請點此處！

滝之燒餅

據說「滝之燒餅」曾獻給阿波大名蜂須賀家政公品嚐。這款質樸的點心使用眉山山麓的湧泉水將米粉揉製成麵糰，包入內餡後，壓薄烘烤而成。至今仍有保留著昔日風情的燒餅店，深受當地人喜愛。



海鮮料理

德島市面向瀨戶內海，擁有豐富的海鮮漁獲。除了享譽全國的鳴門裙帶菜與鳴門鯛，還能品嚐到萊氏擬烏賊等各種鮮美海味。其中，海鰻的漁獲量更是穩居全國第一或第二。





德島市是麵包與咖啡之城



德島縣的咖啡消費量在日本名列前茅。與當地人愛喝咖啡的特性相呼應，德島市內有許多自家烘焙的咖啡店。

這些店鋪還經營咖啡館或喫茶店，向客人提供現烘、現磨、現沖的美味咖啡。此外，也有不少店家搭配自製甜點，讓咖啡時光更加豐富。

當你在街頭漫步時，聞到陣陣烘焙咖啡豆的香氣，不妨進店一探究竟哦。



每家店在咖啡豆的選擇與烘焙方式上都有自己的獨特風格，因此與店員交流，聆聽他們的咖啡故事，一定會是有趣的經歷。



德島市內的自家烘焙咖啡店（略舉三例）



可否庵

採用獨特的烘焙方法，最大程度地發揮咖啡豆原有的美味，從1980年創業以來，提供的咖啡始終維持不變的美味。店內常備約20種來自不同產地的咖啡豆，淺焙豆選擇亦相當豐富。

地 德島市幸町2丁目30
☎ Tel.088-623-1481
時 7:00~19:00(星期六、星期日及國定假日營業至16:00)
休 隔週星期日



Toyotomi 珈琲

堅持選用可溯源的咖啡豆，並以先進的大型烘焙機每日新鮮烘焙，確保烘焙出「無論誰沖泡都好喝」的咖啡豆。除了種類豐富的咖啡豆，還提供外帶飲品與點心。

地 德島市末廣 2-1-42
☎ Tel.088-655-8052
時 10:00~19:00 (LO18:30)
休 星期三+每月第3個星期二



HACHIO COFFEE

位於眉山山腳住宅區的小型咖啡館。提供3種經典混合咖啡及多款單品咖啡。若您告訴店主自己的口味偏好，店主會為您推薦合適的咖啡豆。

地 德島市西二軒屋町1-48
☎ Tel.088-625-3757
時 11:00~19:00
休 星期五+不定期休息



從德島有「豆天玉」這樣的特色大阪燒可以看出，德島市民很熱愛甜食。甜麵包作為日常生活中的點心相當受歡迎。



德島市中心的麵包店（略舉兩例）



Bakery Tsuneyama

擁有約70年歷史的老字號麵包店，位於德島市鬧市區附近，由夫妻二人共同經營。店裡有許多獨特的商品，如已有60年以上歷史的果醬捲與甜麵包等，受到廣大顧客的支持。

地 德島市銀座22
☎ Tel.088-622-5955
時 12:00~19:00
休 星期三



O-ba'sh crust

堅持不使用砂糖、雞蛋、乳製品、油脂、添加劑及防腐劑，而使用自製酵母與國產小麥製作麵包的麵包。同樣位于東船場的2號店是一家提供地產地銷單的咖啡館。兩家店均深受顧客喜愛。

地 德島市東船場 1-19-1
☎ Tel.090-8284-1997
時 9:00~16:00(取商品須在15:00前)
※售完即止
休 星期日、星期一



在全日本，德島縣是人均麵包店最多的地方！而其中大多數麵包店集中在德島市，或許可以說這個城市裡居住著為數眾多的熱愛咖啡與麵包的人。

為了能從眾多店鋪中脫穎而出，成為顧客心儀之選，每家麵包店都精心打造出別具特色的麵包。特別是那些老字號麵包店中長年受到當地居民喜愛的麵包，可謂是德島當地味覺的代表。

