



案2 | 6日台北-四國環島之旅 匠心與文化 自然深度探索

阿波舞 | 土佐和紙 | 燒鯉魚等，四國工藝精髓與傳統精神
自然+歷史文化的體驗之旅

行程亮點

【匠心文化】：烏龍麵/稻草燒鯉魚等傳統飲食的最傳統的製作體驗，了解日本餐飲職人的精髓，和紙製作體驗了解手工藝人的匠心精神。

【自然風光】：四國島日本最後的秘境中探尋四縣各地的秘境風光。

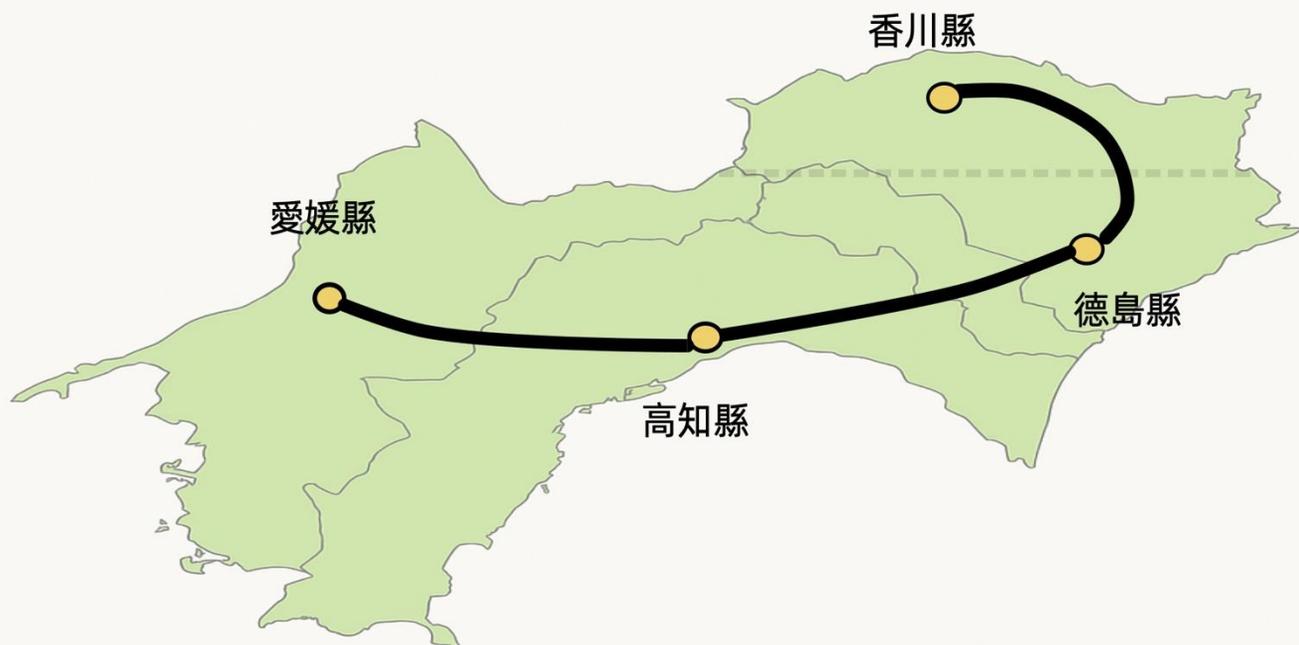
【觀光聖地】：小豆島，祖谷藤橋，日本最後的清流四萬十川，金刀比羅宮，栗林公園，道後溫泉

