

从大阪只需 **7分** 钟就可以领略到真正的日本

欢迎您到不为人知的 **下町 尼 (AMA)**!

尼 (AMA) 虽然地理位置优越, 从尼崎市出发去大阪梅田, 难波, 环球城以及关西国际机场都非常方便, 但是却很少在导游手册上被介绍。尼崎市是最能体验到日本当地普通生活的地方。



乘坐JR从尼崎出发...
 到大阪梅田 **5分钟**
 到环球城 **27分钟**
 到三宫 **15分钟**
 到京都 **35分钟**
 到关西国际机场 **65分钟**
 (乘坐机场大巴)



乘坐阪神电车从尼崎出发...
 到大阪梅田 **7分钟**
 到大阪难波 **14分钟**
 到环球城 **20分钟**
 到神户三宫 **22分钟**
 到奈良 **59分钟**
 到关西国际机场 **52分钟**
 (乘坐机场大巴)

要注意!!【尼崎】这个站名, 在JR神户线和阪神本线都有。由于这两个站都是始发站和终点站, 所以, 尼崎简直就是旅游的据点。

只需要这一张票, 就可以享有阪神电车一天免费乘坐的优惠。 **HANSHIN TOURIST PASS**



只需要500日元, 就可以得到阪神电车和神户高速铁道的一日通票, 还可以得到阪神沿线充满魅力的旅游手册和打折券。不仅仅可以在尼崎观光使用, 而且, 从梅田站或者大阪难波站到神户之间也可以使用。有着日本代表之称的酒窖之乡, 西宫和滩区, 还有聚集了很多甜品店的芦屋等等, 对于周游阪神的您来说, 真的可以派上大用场。

购票处:
 阪神电车服务中心 (阪神神户三宫站), 阪急旅游中心大阪·梅田 (阪急梅田站), 关西旅游信息中心 (关西国际机场 第1航站楼 1层) 等

注意事项:
 • 此票仅限外国游客使用。购买时, 需要出示护照, 证明是以短期居留签证入境的。
 • 一人只限购买一张。
 • 不可以退票, 请谅解。

500日元
 外国人游客专用

关于便宜车票的详细信息, 参考这里。

刊登的价格是2016年2月1日时的含税价格。价格、营业时间和休息日可能会有变更。

距离大阪 **7分** 钟的尼崎导游手册

简体中文
免费

尼崎欢迎您!

尼崎一家のおもてなし

让尼崎的一家来招待你吧

大家都亲切地称呼她为【尼(AMA)], 由在这里生活的一家为大家来做向导, 介绍一下这座充满了友好气氛的城市。



尼崎市导游手册【让尼崎的一家来招待你吧】 2016年2月1日发行 尼崎市顾客至上宣传册编辑委员会

吃

Food

当地家喻户晓的餐馆。

如果是与家人或者好友聚餐，
请让尼崎一家为您推荐美味又实惠的名店。



这里是日本现存最早的
中华面馆

炒饭也很受欢迎。



尼崎 爱 (22岁)
寿司8个和小菜, 味噌汤, 再加饮料的寿司套餐 1500日元(仅限晚上)
女儿。乘坐阪神电车
通勤, 在大阪难波上
班的办公室白领。

筋道的鸡蛋面与美味的
汤汁巧妙结合。
中华荞麦面 850日元。

1 大贯本店 MAP 1 A-3

有103年的历史, 被誉为是日本现存的最早的中华面馆, 据说是
继承了创业以来一直沿用至今的调味酱汁, 以及用鸡骨架和猪骨
熬制而成的味道浓厚的骨头汤, 在自家制造的面粉中加入鸡蛋,
使得做出来的面非常筋道。讲究到每一个环节。面与炒饭的套餐
很实惠, 在这里也向大家推荐。本店有中文和韩语的菜单。

● 尼崎市神田中通3-29 ☎06-6411-9583

☎11:30~21:00

星期三休息 (如果是法定假日的话, 照常营业, 但是第二天休息)



炸肉串拼盘 480
日元, 鸡肉大葱
串(一根) 170日
元, 酒(大) 540
日元等

100种以上的菜品, 价格适中,
供您选择

3 权兵卫 尼崎店 MAP 1 A-3

从尼崎批发市场直接采购当季的食材,
因味道好价格低而广受好评的居酒屋。
烤鸡串, 炸肉串, 生鱼片, 寿司等, 菜
品丰富, 有100种以上。另外, 店内都是
小包间, 也很舒适。

备有英语, 汉语, 韩语的菜单。

● 尼崎市神田中通2-18 ☎06-6413-0550

☎平时16:00~24:00 星期日, 法定假日12:00~23:30

无休息日 可以使用信用卡



随意就可以品尝到的【下町】寿司店

2 尼寿司 MAP 1 A-3

寿司店老板西山先生的人缘很好, 所以到了晚上, 这里的人们就
会聚集到寿司店。在这里不仅可以体验寿司店淳朴的商业氛围,
还可以品尝到在鹿儿岛
出生并长大的西山先生
拿手的乡土料理。

● 尼崎市神田北通3-27

☎06-6413-9151

☎11:00~14:00

17:00~23:00

星期三休息



店内气氛
也很不错唷,
喵呜!