歡迎您在品味德島咖啡文化的同時，一併體驗這座城市麵包的魅力。

這裡僅舉了極少數店鋪為例。更多店鋪資訊，請參閱下列二維碼。

德島市的咖啡與麵包店
詳細資訊請參閱二維碼



咖啡與麵包店
地圖導覽



10 在陽光下 遊玩・享受

Amusement



水豚數量全日本第一！



超人氣的北極熊「Pororo」



可愛迷人的小爪水獺「Temari」



德島動物園 STELLA PRESCHOOL ANIMAL KINGDOM / 德島植物園

園內飼養溫帶、熱帶、稀樹草原與寒帶等不同氣候帶動物的「德島動物園 STELLA PRESCHOOL ANIMAL KINGDOM」，以及以「創造自然與人類和諧共生的空間」為基本理念的德島市綜合動植物園。園區內還有能欣賞四季花草樹木的「德島植物園」。

【德島動物園 STELLA PRESCHOOL ANIMAL KINGDOM】

地 德島市洪野町入道 22-1 圖 Tel.088-636-3215

入園費 / 高中生以上 600日圓，中學生以下免費 圖 9:30 ~ 16:30

休 每週星期一（如遇國定假日則順延至翌日）、年末年初（12月29日~1月1日）



【德島植物園】

地 德島市洪野町入道 45-1（綠化諮詢中心） 圖 Tel.088-636-3131（綠化諮詢中心）

入園費 / 免費 圖 9:30 ~ 16:00

休 綠化諮詢中心 / 每週星期一（如遇國定假日則順延至翌日）、年末年初（12月29日~1月3日）

※植物園全年無休



小松海岸

位於吉野川河口附近的海岸，距離德島市中心區域僅20分鐘車程，交通便利。這裡是熱門的海洋運動勝地，許多衝浪愛好者齊聚於此。每年夏季，德島市內唯一的海水浴場也會開放，吸引眾多遊客前來戲水消暑。

地 德島市川內町旭野

圖 海水浴場開放期間 / 7月中旬~8月中旬



德島賞花・賞楓指南



德島植物園

德島植物園是德島市綜合動植物園的一部分，範圍涵蓋都市綠化植物園、入口迎賓區、自然體驗區等區域（不含動物園與遊樂園部分）。在這裡，一年四季皆能欣賞到各種美麗的花卉與植物。



玫瑰

觀賞期：
5月中旬~、10月中旬~
■ 德島中央公園
(從JR德島車站步行10分鐘)



花菖蒲

觀賞期：
5月下旬~6月上旬
■ 助任綠地
(從JR德島車站步行20分鐘)



櫻花

觀賞期：3月下旬~4月上旬
■ 德島中央公園
(從JR德島車站步行10分鐘)
■ 西部公園
(從JR藏本車站步行40分鐘)
■ 眉山公園
(從阿波舞會館步行10分鐘)



杜鵑花

觀賞期：5月上旬
■ 椎宮神社
(從JR藏本車站步行20分鐘)
■ 諏訪神社
(從JR佐古車站步行20分鐘)



丈六寺的紅葉

觀賞期：11月下旬~12月上旬
(從德島市巴士「丈六北」站步行2分鐘)



瑞巖寺的紅葉

觀賞期：11月上旬~11月中旬
(從JR德島車站步行15分鐘)

活動日曆

下面介紹在德島市舉辦的各項活動及慶典。

1月	1日 2・3日 9~11日	在眉山山頂觀賞初次日出〈眉山山頂〉 新春特別公演〈阿波舞會館〉 德島惠比壽祭〈通町・事代主神社〉
2月	中旬~ 23日	女兒節活動〈德島城博物館等〉 德島市形象提升吉祥物「Tokucy」生日
3月	中旬 下旬 春分日	蜂須賀櫻花綻放〈德島中央公園等〉 眉山的櫻花〈眉山〉 砂灸〈上八萬町〉
4月	中旬	花・春・慶典〈藍場演公園等〉
5月	上旬 上旬	黃金週活動 〈德島動物園 STELLA PRESCHOOL ANIMAL KINGDOM・德島城博物館等〉 Machi Asobi〈舉辦月份可能有變動〉
6月	1日	弁天山〈日本最矮的山〉開山儀式〈方上町〉
7月	中旬 中旬 中旬 下旬	小松海水浴場開放〈~8月中旬〉 阿波舞會館慶典〈阿波舞會館〉 Retra! 水都祭〈藍場演公園等〉 吉野川慶典〈吉野川河堤〉
8月	中旬 11日 12~15日 12~15日 12~15日 15日 15日	屋形船與邦樂的饗宴〈新町川・助任川〉 阿波舞大會前夜祭〈山城町・阿蒂斯德島〉 選拔阿波舞〈Awagin 大廳〈縣鄉土文化會館〉〉 阿波舞大會〈德島市內〉 阿波舞體驗〈阿波舞會館〉 宅宮神社〈Enomiya〉神舞 津田孟蘭盆舞
9月	中旬~10月上旬 下旬 秋分日	動物園奇妙夜 〈德島動物園 STELLA PRESCHOOL ANIMAL KINGDOM〉(4天) 賞月活动〈阿波舞會館〉 砂灸體驗〈上八萬町〉
10月	中旬~下旬	德島中央公園的玫瑰
11月	上旬 上旬 上旬 3日 9・10日	故鄉嘉年華阿波狸貓節〈藍場演公園等〉 丈六寺秋季特別公開〈丈六町・丈六寺〉 秋季阿波舞大會〈阿蒂斯德島〉 犬飼農村舞台阿波人形淨瑠璃公演 〈八多町・五王神社〉 金刀比羅神社秋祭〈二軒屋町〉
12月	上旬 中旬~25日 上旬~下旬	夢Narie・城內紀念活動 〈Tokugin Tomomi Arena 德島市立體育館〉 Kencho Pier 燈光秀〈縣廳前〉 市內各地 LED 燈飾點亮