【特色美食】：日式居酒屋，特色海鮮定食午餐，日式涮涮鍋/壽司，特別體驗高知宴會宴席料理。

【優質住宿】：精選優質住宿環境，溫泉浴場飯店，Booking，一休，樂天等認證3-4星或同級別飯店。



NDK GROUP



四國島・四縣



特色美食

精心安排日本特色美食，5早餐，4午餐，5晚餐（2餐酒水不限量暢飲）



自製烏龍麵



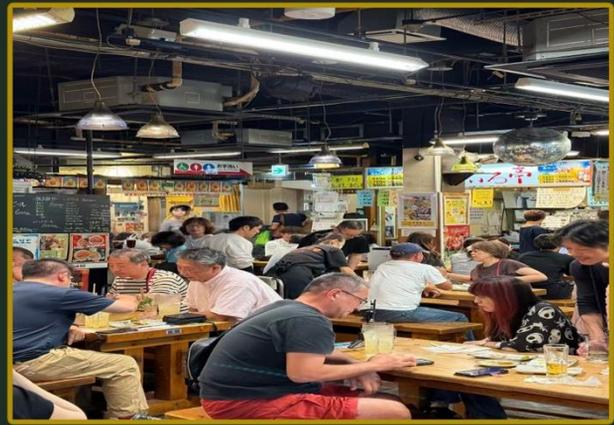
日式涮涮鍋+壽司



70種美食自選吃到飽



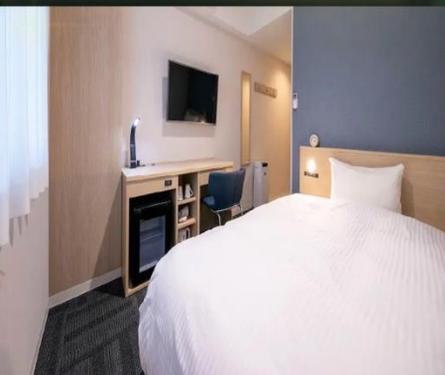
高知縣土佐宴會料理
（壽司，刺身等日式料理一應俱全）



高知弘仁市場（高知縣土佐傳統飲食
一應俱全，自由選擇）

日本優質品牌精選飯店

城市中心部/溫泉大浴場（部分含）/booking3星-4星



台北直飛【四國環島匠心與文化 自然深度探索】

四國四縣 香川+德島+高知+愛媛 6日5夜

【行程特色】：6日之旅，體驗四國傳統美食，深度探尋傳統飲食職人文化，體驗和紙製作了解匠人精神，深度探尋日本最後的秘境四國島，體驗四國島自然風光與歷史文化，飲食習慣，感受自然美景。

【品質保證】：全程精遊日本四國島。

【溫馨住宿】：精心選擇現地提供優質住宿（4晚飯店含溫泉大浴）
booking認證3-4星飯店。

【文化體驗】：香川縣烏龍麵製作/德島縣阿波舞體驗/高知縣和紙製作/稻草燒鰹魚/宴會料理體驗/愛媛縣傳統溫泉文化

【精選美食】：行程內除高知縣特色自由飲食弘仁市場外，全程包餐。
全程費用內包含（5早餐4午餐5晚餐）

行程概覽

日程	城市地點	內容	飲食	住宿
1day	香川縣 (高松)	參考航班：14:30-17:55台北✈高松 CI178 入國後晚餐 入住飯店	早：✕ 午：✕ 晚：✓	多美迎高松飯店
2day	香川縣 (高松) 德島縣 (德島)	【乘船移動小豆島 (60min)】 - 【天使之路20min】 - 【橄欖公園 (60min)】 - 午餐 - 【寒霞溪索道纜車觀覽 (70min)】 - 【乘船返回高松】 - 【德島移動 (90min)】 - 晚餐 - 【阿波舞體驗】	早：✓ 午：✓ 晚：✓	德島站前大和ROYNET酒店 (或同級別酒店)
3day	德島縣 (德島) 高知縣 (高知)	【祖谷藤橋 (90min)】 - 【高知縣移動 (90min)】 【燒鰹魚體驗/午餐】 - 【桂濱公園 (60min)】 - 晚餐	早：✓ 午：✓ 晚：✓	Hotel Best Price Kochi
4day	高知縣 (四萬十川)	【道之驛站】 - 【四萬十川屋形船/午餐】 - 【和紙博物館】 - 【高知土佐宴席晚宴】	早：✓ 午：✓ 晚：✓	Hotel Best Price Kochi
5day	高知縣 (高知) 愛媛縣 (松山)	【高知城 (60min)】 - 【弘仁市場/帶屋町商店街】 - 【愛媛移動】 - 【道後溫泉街 (溫泉體驗/少爺機關鐘/伊佐爾波神社)】 - 【晚餐】	早：✓ 午：✕ 晚：✓	多美迎松山飯店
6day	愛媛縣 (松山) 香川縣 (高松) 台北桃園	【金刀比羅宮】 - 【烏龍麵製作體驗】 - 【栗林公園】 - 【機場移動】 【參考航班：118:55-21:05高松✈台北 CI179】	早：✓ 午：✓ 晚：✕	

