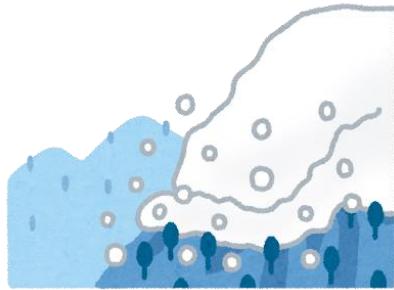


练马区情报网

2026年冬号

多言语情报支援员（中国语担当）

奈須 清美



中国的冬天美景

中国的冬天，有被称之为「雪的故乡」的哈尔滨，还有被蒙胧大雾环绕的「黄山」等10处有名的雪景可以观赏旅游。



1 哈尔滨的雪村

哈尔滨的雪村，因为被称作中国的「童话村」而被知晓，是受人们喜欢的能体验到冬天寒冷的地方，包括哈尔滨市、海林市、牡丹江市在内的「雪乡国家森林公园」里。面积500公顷、海拔1200m。

雪季是从每年的10月到来年的5月，持续7个月。这里是中国下雪最多的地方，平均一年积雪量达到2m。是中国10大美丽村庄之一，若要去观赏美丽的雪景，最佳时期是从12月到来年的3月这段时间。不但可以观赏到浪漫的雪景，而且还可以滑雪、溜冰、做雪橇、堆雪人玩等等，许多只有在雪的故乡才能体验到的快乐。

2 哈尔滨的冰雪节

哈尔滨的冰雪节是中国最大的冰雪节。冰的雕刻以哈尔滨为中心是东北地方的有名特色。从1985年开始了「哈尔滨的冰雪节」、在1999年诞生了现在的「冰雪大世界」。

12月下旬以后开始做冰雕的准备。现在每年从1月5日到2月末左右举行这个活动，对喜爱冬天景色的人来说是一个美丽雪景的乐园。被当地人称作「冰雪大世界」，意味着以冰和雪为主来展示世界有名建筑的活动。

最严冷的1月最高气温-13℃、最低是-23℃，将近12月末的时候，从「松花江」（中国东北的河流之一）上切取冰块，可以去观看这个过程。

用天然的冰块，在最大81万m²的广阔空间，能观赏到国内外艺术家展示的巨大冰雕和冰的建筑物。还有机会体验溜冰、雪地足球、冰上自行车等新型而有魅力的活动。

特别是晚上的景色，各种颜色的灯光秀，造就出浪漫的光景。有一种迷失在童话

世界里的感觉。被称作世界四大冰雪祭之一（北海道的札幌雪祭、加拿大的魁北克冬季嘉年华、挪威的奥斯陆滑雪祭）

在太阳岛公园、兆麟公园和特别会场的三个地方展示。有机会请一定去观赏观赏。

3 雪乡

在离哈尔滨 280 公里远的一个小村庄，那里也是一个有名的雪景之地。1 年中有 7 个月在下雪，最大积雪能达到 4m。从屋顶滑落的「雪的窗帘」像奶油一样那么光滑，那景色好似美丽的乐园。在那里能坐上狗拉的雪橇和马拉的雪橇，还能在山丘顶上看日出。感受当地的文化参加体验活动。



4 黄山

是在中国观赏雪景非常好的地方，作为世界遗产被联合国教科文组织登录。那里是自然的美和独特文化遗产融为一处的地方。有着数百年树龄的松柏森林被白雪装饰起来了，被称为奇岩的飞越岩给这里的景色增添了一份不可思议的魅力。

冬天是游览黄山美景的最佳季节。黎明和黄昏时，那云海与梦幻般的光芒造就的美丽壮观，那高大的松树群和肃静的空间融为一体壮观美到令人窒息，像一座美丽的乐园。白雪飘落在巍峨的山峰之巅像身披纯白外套，仿佛踏进了冬日的仙境乐园。

5 北京故宫

故宫也被习惯的称作紫禁城，在中国游览雪景必须到访的景点之一。到了冬天，白雪皑皑静悄悄地飘落在金色的瓦片和深红色的围墙上，展现出一幅非常美丽壮观的景象。肃静中的紫禁城神秘而迷人，感觉好像超越时光回到了那个年代一样。