AMA(年龄不详)

一只猫。是小爱捡回
来的一只雄性猫。每
天都在商店街还有
小巷子里散步, 熟知
街道的一些内情。



前菜拼盘(L)1200日元,
玛格丽特比萨1000日元,
红酒一杯 450元起

深夜来也同样欢迎!
让人舒心的意大利餐馆

4 Ralipappa Cafe MAP 1 A-2

地处便利的市井, 但是却有隐秘居所的感觉,
就是这里的意大利餐馆。精选有机蔬菜的前菜,
分量十足的比萨饼和意大利面等, 菜品很丰富。
在附近也是很少有的, 营业到深夜3点。小酌一
杯也可以, 就算是半夜也可以饱饱得吃一顿。

● 尼崎市昭和南通5-117 ☎06-6430-6886

☎18:00~凌晨3:00 店休不固定 可以使用信用卡



可以品尝到充满爱意, 精心制作的
家庭料理和美味的日本酒

5 将 MAP 2

以吧台为中心的店内, 让人感觉舒适。在这里不仅可以
吃到韩国家庭料理, 还可以品尝到适合下酒的小菜, 还
有会说韩语的中山老板娘的热情待客。这里有很难买到的
有名的日本酒【獺祭】, 酒类品种丰富齐全。就算是
独自用餐, 也让人甚感轻松的小店。

● 尼崎市长洲本通1-7-5 ☎06-6482-0025

☎16:00~22:00 星期日, 法定假日休息



各种韩式小菜200日元, 海螺 400日
元, 蒸猪肉580日元等



丰富的当季水果
超级美味的水果三明治

7 咖啡屋 哥伦比亚 MAP 1 B-2

早晨8点就可以喝到现磨的咖啡, 并且可以品尝到刚做好的三
明治。向您推荐的是满含当季水果的水果三明治。与甜度适中的生
奶油相配美味无比。三明治一共有9个品种。什锦三明治, 鱼肉吐
司三明治等, 无论哪一种, 都会让您赞不绝口。

● 尼崎市建家町117 ☎06-6411-6752 ☎8:00~18:00 星期四休息



以惊人优惠的价格就能品尝到优良品种的
黑毛和牛

6 烤肉店 闇市 阪神尼崎总店 MAP 1 A-2

以优惠的价格就能品尝到精选的黑毛和牛, 烤肉
店因为是整头牛购买, 所以才能实现这样的价
格。我们还为持这本观光手册的旅客准备了旅
行者限定的特别优惠【招待套餐】,
您能尊享和牛的背部肉等三个部位的牛肉, 蔬菜
沙拉, 米饭, 饭后甜点, 以及畅饮(120分
钟), 这些全加起来只需3000日元。

● 尼崎市神田北通4-98 ☎06-6411-1129

☎17:00~23:15 店休不固定 可以使用信用卡



使用条件: 限4位以上团体客人, 需要在当天16点
以前预约, 并且在进店时, 请出示这本观光手册



用柿子, 甜瓜, 香蕉等当
季水果特制的豪华三明治
套餐 800日元



逛一逛酒吧街



晚上走在繁华的街道上, 【lounge】【BAR】等霓虹招牌映入眼帘。
您是否很想进去看看却又不敢走进。如果您也想体验一下这
里的夜生活, 这里向您介绍几家店, 一定能够满足您的愿望。这次我
们介绍的是【Lounge佳子】。推开门, 店内的装潢充满复古而时尚
的感觉。吧台坐席和店里面有可以做为包间使用的, 有比较宽敞的
沙发坐席, 卡拉OK设备齐全。这个店的美女老板娘佐藤佳子介绍
说, 在这里可以唱唱歌, 或者和店内的女服务员愉快地聊天, 大
家都很放松, 很开心。店内的卡拉OK有英文, 中文, 韩语的歌曲。
可以在异国他乡尽情的唱歌, 也可以和服务员聊天(只能用日
语), 敬请您一定要享受一下日本的夜晚。【Lounge佳子】为大家
准备了1个小时体验套餐, 费用是3000日元, 可以享受啤酒威士忌
等一个小时畅饮及卡拉OK的服务。需要提前预约且当天请出示此
观光手册。(店里只能用日语为您服务。)



8 Lounge佳子 MAP 1 A-3

● 尼崎市昭和南通4-58 KT-2 Bldg. 207

☎06-6418-8341

☎21:00~凌晨2:00

星期日, 法定假日休息

不能使用信用卡

吃 Food

想边走边吃,想做为夜宵买回去吃的那些味道。

世界共通的【小吃别腹】

让人忍不住想要边走边吃的当地小吃,请你一定不要错过。



章鱼烧6个300日元,炸鸡块,烤内脏可以外带

入口即化的热腾腾的章鱼烧

9 来一杯居酒屋 庄屋 MAP 2

紧邻JR尼崎站,经常有很多的外国旅游者光临的居酒屋。最受欢迎的是店铺门口现场制作的章鱼烧,用料讲究,最自豪的就是软软的口感。浇在章鱼烧上的酱汁有7种。比较推荐的是【高汤酱油蛋黄酱】,如果想体验丰富的居酒屋料理,请进店!(店里只能用日语接待)

●尼崎市潮江1-7-1 ☎06-6497-2515 ☎17:00~23:00 星期日休息



尼崎 MISONO (48岁)

母亲,曾经是当地银行的窗口接待员,与来咨询贷款的父亲昭和相遇,结婚之后便辞职在家。现在有两个孩子,自己在商店街里做钟点工,是个很有干劲的主妇。

有100种口味以上的可丽饼可供选择,200元起

加入多多的草莓,香蕉,苹果的水果冰激凌 650日元(根据季节,草莓会用橘子来代替)

11 Lorient Crêpe MAP 1 A-2

有30年以上历史的人气可丽饼专门店,最受欢迎的是巧克力口味(250日元),有100多种口味的豪华阵容。现场制作,薄薄软软的面皮配上奶香味道真的是绝佳。可丽饼是200元起,店里配有英文的菜单。

●尼崎市神田中通5-181 ☎06-6411-2998 ☎10:30~20:00 星期四休息

一天能卖掉800个以上的有名的面包

10 Montparnasse MAP 1 B-4

阪神尼崎站内有一家面包&咖啡店,开业41年,从开业就很受欢迎的商品就是PIROSHIKI。以煮鸡蛋,牛肉馅和洋葱为原料,加以调味做馅儿,包在面包皮中,然后下油锅炸出来。多的时候每天可以卖800~1000个。不仅可以外带,在店里吃也可以。