詳細行程

第1日 台北桃園機場✈️高松機場 參考航班：中華航空CI 178 14:30-17:55

高松機場到達後，客人各自辦理入境手續
預計19:00前完成入境

入境後，乘坐專用車前往酒店辦理入住，修正後進行晚餐
*根據入境時間調整晚餐與入住先後順序

【酒店入住】：辦理入住手續，簡單休息卸下一天空中之旅的疲憊過後進行晚餐。

【晚餐】：日本居酒屋套餐料理 2.5小時酒水暢飲（無限量隨便喝）



餐食 早：~~✕~~午：~~✕~~晚：日本居酒屋套餐料理

住宿 高松：多美迎高松飯店或同級別酒店

【遊覽船 高松-小豆島】從香川縣高松港口出發，搭乘渡輪前往小豆島，只需約60分鐘左右的時間即可抵達充滿魅力的島嶼世界。一路上，海風輕拂，瀨戶內海的多島美景盡收眼底，讓「移動」本身成為旅程的一部分。

【小豆島】小豆島位於日本香川縣瀨戶內海中，從高松搭乘渡輪約1小時即可抵達。氣候溫暖，海風柔和，島上自然資源豐富，因此被稱為「日本的地中海」。這裡融合了壯麗的自然景觀、悠久的文化傳統，以及溫馨的人文氣息。

【天使之路】每天只有兩次、在退潮時才會出現的“沙之道路”，連接主島與小島，被稱為“戀人聖地”。傳說牽手走過天使之路的情侶，愛情將永恆不變，是年輕人最喜歡的浪漫景點之一。

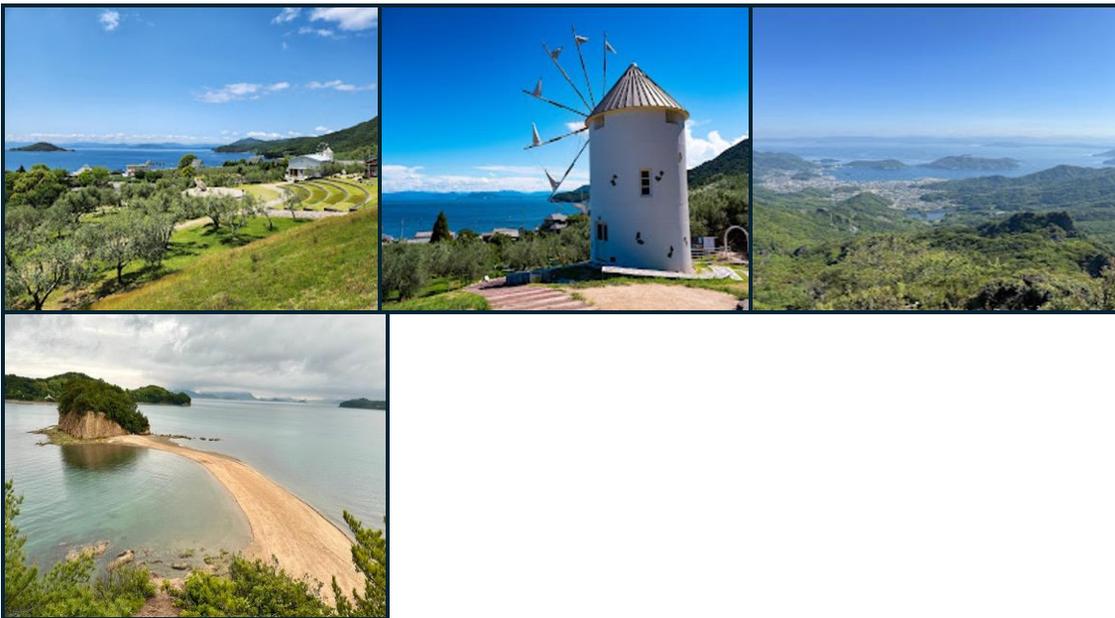
【寒霞溪】小豆島最具代表性的景觀之一，被譽為「日本三大溪谷美」之一。搭乘纜車可俯瞰斷崖絕壁與瀨戶內海的壯闊景色。春賞新綠、夏看碧空、秋觀紅葉、冬覽雪景，四季皆有不同的美。

