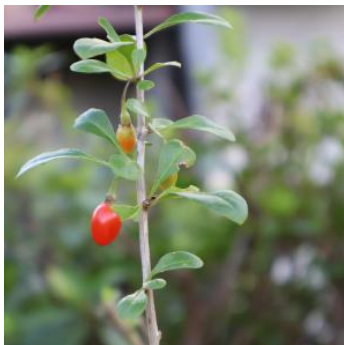
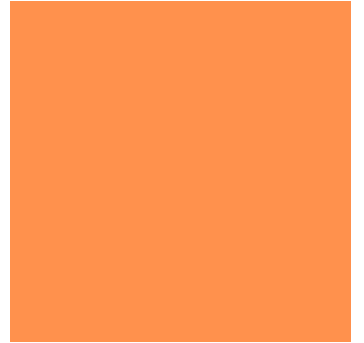


奈之良

18号
19号
2024年



东吉野的水1

东吉野的山3

太田酒造5

斑鳩町文化遗产活用中心6

香草植物手工作坊宝山 (HOUZAN)7

高山竹林园8



这次我去采访的是位于奈良县东部的东吉野村。在采访过程中，我多次听村民提到，村子里的水特干净。在东吉野村漫步，所到之处的确如大家所言，河水清澈见底。本期《奈之良》，我想以“水”为主题，向读者们介绍大自然气息浓厚的东吉野村。

七泷八壶

东吉野村瀑布很多，我觉得其中最具有代表性的应该是“七泷八壶”。穿过架在四乡川上的吊桥，清莹秀澈的瀑布映入眼帘。沿着陡坡向上走一点，就能看见连绵不断的瀑布顺势而下。我被大自然所创造出来的壮丽景色深深吸引。

七泷八壶所在的吉野杉人工林一带，是日本三大人工美林之一，另外，由于其水的清澈和明净，2008年被日本环境厅选为“平成水百选”。



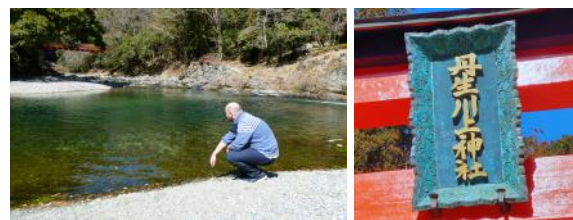
根据东吉野村役场地区振兴课的井上先生的介绍，这里有7条瀑布，瀑布潭也有7处，故仿照有名的谚语“七转八起”，命名为“七泷八壶”。在这个山清水秀的地方，深呼吸一口气，就能让自己的身心得到真正的放松和治愈。我强烈推荐大家一定要来这里看一看。

梦渊

祭祀水之女神“罔象女神”的丹生川上神社中社，笼罩着寂静，森严且神秘的气息，高见川、四乡川、日里川三川合流之处，形成的蔚蓝深潭“梦渊”恰好就在这里。

梦渊与神武天皇也颇有些渊源，据《日本书纪》记载，神武天皇为了祈求胜战到访丹生川上，将名为“严瓮”的酒壶沉入这个深潭，通过观察深潭中醉酒的鱼的样子，来占卜凶吉。这个传说刊登在《奈之良》第16期，介绍橿原神宫的文章中有介绍，感兴趣的读者们可以去读一读。

在梦渊，大家可以站在朱红色的蚁通桥欣赏美景，感受深潭的魅力；也可以身临其境走到神秘且蔚蓝的潭水边。炎炎夏日，正好可以在梦渊戏水。



东之瀑布

在梦渊附近，日里川流入高见川的地方，两条水流交错下落，因位于吉野离宫东侧而命名为“东之瀑布”。

东之瀑布的前方，系有稻草绳，无形中增添了几分神秘色彩。据说有龙神栖息在东之瀑布，所以又名“龙神瀑布”。在欧美地区，龙被认为是属火动物，所以我觉得龙栖息在水里的说法还挺有趣的。

另外，在丹生川上神社，缴纳300日元的初穗费（类似于香油钱），便可以获得除厄开运的圆球，名为“龙球”。传说拿着龙球许愿后，朝龙球背面的小孔吹3次气，再将龙球扔进瀑布，龙神就会帮我们实现愿望。大家去游玩的时候，不妨试一试。





故乡村

接下来给大家介绍的“故乡村”，是集住宿、露营、食堂、温泉、戏水游玩等功能于一体的综合休闲设施，受很多人的喜爱。

根据故乡村管理员市川先生的介绍，这里原是建于1912年的八幡小学校舍，在1989年改造成住宿设施，并命名为“故乡村”。之后增设了“八幡温泉”等。

现在的访客中心，是由拥有百年多历史的校舍改造而成。大家在这里可以了解东吉野村的旅游资讯，还可以在食堂品尝当地美味。访客中心旁边的“故乡会馆”是提供住宿的地方，除设有日式房间和西式房间以外，会馆中还有洽谈室供大家使用。

