

29.01.2026 – 10:01 Uhr

Pépites pour les amoureux de la neige – la magie de l'hiver au Japon



Pépites pour les amoureux de la neige – la magie de l'hiver au Japon

Si en Suisse les fans de sport d'hiver dévalent les pistes, dans le Japon enneigé la fameuse poudreuse est une incitation au ski mais des charmes différents se prêtent à des moments calmes et privilégiés: paysages recouverts de neige, onsen fumants et sentiers de montagne isolés. Loin des itinéraires classiques se dévoilent des expériences hivernales atypiques. Quatre lieux soigneusement sélectionnés invitent à s'enfoncer dans les montagnes japonaises et à découvrir l'hiver dans toute sa douceur.

Iya, préfecture de Tokushima: des chemins aériens, au meilleur sens du terme

C'est un petit voyage au long cours, mais qui en vaut largement la peine. Au cœur des montagnes de la préfecture de Tokushima, sur l'île de Shikoku, la vallée d'Iya compte parmi les régions les plus reculées du Japon. Depuis Osaka, il faut environ quatre heures en bus; et depuis la gare de Takamatsu, moins de trois heures en voiture ou en transports publics. La neige recouvre des gorges abruptes, les pentes tapissées de mousse ou les légendaires kazura-bashi, des ponts suspendus oscillant au-dessus de la rivière Yoshino. Les personnes sujettes au vertige préféreront traverser accompagnées: on ferme les yeux, un pied devant l'autre. Des randonnées hivernales guidées empruntent d'étroits sentiers à travers les paysages montagneux, longent des fermes séculaires aux toits de chaume et mènent à des points de vue très photogéniques. Après l'effort, place à la contemplation: dans les onsen isolés, comme celui de l'hôtel Iya Onsen accessible en téléphérique, l'eau riche en minéraux fume dans l'air glacé.

Shima Onsen, préfecture de Gunma: profiter des onsen dans un décor enneigé

Shima Onsen se niche dans une vallée étroite de Gunma, à environ deux heures au nord-ouest de Tokyo (avec un train rapide jusqu'à Nakanojo, puis un bus). Son nom, «Shima», signifie «40 000»: autant de maux que ses eaux douces et légèrement minéralisées ont le pouvoir de soulager, selon la légende. Les sources sont exploitées depuis l'an 989, traditionnellement pour guérir les troubles digestifs, nerveux et cutanés. Plutôt qu'un vaste complexe thermal, les personnes en visite découvrent ici des sources paisibles, des pédiluves et des ryokans historiques installés le long de la rivière.

Parmi les incontournables: le ryokan Sekizenkan, plus ancien hôtel thermal du Japon et source d'inspiration pour

le film d'animation culte *Le Voyage de Chihiro*. Les ponts, petits sentiers forestiers et fontaines d'eau potable permettent d'explorer la vallée à pied. Shima est aussi un véritable terrain de jeu nature: sports d'hiver dans les montagnes de Minakami ou longues randonnées en raquettes au milieu des paysages enneigés.

Biei, préfecture de Hokkaido: en raquettes dans l'immensité blanche

Justement, en parlant de raquettes: le secret le mieux gardé du Japon se nomme Biei, niché à environ deux heures de Sapporo (en prenant la ligne JR Hakodate jusqu'à Asahikawa, puis la ligne JR Furano). En hiver, la région se transforme en un paysage presque irréel. Collines douces, champs immaculés et arbres solitaires aux silhouettes caractéristiques semblent tout droit sortis d'un tableau. La «Patchwork Road» et la «Panorama Road» invitent à la promenade ou à la randonnée en raquettes. À ne pas manquer: l'étang bleu de Shirogane, dont l'eau laiteuse aux reflets azur est sertie de glace et de neige, et les chutes de Shirahige, qui se déversent dans la rivière scintillante de Biei. De petits lodges et cafés au bord des étendues enneigées offrent des pauses chaleureuses autour de spécialités régionales (comme la soupe crémeuse de maïs ou de lait), tandis que l'air limpide de Hokkaido régénère corps et esprit.

Takumishuku Craft Valley, préfecture de Shizuoka: la patience au fil des couleurs

L'hiver rime aussi avec thé, moment incontournable pour la saison froide au Japon. Dans l'arrière-pays montagneux de Shizuoka, à environ une heure et demie au sud-ouest de Tokyo avec le Shinkansen Tokaido, se trouve Takumishuku, un village artisanal paisible, à l'architecture soignée, niché entre forêts et plantations de thé. Au cœur de la principale région productrice de thé du pays, on travaille avec concentration, sans se presser. En hiver, les ateliers déploient une atmosphère particulièrement sereine. Lors des séances de teinture au thé ou à l'indigo, les invités plongent les tissus dans des bains de pigments naturels et observent patiemment les nuances de bleu se révéler peu à peu. Le travail du bambou ou de la céramique exige la même patience: l'objet final importe moins que le chemin qui a mené jusqu'à lui. Pour conclure, une nuit au Craft Inn Waraku s'impose: au sein des onsen privés, on contemple la vallée qui s'assombrit depuis l'eau fumante, en savourant du thé et de délicates spécialités locales.

Liens additionnels:

Découvrir Takumishuku: www.takumishuku.jp/en

Idées de voyage autour de Shizuoka: www.japan.travel/fr/destinations/tokai/shizuoka/shizuoka-and-around

Tout sur la vallée d'Iya: www.japan.travel/fr/destinations/shikoku/tokushima/iya-valley-area

Le pittoresque Shima Onsen: www.japan.travel/fr/spot/313 et www.japan.travel/fr/spot/2080

Le pont légendaire kazurabashi d'Iya: www.japan.travel/fr/spot/851

Découvrir Minakami: www.japan.travel/fr/destinations/kanto/gunma/minakami-area

La préfecture de Gunma: www.japan.travel/fr/destinations/kanto/gunma

Les paysages singuliers de Biei: www.japan.travel/fr/spot/1890

Comme un tableau, l'étang bleu: www.japan.travel/fr/spot/1889

À propos de JNTO

L'Office National du Tourisme Japonais (JNTO) a été créé en 1964 afin de promouvoir le développement du tourisme japonais. Basé à Yotsuya, Shinjuku-ku, Tokyo, le JNTO est impliqué dans différentes activités nationales et internationales. L'objectif est de donner envie aux touristes du monde entier de venir au Japon. Le JNTO exploite 26 bureaux à l'étranger aux quatre coins du monde.

Pour plus d'informations, rendez-vous sur:

Site Internet: www.japan.travel

Facebook: [@DecouvrirleJapon](https://www.facebook.com/DecouvrirleJapon)

Instagram: [@visitjapanfr](https://www.instagram.com/visitjapanfr)

YouTube: [@visitjapan](https://www.youtube.com/visitjapan)

Contact presse

Panta Rhei PR AG
Dr. Reto Wilhelm
Weinbergstrasse 81
CH-8006 Zurich
Tél. +41 (0)44 365 20 20
info@pantarhei.ch

Medieninhalte



Comme au cinéma: le paisible Shima Onsen. © Visit Gunma



Ainsi se vit l'hiver: dans un onsen chaud avec vue sur la vallée d'Iya. © IyaTime



Un paysage peint à la main: l'étang bleu de Biei. © HOKKAIDO LOVE!



La préfecture de Shizuoka: berceau du mont Fuji. En voyage à travers le Shinkansen. © Explore Shizuoka

Diese Meldung kann unter <https://www.presseportal.ch/fr/pm/100018582/100938158> abgerufen werden.