



畅游世界系列

百程旅行网
Baicheng.com

第三版

畅游

日本

GUIDE TO JAPAN

百程旅行网《畅游日本》编委会 编著

第12次全新修订



★ 日本国家旅游局权威推荐

★ 出入境准备——最新签证政策、出行准备、机场入境、交通步步分析

★ 东京、京都、大阪、神户、北海道、九州、冲绳自由行行程随心选



中国轻工业出版社

全国百佳图书出版单位



畅游世界系列

第三版

畅游

GUIDE TO JAPAN

日本

百程旅行网《畅游日本》编委会 编著

第12次全新修订



中国轻工业出版社

图书在版编目(CIP)数据

畅游日本 / 百程旅行网《畅游日本》编委会编著. —3版. —北京: 中国轻工业出版社, 2017.8

ISBN 978-7-5184-1447-5

I. ①畅… II. ①百… III. ①旅游指南—日本 IV. ①K931.39

中国版本图书馆CIP数据核字(2017)第142375号

责任编辑: 韩慧琴 李苑苑

策划编辑: 刘忠波 韩慧琴

责任终审: 张乃束

封面设计: 知墨堂文化

版式设计: 知墨堂文化

责任监印: 张京华

出版发行: 中国轻工业出版社(北京东长安街6号, 邮编: 100740)

印刷: 北京顺诚彩色印刷有限公司

经销: 各地新华书店

版次: 2017年8月第3版

2017年8月第12次印刷

开本: 889×1194 1/32 印张: 12

字数: 400千字

书号: ISBN 978-7-5184-1447-5 定价: 58.00元

邮购电话: 010-65241695 传真: 65128352

发行电话: 010-85119835 85119793 传真: 85113293

网址: <http://www.chlip.com.cn>

Email: club@chlip.com.cn

如发现图书残缺请直接与我社邮购联系调换

161257S6X101ZBW

编者的话

日本是一个由细节组成的国家。

如果你是一个迷恋细节的人，你一定会爱上日本。如果你是一个非常挑剔的人，日本可以终结你的抱怨。如果你是一个非常懒散的人，日本能以最便捷的办法满足你的需求。

经常有朋友或亲人问，去日本旅行游什么？笔者结合在日本旅行所见的细节，浅谈日本旅行的意义。

细节一：在大阪看到一则广告牌：“28岁的野心，33岁的决意，40岁的意欲，46岁的充实，53岁的余裕。”这是日本人对完美一生的最好诠释：在28岁时，要勇于闯荡，有征服天下的野心；33岁时，每个决定都果敢，充满力量；40岁时就应该随心所欲不逾矩；46岁有自己的爱好，将时间花在自己喜欢的事情上；53岁时，无论金钱还是时间都要富裕宽松……被打动也不仅仅是因为日本人对人生的完美规划，还因为，这就是他们的行事方式，将细节做到极致，不容置疑。

细节二：日本的儿童也给人留下了深刻的记忆。在海洋馆，笔者遇到了两大群儿童来参观，冬天，他们全部穿着裙子和短裤，排着整齐的队伍，安静有礼，不旁若无人，大声吵嚷，追逐嬉闹。当时我们想拍下海洋馆的全景，挡住了孩子们的队伍，他们就停下来，等着我们过去，才往前走，一点也没有催促，脸上也没有着急等待的焦虑感……

这样的细节数不胜数，要了解日本，一定要自由行，就像宫崎骏的一句话：“有一句老话说得好：‘想去法隆寺的人，应该在远处就下车，然后沿着乡间小道徒步走过去。’因为经过长时间的步行之后，法隆寺的一角会从松林的那头露出，然后逐渐显现出它的全貌。这是要让人体会用自己的双脚去寻觅的感觉。前往法隆寺的过程越不容易，见到它就越感动。”

