

我爱

日本药妆
失心疯版主不藏私
秘笈大公开!

东京旅游 失心疯

Vera / 著

史恩熊 / 插画



第一次逛东京

东京超完整九个地区SHOPF

· 好逛路线大整理!

白痴也能看懂的手绘地图+各个地铁站出口好逛地标规划+超贴心小提醒BOX
=东京旅游必备随身购物指南!



北京联合出版公司
Beijing United Publishing Co., Ltd.



我爱东京旅游 失心疯

就是要
药妆、甜点、
可爱小物



日本药妆失心疯 グラブ (部落格) 版主不藏私购物秘笈大公开

图书在版编目 (CIP) 数据

我爱东京旅游失心疯 / Vera 著. -- 北京 : 北京联合出版公司, 2014.9
ISBN 978-7-5502-3485-7

I. ①我… II. ①V… III. ①旅游指南—东京 IV.
①K931.39

中国版本图书馆CIP数据核字(2014)第197804号
简体中文版于2013年透过成都天鸢文化传播有限公司
经城邦文化事业股份有限公司布克文化出版事业部独家授权给
北京精典博维文化传媒有限公司限在大陆地区发行
非经书面同意, 不得以任何形式任意重制、转载
著作权合同登记号: 图字01-2014-5715

我爱东京旅游失心疯

作者: Vera
插图设计: 史恩熊 LULU
出版统筹: 精典博维
选题策划: 李明莉
特约编辑: 王海丽
责任编辑: 张 萌
装帧设计: 博雅工坊

北京联合出版公司出版
(北京市西城区德外大街83号楼9层 100088)
北京新华印刷有限公司印刷·新华书店经销
字数232千字 889毫米×1194毫米 1/16 11.5印张
2014年10月第1版 2014年10月第1次印刷
ISBN 978-7-5502-3485-7
定价: 42.00元

未经许可, 不得以任何方式复制或抄袭本书部分或全部内容
版权所有, 侵权必究
本书若有质量问题, 请与本公司图书销售中心联系调换。
电话: 010-82061212转8050



目录

推荐序

作者序

1. 新宿 Shinjuku (しんじゅく)	09
2. 原宿 Harajuku (はらじゅく)	19
3. 表参道 Omotesando (おもてさんどう) & 青山 Aoyama (あおやま)	29
4. 吉祥寺 Kichijoji (きちじょうじ)	39
5. 自由が丘 Jiyugaoka (じゅうがおか)	49
6. お台場 Odaiba (おだいば)	63



Contents

7. 渋谷Shibuya (しぶや)	77
8. 池袋Ikebukuro (いけぶくろ)	87
9. 上野Ueno (うえの)	97
10. 东京必逛的30间杂货好店	108
11. 东京必逛的10个婴童用品好去处及10项必买商品	121
12. 可爱的卡通人物周边哪里买?	131
13. 日本药妆必买清单及2013年东京药妆店比价表	147
14. 近期新推荐的20样日本药妆必买商品	164
15. 常见的粉丝大哉问	175





我爱东京旅游 失心疯

就是要
药妆、甜点、
可爱小物



日本药妆失心疯 グラブ(部落格)版主不藏私购物秘笈大公开



推荐序

东京，对我来说就像第二个故乡一样亲切。

想起以往留学住在东京的日子，渋谷、原宿、新宿、池袋、中目黑、自由之丘、代官山，这些地方遍布了我的足迹和回忆。

从事时尚工作十多年了，身边这么多在时尚圈工作的日本好友，每次回到东京，我们总会相约在中目黑的居酒屋，或是六本木的Live House相聚，我也会忍不住跑到各大药妆店和服饰店，采购一堆最新行头打算回台湾时介绍给大家。

东京与我的人生真是密不可分。

然而也因为这样，许多打算前往东京购物的朋友，必定会问我：“哪边最好逛？”“哪边最好吃？”“哪边最好买？”“哪边最便宜？”“哪边最流行？”

这些问题有时候就像是魔咒一样，不时围绕在我的耳边(笑)。接下来我的功课便是，花几个小时上网抓一堆资料寄给他们，然后在电脑面前虚脱(笑)。

我感谢日本通Vera，终于出版了这本《我爱东京旅游失心疯：就是要药妆、甜点、可爱小物》大作。它就像是我的救赎一样，里面满载了各式各样连日本人也不得不佩服的店家资讯和流行情报。

只要拥有了它，前往东京血拼时，我想你可以暂时抛弃手机里的地图APP或是店家搜寻功能。

以后要是朋友再问到我“东京哪边最好逛”的时候，我想我一定会回答：“别来烦我，去看《我爱东京旅游失心疯：就是要药妆、甜点、可爱小物》吧！”



