

360°全景旅行

《亲历者》编辑部 编著 第2版

全景呈现
百科解说
深度畅游



向走马观花的旅行说不,告诉你一个别样的日本

在很多人眼中,日本旅行的标签有什么?
美丽的樱花,顶尖的动漫,热气腾腾的温泉~~~~~

在我们的书里,去日本旅行还可以体验
历史遗存里的千年经典,自然风光中的顶级名胜
传统文化里的国技相扑,流行文化里的奢华盛景

中国铁道出版社
CHINA RAILWAY PUBLISHING HOUSE

360

●《亲历者》编辑部 编著 第2版

全景旅行



畅游 日本

中国铁道出版社

CHINA RAILWAY PUBLISHING HOUSE

图书在版编目(CIP)数据

畅游日本 / 《亲历者》编辑部编著. -- 2版. -- 北京: 中国铁道出版社, 2016.6

(亲历者.360° 全景旅行)

ISBN 978-7-113-21512-5

I. ①畅… II. ①亲… III. ①旅游指南—日本 IV. ①K931.39

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2016) 第 034945 号

书 名: 畅游日本 (第2版)

作 者: 《亲历者》编辑部 编著

策划编辑: 聂浩智

责任编辑: 王 宏

编辑助理: 杨 旭

版式设计: 赵园园

责任印制: 郭向伟

出版发行: 中国铁道出版社 (北京市西城区右安门西街8号 邮编: 100054)

印 刷: 中煤 (北京) 印务有限公司

版 次: 2015年7月第1版 2016年6月第2版 2016年6月第1次印刷

开 本: 710mm×1000mm 1/16 印张: 18 字数: 360千

书 号: ISBN 978-7-113-21512-5

定 价: 49.80元

版权所有 侵权必究

凡购买铁道版图书, 如有印制质量问题, 请与本社读者服务部联系调换。

电话: 市电 (010) 51873170 路电 (021) 73170 (发行部)

打击盗版举报电话: 市电 (010) 51873659 路电 (021) 73659

目录 CONTENTS



导读 360° 全景日本游 013-021

- ★ 最潮“日本范” 015
- ★ 日本旅行4宗最 019

PART1 最值得体验的 023-033 日本旅游线路

- ★ 新干线之旅 028
- ★ 日本风情之旅 029
- ★ 北海道之旅 031
- ★ 动漫之旅 032

PART2 最能见证历史的 035-113 日本遗存

- ★ 法隆寺 044
 - 金堂 045
 - 五重塔 045
 - 梦殿 045
 - 黄土墙 045
- ★ 祇园 047
 - 白川运河 048
 - 京都传统艺能馆 048
 - 四条大街 048
- ★ 浅草寺 050
 - 雷门 051
 - 宝藏门 051
 - 五重塔 051
 - 观音本堂 051
 - 二天门 051
 - 伝法院 051
 - 仲见世商店街 051

- ★ 东大寺 054
 - 南大门 055
 - 金堂 055
 - 法华堂 055
- ★ 伏见稻荷大社 057
- ★ 唐招提寺 059
 - 金堂 060
 - 讲堂 060
 - 舍利殿 060
 - 御影堂 060
 - 钟楼 060
 - 戒坛 060
- ★ 清水寺 061
 - 山门 063
 - 三重塔 063
 - 千手观音像 063



