

中 / 国 / 分 / 省 / 系 / 列 / 地 / 图 / 册

西藏 自治区

XIZANG ZIZHIQU DITUCE 地图册

星球地图出版社 编制

- 权威资料
- 资讯全面
- 便携实用



星球地图出版社
STAR MAP PRESS

中 / 国 / 分 / 省 / 系 / 列 / 地 / 图 / 册

XIZANG ZIZHIQU

DITUCE

地图册

星球地图出版社 编制

西藏
自治
区



星球地图出版社
STAR MAP PRESS

图书在版编目(CIP)数据

西藏自治区地图册 / 星球地图出版社编. —2版. —北京: 星球地图出版社, 2013.1
(中国分省系列地图册)
ISBN 978-7-5471-1020-1

I. ①西… II. ①星… III. ①行政区地图—西藏—地图集 IV. ①K92.275

中国版本图书馆CIP数据核字(2012)第212581号

西藏自治区地图册

作者 星球地图出版社
责任编辑 陈振国
封面设计 弓 洁
出版发行 星球地图出版社
地址邮编 北京北三环中路69号 100088
网 址 <http://www.starmap.com.cn>
印 刷 中国人民解放军第一二〇六工厂
经 销 新华书店
开 本 890×1240毫米 1/32
印 张 5.0
版次印次 2013年3月第2版 2013年3月第6次印刷
印 数 22001—27000
定 价 20.00元
审 图 号 JS(2013)01—054

中国图片网、Readfoto提供部分图片。
书中部分图片作者不详, 有关事宜, 请与本社联系。
如有残损随时调换(发行部电话: 010-82028269)
图内界线不作划界依据
版权所有 侵权必究

目 录

序 图

2-3	西藏政区	1 : 7 250 000
4-5	西藏地势	1 : 7 250 000
6-7	西藏交通	1 : 7 250 000
8-9	西藏旅游	1 : 7 250 000

地 县 图

10-11	拉萨市	1 : 1 250 000
12-13	拉萨城区	
14-15	城关区 达孜县	1 : 330 000
16-17	林周县	1 : 460 000
18-19	当雄县	1 : 1 000 000
20-21	尼木县 曲水县	1 : 480 000
22-23	堆龙德庆县	1 : 400 000
24-25	墨竹工卡县	1 : 520 000
26-27	那曲地区	1 : 4 300 000
28-29	那曲县	1 : 900 000
30-31	嘉黎县	1 : 900 000
32-33	比如县	1 : 800 000
34-35	聂荣县	1 : 700 000
36-37	安多县	1 : 2 100 000
38-39	申扎县	1 : 1 100 000
40-41	索县	1 : 600 000
42-43	班戈县	1 : 1 280 000
44-45	巴青县	1 : 750 000
46-47	尼玛县 双湖县	1 : 3 000 000
48-49	昌都地区	1 : 2 580 000
50-51	昌都县	1 : 750 000
52-53	江达县	1 : 950 000
54-55	贡觉县	1 : 650 000
56-57	类乌齐县	1 : 620 000
58-59	丁青县	1 : 920 000
60-61	察雅县	1 : 670 000
62-63	八宿县	1 : 800 000
64-65	左贡县	1 : 1 000 000
66-67	芒康县	1 : 700 000
68-69	洛隆县	1 : 600 000
70-71	边坝县	1 : 650 000
72-73	林芝地区	1 : 2 500 000
74-75	林芝县	1 : 680 000
76-77	工布江达县	1 : 820 000

