



出團名稱：	禾掬旅遊
團名：	日本關東 x 北陸 x 信州 7 日
集合時間：	2026 年 05 月 07 日 星期四 上午
集合地點：	高雄小港國際機場 長榮航空團體櫃台(國際線 3 樓)
領隊：	
導遊：	

請貴賓抵達機場，務必撥通電話給導遊 (告知您的位置)，避免在混亂中互相尋找，節省您寶貴的時間與疫情前大不同。

【飛航時刻資訊】

出發日期	航空公司	起飛機場	抵達機場	飛行時間
2026/05/07 【四】	中華航空 CI102	高雄機場 08:00	東京成田 12:35	3 小時 35 分
2026/05/13 【三】	中華航空 CI103	東京成田 13:35	高雄機場 16:40	4 小時 05 分

【住宿一覽】

日期	溫度	飯店名稱
05/07 【四】		富士松園、本栖湖 VIEW、富士美華、富士河口湖 RESORT、富士 LAND 或同級
05/08 【五】		白樺湖池之平、澀之湯、八岳 ROYAL、濱之湯、蓼科 RESORT 或同級
05/09 【六】		金澤東急、金澤 WING、立山國際、日航、礪波 ROYAL、富山皇冠假日、第一、EXCEL 東急 或同級
05/10 【日】		金澤東急、金澤 WING、立山國際、日航、礪波 ROYAL、富山皇冠假日、第一、EXCEL 東急 或同級
05/11 【一】		輕井澤 1130、GREEN PLAZA、圓山莊、松代 ROYAL 或同級
05/12 【二】		東京大森 TMARK、舞濱歐亞、有明華盛頓、幕張新大谷 或同級
05/13 【三】		溫暖的家

※ 如遇不可抗拒之情況，本公司保留變更飯店的權利。

第 1 天
05/07
【四】

高雄小港機場→成田機場✈富士五湖

今日搭乘豪華客機飛往日本第一大都市～東京成田空港。

東京：東京這座國際大都市，近來成為亞洲流行文化的發源地。在很多亞洲年輕人的眼裡，東京是一座充滿活力和時代感的城市，它總是走在流行的最前線。沿著不同路線來看東京，你會發現它的許多不同風貌，街頭不斷創新造型的年輕人、一棟接一棟蓋起來的 shopping mall、一家又一家風格各異的店，會讓你讚嘆不已。熱鬧之餘，東京也有文藝的、美麗的、古樸的各種風貌，想看遍各種東京還真不容易呢。

◆富士五湖

位於山梨縣富士山，位於富士山北側，是個自然資源豐富的地區，有本栖湖、精進湖西湖、西湖、河口湖、山中湖等湖泊。共有 25 處地方登記為世界遺產富士山的構成資產，其中包括北口本宮富士淺間神社、河口河口淺間神社富士御室淺間神社等歷史悠久的神社，以及天然紀念物忍野八海等靜岡一側的構成資產。

早餐：X

午餐：飛機上簡餐+(花壽司+1 瓶飲料+蘋果 1 個)

晚餐：迎賓溫泉會席料理 或 和洋自助料理 或 御膳風味定食

住宿：富士松園、本栖湖 VIEW、富士美華、富士河口湖 RESORT、富士 LAND 或同級

富士五湖



富士五湖是位於富士山以北的山梨境內的五個湖泊的總稱：河口湖、精進湖、西湖、本栖湖和山中湖。自古以來，它就被描繪成許多藝術作品中的風景勝地，並在富士山中發揮著重要的作用。此外，從東京乘坐巴士或電車約 90 分鐘即可輕鬆抵達，因此作為富士山觀光據點，遊客絡繹不絕。這次要介紹的是遊覽富士山必去的景點——富士五湖的景點。