★仁和寺

二王门
勅使门
白书院
庭园
五重塔
中门
宸殿
钟楼
飞涛亭

065
068
068
068
068
068
068
069
069



金堂
灵宝馆
御影堂

069
069
069

★平等院

071

凤翔馆
专题：崇尚自然的日本传统民居

072
074

★三十三间堂

079

千手观音像
夜啼泉
太阁墙

080
080
080

★东福寺

081

三门
开山堂
通天桥
龙吟庵方丈
禅堂
爱染堂

082
082
082
082
082
082



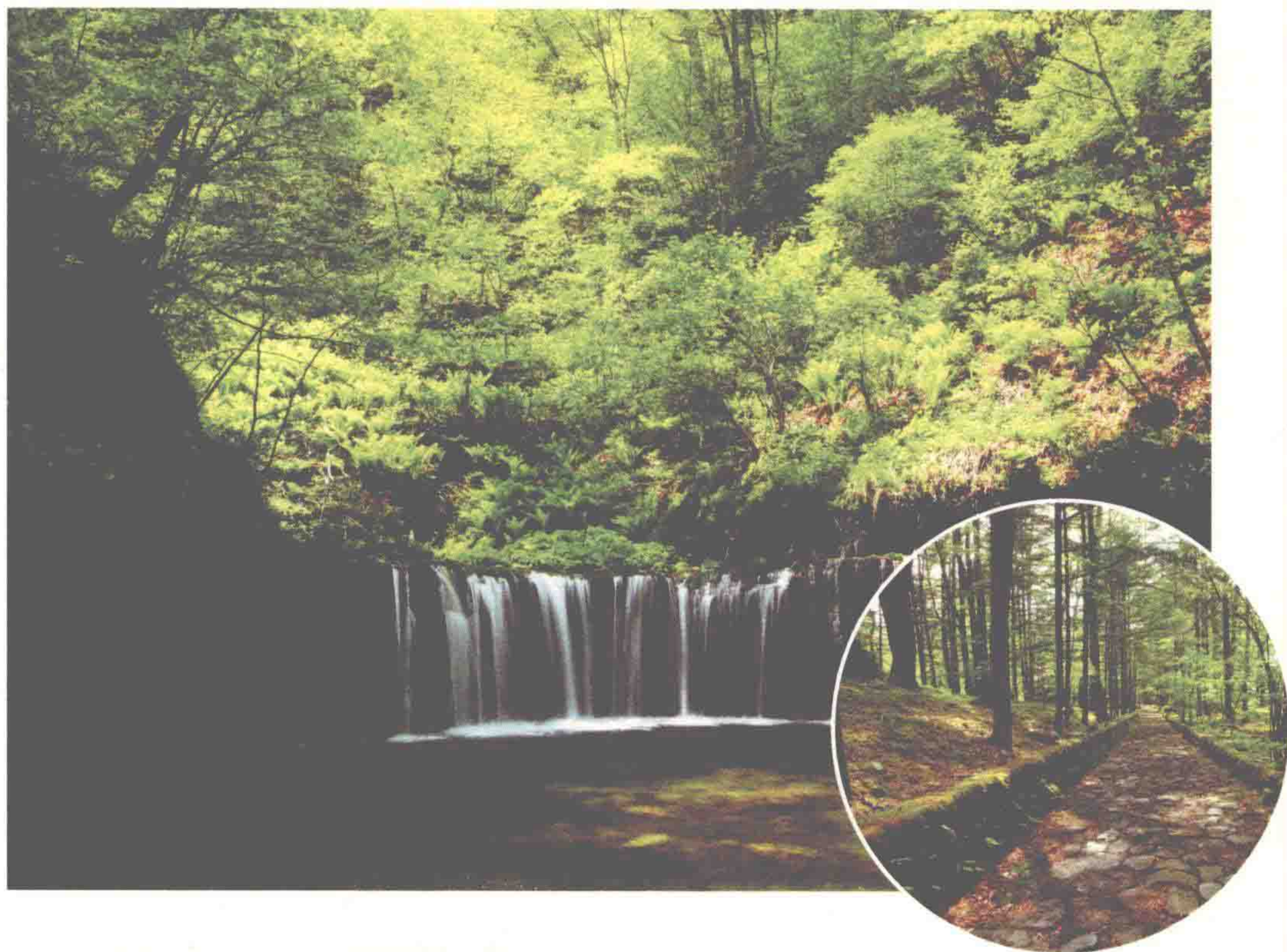


★ 镰仓大佛	084
★ 姬路城	085
★ 金阁寺	088
舍利殿	090
夕佳亭	090
★ 银阁寺	092
银阁	092
庭园	092
东求堂	092
★ 犬山城	094
★ 松本城	097
★ 大阪城	099
天守阁	100
石垣	100
大阪城历史博物馆	100