78—79	米林县	1 : 800 000
80—81	墨脱县	1 : 1 240 000
82—83	波密县	1 : 1 000 000
84—85	察隅县	1 : 1 170 000
86—87	朗县	1 : 550 000
88—89	山南地区	1 : 2 000 000
90—91	乃东县	1 : 350 000
92—93	扎囊县 琼结县	1 : 360 000
94—95	贡嘎县	1 : 400 000
96—97	桑日县 曲松县	1 : 500 000
98—99	措美县	1 : 500 000
100—101	加查县	1 : 450 000
102—103	隆子县	1 : 850 000
104—105	错那县	1 : 1 300 000
106—107	浪卡子县 洛扎县	1 : 890 000
108—109	日喀则地区	1 : 3 000 000
110—111	日喀则市	1 : 460 000
112—113	南木林县	1 : 650 000
114—115	江孜县	1 : 500 000
116—117	定日县	1 : 830 000
118—119	萨迦县	1 : 650 000
120—121	拉孜县	1 : 550 000
122—123	昂仁县	1 : 1 300 000
124—125	谢通门县	1 : 860 000
126—127	白朗县	1 : 420 000
128—129	仁布县	1 : 330 000
130—131	康马县	1 : 570 000
132—133	定结县 岗巴县	1 : 620 000
134—135	仲巴县	1 : 1 520 000
136—137	亚东县	1 : 470 000
138—139	吉隆县 聂拉木县	1 : 960 000
140—141	萨嘎县	1 : 850 000
142—143	阿里地区	1 : 3 800 000
144—145	噶尔县 札达县	1 : 1 430 000
146—147	日土县	1 : 1 800 000
148—149	革吉县 普兰县	1 : 1 580 000
150—151	改则县	1 : 2 400 000
152—153	措勤县	1 : 1 060 000

附 录

154—155	西藏公路里程表
---------	---------

图例

序图

- ★ **北京** 首都
- ◎ **拉萨** 省级行政中心
- **丽江** 地级行政中心
- **林芝县** 地区、盟、自治州行政中心
- ◎ **革吉县** 县级行政中心
- **雄巴** 乡级行政中心

地县图

居民地

- ◎ **拉萨** 省级行政中心
- **丽江** 地级行政中心
- **林芝县** 地区、盟、自治州行政中心
- ◎ **革吉县** 县级行政中心
- **雄巴乡** 乡级行政中心
- 四〇四农场 农林牧场
- 索多 村庄
- △ 甲莫 蒙古包

境界

- 国界 未定国界
- 省级界 未定省界
- 特别行政区界
- 地级界
- 县级界
- 特种地区界

交通

- (G6) (S5) 国家级 省级 高速公路及编号
- 在建高速公路
- 高速公路出入口 收费站 服务区
- (318) 国道及编号
- (202) 省道及编号
- (12) (千米) 县乡公路 里程 起讫点
- 复线铁路 隧道
- 单线铁路 车站