东京时尚权威&造型大师
李佑群



推荐序

如果你还处在“我到底要不要出发啊”的情绪当中，就翻开《我爱东京旅游失心疯：就是要药妆、甜点、可爱小物》这本书吧！你会立马开始依书中的“指示”为自己规画出漂亮完整的旅行计划，然后打电话给旅行社订下机加酒（是一个旅游专有名词，源自台湾，即机票加酒店打包预订）的行程！但是，“这种书”有时候会激起的只是短暂的“想旅行”心情，但这位日本药妆失心疯小姐所安排的行程却会让你有“看来！我得出发了”的心情！

开始“收看”日本药妆失心疯的FB是通过我们家小编“介绍”的，因为我这个以半个日本人自居（但日本旅游经验只有一回）的总编辑，也是个日本控！所以，看她的FB可以一一锁定目前的日本动态，而且可爱甜美的东西人人爱，话说这样的FB也担负着疗愈大家身心的责任。当然，也许这位作者也渐渐地感受到压力了吧！因为她的选材可是关系着35万人（2013年此书出版时，日本药妆失心疯部落格的粉丝已有35万人）的心情！哈哈！而且她的选材并非完全以药妆店内的情报为主，还有很多有趣的吃喝玩乐等，让人不禁开始羡慕起那个梳着包头的娃娃插图！

日本药妆失心疯俱乐部的部长要出书了？！啊？！是以药妆店为主的书吗？还是以使用日本药妆产品心得为主的书？不知道会以何种型态出现？但心里好期待，因为最近想完成一个小小心愿，就是想成为一位“可以单独一人将东京当台北一般自由来去也不觉得寂寞”的强人！就只是一个这样的愿望而已啦！所以，我期待这本书是可以完成这样小小愿望的书！

而且好荣幸我拿到了首次印刷前的试读本，一个人在家时，在昏黄的灯光下阅读，愈读心里愈是澎湃啊！“我要去”的决心一直在身体里打鼓！为什么呢？

- ①书中规划的地点全都是女孩必经之“店”！
- ②手绘地图我看得懂耶（我是地图白痴）！
- ③整理出各个车站出口会遇到哪些逛街地标（想去哪边就从哪边出去）。
- ④作者最熟悉这个区域有哪些药妆店？
- ⑤这个区域有哪些一定要去的甜点店（我要尖叫了）？
- ⑥我最赞赏的小提醒BOX（例如每家店的特别规定或特定商品、某些食物应该怎么吃，哪些店最好在什么时间前往人潮较少，等等），这些都必须亲身经历过才能有的分享……所以，我觉得好珍贵耶！

另外，也许有些人会拿旅游书来比较，但一般旅游书并不会针对特定族群，所以会以较普遍又复杂的方式提供情报，往往还是不知道自己想去哪儿或应该去哪儿！但作者帮大家锁定了特定族群适合去的地方，而且都是以一天能逛完的规格去帮大家安排。说真的，这本书就是原本我们自己需要整理的攻略啦，真的！男生我不确定适不适合他们参考，但女生200%照这个去逛就对了啦！（翻着翻着又翻到我最喜欢的池袋，内心又开始打鼓了！）

说真的，到日本东京最爱的就是钻小巷逛小店，本书的后段也收集了30家必逛的杂货好店，除了京都或大阪之类的，这些可爱温馨的杂货店最能让我们感受到“身处日本”了，不是吗？另外，虽然对我来说完全不用担心失控，但对好多妈妈们来说，“婴童用品好去处总整理”铁定要“小心”收看！但我不要以为此区不关我的事，因为后面就是卡通人物周边商店总整理，哈哈！我内心默默地想采购Kobito系列（就是长得很丑的森林植物）。最后，在常见QA单元中开心地结束这趟“旅程”，本单元也解决了我的诸多疑虑。

以前都不觉得有什么“纸上旅游”之类的，但这本书能给我这样的感受。各位！就算无法立马动起来，但先准备好即将实现的这趟旅程也是OK的吧！



VOCE美妆时尚国际中文版 总编辑
袁观玲



作者序

好高兴我终于完成了一本Vera流的东京旅游书！（洒花）

其实，我想写这样的东京旅游书好久了，早在上一本书（2010年）推出不久后，我就着手准备，想要写一本以Vera角度玩乐东京的旅游书！但万万没想到，就在我开始计划的同时，日本发生了令人伤痛欲绝的天灾“311大地震”，当时因为福岛核电外泄，让许多游客纷纷怯步，不敢在当时前往日本旅游，并且那时日本的灾后状况（限电）也不适合大家去玩乐，所以我被迫暂时停止前往东京的旅程。