瓦：盖在屋顶上的石板

6 九寨沟

在中国四川省北部，是有翠绿色湖泊和瀑布景色的美丽的山谷。拥有一片天然的森林，还拥有珍贵的大熊猫。

既有秋天红叶季节的令人惊叹的景色，又有冬天以有名的「九谷村」为称的雪景。从 11 月到来年的 2 月山、森林被覆盖上厚厚的积雪，阳光照射下它变得更加美丽。

在九寨沟呼吸着新鲜的空气和接触大自然，让喜爱冬天和自然的人有一份难忘的体验。



7 张家界

中国湖南省内的城市，也是自然保护区。它的独特风景是耸立着数千根超过 200m 高的岩石柱。能观赏到钟乳石还有石笋洞穴，张家界国家森林公园是很有名的。

张家界市夏季长冬季短，冬天非常的寒冷。到了 12 月白雪覆盖，3000 多根巨大岩石柱和银白色的雪融为一体，形成了独特的「冰柱」。仿佛展现了一幅鲜艳的水墨画风景，让来到此地的人们为此惊叹。乘坐上穿越广阔雪原的缆车，那美丽的雪景更让你惊叹不绝。是观赏大自然的理想场所。

自然保护区：保持其原有的状态

水墨画：只用炭和水来作画

8 梅里雪山

中国云南省藏族自治区所属的山脉，又被称为「雪山王子」。其中最高的山峰标高 6740m。西藏人有这样的说法，能看到美丽的「日出」就象征着能得到幸福。梅里雪山的景色不但是它的大和美丽，而且还是世界上能够看到日出最美的地方之一。

9 凤凰古城

在中国湖南省土家族、苗族自治区那里，因为保留着美丽的老街而成为有名的观光胜地。它的魅力是保留着传统的木造建筑「吊脚楼」，能体验到少数民族的文化。从 12 月到 2 月宁静而美丽的雪景为之有名。老街屋顶上的瓦片、桥、路面覆盖着茫茫白雪，好似眼前展开了一片美丽雪原。翠绿色江面的沱江上倒映着白雪的景色，品尝着热乎乎的虾片，漫步在传统的老街，悠闲自在、慢慢地逗留在茶馆眺望着人们的生活景象，有着各种各样的享受方式。



10 万里长城

是为了守护中国北部在春秋战国时代（公元前 770 年至公元前 221 年左右）建造的，约有 2 万 km 长的巨大城壁。

冬天从万里长城上眺望被柔软白雪覆盖的山脉，老街那种神秘的风景和冬天的那般宁静合二为一的融合，人们常说不看万里长城的雪景不算走完中国冬天的旅程。

请一定寻觅到您的最佳冬天美景！



事业推进系通知

〈请利用文化交流广场信息角〉

用多种语言为外国人提供学习日语和生活信息

【地址】练马区光丘 3-1-1

【电话】03-3975-1252

【开设时间】平日的上午 10 点～下午 1 点

星期六 日 假日的下午 1 点～4 点 年末年始文化广场休馆

【对应语言】英语：星期二 星期四 星期六

中文：星期三 星期五 星期六

韩国语：星期一 ※其他语言请先与我们联系

〈外语咨询窗口为您服务〉

地域振兴课事业推进系可以用英语、中文、韩语、菲律宾语、日语为您提供咨询服务，并接受电话咨询。

【地址】地域振兴课（练马区役所本厅 9 楼）练马区丰玉北 6-12-1

【电话】03-5984-4333

【开设时间】平日下午 1 点～5 点

【对应语言】英语：星期一～星期五 中文：星期一～星期五

韩语：星期五 菲律宾语：星期一

※ 其他语言请先与我们联系

〈日本人与外国人定期举办交流会 详请见下〉

【区公式 HP】

<https://www.city.nerima.tokyo.jp/gaikokunohitomuke/bunka.html>

【QR】



练马区地域振兴课事业推进系

〒176-8501 练马区丰玉北 6-12-1

练马区役所本厅 9 楼

电话:03 (5984) 4333

e-mail:CHIIKI17@city.nerima.tokyo.jp

编辑：文化交流广场

（光丘 3-1-1）

多语言情报支援员

石田 厚子（英语担当）

奈須 清美（中国语担当）

徐 基淑（韩国语担当）