《畅游日本（第三版）》目的就是给所有愿意探索日本的人提供足够完善的信息，而发现日本的景致，就全靠你自己一点点探索了。《畅游日本》第一版和第二版上市后，均获得了读者的肯定，连续印刷多次。本次重新改版和修订，包括签证信息更新，新增日本景点，完善交通信息，更新景点门票价格及其开放时间，火车时刻、飞机班次、各类交通信息1000多条，使新版书能最大限度地反映当地吃、住、行、游、购物、娱乐各方面的综合情况，形成对读者最明确有效的出游指导，让读者一经购买和阅读本书，即可获取最直接的收获。

希望每一位到日本旅行的游客能够用自己的眼睛发现日本旅行之美，也希望你的旅行凭借此书更加自如。



日本之最



最该看的景观和城市

去日本旅游，总有一些风景是不能错过的。日本首都东京是中国人赴日旅游最热门的城市，这源自中国人的一种首都情结。

☞ 东京晴空塔

东京晴空塔又被称为新东京铁塔，英语译为东京天空树（Tokyo Sky Tree）。它的高度为634米，于2011年11月17日获得吉尼斯世界纪录认证——“世界第一高塔”，也是目前世界第二高的建筑物，仅次于迪拜的哈利法塔（高828米）。

东京晴空塔以其独特的色彩设计和精致的照明设计而著称。

☞ 东京迪士尼乐园

著名的东京迪士尼乐园是东京另一个必游之地。这里堪称全日本乃至全亚洲最具人气的主题乐园，一年四季都有各种各样的大型巡游表演和庆祝活动。无论大人还是小孩都可以在这里找到属于自己的快乐。

☞ 富士山

富士山可以说是最“资深”的日本旅游目的地，提到日本旅游，中国游客第一个想到的一定就是这里。无论你什么季节来到这里，都能欣赏到富士山不同的美景，春夏的花海，秋天的红叶以及冬日纷飞的白雪，会给你带来全然的视觉享受。

☞ 大阪



大阪也是中国游客最熟悉的城市之一，东京和大阪常被形容为日本的“北京”和“上海”，大都市风采不言而喻。大阪城是大阪最著名的景点之一，与名古屋城、熊本城并称为“日本历史三名城”，登上瞭望台可以将整个大阪市的风景尽收眼底。除此

之外，美食长廊道顿堀、潮人圣地心斋桥、繁华商圈梅田也都是非常值得一去的地方。

☞ 北海道

北海道作为后起之秀，富良野、小樽、洞爷湖这些名字也渐渐走进我们的视线，成为中国人赴日旅游的选择之一。富良野是位于北海道中心的城市，以其舒适怡人、如诗如画的乡村风光著称。每年7~8月是薰衣草开放的季节，漫山遍野的淡紫色花田吸引着来自日本国内及世界各地的观光客。

☞ 冲绳

冲绳是日本最南部的县，因其独特的自然风光成为日本人度假的首选。这

里一年四季都盛开着颜色鲜艳的花朵，白色沙滩与蔚蓝色海水形成鲜明对比，使得这座色彩斑斓的海岛与夏威夷、迈阿密、巴哈马一起被誉为“世界四大海滨观光胜地”。冲绳的潜水活动也是世界各地的游客选择来到这里休闲度假的最大理由。

京都

京都作为日本古都，完整地保留了千余年的诸如建筑、绘画、雕刻、园艺、历史遗迹和民俗艺术、建筑和文物等丰富的历史文化遗产。历史古迹包括清水寺、二条城、金阁寺、银阁寺、天龙寺、龙安寺、延历寺、高山寺、仁和寺、西芳寺、东寺、宇治上神社和平等院凤凰堂等。其中平等院凤凰堂就是今天印在10日元硬币后面的建筑。这些历史古迹不但包含了建筑之美，而且展现了日本传统园林之美。

到达京都，除了观赏历史古迹，还有更为独特的看点：京都现存的各种祭礼和精湛的传统手工艺。此外，京都街头身着传统和服的女子便是一处奇景，她们美丽的身姿与古城相融合，展现了京都古韵。



京都最该体验的项目

日本是一个四季分明的国家，每个季节都有其吸引人的地方。地形狭长，海岸线漫长的地理特点使日本南北气候差异极大，各地呈现出风格迥异的独特景色。每个季节都有最值得体验的项目。