富士芝櫻祭



於「山梨縣富士本栖湖度假村」舉行！在孤傲屹立富士山山麓下的本栖湖附近，由80萬株粉紅、紅、白色等色「富士芝櫻」所覆蓋而成近2.4公頃的整片粉色花海，在河口湖中的富士山倒影逆富士陪襯下，勾勒出最動人的美景。這個春天就到日本山梨縣的富士河口湖町，感受盛開蔓延的日本富士芝櫻！

第 2 天
05/08
【五】

飯店 富士芝櫻花季-昇仙峽『纜車』-白樺湖(諏訪)

◆富士芝櫻祭

每年 4 月中旬至 5 月下旬，「富士芝櫻祭」如期在富士五湖地區舉行，最靠近的地點是本栖湖度假村。這段期間正值芝櫻盛放，花卉的美景與壯麗的富士山交相輝映，吸引了無數遊客前來欣賞。整個花園面積達 1.5 公頃，栽種了八種顏色各異的芝櫻，包括粉紅、紫色及白色等，總數量更高達 50 萬株。

◆昇仙峽『纜車』

在昇仙峽，一年四季都擁有獨特的視覺氛圍，冬天覆滿靄靄白雪，春天時繽紛的花朵處處盛開，夏天有一流的登山路線，當秋天來臨時，還能欣賞到滿山遍野的醉人秋色。

若想要輕鬆地欣賞美景，則可以搭乘空中纜車，直達 1,000 多公尺的山頂。在空中纜車的高處車站有一間販售紀念品的小店與餐廳，可在此處欣賞日本南阿爾卑斯山（赤石山脈）與富士山的絕色美景。不過山頂才是最迷人的地方，此處設有一個能飽覽全景的觀景平台，可欣賞到無比壯觀的景色，因此常會擠滿遊客爭相拍照。

◆白樺湖(諏訪)

位於南信州一帶的諏訪地區，傍著八岳連峰與諏訪湖，境內更有日本古老一社之一的諏訪大社坐鎮，是個擁有豐富自然資源景色與獨特信仰氛圍的地區。從上諏訪站附近的立石公園眺望的諏訪湖景色，因被說是電影《你的名字》中的系守湖的原型，吸引不少海內外的粉絲前往朝聖，且諏訪湖的煙火大會，也是長野及日本國內十分有人氣的煙火大會之一。

早餐：飯店內享用

午餐：鄉土御膳定食料理

晚餐：和洋自助料理 或 溫泉會席料理

住宿：白樺湖池之平、澀之湯、八岳 ROYAL、濱之湯、蓼科 RESORT 或同級

昇仙峽 『纜車』



由昇仙峽空中纜車終站的寮望台上可以一望富士山和南阿爾布斯。

白樺湖 (諏訪)



諏訪湖，位在長野縣中部的諏訪盆地內，是長野縣內最大的湖泊，以每年8月15日舉行的大規模煙火晚會「諏訪湖花火大會」聞名。每年冬季湖面凍結後，可見到因日夜溫差反覆變化導致冰上出現隆起的裂痕。這個自然現象被稱為「御神渡」，平安時代編撰的「山家集」中已可找到相關記載，是為自古以來與本地民眾生活息息相關的現象。

第 3 天
05/09
【六】

飯店 上高地-高山古街(品嚐小點心)-白川鄉(合掌村)-金澤(礪波、富山)

◆神之故鄉上高地

上高地有許多地方沒有鋪設人行道，因此請穿著方便行走的鞋子（登山鞋或運動鞋）。

有阿爾卑斯美譽的聖地（約 4/17 ~ 11/15），被日本人視作神的故鄉，因長期與外界隔離，蘊藏了極豐富的動植物資源，成了大自然良好的生態棲息地。位於長野縣西部的景點，是標高約 1,500m 的盆地，被指定為國家文化財產；四周被燒岳、常念山脈、穗高連峰等高山環抱，屬於中部山嶽國立公園。有日本阿爾卑斯美譽的聖地，成為日本著名自然景觀豐沛的休閒勝地。而搭建在梓川上的河童橋，現已成為上高地的標誌，為木製的吊橋；站在橋上看著眼前聳立的穗高連峰，遠眺南面燒岳裊裊上升的白煙，被稱為上高地最好的風景。