德島觀光導覽

志願者服務 **免費**

*如為旅行社，則需付費



這裡介紹由觀光導覽志願者精心挑選的德島市觀光推薦路線。請您充分領略德島的魅力！

阿波舞會館 博物館導覽

每週星期六、日
10:20~ / 13:20~ (約30分鐘)

5 條精選路線

【需至少提前3天預約・需負擔實際費用】2~3小時

- ① 大名・蜂須賀家探訪之路
- ② 寺町歷史探訪 ※詳見下方
- ③ 眉山山頂與阿波舞體驗
- ④ 葫蘆島巡遊之路
- ⑤ 我的「小確幸之旅」



特定季節路線

「電影與電視劇拍攝地探訪」、「步行朝聖體驗：五處參拜」、「LED夜步」、「帶著遊山箱去漫遊」、「甜點探訪」等期間限定的活動，帶您體驗德島的一年四季。

例如「寺町歷史探訪路線」 (約2小時) ...



請至少於3天前的 17:00 前來電或傳真至下列號碼預約。

德島觀光導覽志願者會

TEL・FAX 088-655-1910

〒770-0834 德島市元町1丁目
24番地 Amico 大樓東館1樓外側
德島市廣域觀光旅遊資訊站



旅宿名單

(德島市旅館組合加盟旅館及酒店)

