

# 盛冈生活向导

## 盛冈国际交流协会

〒020-8530 盛冈市内丸 12-2 盛冈市役所 6 层  
TEL 019-626-7524

e-mail [moriintl@eins.rnac.ne.jp](mailto:moriintl@eins.rnac.ne.jp)

<http://www.e-morioka.com/~moriintl/top.html>



### 注意不要在冰雪路上跌倒

在我们大家中，还有没经历过盛冈冬天的人吧？即使是在日本，位于北部的盛冈市，到了冬天，又积雪又非常寒冷。在城市的近郊就可以享受滑雪橇、滑雪板的快乐。可是，在市内日常生活中，也有值得要注意的地方。这次我们专门收集了冰雪道路的行走方法。

### 【容易发滑的地方】

- 人行横道的白线处……这样的地方，表面经常结一层薄冰，用眼睛乍一看也很难发现。
- 公共汽车亭……雪被踩得很硬，而且经常是凹凸不平。
- 楼梯……即使是在建筑物里，有时也会因为水膜而变得发滑。尤其是镶嵌瓷砖的地方，更是危险。
- 店铺·建筑物的入口……人进出很多的地方尤其要注意。
- 倾斜的路面……坡路或者非水平路面，即使注意行走也是很危险的。
- 除雪车刚刚铲过的路面……因为剩下的雪被压得很硬，所以有时候也变得很滑。



### 【如何防止不摔倒呢？】

- 要做到使鞋底垂直于地面行走。如果使足跟先着地的话，就容易滑倒。
- 不要迈大步行走……尽量迈小步伐行走，这样就难以滑倒。
- 确认好路面……即使看上去是干燥的，有时候也是冻结的。所以，不要一边走一边拨弄携带电话，或者一边考虑事情一边行走。
- 要保证有充分的行动时间……如果急急忙忙行走的话，难免要滑倒的。因为下雪而造成的交通堵塞或者公共汽车的晚点，这也是冬季特有的情况。所以，尽量做到比以往要早些时间出门。

### 【穿着不易滑倒的鞋】

- 鞋底用软质材料做成的……像冬季防滑轮胎那样，可以紧密地与地面接合，不容易发滑。
- 带有防滑鞋钉等……因为其可以挂住冰雪地面，所以可以防止摔倒。
- 购买防滑器具……有可以安装在鞋上的防滑器具。在鞋店等可以购买到。

## 【当你一不小心要摔到时该怎么办？】

- 不要把手放在衣裤的兜里行走……行走时，尽量做到两只手随时可以应急使用。
- 戴帽子……既有保暖性也很方便。

## 冬季的传统活动



### ○裸身参拜

教净寺：1月15日

盛冈八幡宫：16日

樱山神社：25日

藩政时代开始流传下来的小正月（是指正月的14、15、16日）传统节日活动。腰间缠着稻草绳的裸体男性阔步而行，祈祷一年中丰收、无病、去灾、驱邪。

### ○盛冈 2006 雪灯节

平成 18 年 2 月 2 日（星期四）

～ 4 日（星期六）

「雪灯」就是事先制作很多「小型的雪窑洞」，然后在那里点上灯火。有把灯漂浮在水面上的浮灯，也有冰灯、冰雕等等，在这里可以尽享暖融融的灯与雪交织的幻想的世界。

### ○岩手冰雪节

平成 18 年 2 月 4 日（星期六）～ 12 日（星期日）雫石町·小岩井农场牧场园

在小岩井农场举行的冰雪节是陆奥五大冰雪节之一。雪雕冰雕制作工作中，将有 4000 名自卫队员投入精心的努力。

冰雪节期间，将举行舞台表演、焰火大会等多姿多彩的活动项目。大约将有 30 万观众前来光临。夜幕降临之后，雪雕、冰雕掌上五彩缤纷的灯光，真是充满了神奇幻想的情趣。

冰雪节举办期间，您一天可以充分享受“雪雕滑降台”、“雪电车”（由机动雪橇牵引的

橡皮艇）、马拉爬犁等雪上游乐项目，也可以品尝“镰仓食堂”的美味（食堂里有成吉思汗料理、猪肉牛蒡多味大酱汤）等。详细情况请您咨询“岩手冰雪节事務局”（电话：019-692-4321、传真：019-692-0303 和网页）。

### ★会场路线

☆公共汽车：从盛冈站前乘公共汽车需要 45 分钟，交通费 720 日元（咨询电话岩手县交通 019-692-3212）

☆汽车从盛冈收费口或泷泽收费口下东北道高速，然后行驶大约 25 分钟。可容纳 5000 台的停车场免费使用。（节假日拥挤。）

### ○垂钓公鱼

当玉山村的岩洞湖结冰封冻的时候，正好是能够享受「垂钓公鱼」的季节。使用专门的电钻子在冰上开个洞眼，架上短小的鱼竿就可以钓上来「公鱼」了。把钓上来的公鱼蘸上面粉，用油一炸，撒上盐，是非常好吃的。所需要的工具可以在那里租借，请拨打下面的电话咨询。电话：019-681-5117（岩洞湖渔业协同组合）



现在到了流行感冒的时期了，当你怀疑「咦？是不是感冒呀？」的时候，最好还是要抓紧休息，避免疲劳。