◆飛驒高山上三之町

高山古街素有「飛驒的小京都」之稱，是四百多年前高山城城主金森長近效仿京都的城下町形式所修築。金森長近曾在茶道宗師千利休及茶道名師古田織部之下學習，高山有如此優美的街景就是受到茶道深奧的境界所帶來的獨特美感的影響。樸素的老街兩旁盡是江戶時代古色的町家建築，屋簷下的清澈的水道更加點綴了這歷史文化保存區。沿路兩旁的酒藏、味噌工坊、雜貨屋、喫茶店、餐廳、紀念品店等商店林立，但絲毫不損老街的歷史風情。

◆漫步童話世界 - 合掌屋聚落散策

聯合國教科文組織列為保留了完整的日本古老文化，同時仍然實際擁有居民，被旅人列為此生必遊之地。有 200 ~ 300 年前所留的合掌式造作建築，地處豪雪地帶、再加上山區地形阻絕、形成地域獨特的風俗文化，至今仍完整保留為日常生活之用，其中以合掌型的茅草家屋最為著名，為防積雪而建構的急斜面的茅草屋頂，有如兩手合掌的形狀，目前尚有 113 棟，屋旁田地園圃交錯銜接，構成一幅濃厚懷古幽情、山間農村的田園景觀，於 1995 年 12 月聯合國文教組織登錄為世界遺產以來，世界各國的觀光客蜂擁而至，在此地可了解文化歷史背

景的來源。

早餐：飯店內享用

午餐：國產牛鍋+鮑魚燒定食 或 國產牛壽喜燒御膳定食

晚餐：溫泉會席料理 或 和洋自助餐 或 日式定食料理

住宿：金澤東急、金澤 WING、立山國際、日航、礪波 ROYAL、富山皇冠假日、第一、EXCEL 東急 或同級

上高地



日本著名的山岳度假勝地，擁有眾多絕美必訪名所，包括壯麗的燒岳與穗高連峰、美麗的大正池與明神池，以及絕景河童橋與清澈的梓川等，根據不同季節景色也會隨之變換，無論是初春的清新、夏季的翠綠、秋季的紅葉，可感受無盡的自然之美。

白川鄉 合掌村



「白川鄉合掌村」以「合掌造」茅草屋聞名，是日本三大茅草屋聚落之一，被列入聯合國教科文組織「世界文化遺產」，冬季點燈活動尤為著名！

第 4 天
05/10
【日】

飯店 兼六園-金箔紅豆麻糬湯-庄川峽遊覽船
-金澤(礪波、富山)

◆日本三大名園・兼六園

兼六園・日本三大名園之一，因兼具寬廣、幽隧、人力、蒼古、水泉與眺望等「六勝」的六種景觀意境而得此名。林泉迴遊式庭園內共有五千多株花木和小橋、飛瀑、石燈籠、亭台水榭，隨處可見的創意，讓兼六園與水戶偕樂園、岡山後樂園，並列日本三大名園之一。春天櫻崗滿開的粉色櫻花，夏天綠意盎然百花盛開，秋天紅葉像燃燒的火焰一樣，冬天白雪映襯雪吊裝置的特殊景象，醞釀出春、夏、秋、冬四季不同的風情，演繹出其他庭園無法比擬的獨特景觀。

◆庄川峽遊覽船

行駛在小牧水壩及大牧溫泉之間約 25 分鐘，行駛於川上兩岸花影林蔭，在綠波河川中，鳥啼聲劃破了寧靜，河川下游興建的水庫更為原有的風貌增添令人感動的山水畫美景。隨著四季編織出來的美景，療癒造訪每位客人的身心。