露营地就在四乡川河岸附近。和朋友们一起露营烧烤，河岸边戏水，晚上点放线香烟花，是我一直梦寐以求的暑期打开方式，没想到在故乡村就可以实现。

随着四季变化，在故乡村可以欣赏到不同的美景。如春天的山樱、夏天的清凉溪流、秋天的枫叶和银杏、冬天的雾冰等。故乡村附近除了有“七泷八壶”、“鱼止瀑布”等著名瀑布，还有伊势过山、国见山等山峰，非常受徒步旅行人士的喜爱。如果大家想在被溪流和绿色包围的大自然中，体验悠闲慢时光，那我很推荐大家来这里。



八幡温泉

最后给大家介绍的“八幡温泉”，是东吉野村的第一所公共温泉，从1995年开业至今。八幡温泉位于四乡川岸边，从浴室可以眺望到溪流和翠绿的群山，简直是缓解疲劳的不二选择。群山中的樱花和枫树等，也会随着四季更替而有所变化。

八幡温泉设有日本扁柏浴池和喷气式天然花岗岩浴池。市川先生引以为傲的是扁柏浴池，其最大的特征是用树龄超过千百年的珍稀古树扁柏打造而成。扁柏树含有大量精油成分，能促进血液循环和新陈代谢。男女浴池每周三替换，若算好时间一周来两次，正好可以体验到这两种浴池。

我泡的花岗岩浴池，水质呈弱碱性，有舒缓皮肤的功效。没想到在欣赏溪谷景色之余，还能泡个温泉放松身心。

这次采访，东吉野村的溪流、瀑布、温泉等，让我感受到了大自然的无限魅力。大家要不要和我一样，迈出脚步，去拥抱大自然呢？





山村魅力之旅——东吉野村

东吉野村，既有高见川等碧绿的河流，又有高见山等群山连绵，所谓山水环绕。本期《奈之良》我想以“山”为主题，向读者们介绍自然资源丰富的东吉野村的魅力，以及东吉野村从前的山村生活。大家紧跟着我的脚步一起开启魅力之旅吧！

探索山中生物——日本狼像

大家觉得在东吉野村可以看到什么动物呢？

在高见川看鱼儿在水中游动，或者闭上眼睛聆听山里的鸟鸣声。实际上，曾经栖息在东吉野村的日本狼，是这片土地上王者般的存在，但却随着时间流逝在日本销声匿迹。

东吉野村作为日本狼的最后捕获地而闻名。据东吉野村事务所的工作人员介绍，1899年，伦敦动物学协会会长开展对东亚地区动物学的研究，1904年，刚从美国斯坦福大学毕业的马尔科姆·普莱费尔·安德森（Malcolm Playfair Anderson, 1879-1919）作为研究员来到了日本，之后前往日本本州的中央地区和东北地区、以及北海道地区开展调查，同年12月29日到达名古屋，但由于没能捕捉到除老鼠以外的其他动物，所以之后决定前往奈良继续开展调查。



到达奈良后，安德森前往狩猎活动频繁的鹫家口（现今的东吉野村小川）。在鹫家口逗留的第10天，有3名村民将日本狼的遗骸运到了安德森住处，经过交涉，村民最后以8日元50钱（相当于现今的16万日元，约人民币8200元）的价格将日本狼遗骸出售给了安德森。没想到这只日本狼便是日本捕获的最后一只狼。



捕获的日本狼是一只年轻的雄性，日本狼的头骨和毛皮如今都保存在伦敦自然博物馆。详细记载着日本狼头部和躯干长91.4厘米、尾巴34厘米、耳朵8.6厘米。另外，安德森在东吉野村逗留期间还收集到了野猪、鹿、羚羊等动物标本。

因为这个背景故事，1987年，奈良教育大学教授久保田忠和先生打造了日本狼青铜像，并将其设置在了村子里。一方面希望曾经栖息在东吉野村群山中的日本狼并未灭绝，另一方面祈求人类爱护自然。走近去观察日本狼像，仿佛就像日本狼在真实的嚎叫。