- 高速铁路客运专线
- (海里(千米)) 航海线及里程
- 长城
- () () () 桥梁 隧道 隧道群
- () () () 机场 港口 口岸

水系

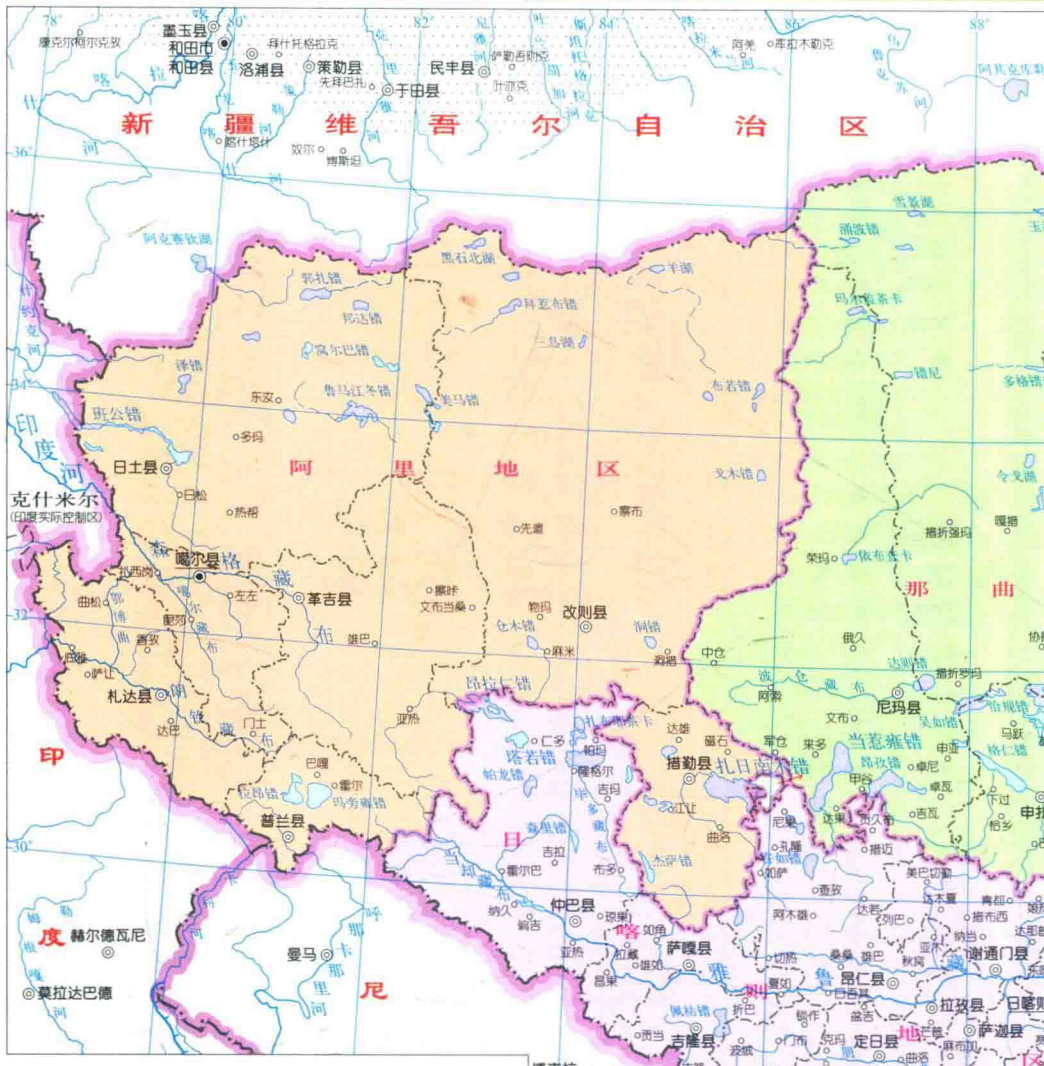
- 海岸线
- 常水河 瀑布
- 干河 时令河
- 水库 闸坝
- 咸水湖 淡水湖
- 时令湖 干湖
- 运河
- 沟渠
- 坎儿井
- 泉 井

地形及其他

- 沙漠 自然保护区
- 沼泽 盐沼
- 粒雪原 冰裂隙 冰塔
- 珠穆朗玛峰▲ 8844.43 山峰及高程(米)
- × 山隘
- ◎ **布达拉宫** 世界遗产
- ★ **雅鲁河** 国家级风景名胜
- ★ **之江** 国家旅游度假区
- ★ **巴松湖** 国家级森林、地质公园
- ★ **色林措** 国家级自然保护区
- ★ **黄鹤楼** 其他风景名胜
- ★ **三角山** 其他森林公园
- ★ **红拉山** 其他自然保护区
- ★ **白居寺** 旅游景点

城市图

- 街区 街道 干线路
- 公园 绿地
- (D) (C) 在 轨道交通 车站 换乘站
- 隧道
- 索道
- 城墙
- ★ 省级政府
- ★ 地级政府
- ★ 县级政府
- ★ 乡级政府
- ★ 交警部门
- ★ 宾馆、饭店
- ★ 大厦
- ★ 商场
- ★ 学校
- ★ 医院
- ★ 银行
- ★ 邮局
- ★ 体育场馆
- ★ 图书馆
- ★ 电影院
- ★ 电视塔
- ★ 加油站
- ★ 修理厂
- ★ 停车场
- ★ 庙宇 清真寺
- ★ 古塔
- ★ 亭
- ★ 墓地
- ★ 长途汽车站
- ★ 立交桥
- ★ 旅游景点
- ★ 其他单位