★ 名古屋城	101
金鯱	101
剑壁	102
天守阁	102
望楼	102
★ 二条城	103
二之丸御殿	104
二之丸庭园	104
“鹈鸣地板”走廊	104

★ 白川乡	105
★ 明治神宫	107
鸟居	108
神宫御苑	108
清正井	108
★ 东京塔	109
瞭望台	109
铁塔大楼	109
专题：东京塔和一个日剧时代	112





PART3 最令人心动的
115-151 **日本风光**

★ 富良野	122
富良野高地	123
日之出公园	123
富田农场	123
★ 知床半岛	125
知床五湖	126
滑落川	126
知床岭	126
红色之水瀑布	126
★ 阿寒湖	128
阿寒湖温泉街	129
四姐妹居酒屋	129
海藻球展示中心	129
阿依努部落	129
雄阿寒山和雌阿寒山	129

★ 大雪山国立公园	130
旭岳	130
层云峡	130
★ 洞爷湖	131
昭和新山	132
中岛	132
有珠山西火山口	132
洞爷湖温泉	132
★ 大沼国定公园	133
大沼和小沼	133
驹岳山	133
★ 富士山	135
小御岳神社	136
专题：日本人的樱花情结	138
★ 新宿御苑	140
★ 轻井泽	142
三笠饭店	143