●尼崎市东御园町93 ☎06-6413-3301 ☎7:30~19:30 星期六7:30~19:00 星期日·法定假日8:00~18:00 无休息日



PIROSHIKI 160日元。有时候傍晚就卖光了。

也可以作为土特产带回去哦。



尼崎昭和 (55岁)

在市内工厂工作的父亲,喜欢喝酒,经常去的酒馆有很多,因此被店员和其他客人所熟知,所以他常自豪地说自己那个时候是个名人。



在店里,100日元就可以喝到抹茶加糖并冰镇后的饮料

100多种以上香味浓郁的茶叶供您选择

12 中村园 MAP 1 A-3

有着120年历史的老店,日本茶专门店,京都的宇治茶等通过自己的调和后的茶叶,做成茶包,只需倒入热水就可以饮用。有100多个种类。装茶叶的罐子贴着色彩鲜艳的和纸,有很多适合作为礼物的小物件。

还准备了英语,中文,韩语的说明书。

●尼崎市神田中通3-45 ☎06-6411-2320 ☎10:00~19:30 无休息日 可以使用信用卡



吃刚炸出的天妇罗,味道美极了!

吃多少都能吃得下!

凉了也照样很好吃,表皮很脆的天妇罗

MAP 1 B-2

13 日新天妇罗店

当地人经常光顾的天妇罗专门店。店头摆着沙丁鱼,虾,南瓜等天妇罗,价格为60日元~150日元,价格适中。脆脆的天妇罗的外皮,稍微有些甜甜的味道。刚炸出来就不用说了,放凉了也很好吃,傍晚开始卖的鱿鱼须的天妇罗(300日元)也是很快就卖光的人气商品。

●尼崎市建家町83 ☎06-6413-2952 ☎10:00~18:00 店休不固定



尼崎三和 (17岁)

儿子,热衷于棒球的高中生,正处在长身体的阶段,棒球训练结束回家途中也是少不了吃。

最有人气的是使发酵速度变慢而做出来的辣白菜(被称为慢泡菜)100g 100日元



韩国辣白菜,番茄泡菜等种类繁多的韩国泡菜

15 福南商店 MAP 1 A-2

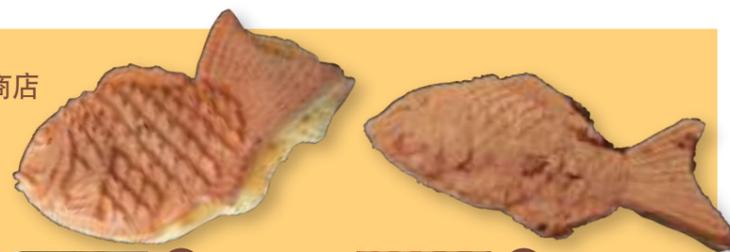
位于中央商店街的一家很有名气的韩国泡菜专门店。种类保持在30种以上。比方说除了常见的辣白菜,黄瓜泡菜之外,还有番茄,山药,小松菜等比较罕见的泡菜。不使用任何防腐剂。味道决定于自制的调味料【药念酱】。可以品出那种充满醇香且厚重的辣味。

●尼崎市神田中通4-160 ☎06-6413-8880 ☎10:00~19:00 无休息日



边走边吃的推荐 二万翁 和小椋商店

鲷鱼形状的烤模具烤出来的鲷鱼烧。在面皮中放入红豆馅儿,牛奶蛋糕,巧克力等,每个店铺都不太一样。在日本,是众所周知的小吃。在临近阪神尼崎站的【二万翁】,他们做出的是中间口感柔软有筋道,外面是脆脆的,很受欢迎。休息日,一天能卖掉将近5000个。(鲷鱼烧中间,除了红豆馅儿以外,还加入了甜味适中的牛奶蛋糕(90日元),这种据说很有人气。如果只是红豆馅儿的话,只要70日元,很便宜,所以很多人会买很多带回家。商店街里的【小椋商店】,是由夫妻经营的,也是有56年历史的老店了,采用铸制模具烤培,鲷鱼烧是一次一个烤出来的,继承并沿用了很久以前使用的方法。红豆馅儿里放少许的盐,还有香味扑鼻的外皮,美味让人难以抵挡。1个100日元。手捧着刚烤好的鲷鱼烧,就当自己是本地人,在尼崎的街上散步怎么样?



17 二万翁

MAP 1 A-4

●尼崎市神田中通1-2-1 ☎06-6412-5701 ☎10:00~21:00 店休不固定

18 小椋商店

MAP 1 A-2

●尼崎市昭和南通7-178 ☎无 ☎10:00~16:00 (材料卖完了就结束营业) 星期一,二休息,有时星期五不固定休息



店铺的【白天】(190日元),有时候到傍晚就会卖光

使用新鲜的鱼肉泥 7种炸鱼饼摆列整齐

14 尼崎树千 MAP 1 A-2

有165年的历史,店铺的招牌商品就是鱈鱼肉的炸鱼饼,最受欢迎的就是鱼肉泥中放入木耳做成的叫做【白天】的炸鱼饼。另外,放入鱿鱼做成的炸鱼饼等一共7种。不使用添加物。鱼肉泥本身特有的甜味,是会让你上瘾的味道。

●尼崎市神田中通4-86 ☎06-6411-0695 ☎9:00~19:00 星期四休息



有着高级甜味的铜锣烧,是做为土特产送礼的最佳选择。

16 宝屋游角 MAP 2

在尼崎已经有87年了,是当地人喜爱的糕点糖果店。有名的是铜锣烧,是选用北海道产的红小豆,广岛县产的新鲜的鸡蛋做出来的,高级甜味的馅儿和铜锣烧的外皮都很好吃。每天要卖掉300个以上。另外也有很多季节限定商品可供选择。

●尼崎市潮江1-3-1 尼崎Q's Mall里面的阪神百货店1F

☎06-6498-9546 ☎10:00~20:00 按照百货店的休息日 可以使用信用卡



栗子馅儿的栗子铜锣烧【神奥】185日元



信步小城, 遇见乐趣【玩】

既然来了尼崎, 就一定要体验一下赛艇的那种紧张感还有大名居城所特有的氛围。如果你担心时间不够, 我们还为您介绍游玩各个景点大概所需要的时间。



观看或者参与赌一把都可以。
决胜尼崎!