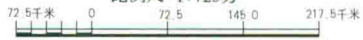


西藏政区 西藏自治区简称藏，位于我国西南边陲，南及西南与缅甸、印度、不丹、尼泊尔4国为邻，东连四川省，东南与云南省相邻，北与青海、新疆接壤。面积约123万平方千米，人口300.2万，其中藏族占90.48%，另有汉、门巴、塔巴、回等民族。自治区现辖1个地级市，6个地区，1个市辖区，1个县级市，72个县，首府拉萨市。

西藏古为羌、戎地。唐、宋时为吐蕃地。元为宣政院所辖“乌斯”、“藏”、“纳里速古鲁孙”等三路宣慰使司地。明设置“乌斯藏”、“朵甘”两都指挥使司。清时分前藏、后藏、喀木、阿里4部，总称为西藏。1951年和平解放，1956年成立了西藏自治区筹备委员会，1965年9月西藏自治区正式成立。



比例尺 1:725万





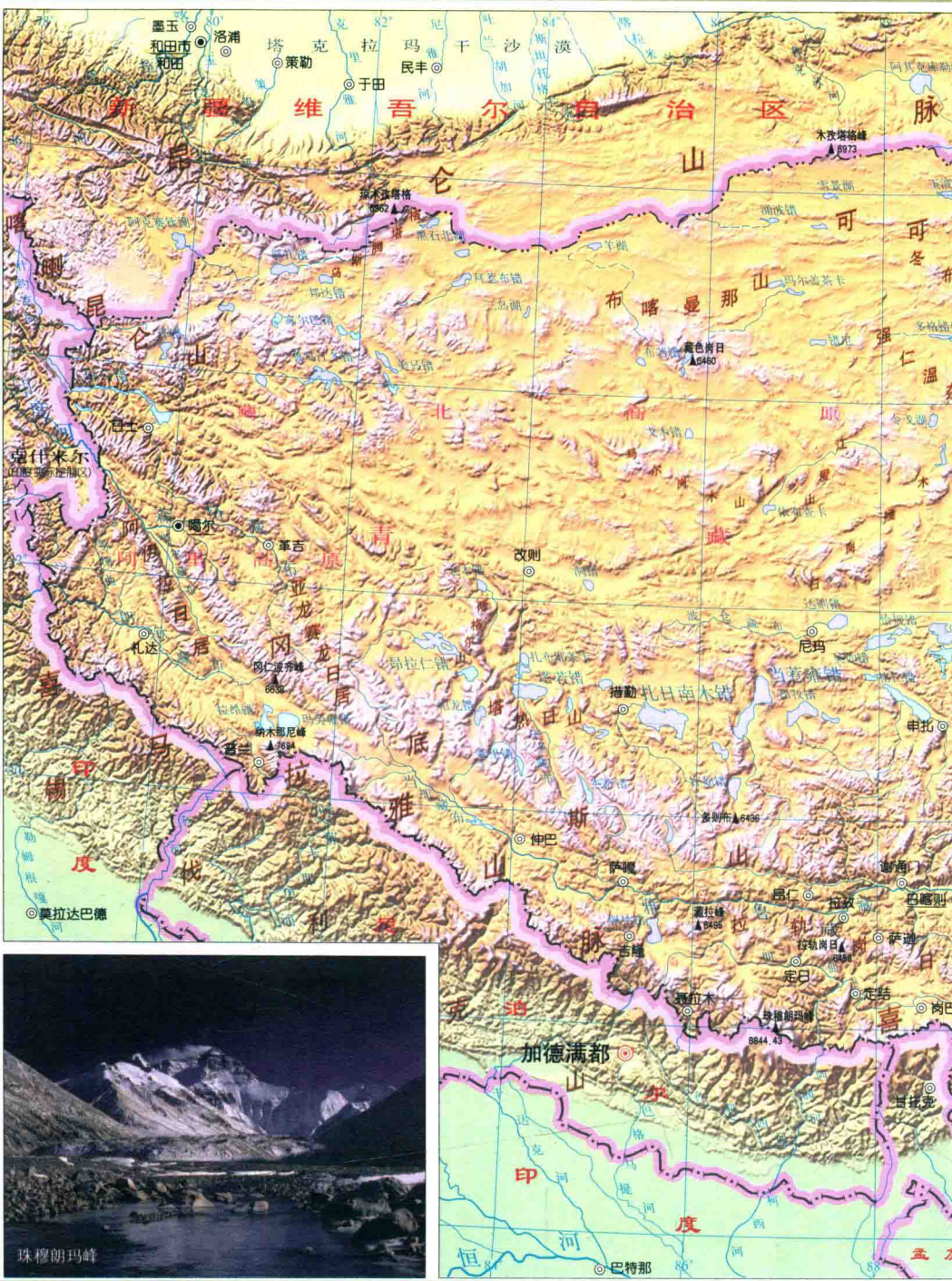
行 政 区 划 统 计 表

地 名	人口 (万人)	面积 (平方千米)	地 名	人口 (万人)	面积 (平方千米)	地 名	人口 (万人)	面积 (平方千米)	地 名	人口 (万人)	面积 (平方千米)
拉萨市	49	约3万	昌都地区	约86	约11万	山南地区	约34	约9万	那仁县	5	201.05
城关区	18	525	昌都县	10	10794.4	乃东县	6	2184.98	澜沧县	5	1386.0
林周县	6	4099.94	江达县	8	13164.09	扎囊县	5	2141.92	白朗县	5	2122.82
当雄县	5	12234.45	贡觉县	4	6323.11	曲松县	4	2385.11	仁布县	3	2885.0
尼木县	3	3265.99	类乌齐县	6	12408.25	桑日县	2	2834	康马县	3	6185
曲水县	4	1623.94	丁青县	6	8250.61	曲麻县	2	1030	定结县	2	5816