春季赏樱

樱花在日本已经有1000多年的栽培历史，每年的三四月份，很多地方都会举办“樱花祭”，人们在樱花树下席地而坐，边赏樱，边畅饮，惬意无比。

夏日登山

在日本，富士山是公认的“神山”，连日本天皇都登临过富士山。夏天正是攀登富士山的最好时机。

深秋漫步

人文景观与自然景观完美结合的京都、近江地区，每到秋季就会呈现出一派绮丽典雅的风光，古朴的建筑与红叶林交相辉映，把秋天的美展露得恰如其分。

冬泡温泉

日本自古就有为了疗伤、治病等疗养目的而利用温泉的习惯。在日本泡温泉很讲究，要先用木勺舀水浇头，5~20瓢后，尚可入浴泡汤3分钟，起身休息，如此反复。



目录



PART1 概况篇 11

日本档案 12

前往日本的6大理由 16



PART2 行前准备篇 18

周密的出行计划 20

证件的准备 21

怎样办理赴日签证 23



PART3 机场篇 28

如何入境 30

认识日本的机场 31



PART4 日本国内交通概况 44

认识日本交通工具 46

东京市内交通 48

京都市内交通 56

大阪市内交通 57

札幌市内交通 60

福冈市内交通 62

冲绳岛岛内交通 64



PART5 游览篇 66

最引人入胜的两大都市——东京、大阪 68

人气最高的四大泡汤胜地 104

本州北部 124

九州 143

探秘日本历史之旅 156

最不容错过的名城重镇 193

原味北海道 231

冲绳 258





PART6 住宿篇 265

- 东京 266
- 京都 272
- 大阪 274
- 神户 275
- 北海道 276
- 九州 278
- 冲绳 280
- 日本其他城市的住宿 281



PART7 美食篇 294

- 日本饮食文化 296
- 东京 296
- 京都 303
- 大阪 305
- 神户 307
- 北海道 309
- 九州 314
- 冲绳 317
- 日本其他城市的美食 319



PART8 购物篇 334

- 去日本购物必知清单 336
- 东京 336
- 京都 345
- 大阪 346
- 神户 348
- 北海道 349
- 九州 351
- 冲绳 352
- 日本其他城市的购物 354



PART9 娱乐篇 359

- 东京 360
- 京都 364
- 大阪 365
- 神户 366
- 北海道 366
- 九州 368
- 冲绳 368



PART10 日本旅游小锦囊 372

- 特色节庆 374
- 赴日本旅游的注意事项 376
- 日本入境禁止和限制携带的物品 378

附录

- A 中文日本罗马音地名对照表 379
- B 中文英文日文景点对照表 379
- C 日本历史朝代简介 383



畅游世界系列

第三版

畅游

日本

GUIDE TO JAPAN

百程旅行网《畅游日本》编委会 编著

第12次全新修订



中国轻工业出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

畅游日本 / 百程旅行网《畅游日本》编委会编著. — 3版. — 北京: 中国轻工业出版社, 2017.8

ISBN 978-7-5184-1447-5

I. ①畅… II. ①百… III. ①旅游指南—日本 IV. ①K931.39

中国版本图书馆CIP数据核字(2017)第142375号

责任编辑: 韩慧琴 李苑苑

策划编辑: 刘忠波 韩慧琴

责任终审: 张乃束

封面设计: 知墨堂文化

版式设计: 知墨堂文化

责任监印: 张京华

出版发行: 中国轻工业出版社 (北京东长安街6号, 邮编: 100740)