只需要
2个小时



先想好要选择的比赛, 然后在机器或者窗口购买【舟券】



接下来就是观战了, 要想体验比赛开始那种扣人心弦的感觉, 请到看台上观战

1 赛艇尼崎 MAP 3

赛艇, 是6艘摩托艇在指定的赛程绕三周之后, 按照顺序来竞猜的公营比赛。只猜一圈也可以, 也可以从第一圈到第三圈, 猜中到达的先后顺序, 便可拿到高额的红利。把自己喜欢的组合填到投注卡上, 然后以100日元为单位进行投注。一天有12次比赛, 在比赛前, 可以参观到出场选手的技术展示, 观众当中, 有根据赛手的状态和引擎的声音就可以预测的高手。是由尼崎市和伊丹市各自运营, 收益主要用于城市建设。在赛场内还有由当地的主妇们提供美食的小吃店。

● 尼崎市水明町199-1 ☎06-6419-3181 www.amagasaki.gr.jp
门票: 100日元 要提前确认举办日及开门时间。有外语版的宣传册。
*注意: 未成年人须在成年人的陪伴下方可入场, 而且不能购买舟券。

2 尼崎Sport森林 MAP 3

有室内游泳池, 健身中心, 地面高尔夫等综合性体育设施。夏季营业的室外游泳池【Amalago】有高13m, 全长109m的蛇形滑梯【River Ride】, 还有产生波浪的游泳池, 很有人气。水深都在1米以下, 小孩子们自己玩也能放心, 10月到5月会开放滑冰场, 可以租借滑冰鞋, 鞋的尺寸是15cm-30cm之间。

● 尼崎市扇町43 ☎06-6412-1655 www.a-spo.com

游泳池 ☎ 9:00~17:30 (7月中旬~9月中旬)
门票: 大人1300日元, 中学生高中生800日元, 小学生700日元
滑冰场 ☎ 10:00~19:00 (10/1~5月上旬)
门票: 大人1200日元, 中学生高中生800日元, 小学生600日元



在绿色环绕的空间里,
让身心都得到解放

只需要
半天时间

太好玩了!

乘车方法 从阪神出屋敷站出来, 乘坐阪神巴士到【尼崎Sport森林】下车。
(大人车票210日元, 小孩110日元)



如此大胆的画风,
真不错!



尼崎 OHAMA (75岁)
祖母, 通过已故丈夫平左卫门的介绍, 开始做尼崎寺町的志愿者导游。

只需要
30分钟

深度了解支撑【GUTAI】的
画家的作品和人物肖像

3 白发一雄 纪念馆 MAP 1 A-4

画家白发一雄 (1924-2008), 因其抓着从屋顶掉下来的绳子用脚在地板上的画布上画出构思大胆的作品而广为人知。作为引领战后日本的前卫美术的【GUTAI美术协会】的中心人物活跃在业界。享誉全世界的现代美术殿堂法国的庞毕度中心也有收藏其作品。在提起抽象画的创作背景, 说是受到了贵布祢神社雄壮的祭祀活动的影响 (p.12参照)。对从小到大生活的尼崎有着深厚的感情, 捐赠了很多的作品, 2013年完成了纪念馆的开设, 在这里可以看到由尼崎市所藏的作品和资料。

● 尼崎市昭和通2-7-16 尼崎市综合文化中心4F
☎06-6487-0806 ☎10:00~12:00/13:00~17:00 (入场时间16:30为止)
更换展览期间不开放 门票: 200日元



【在画室创作的白发一雄】1963年
照片由尼崎市综合文化中心提供

现代艺术的宣传基地诞生

Ama-love art lab
A-Lab

MAP 1 A-4



年轻的艺术家进行作品创作和发表的【Ama-love art lab (A-Lab)】于2015年10月开放。通过参观作家自身运营的工作室和展览会, 可以近距离的接触到艺术。

● 尼崎市西长洲町2-33-1
(展览会期间的开馆时间)

☎11:00-19:00
星期六, 日, 法定假日 10:00~18:00
星期二休息 免费参观
☎06-6489-6385
(尼崎市都市魅力创造传播科)



出车站只需步行5分钟,
就能穿越到400年前

只需要
1个小时

4 寺町 MAP 1 B-3

为了保卫大阪城的西面, 1617年, 由大名户田氏铁开始修建尼崎城, 而作为大名居城的配套设施, 把周围分散的寺院集中起来, 是寺町的开始。3.9公顷的面积建有寺庙11座, 像长远寺的多宝塔 (最左端照片), 是经历了400年保存下来的建筑, 除此之外, 共有7件国家指定的重要国家级文物。据说完整保存了当年的街道, 可以感受到当年大名居城的韵味。如果时间充足的话, 还可以到生活气息浓厚的小街巷中走走也不错。

5 世界的存钱罐博物馆 MAP 1 B-3

这是由当地的金融机关尼崎信用金库运营, 展示各个国家存钱罐的博物馆。该建筑物是1930年建成的, 作为尼崎信用金库的第二代总店使用过的建筑物, 还保留着当年使用过的金库。有时候也会在电视节目中被报道, 是很受欢迎的设施, 1984年开馆, 当初展览了由职员兴趣收藏的600多件展示品, 现在收藏品已经达到了62个国家13000件, 而且还在持续增加当中。