碓冰观景台	143
轻井泽银座	143
轻井泽王子购物广场	143
白丝瀑布	143
榆树台	143
蜻蜓之汤	143

★屋久岛 144

本富岳	146
白谷云水峡	146
金作原	146
千寻瀑布	146
大川瀑布	146
平内海中温泉	146

★阿苏火山 148

草千里	149
米冢丘	149
火山博物馆	149



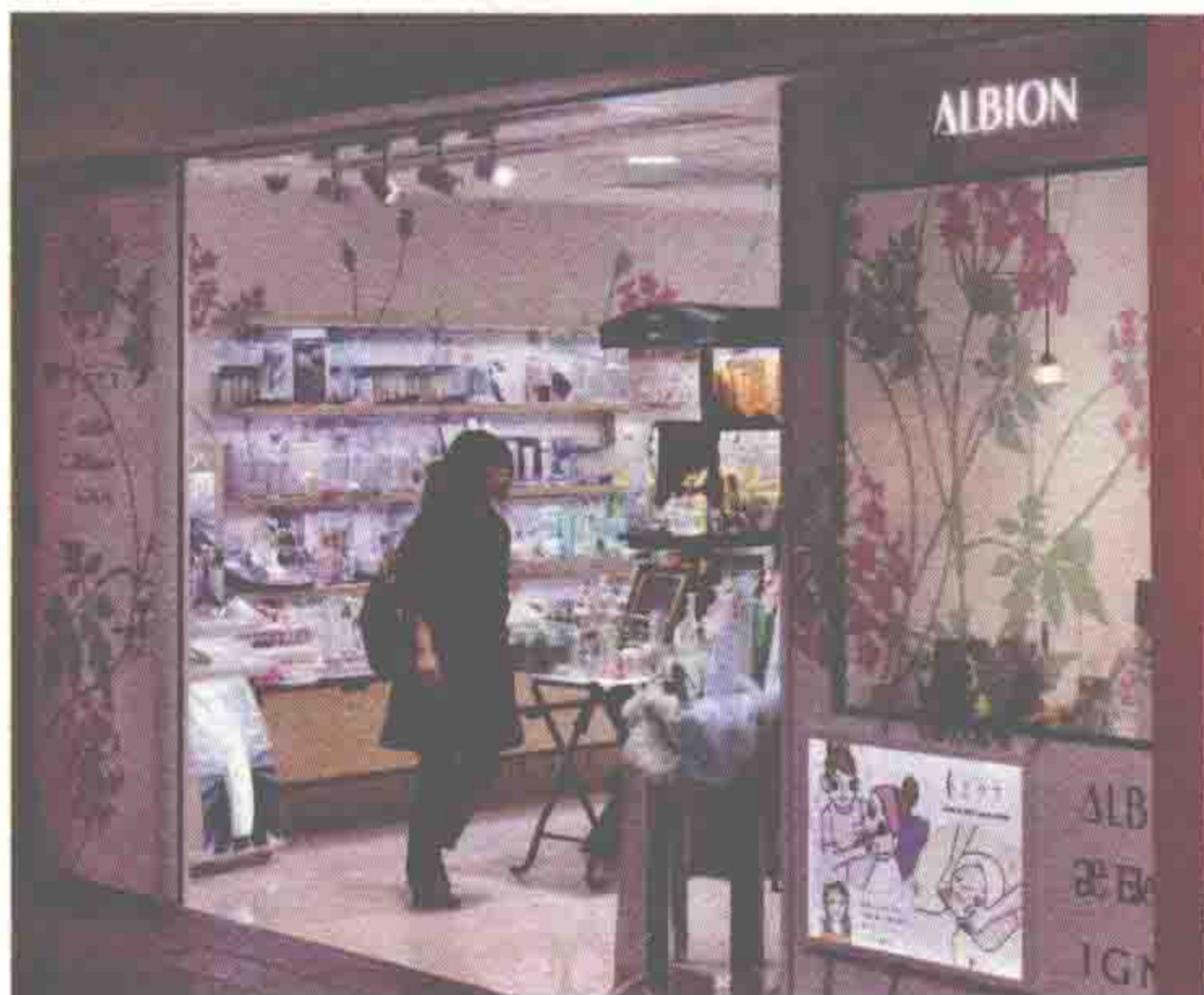
PART4 最为神秘风雅的
153-173 日本传统文化

★文学	155
专题：蕴含东方情调的浮世绘	159
★传统戏剧	161
★日本相扑	165
★茶道	168
★和服	171



PART5 最能夺人眼球的
175-193 日本流行文化

★动漫	177
★电影	182
★日系风尚	187
专题：日本药妆店	190



PART6 最富雪国风情的
195-207 **日本休闲生活**

- ★ 温泉 197
- ★ 滑雪 201
- ★ 主题公园 204



PART7 最叫人赞叹不已的
209-219 **日本料理**

- ★ 四大料理 211
- ★ 地方菜系 213
- ★ 必尝美食 214
- ★ 日式调味料 216
- ★ 折中食品 218





PART8 最有实用价值的 221-287 旅游资讯

★ 赴日必知 222

★ 了解日本	222
★ 办理证件	225
★ 预订机票	228
★ 入境	230
★ 出境	231
★ 货币	232
★ 住宿	234
★ 就餐	236
★ 交通	238
★ 购物	243
★ 娱乐	245
★ 应急攻略	247

★ 主要旅游城市资讯 250

★ 东京交通	250
★ 东京住宿	252
★ 东京美食	254
★ 东京购物	256
★ 东京娱乐	259

★ 京都交通	261
★ 京都住宿	262
★ 京都美食	264
★ 京都购物	266
★ 京都娱乐	268
★ 名古屋交通	270
★ 名古屋住宿	272
★ 名古屋美食	273
★ 名古屋购物	275
★ 名古屋娱乐	277
★ 大阪交通	278
★ 大阪住宿	280
★ 大阪美食	281
★ 大阪购物	283
★ 大阪娱乐	285



360°全景旅行

●《亲历者》编辑部 编著 第2版



畅游 日本

中国铁道出版社
CHINA RAILWAY PUBLISHING HOUSE

图书在版编目(CIP)数据

畅游日本 / 《亲历者》编辑部编著. — 2版. — 北京: 中国铁道出版社, 2016.6

(亲历者.360° 全景旅行)