也希望大家在深入了解到与山林共生的日本狼的历史背景后，来东吉野村打卡日本狼像。

了解山村历史——东吉野村民俗资料馆

东吉野村民俗资料馆，是由建于1874年的旧小川第二小学校舍改造而成，至今依旧保留了曾经的瓷砖墙饮水处和木质建筑结构。

从前的教室改造成4个展示区，分钟别是：东吉野村的风土和历史、山村工作、从前的生活、节日庆典。展示品中我觉得比较趣味的是碓臼。



碓臼是制作年糕的传统工具。需要两人合力操作工具，其中一个人全力踩踏左侧的踏板使杠杆抬起，另外一个人用细棒调整年糕形状。之后，松开踏板，杠杆下落。反复操作，就可以打出年糕。

虽然从前人们的生活随着时间流逝而悄然消失，但是，山村的生活方式，我觉得应该也是日本文化中的重要组成部分吧。

享用山村料理——蘑菇馆

最后我去采访的是名为“蘑菇馆”的菌菇料理店，蘑菇形状的招牌让人一目了然。进店后，店长大前博行先生微笑着迎面而来。首先，关于蘑菇馆和东吉野村的生活，我采访了大前博行先生。



1. 开店以来，今年是第几年呢？为什么选择在东吉野村开店呢？

上一代店主在这里经营了大约20年，我继承这家店将近一年，属于第二代店主。我是从其他县搬到这里的移居者，以前在东大阪从事铁路相关的工作，但由于对乡村生活的喜爱和对蘑菇栽培的浓厚兴趣，最后决定从上一代店主那里继承了这家店铺。

2. 店里售卖哪些种类的蘑菇呢？

丛生口菇、香菇、平菇、柳蘑、杏鲍菇等约10种蘑菇，全部都是自家栽培。

3. 会经常有游客来吗？高峰季节大概是什么时候？

到目前为止，有法国、韩国、中国、越南等多个国家的游客来过，刚才就有法国游客来过。高峰季节是樱花时期。

4. 你觉得东吉野村是个什么样的地方呢？

自然资源丰富，村民们亲切友好。移居到这里的外国人也很多，比如从事陶艺工作的美国人，还有澳大利亚人等。

5. 对于非奈良县本地游客或海外游客，有没有希望大家去了解的地方呢？

希望来东吉野村的游客，可以了解东吉野村的历史，特别是关于天诛组。幕府末期志士组成的天诛组逃离幕府，最后到达如今的东吉野村。村子里至今还设有慰灵碑。



采访结束后，我品尝了蘑菇小锅套餐。小锅套餐中含有蘑菇饭和3种咸菜。小锅中放入香菇、丛生口菇、平菇等多种菌类。原以为没有放入肉和豆腐等食材的小锅，味道会比较清淡，但是实际品尝后发现味道比想象中浓厚。我平时也会做小锅类料理，之后我也想挑战做蘑菇小锅。

受当地村民，以及来自全世界各地的游客喜爱的这家老字号店铺“蘑菇馆”，店员的热情招待，仿佛像在亲戚家做客，在交谈中不知不觉忘记了时间。大家来东吉野村的时候，强烈推荐大家一定要去“蘑菇馆”，享受只有在这里才能品尝到的山珍美味。



蘑菇馆

· 所在地：〒633-2422奈良县吉野郡东吉野村鹭家1601
· <http://higashiyoshino.com/pg75.html>



作者：琼森 莎万莎



“奈良渍”指的是用酒糟腌制的一种腌菜，是奈良县有名的特产品之一。本期《奈之良》，我去采访了位于奈良县斑鳩町的本土酿酒厂“太田酒造”。

奈良渍

关于“奈良渍”最早的记载出自于平城京出土的一块木简，木简上写道：“加须津毛”（かすづけ，与日语中“酒糟”一词同音）。据此推测，浊酒（未经过滤的酒）的上层清液作为清酒被饮用，而下层汁液腌制的咸菜作为腌制食品被食用。

日本在室町时代（1336-1573年）开始酿造清酒，并使用酒糟腌制食材，这便成为了现今奈良渍的雏形。清酒和酒糟曾经都是上流社会的专属品，但如今，咸菜“奈良渍”作为奈良特产品深受大家的喜爱。奈良渍之所以发展成为商品，据说是因为一位名叫系屋宗仙的奈良医生，他首次打出“奈良渍”的商品名称出售用酒糟腌制的白瓜，后来这种咸菜因其美味而名声鹊起。系屋宗仙在大阪夏之战中将奈良渍献给了德川家康，并受到了德川家康的青睐，之后，他放弃了医生的身份，在江户（现今的东京）成为了为幕府供应奈良渍的御用商人。

太田酒造

“太田酒造”是于明治2年（1869年）开业的奈良酿酒厂，这里除酿造本土清酒外，还有效利用酿酒过程中产生的酒糟，制作奈良渍。从照片中可以看出，太田酒造的建筑物富有浓厚的历史气息。该建筑建于江户时代后期（相当于中国的清朝时期），由主屋、茶室、内库、仓前小屋、南大仓和西大仓这六个部分构成，2001年4月被认定为物质文化遗产。仔细观察这些建筑，你会留意到建筑物的柱子上没有打钉的痕迹，而是木头镶嵌的古老建筑风格。