早餐：飯店內享用

午餐：鄉村風味定食料理

晚餐：溫泉會席料理 或 和洋自助餐 或 日式定食料理

住宿：金澤東急、金澤 WING、立山國際、日航、礪波 ROYAL、富山皇冠假日、第一、EXCEL 東急 或同級

兼六園



兼六園與水戶偕樂園、岡山後樂園，並列日本三大名園之一。兼六園是代表性的江戶時代大名（諸侯）庭園，歷經多任加賀藩主，耗費長久歲月建造而成。庭園位於金澤市中心，可欣賞四季不同風情的美景，深受多數縣民與世界各國的遊客喜愛。

庄川峽 遊覽船



一面眺望四季應時風景一面短時間的湖上遊覽心態能平穩。尤其，新綠和紅葉的季節格外美麗，絕美的景色，保證能使人心醉。如果從庄川峽的小牧水庫到大牧溫泉的中間約用1個小時乘船減速往返的話，從湖面看美麗的群山身心都能得到療養。

第 5 天
05/11
【一】

飯店 立山黑部阿爾卑斯路線-輕井澤(長野)

◆立山黑部阿爾卑斯路線

立山黑部阿爾卑斯山(搭乘六種交通工具)遊覽立山連峰

專車前往「中部山岳國家公園」的入口玄關：扇澤車站，轉乘六種登山交通設施，最高點到達海拔 2450 公尺的室堂，沿途高山四季的綺麗景觀，以及工程建設的鬼斧神工之妙，保證令您嘆為觀止。

立山黑部阿爾卑斯山脈

與富士山、白山並稱為日本三大靈山之一的立山，位於中部山岳國立公園的北阿爾卑斯。以標高 3015 公尺的大汝山為最高峰，連綿起伏的雄山、別山等 3000 公尺級別的山峰都保持太古時代的自然，至今不變的壯大景觀和氣勢迎接來訪的遊客。

關電隧道電氣巴士(扇澤 - 黑部湖、黑部水庫)

從黑部水庫車站乘坐越過無軌電車赤澤嶽，就是長野縣的扇澤。用於建設水庫工程的關電隧道穿過山中。

黑部纜車(黑部湖、黑部水庫 - 黑部平)

在建設暱稱為「黑四」的黑部川第四發電站(全部地下式)時，攔截御前澤所形成的人工黑部湖。貯水量在 2 億立方公尺以上。西側有立山連峰，東側有後立山連峰，在聳立的群山間隙中，延伸著翡翠綠湖面。

立山空中吊車(黑部平 - 大觀峰)

從黑部平庭園可以望到後立山連峰，立山東壁的岩峰和田地平的樹林。沿著立山東斜面，黑部平與大觀峰之間由立山空中吊車相聯結，與黑部湖之間用 5 分鐘可達的全線地下式黑部纜車相聯結。

立山隧道無軌電車(大觀峰 - 室堂)

位於室堂相反出口的大觀峰與黑部平之間是用立山空中吊車聯結起來。從山頂附近向黑部谷一氣直下的生動有趣的立山空中吊車正是一個移動的眺望臺。乘坐漂浮在空中的吊車可以一享廣闊空中散步。視野寬廣，長達 1.7 公里的立山空中吊車，以無支柱直跨方式，長度為日本第一而自豪。

立山高原巴士(室堂 - 美女平)

在室堂平，被稱為「立山三山」的雄山、淨土山、別山聳立於眼前。室堂平也是立山黑部阿爾卑斯山脈路線山、淨土山、別山聳立於眼前。室堂平也觀光的中心地，作為立山登山的中心地，作為立山登山的基點，時常因眾多的來訪者而生機蓬勃。

立山纜車(美女平 - 立山)