綜合諮詢處

● 德島市旅館組合住宿諮詢處 Tel.088-622-8556

- 1 JR 德島雷雷維特酒店**
德島市寺島本町西 1-61 Tel.088-656-3111
- 2 阿波觀光酒店**
德島市一番町 3-16-3 Tel.088-622-5161
- 3 阿波之國昂宿吉野旅館**
德島市一番町 3-18 Tel.088-654-2255
- 4 Astoria 酒店**
德島市一番町 2-26-1 Tel.088-653-6151
- 5 德島 SUNSHINE 飯店**
德島市南出來島町 2-9 Tel.088-622-2333
- 6 劍山酒店**
德島市南內町 2-11 Tel.088-654-3331
- 7 Hayashi 別館**
德島市中通町 2-22 Tel.088-622-9191
- 8 千秋閣酒店**
德島市幸町 3-55 Tel.088-622-9121
- 9 德島 Grandvrio 酒店**
德島市萬代町 3-5-1 Tel.088-624-1111
- 10 新九新旅館**
德島市富田濱 3-10 Tel.088-652-4752
- 11 白水園酒店** (2025年4月目前歇業中)
德島市仲之町 1-40 Tel.088-622-9165
- 12 世紀廣場酒店 ***
德島市南昭和町 1-46-1 Tel.088-655-3333
- 13 德島縣廳前太陽農園酒店**
德島市昭和町 1-15 Tel.088-655-5151
- 14 千代城市酒店**
德島市 Kachidoki 橋 1-50 Tel.088-653-6221
- 15 德島 Hyper inn May Up 酒店**
德島市幸町 3-108 Tel.088-655-5757
- 16 Hyper inn 越久酒店**
德島市富田濱 1-22 Tel.088-623-6081
- 17 德島東船場 Self inn 酒店**
德島市東船場町 2-15 Tel.088-626-0818
- 18 德島兩國橋 Hyper inn 酒店**
德島市富田濱 1-9 Tel.088-625-1288
- 19 Tomoya 旅館**
德島市南內町 1-49-1 Tel.088-652-6051
- 20 德島站前 APA 酒店**
德島市一番町 2-21 Tel.088-655-5005
- 21 Sakura 莊旅館**
德島市寺島本町東 1-25-1 Tel.088-652-9575
- 22 德島站前大和 ROYNET 酒店**
德島市寺島本町東 3-8 Tel.088-611-8455
- 23 德島 Station 酒店**
德島市寺島本町東 3-4 Tel.088-652-8181
- 24 德島 Sunroute 酒店**
德島市元町 1-5-1 Tel.088-653-8111
- 25 東橫 INN 德島站前飯店**
德島市兩國本町 1-5 Tel.088-657-1045
- 26 東橫 INN 德島站眉山口飯店**
德島市東大町 2-7 Tel.088-626-1045
- 27 德島微笑飯店**
德島市元町 1-24 Tel.088-626-0889
- 28 德島四季酒店**
德島市寺島本町西 1-54-1 Tel.088-622-2203
- 29 德島 Agnes 酒店**
德島市寺島本町西 1-28 Tel.088-626-2222
- 30 The Agnes Plus 酒店**
德島市寺島本町西 1-34 Tel.088-655-1212
- 31 德島 Grand Palace 酒店**
德島市寺島本町西 1-60-1 Tel.088-626-1111
- 32 PARK WESTON HOTEL & WEDDING**
德島市南前川町 3-1-22 Tel.088-624-3333
- 33 宿屋 Hiwasa**
德島市西船場 1-9 Tel.088-661-1381
- 34 NEXEL 休閒水療酒店**
德島市大道 1-8 Tel.088-679-1230
- 35 NEXEL 秋田町商務酒店**
德島市秋田町 1-71 Tel.088-622-1151
- 36 角屋旅館 ***
德島市一宮町西丁 268 Tel.088-644-0411
- 37 名西旅館 ***
德島市一宮町西丁 234 Tel.088-644-0025
- 38 德島阿爾法酒店**
德島市東大町 2-11 Tel.088-655-0222
- 39 德島 Cosmos 商務酒店**
德島市中央通 2-35-4 Tel.088-622-2001
- 40 Fujishima 商務酒店**
德島市富田橋 2-59 Tel.088-622-8502
- 41 Yamauchi 旅館**
德島市富田橋 1-40-1 Tel.088-625-1237
- 42 Sun Pearl 商務酒店**
德島市富田橋 1-86 Tel.088-653-3537
- 43 Miduho 商務酒店**
德島市南仲之町 1-46-3 Tel.088-654-4151
- 44 Castle CV 酒店 ***
德島市北常三島町 2-11-1 Tel.088-625-2334
- 45 料理兼商務旅館 喜樂**
德島市南常三島町 3-7-4 Tel.088-625-4275
- 46 Tiki 酒店**
德島市榮町 3-9-1 Tel.088-611-7770
- 47 德島藏本站前 Self inn 酒店 ***
德島市藏本町 2-13-2 Tel.088-676-2818
- 48 德島 PAQ 青年旅館**
德島市中通町 2-5 Tel.088-679-8990
- 49 Anex Miduho 商務酒店**
德島市富田橋 1-119-7 Tel.088-654-7878
- 50 德島華盛頓廣場酒店**
德島市大道 1-61-1 Tel.088-653-7111
- 51 Palace 21 商務酒店**
德島市中洲町 1-26 Tel.088-655-0021

* 標記的住宿設施已標示在背面的市區全域地圖上。

TOKUSHIMA CITY Wi-Fi 德島市公共無線網路服務

使用方法 (iOS 與 Android 通用)

為了讓縣外及海外的觀光客與商務旅客能在德島舒適又方便地停留，德島市提供免費公共 Wi-Fi (TOKUSHIMA CITY Wi-Fi)。
* 可於德島觀光、住宿諮詢處、阿波舞會館等處使用。

1. 選擇德島市的 SSID

- ① 在您的終端設備主界面選擇「設定」
→ 將「Wi-Fi」設定為「ON (啟用)」
- ② 在設備自動檢索到的無線網路中，
選取「Tokushima_City_Wi-Fi」

2. 在登入界面 選擇語言



3. 在登入界面註冊為使用者

- ① 可使用 SNS 或電子郵件登入
註冊完成後，
即可連接至互聯網。



貼有此標誌處可使用

如有使用方法或連線問題
請聯絡

Wi2 客戶服務中心 10:00~19:00 (全年無休) Tel.0120-858-306 (日語) / Tel.0120-985-805 (英語)