太田酒造是一所可以使用当地蔬菜，体验手工制作奈良渍的为数不多的酿酒厂。自己亲手制作的奈良渍需要放置一年后才能食用，我想这漫长的等待期也是奈良渍的一大魅力吧。太田酒造的第五代传人太田道明先生带我参观了酿酒厂。走进存放奈良渍的仓库，存放奈良渍的大桶之多让人惊叹。据介绍，大桶数量将近1000个，而存放在大桶里的奈良渍距今3~10年不等，另外奈良渍的口味也会随着腌制时长的不同而有所变化，可以迎合不同人的不同口味。

太田酒造制作奈良渍的食材有白瓜、黄瓜、萝卜、生姜等，其中最具有代表性的是黄瓜。关于奈良渍的制作方法，以白瓜为例，首先将白瓜对半切开，去除籽后，加盐，放置十天左右。之后，将白瓜放入酒糟中腌制。这样便可以将酒糟中的鲜味成分浸入到白瓜中，使奈良渍的风味独具一格。为了保证可口的口感和味道，需要反复使用酒糟腌制。



最后用吟酿（碾磨阶段用60%大米酿造的清酒）酒糟、黑砂糖、砂糖、烧酒和味醂（有着甘甜和酒香的调味料）调味，不添加任何防腐剂、人工甜味剂、色素等，可见奈良渍是一种天然食品。奈良渍的制作工序虽然漫长，但太田先生对我说：“绝对不能含糊。”他将不遗余力地制作可口的奈良渍，希望大家在品尝奈良渍之后，会发自内心的愿意去购买，这也是太田先生恪守至今的信念。

在采访中，我品尝了太田酒造制作的奈良渍，香味浓郁，咸中略带甜味，口感爽脆，硬度也恰到好处，作为一道开胃菜刚刚好。我也听说大家对奈良渍喜恶不一，虽然这是我第一次品尝奈良渍，但是我想把它介绍给身边的每一位朋友。

如果你从未品尝过奈良渍，请一定试试太田酒造的奈良渍。如果你对奈良渍感兴趣，也不妨来参观太田酒造，这里不仅可以感受到江户时代气息的酿酒厂，还可以购买奈良特产品奈良渍。





斑鳩町文化遺産活用中心于2010年3月开馆，是一所调查研究、以及传播斑鳩町的历史和文化信息的设施。在这里，除了展示藤之木古坟中出土文物的精巧复制品外，还可以在影像厅看到藤之木古坟的发掘调查情况、出土文物的解说以及法隆寺等斑鳩町文化遺産的影像。

藤之木古坟是什么？

藤之木古坟位于奈良县生驹郡斑鳩町，被认定为国家历史遗迹。1985年，斑鳩町以学术研究为目的，对藤之木古坟开启了发掘工作。发掘之初，考古人员便发现了一个放置在大型横穴式石室中涂成朱红色的屋形石棺。石棺中埋葬着两个人，而这种豪华石棺中合葬的事例在日本并不多见，因此，1988年一经发掘便引起广泛关注。根据对骸骨的分析结果显示，埋葬在北侧的是一名年龄在17至25岁的男性，而埋葬在南侧的人根据其下半身的骸骨的分析结果，可推定该人的年龄应在20至40岁之间。

关于被埋葬者也是众说纷纭，但没有确凿的证据。在当时的日本，将同性别人合葬在一起，是属于名为“阿豆那比”的罪行，假如被埋葬者是两位男性，就会犯下这种罪行。然而，在日本男女合葬的现象并不多见，所以也无法下定论是男女合葬。

另外，横穴式石室古坟一般在石室组装完成后，会将石棺从墓道竖着放入石室，之后在墓室中将石棺旋转90度后横着放置。但是藤之木古坟中的石棺由于尺寸与墓室面积相近而没有腾转的余地，所以可以判断应该是先放置石棺，之后再组装的石室。在斑鳩町文化遺産活用中心，前往展厅的走廊再现了通往石室的墓道，因此，大家在进展厅时，不妨发挥想象走进去。