駛出立山車站的纜車 7 分鐘就可到達標高差約 500 公尺的美女平車站，由低山帶到山地帶的森林變化展現於車窗。這裡有美女杉樹，傳說在女人不得進入立山的時代，有破規登山的尼姑觸犯神怒而被罰變為杉樹。還有被指定為「適於森林浴・日本百選」之一的山毛櫸林，此外樹齡有 300 年的巨大立山杉樹等原生林生長於此。

*** 若遇旺季人潮過多、排隊時間較長時，則部分交通工具，將調整為臨時直通巴士。**

*** 如遇旺季，將依行程流暢度調整午餐改為山下用餐或日式風味餐盒帶往山上用餐。**

*** 立山位於海拔 2500 多公尺的高山，山上溫度大都很低，請旅客要穿著禦寒衣物保暖，建議攜帶防滑好走的鞋(或加防滑墊)方便行走，以策安全。**

◆輕井澤

是日本最具代表性的避暑勝地，位於高海拔一千公尺的高原小鎮，在明治時代由加拿大傳教士所開發，由於受到日本上流階級和文人雅士的愛好而名氣大增，一躍成為日本代表性的渡假勝地。落葉松和白樺樹生長茂盛，自然環境宜人，能讓人充分的享受森林的芬多精，所以又有小瑞士之稱。

◆舊輕井澤銀座大道

日本最具代表性的避暑勝地輕井澤。位高海拔一千公尺的高原小鎮輕井澤，在明治時代由加拿大傳教士所開發，由於受到日本上流階級和文人雅士的愛好而名氣大增，一躍成為日本代表性的避暑渡假勝地。在一片的綠野加上落葉松和白樺樹生長茂盛，自然環境宜人，夏季氣候涼爽，能讓人充分的享受森林的芬多精，所以又有小瑞士之稱。在長約 600 公尺的典雅街道上，透露著歐式風格建築的商店林立，手工製作的點心或是充滿獨特設計的服裝飾品，更是能讓您滿心歡喜的享

受購物樂趣。

早餐：飯店內享用

午餐：¥2500 立山鰻魚飯 或 立山鄉土便當 或 北陸定食料理

晚餐：溫泉會席料理 或 和洋自助餐 或 日式定食料理

住宿：輕井澤 1130、GREEN PLAZA、圓山莊、松代 ROYAL 或
同級

阿爾卑斯山 之稱 立山黑部



與富士山、白山並稱為日本三大靈山之一的立山，位於中部山岳國立公園的北阿爾卑斯。以標高3,015公尺的大汝山為最高峰，連綿起伏的雄山、別山等3,000公尺級別的山峰都保持太古時代的自然，至今不變的壯大景觀和氣勢迎接來訪的遊客。

中部山岳國家公園的入口玄關：扇澤車站，轉乘六種登山交通設施，最高點到達海拔2450公尺的室堂，沿途高山四季的綺麗景觀，以及工程建設的鬼斧神工之妙，保證令您嘆為觀止。

黑部平 大觀峰



黑部平庭園可以望到後立山連峰，立山東壁的岩峰和田地平的樹林。沿著立山東斜面，黑部平與大觀峰之間由立山空中吊車相聯結，與黑部湖之間用5分鐘可達的全線地下式黑部纜車相聯結。

第 6 天
05/12
【二】

飯店 免稅店-東京淺草觀音寺-安排登東京晴空塔

◆東京最古老的寺廟 - 淺草觀音寺

淺草觀音聞名於全日本，為聖觀音宗的總本山，正式名稱為“金龍山淺草寺”，供奉大慈大悲觀世音菩薩，建於 628 年，巨大的朱紅色建築群向國內、外參拜者顯示宗教信仰的力量，大門上懸掛 100 公斤、書寫『雷門』二字的巨型燈籠，是淺草最具代表性的地方標誌。從掛大提燈的雷門起 300 米的小道兩旁，林立著稱為〈仲見世〉的小店，販賣各式紀念品與日本民俗藝品，街景色彩繽紛、熱鬧非常。