事隔两个多月后，老天送给刚好结婚半年的我一个礼物，“我怀孕了”！

整个孕期虽然辛苦但却很开心能够孕育肚子里的小生命，虽然我孕期中有好几次都想重回东京走走看看，但却因为核电的问题让我不敢冒险，爱我的家人们也全部都举双手反对，所以我也只好乖乖地等待宝宝出生后再作旅游的打算。

2012年2月，辛苦怀了9个多月的宝宝，终于愿意在预产期当天出来跟我请安。接着呢，就开始一连串只有当过新手爸妈才能体会、与黑眼圈相伴的暗无天日的生活。直到宝宝满6个月大，比较进入状况后，我才终于放心将他交给我的爸妈照顾，重启东京旅游书的计划，再次前往日本（在此特别感谢我的父母）。

历经了这二三年多重角色下的成长蜕变，这本东京旅游书也变得更加丰富，在原本就包含的药妆、甜点、可爱小物内容外，新增加了成为人母后才开始关心的“日本婴童用品”相关介绍，希望可以指引妈妈们的去东京开心地采购宝宝用品。针对喜爱日本杂货的粉丝，Vera也将自己长久以来走访东京各地的杂货店家，整理成“东京必逛的30间杂货店铺”。另外，还有粉丝们最常在粉丝页上询问“可爱的卡通人物周边哪里买”的内容，Vera我全部都不藏私大公开，把我自己最常逛、最爱买的地点统统列出来，让大家照着指引就可以快快乐乐买回家！

这本书真的是几乎榨干了我所有的口袋店家，很多我喜爱的与还来不及在部落格及粉丝页中介绍的店家，都被我列进这本书中了！如果，你时常觉得看我粉丝页的内容都比你自己去的好玩、看我买的东西你都好想要、看我逛的地方你都好想知道在哪儿……那就尽快翻开此书吧！这里面可以找到很多你想要的答案！（眨眼）





目录

推荐序

作者序

1. 新宿 Shinjuku (しんじゅく)	09
2. 原宿 Harajuku (はらじゅく)	19
3. 表参道 Omotesando (おもてさんどう) & 青山Aoyama (あおやま)	29
4. 吉祥寺Kichijoji (きちじょうじ)	39
5. 自由が丘Jiyugaoka (じゅうがおか)	49
6. お台場Odaiba (おだいば)	63

Contents

7. 渋谷Shibuya (しぶや)	77
8. 池袋Ikebukuro (いけbukろ)	87
9. 上野Ueno (うえの)	97
10. 东京必逛的30间杂货好店	108
11. 东京必逛的10个婴童用品好去处及10项必买商品	121
12. 可爱的卡通人物周边哪里买?	131
13. 日本药妆必买清单及2013年东京药妆店比价表	147
14. 近期新推荐的20样日本药妆必买商品	164
15. 常见的粉丝大哉问	175