鍍金铜制马鞍金具



藤之木古坟在发掘时成为热门话题的另一个原因是它没有被盗过的痕迹，据记载，藤之木古坟一直受到寺庙和当地人保护，所以数万件的随葬品保存完好。藤之木古坟中出土的代表性的随葬品是鍍金铜制马鞍金具。该鍍金铜制马具是独一无二的存在，被称为世界上“最优雅的马具”。纵观有骑马民族的东亚其他国家，除了日本外至今也没有哪个国家发掘出这般精细镂空技法的马具。在其他展品中，的确有和我在韩国武宁王陵看到的与鍍金铜鞋相似的华丽鍍金铜鞋，也有同时期似乎韩国也有的鍍金铜冠、刀、剑，但我从来没有见过这样的马具。也正因为埋葬了如此多的随葬品，所以我想被埋葬者应该是拥有巨大权力的人吧。

这件马具的另一个特点是它雕刻着大象，大象眼睛的皱纹、鼻子的朝向以及走路的姿势都表明，这件马具是由熟悉大象的人所制作的，但当时的日本是不存在野生大象的。由此推断这种设计应该是传自中国大陆，另外，在马具上寻找凤凰、龙、狮子图案等也是欣赏展品的另一种打开方式。

在斑鳩町文化遺産活用中心的常设展中，复制品精致得让人误以为是真品，另外，这里还配有便于儿童理解的相关资料。参观者在这里不仅可以了解到有关藤之木古坟的考古信息，还可以了解到日本以及东亚地区的历史渊源。



大家若是对日本或者东亚历史文化感兴趣，不妨来这里看一看，一边思考众说纷纭的假说，一边参观展览。推荐《奈之良》的读者们，若是感兴趣，请一定前来斑鳩町文化遺産活用中心打卡。

(摄影协助单位：斑鳩町文化遺産活用中心)



香草植物手工作坊宝山 (HOUZAN)

“香草植物手工作坊宝山 (HOUZAN)” 位于生驹圣天宝山寺的表参道沿路，手工作坊的四周种植着包括香草在内的多种植物。本期《奈之良》，我采访了香草植物手工作坊的佐藤久见子老师，并体验了香草植物的蒸馏工艺。

探秘香草世界！

佐藤老师以“人类地球友好型香草植物生活”为理念，全面学习了植物的相关知识。佐藤老师将我们身边常见但容易被遗忘的植物用作药材的想法，给我留下了尤为深刻的印象。例如，鱼腥草虽是一种不起眼的野草，但实际上，它和生姜、葱一样含有对人体有益的有效成分，若晒干后泡茶喝，有助于排除体内毒素；若将叶子直接涂抹在皮肤上，还能有效防止蚊虫叮咬。



体验香草世界！

本次采访，我们采摘了种植在手工作坊门前的迷迭香，并通过水蒸气蒸馏法提取了迷迭香中的植物成分。迷迭香又名海之露，因其抗氧化活性而又被称为“返老还童的香草”。

佐藤老师先将迷迭香放入密闭容器中，利用从容器底部上升的蒸气加热迷迭香，使迷迭香中的精油成分最后以水蒸气的形式升华出来。植物中含有200多种成分，因低温和高温下提取的植物成分和香味等有所不同，要想提取所需成分，加热时间与温度的控制是重中之重。产生的水蒸气冷却后变成油水混合液，依据油水比重的不同，最终分为芳香蒸馏水和精油两层，其中芳香蒸馏水的香味会随着时间的推移而发生变化。

享受香草世界！

在采访的过程中，我有幸品尝了佐藤老师自制的香草果冻。在手工作坊帮忙的铃木老师向我介绍道，香草果冻是由玫瑰果和扶桑花（别名朱瑾）混合制成的。玫瑰果含有丰富的维生素C，扶桑花含有丰富的柠檬酸、扶桑花酸等酸性成分，这两种香草植物搭配在一起，可以发挥维生素的协同作用，对健康和美容都有好处。

因为我对园艺很感兴趣，所以在采访的最后，我请佐藤老师和铃木老师带我参观了一下手工作坊的花园。令我感到吃惊的是，花园里种植了400多种植物，无论我指哪一种植物，佐藤老师都能详细地为我介绍。另外，花园里还种植了以香气闻名的“到手香”（又称印度薄荷），还有目前很受年轻人喜爱的多肉植物瓦苇等。



之所以种植这么多种类的植物，佐藤老师的解释是，对于她来说，橘子、苹果、柿子、艾草、童氏老鹳草（别名五叶草）、鱼腥草等一切对人体有益的植物都被视为香草植物的同伴，应该尽可能地将其有效成分运用至日常生活中。

植物与人类的紧密关系从古延续至今，香草植物在我们的日常生活中扮演着无可替代的重要角色。它们不仅仅用于观赏，还可以用于保健和美容。通过本次的采访，佐藤老师将香草植物融入生活的方方面面，给我留下了深刻的印象。