◆免稅店

店裡有琳瑯滿目的日本製商品任您選購，還有安排中文解說店員為您服務，如對商品有不明白的地方，店員會親切的為您解答及服務，因此您可安心採買選購您所需要的商品。

◆東京晴空塔

塔高 634 公尺的展望電塔，超越東京鐵塔的 333 公尺，成為僅次於杜拜 里法塔 828 公尺，並取代台北 101 的 509 公尺成為全球第二高建築。重現五重塔心柱制振式古建築技法，且輪廓採用傳統日本建築等中常見的彎曲和隆起，從塔腳部到塔頂部，基本造形由三角形向圓形富有變化的柔美的曲線，營造出一種凜然姿態和優美氣氛，人們可以從不同的視覺角度和眺望地點，看到塔不同而豐富多彩的神姿。塔上另設有 2 個展望台，本次安排登上 350 公尺高的第一展望台，您可俯瞰關東的大地。

早餐：飯店內享用

午餐：燒肉自助放題 或 涮涮鍋放題

晚餐：燒肉自助放題 或 涮涮鍋放題

住宿：東京大森 TMARK、舞濱歐亞、有明華盛頓、幕張新大谷
或同級

淺草寺



是東京內最古老的寺廟。淺草寺已在此地持續了1400年，是當地信仰和觀光的重要地點，也是東京必來的景點之一。淺草寺屬於佛教的寺廟，裡面祭拜的是觀世音菩薩。日本的寺廟和神社不一樣，差異在寺廟前有山門 (像是雷門、寶藏門)和香爐，而神社有鳥居。

東京晴空塔



遊客們可以從不同的視覺角度和眺望地點，看到晴空塔不同而且豐富多姿的神韻。塔上另外設有2個展望台，安排登上350公尺高的第一展望台，您可俯瞰關東地區的遼闊。東京天空樹是一個傳統與尖端的新象徵，並創造出一個超越時空的新景觀。

第 7 天 05/13 【三】	飯店 ⇨ 成田機場 ⇨ 高雄小港機場
前往成田國際空港，搭乘豪華客機飛返甜蜜溫暖的家，結束此次在日本愉快難忘的 7 日遊。	
早餐：飯店內享用 午餐：飛機上簡餐 晚餐：XXX 住宿：溫暖的家	

日本關東 x 北陸 x 信州 7 日

出發日期：2026/05/07(星期四)

16-20 人每位團費費用：NT\$75,900 元

21-25 人每位團費費用：NT\$73,900 元

每位訂金費用：NT\$20,000 元

車資	台南市區-高雄小港機場來回接駁。自理者扣 1000 元 行程所需用遊覽車。
機票	高雄/東京成田來回中華航空經濟艙機票
住宿	如行程提供之飯店或同級
餐食	素食請告知。 早餐：6 餐 午餐：5 餐+1 餐輕食+2 餐機上餐 晚餐：6 餐
小費	全程導遊、領隊、司機服務費用。
門票	行程上所列的景點。
網卡	每人一張
貼心	車上提供每人每天一瓶礦泉水。
保險	本行程包含旅行業責任保險【意外死殘保額新臺幣 500 萬元、意外醫療保額新臺幣 20 萬(實支實付)】。

★團費不含

- 1.個人因素所產生之消費，如飲料、酒類、私人購物費...等。
- 2.本行程表上未註明之各項開銷，建議、自費或自由行程所衍生之任何費用。

提醒您：當您繳付訂金即表示旅遊契約產生效力，本公司將依各協力商之要求，為您預付此趟旅程的旅館餐廳或機票等費用。若您因故取消，本公司將依「國外旅遊定型化契約書」之相關條款或估算已實付的費用，向您收取超支費用或退回剩餘訂金。多數外籍航空公司一經開立機票，旅客需付全額票款，且不接受調整名單。