



เดินทางสู่ใจกลางท้องถิ่น สัมผัสกลิ่นอายธรรมชาติแห่งความอบอุ่นของโทโฮคุ

หากหลับตาแล้วนึกถึงสถานที่ที่อยากวาร์ปไปในตอนนี้ เชื่อว่าภาพในหัวของใครหลายคนคงจะเป็น ‘ประเทศญี่ปุ่น’ แน่ๆ เพราะเป็นสถานที่ที่แม้จะไปเยือนกี่ครั้ง ก็ยังอยากที่จะกลับไปอีกเรื่อยๆ ไม่มีวันเบื่อ

แต่เมื่อพูดถึงประเทศญี่ปุ่น เราคงจะนึกถึงแหล่งท่องเที่ยวยอดฮิต หรือเมืองที่เต็มไปด้วยแลนด์มาร์กสำคัญๆ อย่าง โตเกียว (Tokyo) เกียวโต (Kyoto) โอซาก้า (Osaka) ฮอกไกโด (Hokkaido) หรือฟูกูโอกะ (Fukuoka) ซึ่งหลายคนก็อาจจะเดินเที่ยวบ่อยจนจำทางได้แล้ว เลยนึกอยากเปลี่ยนไปลองประสบการณ์แบบอื่นดูบ้าง The MATTER เลยแอบมากระซิบบว่า จริงๆ แล้วประเทศญี่ปุ่นยังมีอะไรดีๆ เต็มๆ อีกมากมาย หากเราเปิดใจเข้าไปสัมผัสกับประสบการณ์ใน ‘ชุมชน’ หรือท่องเที่ยวแบบ Local Experience ที่เป็นเทรนด์ในช่วงหลายปีที่ผ่านมา เราก็จะได้กลิ่นอายความอบอุ่นและความสวยงามที่แตกต่างไปจากเมืองหลวงโดยสิ้นเชิง

วันนี้แหล่งท่องเที่ยวที่เราอยากแนะนำให้รู้จัก ก็คือ ‘ภูมิภาคโทโฮคุ’ ที่เต็มไปด้วยวิวทิวทัศน์ธรรมชาติ อาหารรสเลิศ และกิจกรรมแปลกใหม่ แต่พูดไปก็คงจะยังไม่เห็นภาพ งั้นเราไปดูพร้อมๆ กันเลยดีกว่า

ก่อนอื่นเลยก็ขอเกริ่นเกี่ยวกับภูมิภาคที่เราจะไปกันสักนิด ภูมิภาคโทโฮคุคือภูมิภาคที่อยู่ทางตอนเหนือของเกาะฮอนชู (Honshu) ประเทศญี่ปุ่น ประกอบไปด้วย 6 จังหวัด ได้แก่ อาโอโมริ (Aomori) อาคิตะ (Akita) อิวาเตะ (Iwate) มียากิ (Miyagi) ยามากาตะ (Yamagata) และฟูกูชิมะ (Fukushima) โดยพื้นที่ส่วนใหญ่ของภูมิภาคจะเป็นภูเขาสูง ปกคลุมไปด้วยต้นไม้ใหญ่ที่ร่มรื่นและอุดมสมบูรณ์ อีกทั้งยังเต็มไปด้วยวิวทิวทัศน์อันสวยงามที่มองแล้วชื่นตาชื่นใจ ไม่ว่าจะทะเลสาบ น้ำตก หรืออนเซ็นธรรมชาติกลางหุบเขา

และถ้าพูดถึงจุดเด่นของภูมิภาคนี้ ก็คงหนีไม่พ้นความงดงามของฤดูใบไม้ผลิและฤดูใบไม้เปลี่ยนสี รวมถึงเทศกาลแห่โคมไฟที่เต็มไปด้วยโคมไฟลอยสีสันมากมายให้ได้ชม ซึ่งการเดินทางมายังโทโฮคุก็ไม่ได้ยากเลย เพียงแค่ขึ้นรถไฟชินคันเซนจากโตเกียวมาก็ถึงแล้ว