在香草植物手工作坊，大家在享受香草缤纷世界的同时，还可以尝试制作手工艺品、法国“百花香”（法语Pot-pourri，指的是将风干的植物花瓣、药草、香料等搭配组合后放入罐子或瓶中，用于在室内制造天然香氛的做法）等。若大家有关于园艺或植物栽培等方面的疑问，也可以前来咨询。

手工作坊于2024年1月进行翻新，并配备了空调和洗手间，相信大家在这里会度过一段惬意的时光。对香草植物生活感兴趣的各位读者们，请一定不要错过“香草植物手工作坊宝山 (HOUZAN)”。





高山作为日本唯一的茶筴产地而闻名，抱着为什么这里的茶筴如此盛行的疑问，我前往高山竹林园进行了采访。

高山茶筴的由来

“高山茶筴”起源于日本室町时代中期（相当于中国的明朝时期），当时的称名寺（奈良市菖蒲池町）住持、“侘茶”（わび茶）的创始者村田珠光，委托鹰山（现今的高山）城主的次子制作搅拌茶的工具。之后，茶筴的制作方法以单传的独家技艺相承至今，高山也成为全国唯一的茶筴产地发展至今。



茶筴制作工艺演示



作为宣传传统工艺品魅力的一环，奈良县高山茶筴制作协会的手工艺人们每周日都会在高山竹林园公开演示从室町时代流传至今的茶筴制作工艺。我们去采访的当日，正好领略了来自茶筴手工作坊“翠华园·谷村弥三郎商店”的日本传统工艺士谷村弥三郎先生和他的儿子谷村圭一郎先生的工艺演示。

让我震惊的是制作茶筴前的准备工作就需耗费数年。据介绍，制作茶筴所用的竹子，为了保证其纤维的结实性，需要长达3年的生长期。满3年生长期竹子，在12月至1月的严寒时期砍断，之后放进大锅中进行脱油处理。接着在室外晾晒2个月左右直至竹子变白，最后在仓库中存放2~3年。

茶筴的制作工艺大概有八道工序，其中最重要且最难的是“味削”工序。“味削”指的是从竹穗内侧的根部向尖端方向对竹穗进行削薄处理，这道工序需要将竹穗削得比头发丝还要细。处理时必须格外小心谨慎，以防细细的竹穗被折断。在这个工序中，还需考虑竹穗的尖端从什么部位开始弯曲，最后制作成竹穗弧度形状各异的茶筴。



据说，每一道工序，需要花费2~3年的时间练习，若要掌握茶筴制作工艺的全过程，至少需要15年的时间。另外，茶筴的种类根据竹穗的根数和茶道的流派而有所不同。比较常见的茶筴有“百本立”、“八十本立”，以竹穗数量命名的“七十二本立”也被广泛使用。



因为茶筴的形状在使用过程中会发生变化，所以即使是同一个茶筴，第1次使用和第100次使用所点出的茶汤的味道也会不同。若同一个茶筴使用次数太多，就会难以打出细腻的泡沫，导致沏茶的时间变长，茶汤的温度下降。在日本的茶道里，基于“一期一会”（日本茶道发展而来的词语。指表演茶道的人会在心里怀着“难得一面，世当珍惜”的心情来诚心礼遇面前每一位来品茶的客人。）的待客之道，也会注重使用新的茶筴，有的茶筴甚至只用一次。奈良县高山茶筴制作协会会定期将使用过的旧茶筴收集在一起，

举行茶筴供养会，茶筴使用者也借此机会向制作茶筴的手艺人等表达谢意。

在这次采访中，我再次被日本的“匠心精神”深深打动。为了成为一名能工巧匠，必须甘于吃苦、勤学苦练、数年如一日地全身心投入工作，我想，也正是这种锲而不舍的工匠精神，成为了日本经济发展的重要支柱吧。

结语

茶筴手艺人谷村先生和我说道，竹子和其他植物一样也会开花，竹子是120年开一次花。前去采访时，正逢高山竹林园中的淡竹开花了，我边欣赏边想，“这真是人生仅此一次的宝贵机会啊”。采访的最后，我在高山竹林园内的日式房间里欣赏了庭园风景，并使用高山茶筴制作了抹茶。人生初体验，自己制的抹茶虽然有点苦涩，但却是一次轻松且愉快的经历。



编辑后记



罗德 吉耶姆 · 左边

吉野杉林深处，阳光透过树叶照进来。流淌着的清澈溪流、阳光下翠绿的“梦渊”、耀眼的白石河畔等，置身于自然资源十分丰富的东吉野村，让我流连忘返。乡亲们热情接待，使这次东吉野村之旅变得充实且美好。