ISBN 978-7-113-21512-5

I. ①畅… II. ①亲… III. ①旅游指南—日本 IV. ①K931.39

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2016) 第 034945 号

书 名: 畅游日本 (第2版)

作 者: 《亲历者》编辑部 编著

策划编辑: 聂浩智

责任编辑: 王 宏

编辑助理: 杨 旭

版式设计: 赵园园

责任印制: 郭向伟

出版发行: 中国铁道出版社 (北京市西城区右安门西街8号 邮编: 100054)

印 刷: 中煤 (北京) 印务有限公司

版 次: 2015年7月第1版 2016年6月第2版 2016年6月第1次印刷

开 本: 710mm×1000mm 1/16 印张: 18 字数: 360千

书 号: ISBN 978-7-113-21512-5

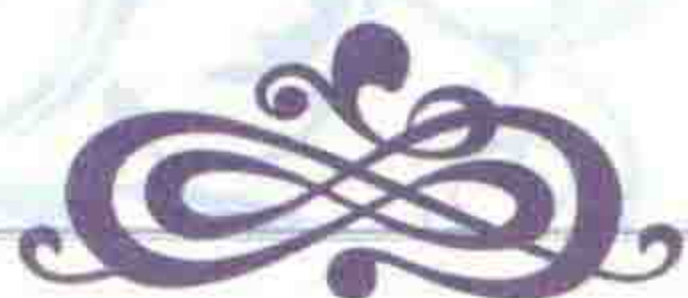
定 价: 49.80元

版权所有 侵权必究

凡购买铁道版图书, 如有印制质量问题, 请与本社读者服务部联系调换。

电话: 市电 (010) 51873170 路电 (021) 73170 (发行部)

打击盗版举报电话: 市电 (010) 51873659 路电 (021) 73659



前言

刚刚下了一场雪，这是北京今年的初雪，这个冬天仿佛格外的冷。回家的路上，我不禁想，这时候若是能找一家日式的居酒屋喝点温热的清酒该有多好啊。日本的味道一不留神就这样跑了出来，进入我们的生活，由不得你。人们会有想要去那里旅行的念头，春夏秋冬，从南到北变幻的风情，漫天的樱花，悠长的海滩，唯美精致的日本料理，能洗去疲惫的温泉，让人心灵升华的寺庙，令女人尖叫的美妆产品，古典与时尚、历史与现代在这个国度交汇相容，这样的—一个地方，那么近又那么远，若是好奇或者不解，去看看又何妨。

日本有充满活力和时代感的城市——东京，宫崎骏的完美动画，或是黑泽明的大场面电影，你都能在这里找到踪迹。原宿街头的时尚潮流震撼你的眼球，密密麻麻的地铁线路图让人咂舌，穿行在高楼林立的“丛林”中，城市的夜色又浮动着浪漫的温情；樱花纷飞的季节同样让人迷醉，《东京爱情故事》的背景音乐响彻记忆，在这里我们总是可以找到属于自己的感动。

不论是《情书》还是《非诚勿扰》的场景，北海道俨然成为浪漫的代名词；不论电影还是文学作品，不论薰衣草花田还是雪国风景，单单为了美美的照片，北海道都不会让你失望。去那里寻一次梦境吧，然后将置身梦中的画面印入心田。

京都，被日本人称为精神故乡。这里是最有日本味的城市，有平整的鹅卵石花园，有神秘的祇园歌舞伎，有小巧而又精致的日式庭院，街上还有精心打扮、步履悠闲的行人，这一切宛若一幅日本浮世绘。在这里，你可以体验日本人地道的生活，租一件和服，拿着一个日式小荷包，踩着木屐吱吱地踏在石板路上。看樱花洒落，感受不一样的和寂清静。