สำนักวิทยบริการและเทคโนโลยีสารสนเทศ ARIT NPRU

โดยทาง JNTO หรือองค์การส่งเสริมการท่องเที่ยวแห่งประเทศไทย ก็ได้ถ่ายทอดเสน่ห์ที่ว่านี้ในรูปแบบบันทึกการเดินทางตลอด 5 วัน 4 คืน เพื่อเอามาแบ่งปันกัน ผ่านแคมเปญ Explore TOHOKU with smile ซึ่งแบ่งเสน่ห์ของภูมิภาคโทโฮคุออกเป็น 5 แบบ ได้แก่ ความสะดวกสบาย การผจญภัย ความสวยงามที่น่าค้นหา การสัมผัสวัฒนธรรม และการท่องเที่ยวแบบยั่งยืน เรียกได้ว่าครอบคลุมทั้งความเป็นท้องถิ่นและความทันสมัยเลยทีเดียว

งั้นเริ่มกันที่เส้นทางแรกเลย เราได้ปักหมุดไปยังจังหวัด ‘อาโอโมริ’ เพื่อชมนิทรรศการและสตูดิโอทำโคมไฟที่พิพิธภัณฑ์โคมไฟตะชิเนปุตะ (Tachineputa Museum) พร้อมลองทำเวิร์กช็อปแต่งแต้มสีสันลงบนโคมไฟด้วยตัวเอง หลังจากสนุกกับการทำโคมไฟแล้ว ก็แวะทานข้าวที่ร้านชิเกะซุชิ (Shige zushi) ซึ่งเป็นร้านซูชิท้องถิ่นที่เน้นวัตถุดิบสดใหม่ และมีความพิถีพิถันในการปรุงอาหาร ต่อด้วยการไปลองนั่งพายแอปเปิ้ลแท็กซี่ (Apple Pie Taxi) แท็กซี่ท้องถิ่นที่อำนวยความสะดวกมุ่งหน้าไปยังเมืองฮิโรซะกิ (Hirosaki) ที่ได้รับฉายาว่าเป็นเมืองแห่งแอปเปิ้ล พร้อมทั้งพาเราไปชิมพายแอปเปิ้ลที่เป็นของฝากขึ้นชื่อของท้องถิ่นด้วย โดยมีร้านขายพายแอปเปิ้ลมากถึง 50 ร้านให้ได้เลือกซื้อตามใจชอบเลย





จากนั้นก็ไปขึ้นรถไฟรีสอร์ทชิราคามิ (Resort Shirakami) ซึ่งระหว่างทางเต็มไปด้วยวิวทิวทัศน์ที่สวยงาม ทั้งภูเขา พงหญ้า บ้านเรือน พร้อมรับชมการแสดงพื้นบ้าน ดูแล้วก็เหมือนเป็นการเดินทางที่ได้ท่องเที่ยวไปในตัว เมื่อลงรถไฟก็ไปพักผ่อนต่อที่โคกะเนะซะกิ ฟุโรฟุชิ ออนเซ็น (Koganezaki Furofushi Onsen) เป็นออนเซ็นกลางแจ้งที่



สำนักวิทยบริการและเทคโนโลยีสารสนเทศ ARIT NPRU

สามารถแช่น้ำไปดูวิวทะเลไปแบบฟินๆ เมื่อสบายเนื้อสบายตัวกันแล้ว ก็ไปเดินป่าตามฤดูกาลกันต่อที่เทือกเขาชิราคามิซันจิ (Shirakami Sanchi) ซึ่งถือว่าเป็นมรดกโลกทางธรรมชาติที่แรกของประเทศญี่ปุ่นเลยนะ



เมื่อเดินป่าเสร็จก็เติมพลังงานสักหน่อย มาถึงจังหวัดอาโอโมริทั้งทีก็ต้องทานของขึ้นชื่อ นั่นก็คือเมนูที่ทำจากปลาอิรามาเมะที่ร้านโชคุจิ โดโคโระ ฮะมะยะ (Shokuji Dokoro Hamayu) นอกจากจะอร่อยแล้วยังอิมท้องต่างหาก ทำให้มีแรงเดินชมไปไม่เปลี่ยนสีที่สวนนาคะโนะ โมมิจิยามะ (Nakano Momijiyama) ต่อ ซึ่งในสวนเต็มไปด้วยต้นไม้สีสันหลากหลายสลับกันไป ทั้งแดง ส้ม เหลือง เขียว และปิดท้ายด้วยการไปนั่งเรือ RIB ท่องทะเลสาบโทวะดะ (Lake Towada) ที่ถือเป็นอีกกิจกรรมที่น่าตื่นเต้นเช่นกัน