印刷: 北京顺诚彩色印刷有限公司

经销: 各地新华书店

版次: 2017年8月第3版

2017年8月第12次印刷

开本: 889 × 1194 1/32 印张: 12

字数: 400千字

书号: ISBN 978-7-5184-1447-5 定价: 58.00元

邮购电话: 010-65241695 传真: 65128352

发行电话: 010-85119835 85119793 传真: 85113293

网址: <http://www.chlip.com.cn>

Email: club@chlip.com.cn

如发现图书残缺请直接与我社邮购联系调换

161257S6X101ZBW

编者的话

日本是一个由细节组成的国家。

如果你是一个迷恋细节的人，你一定会爱上日本。如果你是一个非常挑剔的人，日本可以终结你的抱怨。如果你是一个非常懒散的人，日本能以最便捷的办法满足你的需求。

经常有朋友或亲人问，去日本旅行游什么？笔者结合在日本旅行所见的细节，浅谈日本旅行的意义。

细节一：在大阪看到一则广告牌：“28岁的野心，33岁的决意，40岁的意欲，46岁的充实，53岁的余裕。”这是日本人对完美一生的最好诠释：在28岁时，要勇于闯荡，有征服天下的野心；33岁时，每个决定都果敢，充满力量；40岁时就应该随心所欲不逾矩；46岁有自己的爱好，将时间花在自己喜欢的事情上；53岁时，无论金钱还是时间都要富裕宽松……被打动也不仅仅是因为日本人对人生的完美规划，还因为，这就是他们的行事方式，将细节做到极致，不容置疑。

细节二：日本的儿童也给人留下了深刻的记忆。在海洋馆，笔者遇到了两大群儿童来参观，冬天，他们全部穿着裙子和短裤，排着整齐的队伍，安静有礼，不旁若无人，大声吵嚷，追逐嬉闹。当时我们想拍下海洋馆的全景，挡住了孩子们的队伍，他们就停下来，等着我们过去，才往前走，一点也没有催促，脸上也没有着急等待的焦虑感……

这样的细节数不胜数，要了解日本，一定要自由行，就像宫崎骏的一句话：“有一句老话说得好：‘想去法隆寺的人，应该在远处就下车，然后沿着乡间小道徒步走过去。’因为经过长时间的步行之后，法隆寺的一角会从松林的那头露出，然后逐渐显现出它的全貌。这是要让人体会用自己的双脚去寻觅的感觉。前往法隆寺的过程越不容易，见到它就越感动。”

《畅游日本（第三版）》目的就是给所有愿意探索日本的人提供足够完善的信息，而发现日本的景致，就全靠你自己一点点探索了。《畅游日本》第一版和第二版上市后，均获得了读者的肯定，连续印刷多次。本次重新改版和修订，包括签证信息更新，新增日本景点，完善交通信息，更新景点门票价格及其开放时间，火车时刻、飞机班次、各类交通信息1000多条，使新版书能最大限度地反映当地吃、住、行、游、购物、娱乐各方面的综合情况，形成对读者最明确有效的出游指导，让读者一经购买和阅读本书，即可获取最直接的收获。

希望每一位到日本旅行的游客能够用自己的眼睛发现日本旅行之美，也希望你的旅行凭借此书更加自如。



日本之最



最该看的景观和城市

去日本旅游，总有一些风景是不能错过的。日本首都东京是中国人赴日旅游最热门的城市，这源自中国人的一种首都情结。

☞ 东京晴空塔

东京晴空塔又被称为新东京铁塔，英语译为东京天空树（Tokyo Sky Tree）。它的高度为634米，于2011年11月17日获得吉尼斯世界纪录认证——“世界第一高塔”，也是目前世界第二高的建筑物，仅次于迪拜的哈利法塔（高828米）。

东京晴空塔以其独特的色彩设计和精致的照明设计而著称。

☞ 东京迪士尼乐园

著名的东京迪士尼乐园是东京另一个必游之地。这里堪称全日本乃至全亚洲最具人气的主题乐园，一年四季都有各种各样的大型巡游表演和庆祝活动。无论大人还是小孩都可以在这里找到属于自己的快乐。

☞ 富士山

富士山可以说是最“资深”的日本旅游目的地，提到日本旅游，中国游客第一个想到的一定就是这里。无论你什么季节来到这里，都能欣赏到富士山不同的美景，春夏的花海，秋天的红叶以及冬日纷飞的白雪，会给你带来全然不同的视觉享受。