● 尼崎市西本町北通3-93
☎06-6413-1163 ☎10:00~16:00
星期一, 法定假日休馆 (遇到星期六, 日的时候, 照常开放) 免费入馆

只需要
1个小时

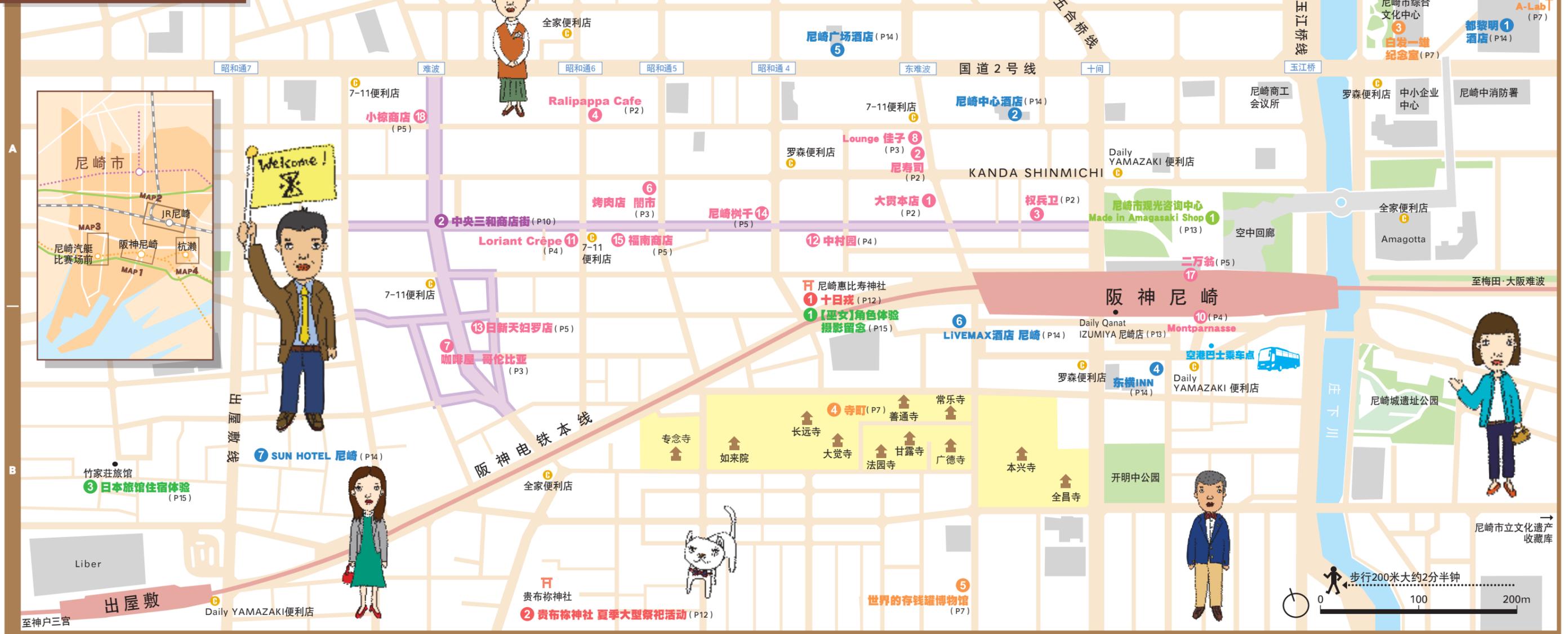


也许还能找到
你们国家的
存钱罐哦



从小存钱罐看大世界

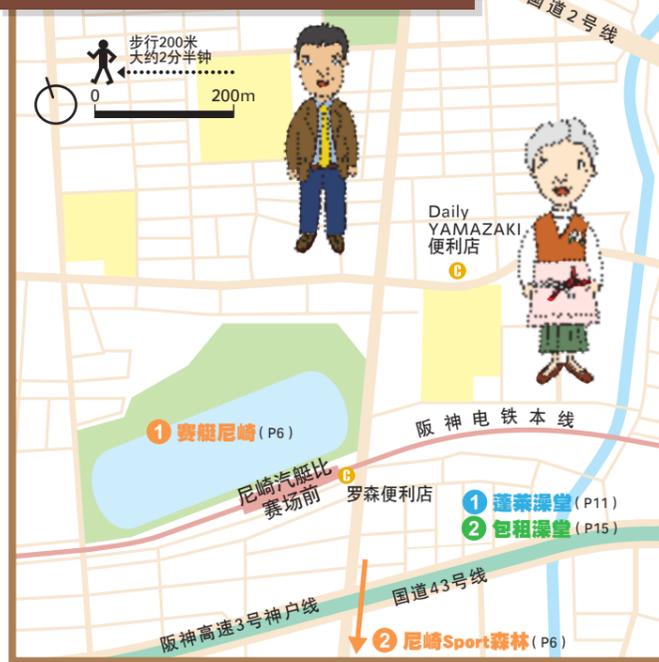
MAP 1 阪神尼崎~出屋敷周边



MAP 2 JR尼崎周边



MAP 3 尼崎汽艇比赛场前周边



MAP 4 杭瀬周边



品尝市场的食材

① 杭濂商店街 MAP 4

很早以前就很热闹的小市街杭濂地区的市场，摆满了当夜的菜肴。在【市场食堂】可以品尝到鱼店的生鱼片套餐，还有肉店的炸猪排套餐。在【ama SALADA】可以喝到当季的水果和蔬菜制作成的果蔬汁。还有可以试饮之后再购买的您所喜欢的日本酒的【山本酒店】等等很多这样的店铺。在阪神尼崎站乘坐阪神电车，两站地就可以到达这里，一定要来复古的美食街—杭濂商店街。