下次我还想去攀登被称为“关西的马特洪峰”的高见山。大家要不要也来东吉野村走走看看呢？

琼森 莎万莎 · 右下角

这次去采访的东吉野村，极具有特色。2013年诞生于东吉野村的卡通人物“东吉”的设计，也融入了当地的温泉、山峰、樱花、日本狼像的元素，即使到现在，也依然受大家喜爱。

旅行的尾声，大家要不要将玩偶“东吉”、东吉野村特产“太素面（手抻乌冬面）”等买回家呢？



NARA_CIR



李映美 · 左上角

谈起“斑鸠町”，可能大家会联想起著名的法隆寺。本次采访，通过参观建于江户时代的太田酒造厂和试吃奈良渍，我深刻的感受到了斑鸠町的人们自古以来所重视的奈良传统文化的魅力。此外，在“斑鸠町文化遗产活用中心”，通过近距离观察藤之木古坟的随葬品的精致复制品，切身感受到了韩国和日本之间的联系。如果你也想更深入地了解奈良的魅力，不妨到斑鸠町一游。

熊垂芳 · 右边

本期《奈之良》，我很开心在“香草植物手工作坊宝山（HOUZAN）”和大家一起制作了迷迭香芳香蒸馏水，并聆听了许多关于香草的趣闻轶事。在“高山竹林园”参观茶筥的制作工艺，被手艺人的全身心投入、苦练技艺的精神所折服。

生驹有许多值得一去的好地方，若是你也对文化体验等感兴趣，不妨来这里，接触这里的历史人文，感受生驹的独特魅力！



往期杂志

	发刊时间	采访地	采访内容
第1期	2014年1月	曾尔村、御杖村	曾尔高原、陶艺体验、日本田园生活等
第2期	2014年8月	大和郡山市	捞金鱼体验、金鱼资料馆、町屋蓝染布体验等
第3期	2015年2月	天川村	体验修行道水行活动、体验温泉、中药陀罗尼助等
第4期	2015年8月	生驹市	生驹缆车、宝山寺、生驹山顶游乐园、石佛寺、上田酒造、暗越奈良街道、咖啡店hygge、民宿鹿音等
第5期	2016年2月	明日香村	飞鸟民宿、飞鸟寺、明日香梦市、明日香村地域振兴公社、明日香梦贩卖所、冈寺、橘寺、奈良县立万叶文化馆等
第6期	2016年8月	葛城市	相扑馆“蹴鞠座”、竹内街道、中将堂、当麻寺、当麻山口神社、石光寺等
第7期	2017年3月	吉野町	金峰山寺、梅谷酿造元、吉野山、中井春风堂、福西和纸本铺等
第8期	2017年9月	宇陀市	鸟见山、室生寺、大野寺、宇陀·动物乐园、Méli-Mélo等
第9期	2018年3月	五条市	柿子博物馆、柿子专卖石井商店、高鸭神社、Patisserie Client、Bakku、Yum-Yum面包坊、金刚山、荣山寺、吉野川音无川餐厅、金刚寺、幻灭之铁路遗迹等
第10期	2018年9月	奈良市	柳生街道、八木酒造株式会社、樱花和摄影、奈良茶道体验等
第11-12期	2019年3月 2020年2月	十津川村	谷濑吊桥、清纳瀑布、日本最长里程公交巴士（八木新宫线）、温泉地温泉、历史民俗资料馆、道之站“十津川乡”、温泉酒店“昴”、果无集落（世界遗产）、小边路（熊野古道一部分、世界遗产）、玉置神社、农家民宿“山本”、KIRIDAS木制品厂
第13-14期	2020年6月 2020年11月	天理市·樱井市	总本山长谷寺、抹茶餐饮店“长谷路”、天理站前广场CoFoFun、山边之道、奈良县“奈良历史艺术文化村”、天理大学附属天理参考馆、酱章鱼天理店、大神神社、Rose果瓶等
第15期	2021年7月	中国陕西省 韩国忠清南道 探寻历史渊源之地	平城京、御盖山、正仓院、奈良国立博物馆、唐招提寺、高松冢古坟与龟虎古纹、药师寺、飞鸟寺、高松冢古坟、高松冢壁画馆、石舞台古坟、甘石舞台古坟、甘檉丘、飞鸟资料馆、法隆寺、中宫寺、元兴寺、般若寺
第16-17期	2022年6月 2022年12月	橿原市 明日香村	橿原神宫、久米寺、今井町（今井町文化交流中心“华薨”、旧米谷家住宅、睦月咖啡店）、水谷草木染、飞鸟之乡MENDOYA、打卡明日香村的石造物（猿石、鬼之俎、鬼之雪隐、龟石、飞鸟川飞石）农家民宿古都里庵
第18-19期	2023年6月 2023年12月	东吉野村 斑鸠町 生驹市	七泷八壶、梦渊、东之瀑布、故乡村、八幡温泉、日本狼像、东吉野村民俗资料馆、蘑菇馆、太田酒造、斑鸠町文化遗产活用中心、香草植物手工作坊宝山（HOUZAN）、高山竹林园