日本是个多么“奇怪”的地方，一边大量吸收外来文化，一边将其改造成独一无二的“和风”，并加以保护和传承。在这里，人们处处都能找到传统文化的踪迹，但又日本味十足，茶道、文字、建筑及无处不在的生活习俗，资源的有限让这个地方的人们亦步亦趋，小心地利用，并做足了功夫，这从美轮美奂的日本料理就可见一斑。

带上本书一起走进日本，看看除了富士山、樱花、动漫、温泉和美食以外，日本还有什么奥秘。



目录 CONTENTS



导读 360° 全景日本游 013-021

- ★ 最潮“日本范” 015
- ★ 日本旅行4宗最 019

PART1 最值得体验的 023-033 日本旅游线路

- ★ 新干线之旅 028
- ★ 日本风情之旅 029
- ★ 北海道之旅 031
- ★ 动漫之旅 032

PART2 最能见证历史的 035-113 日本遗存

- ★ 法隆寺 044
 - 金堂 045
 - 五重塔 045
 - 梦殿 045
 - 黄土墙 045
- ★ 祇园 047
 - 白川运河 048
 - 京都传统艺能馆 048
 - 四条大街 048
- ★ 浅草寺 050
 - 雷门 051
 - 宝藏门 051
 - 五重塔 051
 - 观音本堂 051
 - 二天门 051
 - 伝法院 051
 - 仲见世商店街 051

- ★ 东大寺 054
 - 南大门 055
 - 金堂 055
 - 法华堂 055
- ★ 伏见稻荷大社 057
- ★ 唐招提寺 059
 - 金堂 060
 - 讲堂 060
 - 舍利殿 060
 - 御影堂 060
 - 钟楼 060
 - 戒坛 060
- ★ 清水寺 061
 - 山门 063
 - 三重塔 063
 - 千手观音像 063