阪神杭濂站到商店街步行需要5分钟左右



特别偏爱神户本地酒【大黑正宗】的山本酒店



摆满了新鲜的水果、蔬菜等食材的杭濂中市场的风景



把蔬菜的营养原封不动制成饮料的 ama SALADA



市场食堂的人气菜品 摆满生鱼片的【生鱼片套餐】780日元



集购物，美食于一体的商店街

商店街里饮食店，副食品店，服装店，杂货店等各种各样的店铺排列左右。

在当地人购物的场所，来一次当地特有的体验。



从阪神尼崎站下车以后，入口处便能看到一幅尼崎城的画



菅原屋摆满了各式各样的包，就是随便看看也很不错



三和本通商店街有很多的点心零食优惠店

拐到小巷去看看也不错哦。



边走边看，购物天堂

② 中央三和商店街 MAP 1

从阪神尼崎站向西，是日本国内最大规模商店街之一，排列有大概400家店铺。有很多【药妆店】【点心零食店】【百元店】，是当地被誉为【什么都便宜】的地区。因为商店街有拱顶，所以即便是下雨天也可以很愉快的购物。希望大家可以关注一下拱廊顶部，是为当地职业棒球队加油而诞生的吉祥物以及出自人气漫画家尼子骚兵卫的七福神的人物像等，有很多地方可以拍照留念。另外，游戏厅，剧院也很有意思。



商店街的入口处好像主题公园一样



为保佑生意兴隆，供奉着白蛇的【天龙神社】



支持当地职业棒球队的吉祥物



商店街的拱顶是由当地的人气漫画家 尼子骚兵卫画的七福神



商店街，客人与店主的交流也是很有趣的

澡堂

Hot Spa



在这里的澡堂，洗去旅途的疲惫。

尼崎市的澡堂之多在日本全国是名列前茅的，泡在宽敞的浴池中，感受日本文化中的【钱汤】。这里有天然温泉，复古的空间，要想解除旅行的疲惫，请一定要来澡堂泡一泡。



可以体验令人怀念的曾经的日本的空间

② 第一敷岛澡堂 MAP 4

从阪神杭濂车站步行5分钟。进入一条小路，便可以看到叫作【唐破风】的很少见的建筑风格的入口，第一敷岛汤，建于1923年，是很有历史的澡堂。进去之后，迎接您的是已经在这里工作了半个世纪以上的黑木功子。浴室比较小，但是您可以一边观赏复古的瓷砖壁画，一边静静的享受，根据季节，还可以有各种各样的药浴供您享受。泡完澡出来，还可以尝试一下从开店时就有一台复古的按摩机。

● 尼崎市杭濂本町1-25-5 ☎06-6481-7120

◎ 14:45~23:00 星期二休息

大人400日元，小学生160日元，6岁未滿的小孩子60日元



舒适的有设计家风格的澡堂

① 蓬莱澡堂 MAP 3

时尚的外观给人很深印象的设计家风格的澡堂。内装以木制为主，令人感到宁静而舒适。浴室设计简单大方，且干净。女老板稻里美说她想开一间独一无二的澡堂。这里最大的特点是用从地下700米深处涌出来的天然温泉，还有使用自家引以为豪的温泉水浓缩制成的，令肌肤光滑滋润的美容产品【Riento面霜】(2000日元)，以及【少女出浴】(使用温泉做成的化妆水)(500日元)等。

● 尼崎市道意町2-21-2 ☎06-6411-0567

◎ 15:00~23:30 (星期日12:00~) 星期五休息

大人420日元，小学生160日元，6岁未滿的小孩子60日元

第一次的澡堂入浴讲座

- 一，在下浴池里泡之前，要先洗干净身体。
- 一，长头发要盘起来，不要泡在浴池里。
- 一，不要把毛巾放在浴池里。
- 一，在冲洗的地方，不要把水溅到别人身上。
- 一，使用完的脸盆，椅子要放回原位。
- 一，为了不弄湿换衣间的地板，要在擦干身体之后再进入换衣间。

这样您就可以说是澡堂通了。

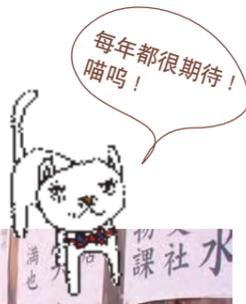


只要掌握了这几项，您就可以去澡堂了。澡堂里提供有借毛巾租借的服务，还有肥皂，洗发水等，您就是空着手来也没有关系。

庆典活动 Festival

遇见尼崎市最热闹的日子

如果您的旅游日程相吻合，一定要来看一看这个地区的神社每年都举办的庆典活动。是体验日本传统文化的珍贵的机会。



祈祷买卖兴隆的财神爷祭奠活动

① 十日戎 MAP 1 A-3

有着令人瞩目的高22米的巨大鸟居的尼崎惠比寿神社。在1月举办的【十日戎】，聚集了尼崎市的店铺，公司的经营者们，来祈祷新的一年取得成功。买一束带装饰的【神竹】回家，挂在家里或者公司或者店铺，然后，一年后再到神社买一束新的来换下旧的，是这里的风俗习惯。还有在供奉的金枪鱼上贴上钱币祈求财运的神事。

● 尼崎惠比寿神社 尼崎市神田中通3-82
☎06-6411-3859 www.amaebisu.com



每年
1月9,10,11日



日本屈指可数的力量对决花车的比赛

MAP 1 B-2

每年
7月31日,
8月1,2日

② 贵布祢神社 夏季大型祭祀活动

装饰有传统日本建筑风格的花车，各个街道都拿出传承下来的引以自豪的花车来参加一年一度的祭祀活动而聚集到贵布祢神社。其中有名的是被称为山合的以互相撞击来争胜负的表演活动。每年有很多的观众到访。开始的两天当中，在各地举行花车游行，【山合】是在最后一天，也就是8月2日可以看到。从商店街到神社的参拜道上，晚上会有很多的大排档店铺也可以逛逛。