สำนักวิทยบริการและเทคโนโลยีสารสนเทศ ARIT NPRU

เส้นทางต่อไปอยู่ที่จังหวัด ‘อาคิตะ’ ก่อนอื่นก็แวะไปไหว้พระขอพรที่ศาลเจ้าโกะซะโนะอิชิ (Gozanoishi Shrine) ที่ตั้งอยู่ริมทะเลสาบทะซะวะ (Lake Tazawa) ที่ได้รับเลือกให้เป็นหนึ่งในร้อยอันดับวิวที่สวยงามที่สุดในญี่ปุ่นกันก่อน และหากใครที่ชื่นชอบออนเซ็น ที่นี่ก็มียูเซะออนเซ็น (Yuze Hotel Resort) ให้ได้แช่พร้อมดูวิวแม่น้ำและภูเขาเหมือนกัน รับรองว่าบรรยากาศดีไม่แพ้ออนเซ็นก่อนหน้านี้เลย จากนั้นก็มุ่งหน้าสู่ฟาร์มอินน์ มิโดริโนะคะซะ (Farm inn midori no kaze) เป็นฟาร์มสเตย์ที่ให้การต้อนรับอย่างอบอุ่น และให้เราลองทำเวิร์กช็อปแบบโลคอลๆ เช่น ทำคิริทัมโปะย่าง ได้สัมผัสและเรียนรู้วิถีชีวิตของคนในท้องถิ่นได้อย่างสุขใจ ต่อกันด้วยสถานที่ที่หลายคนมาแล้วต้องพลอ่ร้องขึ้นมาว่า “น้องงง” นั่นก็คือเกสเฮาต์เอนิชิ (Guest house ENISHI) ที่อยู่ใจกลางหมู่บ้านซามูไรคะคุโนะดาเตะ (Kakunodate Samurai District) เพราะมีน้องหมาอาคิตะรอลเล่นด้วยอยู่ หากใครจำรูปปั้นน้องหมาอะจิโคะที่สถานีรถไฟชิบูยะ (Shibuya Station) ได้ น้องก็เป็นพันธุ์อาคิตะเหมือนกันนะ ซึ่งที่นี่มีน้องหมาอาคิตะสุดน่ารัก 2 ตัววิ่งออกมาต้อนรับ แถมให้เราเดินจงอย่างเป็นมิตรด้วยละ







พออิมเอมกับการเล่นน้องหมาแล้ว ก็ไปดูอะไรที่เป็นท้องถิ่นกันต่อที่ตลาดชุมชนเมืองอาคิตะ (Akita Citizen's Market) เพราะที่นี่มีสินค้าตามฤดูกาลมากมายให้จับจ่าย ไม่ว่าจะเป็นปลาสด ผัก ผลไม้ หรือวัตถุดิบที่ใช้ปรุงอาหาร เชื่อว่างานนี้มีหลายคนเดินเพลินแน่นอน และสุดท้ายจะพลาดธรรมเนียมทานของขึ้นชื่อไม่ได้ เราก็ไปจบที่ร้านซาโตะ โยสุเคะ โชเท็น (Sato Yosuke Shoten) เลยสิคะ มาจังหวัดอาคิตะทั้งทีก็ต้องลองอินานิวะอุด้ง (Inaniwa Udon) แบบต้นตำรับ ที่มีประวัติความเป็นมายาวนานกว่า 300 ปีสินะ