★仁和寺

二王门
勅使门
白书院
庭园
五重塔
中门
宸殿
钟楼
飞涛亭

065
068
068
068
068
068
068
069
069



金堂
灵宝馆
御影堂

069
069
069

★平等院

071

凤翔馆
专题：崇尚自然的日本传统民居

072
074

★三十三间堂

079

千手观音像
夜啼泉
太阁墙

080
080
080

★东福寺

081

三门
开山堂
通天桥
龙吟庵方丈
禅堂
爱染堂

082
082
082
082
082
082

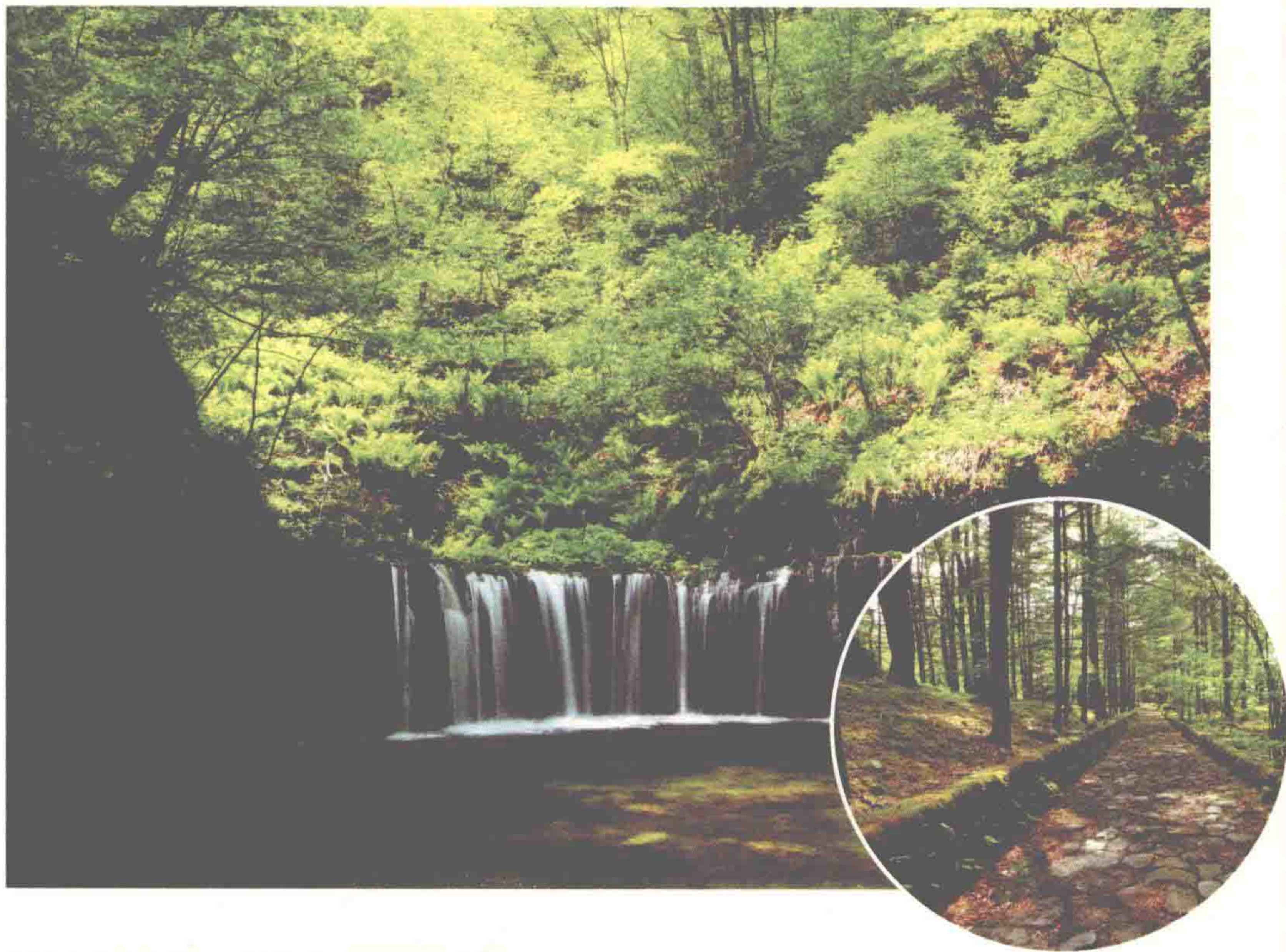




★ 镰仓大佛	084
★ 姬路城	085
★ 金阁寺	088
舍利殿	090
夕佳亭	090
★ 银阁寺	092
银阁	092
庭园	092
东求堂	092
★ 犬山城	094
★ 松本城	097
★ 大阪城	099
天守阁	100
石垣	100
大阪城历史博物馆	100

★ 名古屋城	101
金鯱	101
剑壁	102
天守阁	102
望楼	102
★ 二条城	103
二之丸御殿	104
二之丸庭园	104
“鹈鸣地板”走廊	104
★ 白川乡	105
★ 明治神宫	107
鸟居	108
神宫御苑	108
清正井	108
★ 东京塔	109
瞭望台	109
铁塔大楼	109
专题：东京塔和一个日剧时代	112





PART3 最令人心动的
115-151 **日本风光**

★ 富良野	122
富良野高地	123
日之出公园	123
富田农场	123
★ 知床半岛	125
知床五湖	126
滑落川	126
知床岭	126
红色之水瀑布	126
★ 阿寒湖	128
阿寒湖温泉街	129
四姐妹居酒屋	129
海藻球展示中心	129
阿依努部落	129
雄阿寒山和雌阿寒山	129

★ 大雪山国立公园	130
旭岳	130
层云峡	130
★ 洞爷湖	131
昭和新山	132
中岛	132
有珠山西火山口	132
洞爷湖温泉	132
★ 大沼国定公园	133
大沼和小沼	133
驹岳山	133
★ 富士山	135
小御岳神社	136
专题：日本人的樱花情结	138
★ 新宿御苑	140
★ 轻井泽	142
三笠饭店	143