● 贵布祢神社 尼崎市西本町6-246 ☎06-6411-0170 kifunesan.jp



【抬神轿】祈祷地区的幸福安康而进行的游行活动

③ 杭濑熊野神轿 MAP 4

在杭濑熊野神社中供奉的神，为了那些不能来神社祭拜的人，一年一度举行地区性的游行活动。那个时候乘坐的就是这种神轿，神社每年都招募可以与当地人一起抬神轿的参加者。担任神社神官的中西先生说，【希望来日本旅游的世界各地的朋友都能体验一下抬神轿的活动，来感受一下神的力量】除了有重1吨的大神轿以外，还有【女子神轿】【儿童神轿】，是全家都可以参加的少见的祭祀活动。

● 杭濑熊野神社 尼崎市杭濑本町1-9-36 ☎06-6481-6903 www.kuise.com

每年10月
第一周的星期六和
星期日

武库川盂兰盆舞

只要你跳起盂兰盆舞，就可以感受日本。



每年8月，从傍晚开始，在公园，广场搭起木制的高台，并播放音乐，然后围着高台跳舞，这就是在日本各地都会举行的盂兰盆舞活动，无论是小孩子还是老人，都穿着日本传统的和服浴衣，伴随着有独特节奏的被称为【音头】的音乐起舞，这样的活动，最能感受到日本文化。尼崎市最大的盂兰盆舞活动是在每年8月23日到25日的三天，在武库川河川敷公园（阪神武库川站的东出口出来即是）举行。时间是18点半到22点左右。无需预约，来了就可以参加，跳起盂兰盆舞，感受日本吧。



尼崎的秘传调味料套盒 (2350日元~)

章鱼烧店，炸肉串店等专业的厨师都在使用，商标也很可爱的【Wandafuru Brand Sauce】调味汁，由于口味清爽，可用于各种料理，主要由酸橘和高汤，还有酱油三种原料制成的【HIROTA的橙醋】。这两种调味汁与酱油组成的套盒的土特产很有人气。

尼崎浇汁杂烩面 (550日元)

家庭也可以简单制作的，以粘稠汤为特点的尼崎当地拉面。



是日本的
家庭味道。

土特产 Souvenir

HINODE 麦芽糖 (2200日元)

不使用砂糖，只用大米制作的麦芽糖，由于是使用天然素材，所以对喉咙很好，既可用于红茶，也可以用于料理，十分方便。



尼崎限定，请品尝鲜为人知的日本的味道。

调味汁，酱油，点心，酒都是尼崎限定的商品。把只有当地人才知道的稀少的日本味道作为土特产吧。



赞叹3秒 (8640日元)

笔插入进去就好像被吸进去了一样，慢慢地沉下去。是会让人感到神奇的笔架，由拥有精巧加工技术的尼崎本地企业开发出的优质商品。

汤婆子 (1810日元)

是工业都市尼崎特有的高品质汤婆子，装入热水取暖，可以长期使用的优质商品。



① Made in Amagasaki Shop (尼崎制造商店) MAP 1 A-4

是集合了在尼崎生活的人所推荐的当地的优质商品的店。有少见的调味料，国产的汤婆子，高科技的圆珠笔等，致力于宣传尼崎制品的专门店。在阪神尼崎站前的公园里，十分便利。

● 尼崎市神田中通1-1 ☎10:00~18:00 星期四休息
☎06-6412-2086 可使用信用卡



土特产也可以在超市和药店买到

如果是小的土特产的话，也可以在当地的超市和药店买到，十分便利。在大阪的梅田和难波都买不到的限定商品等，也许可以在尼崎买到。阪神尼崎站的高架下的购物中心【Amasta Amasen】里面的【Daily Qanat IZUMIYA 尼崎店】营业到晚上24点，交通便利。正因为是车站前的超市，为上班的人准备了充足的家常菜。另外，JR尼崎站前的大型购物商城【Q's Mall】里也有大型的超市和药店，酒店入住之后晚上也可以来这里购物，是非常方便的。



Daily Qanat IZUMIYA 尼崎店 (MAP 1 A-3)



中央商店街里的100日元店铺

住

寺町宁静的早晨，午后的商店街热闹依旧，夜晚的霓虹灯令人向往。

如果你想感受根据时间的推移而变化的尼崎，就在这里住一晚吧。

※住宿费是一名成人所需的参考价格。其中包括了服务费和消费税。
※这里刊登的内容，是2016年2月现在的信息。
※双人大床房和双人标准房是入住两人，每人的价格。

2 尼崎中心酒店

MAP 1 A-3

有几种类型的枕头可供选择，全部房间都配有无线LAN，再次住宿可以享受快捷入住的服务等。再加上酒店的经营者自己每年在酒店住250天，以客人的眼光来对酒店的服务进行改良也是这个酒店的一大特点。距离商店街很近，可以逛逛也不错。



● 尼崎市昭和南通4-30 ☎06-6411-5000
入住时间15:00~/退房时间11:00
【房价】单人房 ¥ 6800~，双人大床房 ¥ 4900~，
双人标准房 ¥ 6500~，停车场 ¥ 500/晚（需要预约）
※各种折扣信息，请向酒店前台咨询。

4 东横INN阪神尼崎站前酒店

MAP 1 B-3

位于连接关西国际机场和阪神尼崎站的机场巴士站的前面，从阪神尼崎站西出口出来步行1分钟即到，十分方便。除了所有客房均配有免费Wi-Fi以外，在大厅还有免费的电脑和打印机可供使用。



● 尼崎市御园町19 ☎06-6416-1045
入住时间 16:00~/退房时间10:00
免费早餐提供时间 6:00~9:30
【房价】单人房 ¥ 6804~，双人标准房 ¥ 5022~，
停车场 ¥ 700/晚（需要预约）

6 LIVEMAX酒店 尼崎

MAP 1 B-3

阪神尼崎西口出来步行3分钟即是，距离寺町和商店街很近，所以很适合观光。推荐您以优惠的价格就可以入住好房间的提前预约享受折扣的制度。因为前台营业到23点，所以请注意入住时间。



● 尼崎市西御园町119-1 ☎06-6412-8001
入住时间 15:00~/退房时间 10:00
【房价】单人房 ¥ 7000~，双人标准房 ¥ 5000~，
停车场 ¥ 1000/晚（按照入住顺序）