☞ 大阪



大阪也是中国游客最熟悉的城市之一，东京和大阪常被形容为日本的“北京”和“上海”，大都市风采不言而喻。大阪城是大阪最著名的景点之一，与名古屋城、熊本城并称为“日本历史三名城”，登上瞭望台可以将整个大阪市的风景尽收眼底。除此

之外，美食长廊道顿堀、潮人圣地心斋桥、繁华商圈梅田也都是非常值得一去的地方。

☞ 北海道

北海道作为后起之秀，富良野、小樽、洞爷湖这些名字也渐渐走进我们的视线，成为中国人赴日旅游的选择之一。富良野是位于北海道中心的城市，以其舒适怡人、如诗如画的乡村风光著称。每年7~8月是薰衣草开放的季节，漫山遍野的淡紫色花田吸引着来自日本国内及世界各地的观光客。

☞ 冲绳

冲绳是日本最南部的县，因其独特的自然风光成为日本人度假的首选。这

里一年四季都盛开着颜色鲜艳的花朵，白色沙滩与蔚蓝色海水形成鲜明对比，使得这座色彩斑斓的海岛与夏威夷、迈阿密、巴哈马一起被誉为“世界四大海滨观光胜地”。冲绳的潜水活动也是世界各地的游客选择来到这里休闲度假的最大理由。

京都

京都作为日本古都，完整地保留了千余年的诸如建筑、绘画、雕刻、园艺、历史遗迹和民俗艺术、建筑和文物等丰富的历史文化遗产。历史古迹包括清水寺、二条城、金阁寺、银阁寺、天龙寺、龙安寺、延历寺、高山寺、仁和寺、西芳寺、东寺、宇治上神社和平等院凤凰堂等。其中平等院凤凰堂就是今天印在10日元硬币后面的建筑。这些历史古迹不但包含了建筑之美，而且展现了日本传统园林之美。

到达京都，除了观赏历史古迹，还有更为独特的看点：京都现存的各种祭礼和精湛的传统手工艺。此外，京都街头身着传统和服的女子便是一处奇景，她们美丽的身姿与古城相融合，展现了京都古韵。



京都最该体验的项目

日本是一个四季分明的国家，每个季节都有其吸引人的地方。地形狭长，海岸线漫长的地理特点使日本南北气候差异极大，各地呈现出风格迥异的独特景色。每个季节都有最值得体验的项目。

春季赏樱

樱花在日本已经有1000多年的栽培历史，每年的三四月份，很多地方都会举办“樱花祭”，人们在樱花树下席地而坐，边赏樱，边畅饮，惬意无比。

夏日登山

在日本，富士山是公认的“神山”，连日本天皇都登临过富士山。夏天正是攀登富士山的最好时机。

深秋漫步

人文景观与自然景观完美结合的京都、近江地区，每到秋季就会呈现出一派绮丽典雅的风光，古朴的建筑与红叶林交相辉映，把秋天的美展露得恰如其分。

冬泡温泉

日本自古就有为了疗伤、治病等疗养目的而利用温泉的习惯。在日本泡温泉很讲究，要先用木勺舀水浇头，5~20瓢后，尚可入浴泡汤3分钟，起身休息，如此反复。



目录



PART1 概况篇 11

日本档案 12

前往日本的6大理由 16



PART2 行前准备篇 18

周密的出行计划 20

证件的准备 21

怎样办理赴日签证 23



PART3 机场篇 28

如何入境 30

认识日本的机场 31



PART4 日本国内交通概况 44

认识日本交通工具 46

东京市内交通 48

京都市内交通 56

大阪市内交通 57

札幌市内交通 60

福冈市内交通 62

冲绳岛岛内交通 64



PART5 游览篇 66

最引人入胜的两大都市——东京、大阪 68

人气最高的四大泡汤胜地 104

本州北部 124

九州 143

探秘日本历史之旅 156

最不容错过的名城重镇 193

原味北海道 231

冲绳 258