และเส้นทางสุดท้ายก็คือจังหวัด 'อิวาเตะ' เริ่มด้วยการเดินป่าอะจิมันไต (Hachimantai) สถานที่ที่เหมาะสมแก่การสำรวจทิวทัศน์ธรรมชาติ เหมือนได้ออกกำลังกายและดูความงามของธรรมชาติไปพร้อมๆ กัน จากนั้นแวะทำกิจกรรมแบบครอบครัวที่ฟาร์มโคอิวาอิ (Koiwai Farm Makibaen) ซึ่งมีกิจกรรมให้ทำทั้งขี่ม้า ดูแกะ เวิร์กช็อปทำชีส หรือจะไปยืนกินซอฟต์ไอศกรีมให้ชื่นใจก็ได้ และสำหรับสายออนเซ็นอีกเช่นเคย ที่นี่มียามะโนะคะมิ ออนเซ็น เบซ



สำนักวิทยบริการและเทคโนโลยีสารสนเทศ ARIT NPRU

โซ เซริวคัง (Yamanokami Onsen Bessho Seiryukan) หรือออนเซ็นท่ามกลางป่าให้ได้ลงไปแช่เพลินๆ จากนั้นก็ไปแวะชมโรงงานเครื่องเหล็กอิวาซึนามบุ (Iwachu Nambu Cast Iron) เรียนรู้วิธีการแปรรูปเหล็กให้เป็นสิ่งของเครื่องใช้ต่างๆ



ต่อด้วยไปชมความงดงามของสวนซากปราสาทโมริโอกะ (Morioka Castle Ruins Park) ซึ่งถูกขึ้นทะเบียนให้เป็นร่องรอยทางประวัติศาสตร์ของประเทศญี่ปุ่น เป็นสวนที่ปกคลุมไปด้วยไม้หลากสีและมีแม่น้ำไหลผ่าน ใครอยากได้รูปสวยๆ ห้ามพลาดที่นี่เด็ดขาดนะ ก่อนจะไปทานเนื้อวากิวพันธุ์อิวาเตะเขาสั้นกันต่อที่ร้านวะกะนะ สาขาหลัก



สำนักวิทยบริการและเทคโนโลยีสารสนเทศ ARIT NPRU

(Wakana Honten) ร้านเทปย่างยากิ (Teppanyaki) ที่มีชื่อเสียงในเมือง และแวะซื้อของฝากก่อนกลับที่ ศูนย์การค้าเฟซัน (Fes'an) ใครถูกฝากหิ้วอะไรก็มาแวะที่นี่ได้เลย และทั้งหมดนี้ก็เป็นเพียงไฮไลต์ส่วนหนึ่งของภูมิภาคโทโฮคุเท่านั้น เพราะยังมีกิจกรรมและธรรมชาติอีกเพียบที่ยัง แวะเวียนไปไม่หมด ใครอยากรู้จักที่นี่ให้มากกว่านี้ ก็คงต้องตีตัวมาด้วยตัวเองแล้วละ ถึงแม้จะไม่ใช่แหล่งท่องเที่ยวยอดฮิตที่เราคุ้นเคยกัน แต่ภูมิภาคโทโฮคุก็เต็มไปด้วยเสน่ห์มากมายรอให้นักท่องเที่ยว ไปค้นหา และถึงแม้จะมีการปรับตัวเพื่อรองรับนักท่องเที่ยวให้มีความสะดวกสบายที่สุด แต่ภูมิภาคโทโฮคุก็ยังคง ความดั้งเดิมของท้องถิ่นเอาไว้ได้ดี แคมชุมชนยังพร้อมต้อนรับทุกคนอย่างมีมิตรไมตรีอีกด้วย หากใครมีโอกาสได้ไป เที่ยวประเทศญี่ปุ่นเร็วๆ นี้ ก็อย่าลืมแวะไปชื่นชมความงดงามของแต่ละจังหวัดในโทโฮคุ และสัมผัสกับความน่ารัก ของผู้คนที่นี่กันนะ

ติดตามอ่านบทความเที่ยวโทโฮคุได้ที่เว็บไซต์ <https://www.jnto.or.th/tohoku2022/>

ที่มา <https://thematter.co/brandedcontent/explore-tohoku-with-smile/166366>

[#เราจะฝ่าวิกฤตไปด้วยกัน](#)

[#SocialDistancing](#)

[#สำนักวิทยบริการมหาวิทยาลัยราชภัฏนครปฐม](#)

<http://arit.npru.ac.th/>

<http://www.npru.ac.th/>