1 都黎明酒店

MAP 1 A-4

高100米的外观是阪神尼崎的地标性建筑。拥有日本料理，西洋料理，中华料理的餐厅，各类美食准备充足。从最高层的Sky Bar TOP OF THE CRYSTAL可以看到大阪湾美丽的夜景。客房均配有免费Wi-Fi。

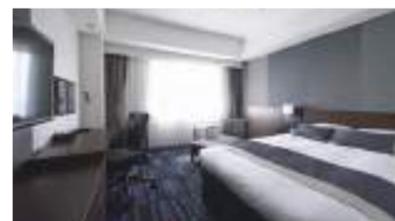


● 尼崎市昭和南通2-7-1 ☎06-6488-7777
入住时间 14:00~/退房时间 11:00
【房价】单人房 ¥ 15444~，双人大床房 ¥ 9504~，
双人标准房 ¥ 13068~，停车场 ¥ 500/晚

3 [HOPINN] AMING酒店

MAP 2

本酒店与JR尼崎站连接，从大阪梅田只需要5分钟就可以到达。是JR西日本酒店集团的下属酒店，整个酒店有190间超过20平方米的明亮客房，2层的餐厅，不仅有大众餐饮，也有价格实惠的豪华料理，还有宴会料理可供选择。同时设有蛋糕店，味道也是很有自信的。

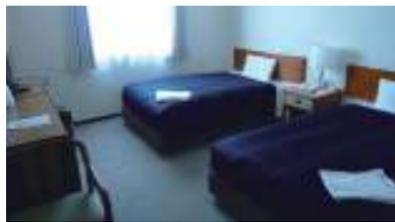


● 尼崎市潮江1-4-1 ☎06-6491-0002
入住时间 15:00~/退房时间 11:00
【房价】单人房 ¥ 14040~，双人大床房 ¥ 9720~，
双人标准房 ¥ 9720~

5 尼崎广场酒店

MAP 1 A-3

价格低廉是经济酒店的魅力所在。无论是提供可选择枕头的服务，还是免费早餐的服务，都希望您能在本酒店获得身心的放松。网页里有服务员为您推荐附近的拉面店等信息。

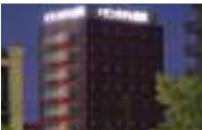


● 尼崎市东滩波町5-16-26 ☎06-6483-1100
入住时间 15:00~/退房时间11:00
免费早餐提供时间 6:30~9:00（地点在1层居酒屋【提灯】）
【房价】单人房 ¥ 5000~，双人大床房 ¥ 3900~，
双人标准房 ¥ 4150~，停车场 ¥ 800/晚（需要预约）

7 SUN HOTEL 尼崎

MAP 1 B-1

出阪神出屋敷站步行2分钟，一层大厅可以使用免费Wi-Fi，有可以选择自己适合的枕头的枕头架。选择适合自己的枕头才能得到很好的休息。有免费的早餐服务。



● 尼崎市宫内町1-26 ☎06-6417-1300
入住时间15:00~/退房时间 10:00
免费早餐的提供时间 6:00~9:00
【房价】单人房 ¥ 6700~，双人标准房 ¥ 6000~，
停车场 ¥ 800/晚（需要预约）



1 【巫女】角色体验 摄影留念

MAP 1 A-3

在神社举办的活动中，女性【巫女】主要起协助神社工作的作用。穿上日本的动画片中也经常可以看到的传统服装，用自己的相机或者智能手机摄影留念。体验者需要在活动前一天之前在网上预约。仅限女性参加，费用是1000日元/人。

● 尼崎惠比寿神社 尼崎市神田中通3-82
☎06-6411-3859 www.amaebisu.com

人生的第一次体验！



体验

正因为【AMA】是好客之都才可以实现的日本体验活动。为您留下一个今后可以拿出来炫耀的美好回忆。

2 包租澡堂

MAP 3

天然温泉的澡堂【蓬莱澡堂】，可以包场2个小时的豪华享受。包场服务仅限星期五，且20位以上的团体客人才能预约包场服务。请在前一天直接咨询。价格为，大人420日元，小学生160日元，6岁未满的小孩子60日元。

● 蓬莱澡堂
尼崎市道意町2-21-2
☎06-6411-0567
houraiyu@yahoo.co.jp
☎15:00~23:30
包场只限星期五



3 日本旅馆住宿体验

MAP 1 B-1

下榻拥有近100年历史的传统旅馆，体验日本文化。女老板樋口京子是在澳大利亚生活了22年的国际派，能用英文为您服务。请在www.takeyasoo.com进行预约。4200~4900日元/人（不提供餐食）

● 竹家旅馆 尼崎市宫内町2-85 ☎06-6411-2525
还设有酒吧（预约制）不可使用信用卡

i 在这里查找尼市观光景点



4 尼崎·魅力导航所 Ama-love i+Plus

MAP 2

这里为您提供尼崎的历史、传统、文化、产业，以及观光景点和美食的各种信息。也为您提供市内各设施的介绍手册以及地图等，还提供此观光手册【尼崎一家】中所介绍的各店铺及设施的联系，预约等服务。

● 尼崎市潮江1-1-1 JR尼崎站内（检票口外）☎050-3772-5410
☎10:00~18:00 第2周和第4周的星期二休息 ama-kan.jp

尼崎顾客至上宣传册编辑委员会

针对尼崎市近年来外国观光客的增多，本着发掘并宣传尼崎市，于2015年9月成立。

会员：尼崎市政府，尼崎商会议所，尼崎信用金库，尼崎惠比寿神社，杭濑Action Club，株式会社TMO尼崎，阪神电气铁道株式会社
协赞：尼崎中心酒店，[HOPINN] AMING酒店，都黎明酒店

由当地对尼崎非常熟悉的专家制作。