【橄欖公園】小豆島是日本最早成功種植橄欖的地方。在小豆島橄欖公園，可以參觀廣闊的橄欖園、體驗榨油或製作橄欖香皂。園區內白色風車與地中海風格建築非常適合拍照打卡，是熱門網紅景點。根據同名經典電影《二十四隻眼睛》建造的復古村落。保留了昭和時代的木造校舍和電影場景，讓人感受舊日本的純樸與溫情。這裡象徵人與人之間“溫柔的羈絆”，十分適合沉浸式文化體驗。

【德島縣移動】大約1.5小時的車程，移動德島縣。到達後進行晚餐。

【阿波舞體驗】晚餐後觀看與體驗阿波舞公演。

阿波舞 是起源于日本德岛县、拥有 400多年历史的传统民俗舞蹈，也是日本三大盆舞之一。以明快的节奏、整齐的群舞和高度参与性著称，舞者随着三味线、太鼓与笛子的伴奏，以「连（れん）」为单位进行表演。舞步看似简单却富有韵律，展现出日本传统节庆文化的热情与活力。



餐食 早：飯店內 午：釜飯和食 晚：日本定食料理

住宿 德島：德島站前大和ROYNET酒店（或同級別酒店）

【祖谷藤橋】 日本現存最具代表性的藤蔓吊橋之一，已有800年以上歷史，被譽為「日本三大祕境」的象徵。整座橋以野生藤蔓（葛藤）和木材手工編織而成，不使用任何鐵釘，橫跨祖谷川，全長約45米，橋身會隨著行走輕微搖晃，極具臨場感與體驗感。藤橋每隔數年需整體更換，由當地匠人親手採集藤蔓、編織、重建。橋體會老化，但技藝得以延續，體現了日本傳統文化中重在傳承，而非永久保存」的價值。

【鯉魚船/燒鯉魚體驗】 高知縣因黑潮流而近海，自古以來就是日本最重要的鯉魚漁場之一。當地傳統的鯉魚船（一本釣漁船），至今仍採用古老而高效的捕魚方式，被視為高知漁業文化與職人精神的象徵。燒鯉魚體驗（稻草燒・かつおの藁焼き）是高知縣最具代表性的飲食文化體驗之一。將新鮮捕獲的鯉魚置於熊熊燃燒的稻草火焰之上，利用瞬間高溫快速炙燒，使表面熟化、內部保持生鮮狀態，最大程度鎖住魚肉的鮮甜與水分。

這是只有在高知，才能體驗到的傳統漁鄉料理方式。

【桂濱公園】 位于高知市太平洋沿岸，是高知最具代表性的海岸景观名胜。公园以弧形白沙滩、松林与湛蓝海景闻名，并矗立着坂本龙马铜像，象征高知与日本近代历史的连结。海浪、松林与历史氛围交织，呈现出高知独有的自然与文化景观。桂滨公园是感受土佐自然风光与历史精神的经典景点，也是高知旅行的必访之地。