扫描二维码可浏览往期杂志
<https://www.pref.nara.jp/33842.htm>



何谓《奈之良》

我们作为奈良县国际课的国际交流员，以外国人的视角，自行采访，挖掘散落在奈良各地的人文瑰宝，向海外游客以及奈良本地人传递不为人知的小众秘境魅力。本杂志若能够激发您对奈良的兴趣，或成为您感受奈良县魅力的契机，我们将不胜荣幸。

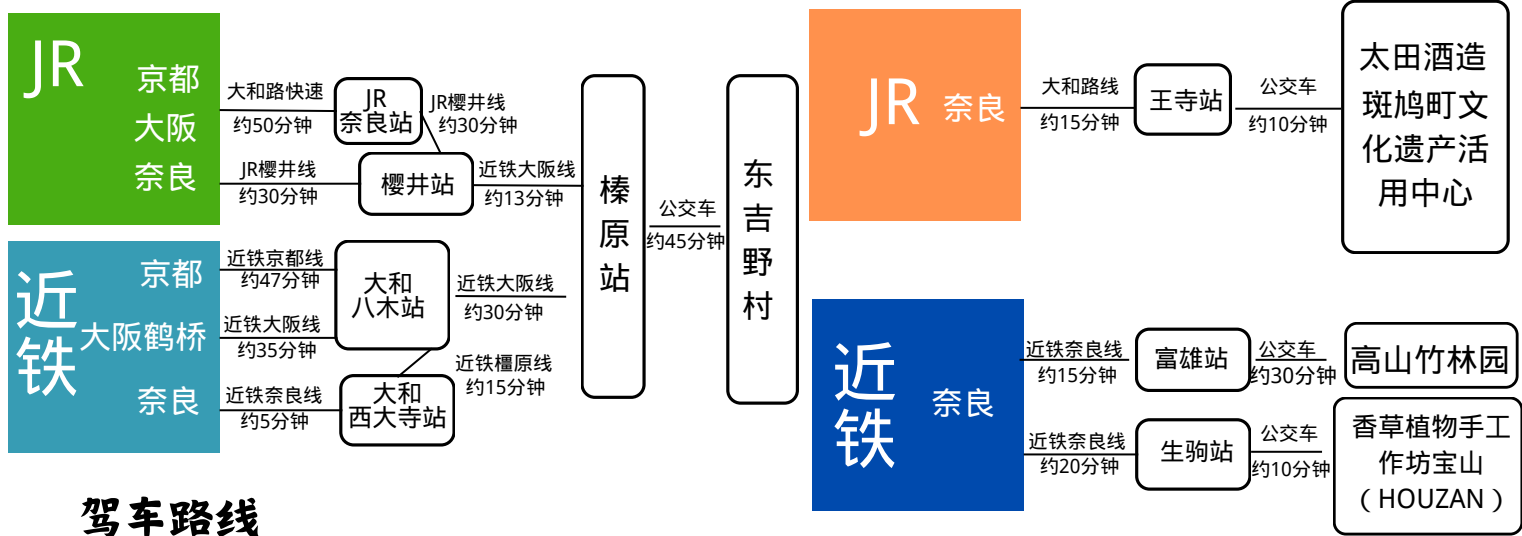
Special Thanks

谨向为本次采访提供协助的以下相关人士表示感谢：东吉野村役场地区振兴课井上知彦先生、教育委员会事務局井上穗乃花女士、故乡村设施长市川健一先生、蘑菇馆大前博行先生、太田酒造太田先生、斑鸠町文化遗产活用中心平田先生、香草植物手工作坊宝山（HOUZAN）佐藤女士、鈴木女士、高山竹林园长田先生、翠华园·谷村弥三郎商店的谷村弥三郎先生、谷村圭一郎先生。



交通指南

乘车路线



驾车路线

从大阪出发：约1時間40分
从京都出发：约1時間50分
从奈良出发：约1時間30分 } 东吉野村

从大阪出发：约45分
从京都出发：约1時間15分
从奈良出发：约40分 } 斑鸠町

从大阪出发：约40分
从京都出发：约1時間10分
从奈良出发：约30分 } 生驹市

奈之良

发行方：奈良县知事公室国际课
发行日期：2024年3月
若对本刊有任何意见或疑问，
敬请联络以下单位：

〒630-8501
奈良市登大路町30
奈良县知事公室国际课
TEL: 0742-27-8477
FAX: 0742-22-1260