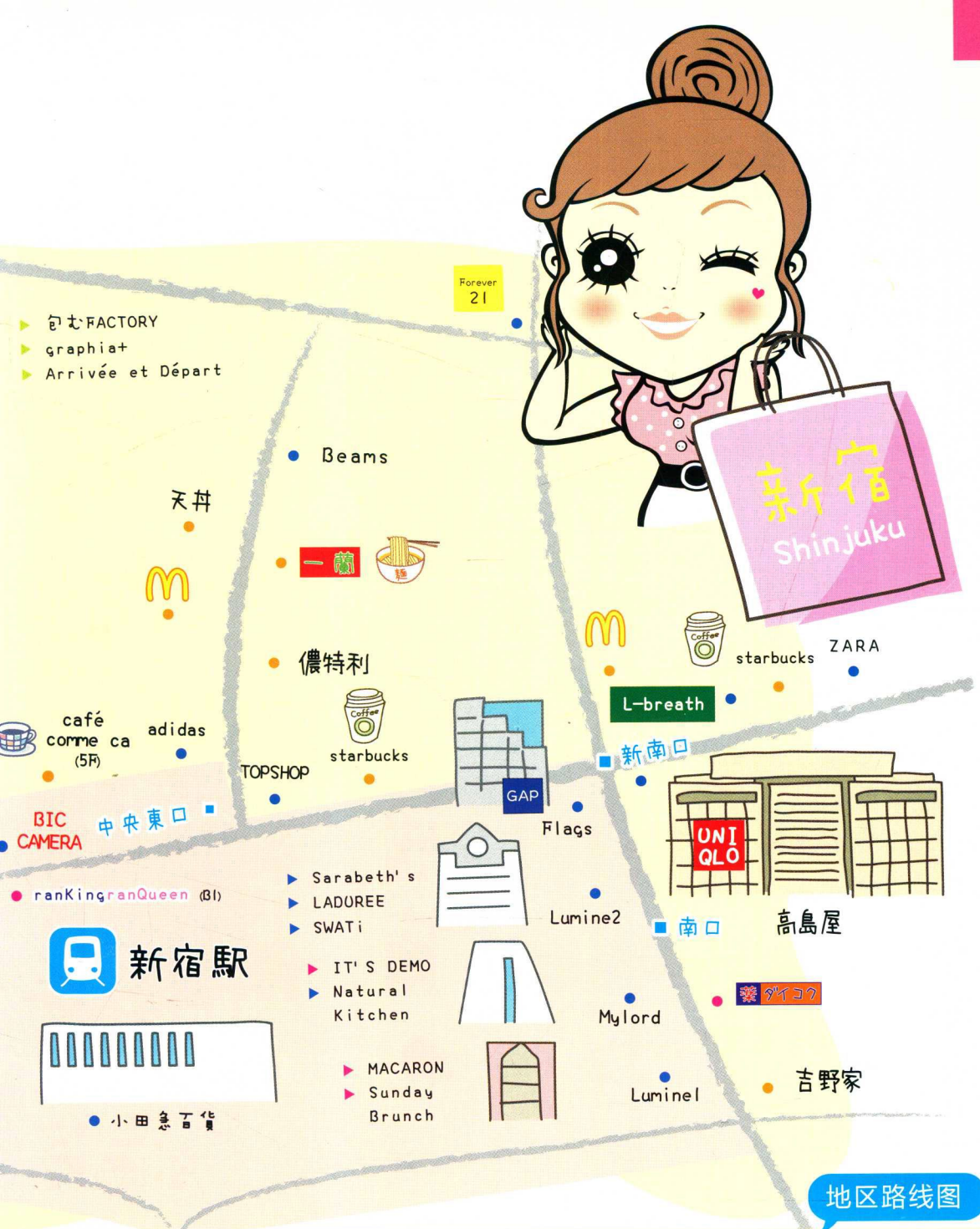
如果你的东京旅游行程重点是逛街购物,并且只有一天时间,那就别犹豫了,直奔“新宿”吧!

“新宿”指的是以新宿駅为中心的大型商业区，其他与新宿相当的大型商业区还包括渋谷^①、池袋，此三个车站皆位于东京都的西区，并列为东京都的三大副都心。而其中又以“新宿”的交通道路最为复杂，所以此区是我列为首要介绍的重点地段。

① 渋谷：涩谷，日本地方名。

新宿 Shinjuku





地区路线图

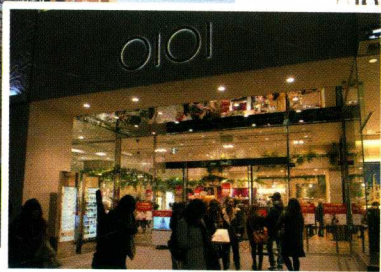
Sarabeth's => IT'S DEMO、ranKing ranQueen => ダイコクドラッグ => Café comme ça => マツモトキヨシ新宿三丁目店 => BICQLO => graphia+ => 包むFACTORY => H&M => 伊勢丹

新宿 Shinjuku





“新宿”主要分为东口与西口两大地区，西口以办公大楼、政府机关为主，像“东京都厅”就是西新宿的主要地标之一，并且“东京都厅”的45楼展望室目前也已成为许多观光客喜爱的“免费”登高观景之处，开放时间从早上9点半至晚上11点。西口地区除了“东京都厅”外，紧邻新宿駅●西口也有几间值得逛的商场百货，但数量远不及东口那边的多，所以如果时间有限就一定要以新宿东口为主攻逛街区。



新宿的特色就是百货公司多、各品牌的大型旗舰店多，基本上只要是听过的品牌几乎都能找得到。相反的，新宿没有什么特色小店，如果特别喜爱去私藏小店挖宝，建议你搭车前往自由之丘或田园调布等地区。虽然很多品牌都在东京各站附近开设分店，但其中有几间我就是特别喜欢逛它们的新宿店，有些可能是因为店

① 駅：驿，车站。



面大小逛起来的舒适度，有些可能是因为交通距离的方便性，或者是商品多样化程度与供货量足够与否，甚至是店员是否有亲切的服务态度，这些都是我考量选择逛某些店面的原因。毕竟，新宿可以逛的地方实在太多了，若真要仔细逛遍新宿全部店面，我看可能整个5天4夜的行程都奉上也还嫌不够（笑）。