餐食 早：飯店內 午：鯉魚套餐（自烤） 晚：日式涮涮鍋/壽司

住宿 高知：Hotel Best Price Kochi

【道之驛站】（道の駅めぐり窪川）是四萬十地區的重要路邊驛站，集合當地農牧漁業的特產購物，特色飲食與一身，是體驗四萬十鄉土風味與休息旅途的停留點。

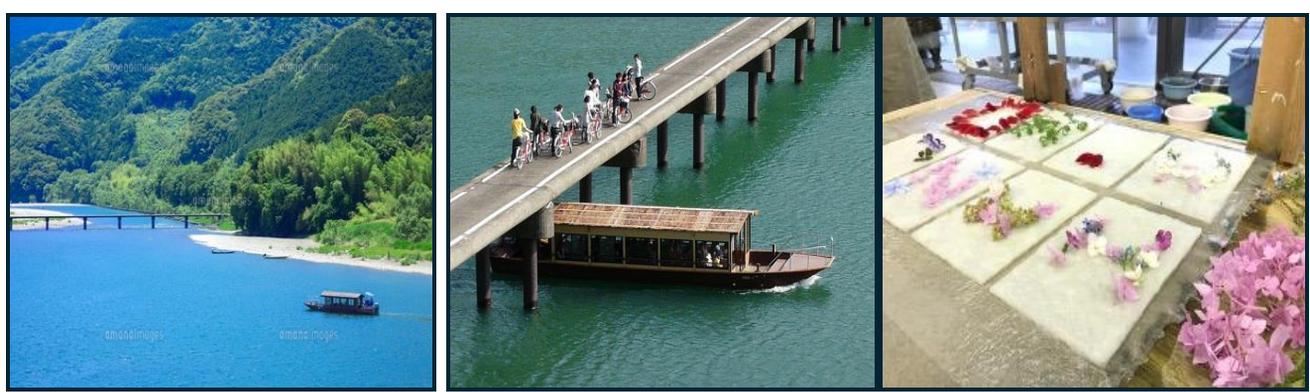
【四萬十川/屋形船】 四萬十川位於日本高知縣西部，全長約196公里，被稱為日本最後的清流四萬十川，它發源於津野町的不入山，流經四萬十市最終注入太平洋。由於未修築大型水壩，河水清澈見底，河畔保留原始的自然景觀與豐富的生態系。沿岸分佈著傳統的「沈下橋」（在洪水時會被水淹沒的橋），成為代表性的景觀之一。四萬十川不僅是攝影與大自然愛好者的聖地，也吸引許多遊客體驗獨木舟漂流、釣魚及露營等戶外活動，被譽為「日本最後的清流天堂」。乘坐屋形船體驗與感受自然療癒之地。屋形船內體驗高知土佐的特別宴席式午餐（地產食材便當），與當地住民船夫交流，了解四萬十川的奧秘。

【和紙博物館】 土佐和紙起源於日本高知縣（土佐），擁有1000年以上歷史，是日本三大和紙之一。它以質地輕薄、纖維細密、柔韌耐用而聞名，傳統上採用清澈河水與天然植物纖維手工製作，體現了高知人與自然共生的智慧。

【高知土佐宴席料理】 OKYAKU（おきゃく）是高知特有的待客與宴會文化，意指把客人當作家人般熱情招待的聚會方式。

在 OKYAKU 中，人們圍坐共食當地料理、暢飲土佐清酒，不分身份、輩分與立場，重視交流、分享與情感連接，展現高知人豪爽、直率、熱情好客的性格。

OKYAKU 不只是吃喝，更是人與人之間建立信任與羈絆的生活文化，是體驗高知地方精神的重要窗口。（酒水不限量）



餐食 早：酒店內 午：屋形船內宴席式午餐（便當）晚：土佐宴席料理

住宿

【高知城】高知城位於日本高知縣高知市的市中心一小丘上，以其保存完好的江戶時代城郭建築群而聞名。城最初的興建始於1601年（慶長6年），由山內一豐負責興建。屬於日本現存十二座天守之一。從天守閣可以俯瞰高知市區全景，是一個拍照與觀景的好地點。在天守閣內部，還有展示與城堡歷史、構造相關的展覽說明。

【弘仁市場】高知市中心的著名美食集市，以熱鬧的市井氛圍和地道土佐料理聞名。這裡聚集約60家店鋪，主打炭烤鰹魚（鰹のたたき）、地酒、海鮮丼等鄉土美食，許多攤位提供「立ち飲み」（站著吃喝）的特色體驗，充滿高知豪爽的飲食文化，被譽為「高知人的廚房」。

【帶屋町商店街】高知帶屋町商店街位於高知市中心，是高知縣最繁華、最具人氣的購物與娛樂街區之一。這條商店街全長約1公里，設有拱廊式屋頂，即使在下雨天也能安心購物和漫步。街道兩旁分佈著約150多家店鋪，包括時尚服飾、雜貨、化妝品、當地特產店、餐飲店和咖啡館等，是當地居民與遊客的重要休閒地點。

【道後溫泉街】道後溫泉本館溫泉體驗）被譽為日本“溫泉的象徵”，建於1894年，是木製三層建築，極具明治時代風格。宮崎駿動畫《千與千尋》湯屋的靈感部分來自此地。

道後溫泉別館「飛鳥乃湯泉」以飛鳥時代風格建造，內部裝飾典雅，提供包間泡湯。

【坊っちゃん時鐘】位於道後溫泉站前廣場，緊鄰溫泉本館及足湯。外觀仿照「道後溫泉本館」的建築樣式，每到整點（如9:00-21:00整點）時，時鐘會升起、打開，機械人偶重現夏目漱石小說《坊っちゃん》的場景。廣場上有免費足湯，遊客可邊泡腳邊欣賞時鐘表演，是非常受歡迎的打卡點。

【伊佐爾波神社】位於道後溫泉本館後方的小山上，是松山著名的神社之一。以鮮豔的朱紅色建築和長長的石階聞名，供奉著保護溫泉與旅人平安的神。



餐食 早：酒店內 午：各自 晚：自助式餐廳

住宿 松山：多美迎松山飯店

【**金刀比羅宮**】日本最著名的神社之一，供奉被稱為「金毘羅神」的海上守護神，主要祈求航海安全、交通平安、生意興隆。

參拜需攀登 785級石階（至本宮），沿途有老街、茶屋與傳統建築，是結合信仰、體力挑戰與風景的體驗。登頂後可俯瞰贊岐平原，視野開闊。

金刀比羅宮自古深受商人、漁民與旅行者信仰，也被視為香川代表性的精神象徵。

【**烏龍麵製作體驗/午餐**】香川烏龍麵，正式名稱為 贊岐烏冬（さぬきうどん），是日本最具代表性的當地美食之一，發源於香川縣（原贊岐國）。

- 1.由老師教你從 揉麵糰開始、足踩麵糰、擀麵棒拉麵、切麵 到 煮麵與品嚐 的每一步。
- 2.整個過程輕鬆有趣，甚至會配合音樂一起“踩麵糰”，氣氛活潑！
- 3.完成後可以享用午餐，現場吃自己做的烏龍麵，味道特別好。

【**栗林公園**】（1.5h園內觀光）栗林公園的歷史可追溯到 江戶時代初期（約400年前）。最初由高松藩主生駒家開始修建，後來由鬆平家（德川禦親藩）接手，經過歷代藩主長達100年的整修，形成了今天的模樣。它被譽為：「一躋一景」—— 意為「每走一步都有不同的景色」。2009年被米其林綠色指南日本管評為二星景點 評價為「值得車程前往的名園」。

栗林公園觀覽結束後，前往高松機場
*導遊協助辦理登機手續後，離境解散。



餐食

早：酒店內

午：自製烏龍麵

晚：✕

— 以上行程僅供參考 最終行程以出團為準！ —