堆龙德庆县	3	1261.64	察雅县	6	8250.61	曲松县	2	2069.79	布巴县	2	4359.4
达孜县	3	1261.38	左贡县	4	12335.92	措美县	1	4178	亚东县	1	4306
墨竹工卡县	5	5492	芒康县	5	11837.3	措洛县	2	5031	吉隆县	1	9009
那曲地区	45	约36万	洛隆县	9	11575.97	加查县	2	4385	聂拉木县	2	7903
那曲县	10	16196	泽库县	4	8048.4	隆子县	3	9894	萨嘎县	1	12411
双喜县	3	13056	边坝县	4	8773.7	错那县	1	3497.9	岗巴县	1	3935.89
比如县	6	11680	林芝地区	约18	约12万	浪卡子县	4	7982	阿里地区	约9	约34万
聂拉木县	3	9017	林芝县	4	8536.2	日喀则市	约71	约18万	普兰县	2	18063
安多县	4	43410.85	工布江达县	3	12960.7	白嘎县	11	3654.18	普兰县	1	1317.9
申扎县	2	25546	米林县	2	9506.72	南木林县	8	8113	札达县	1	24601
索县	4	5744	墨脱县	1	31394.67	江孜县	7	3859	日土县	1	77096
布衣县	4	28383	波密县	3	16767.91	定日县	5	13888.81	革吉县	1	46117
巴青县	5	10326	察隅县	3	31305.38	萨嘎县	5	7510	改则县	2	135025
尼玛县	3	72499.41	朗县	2	4113.7	拉孜县	5	4505	措勤县	1	22360
双湖县	0.97	116637.18									

总计：地级市1 地区6 市辖区1 县级市1 县72 人口300.2万 面积约123万平方千米



西藏地势



比例尺 1:725万

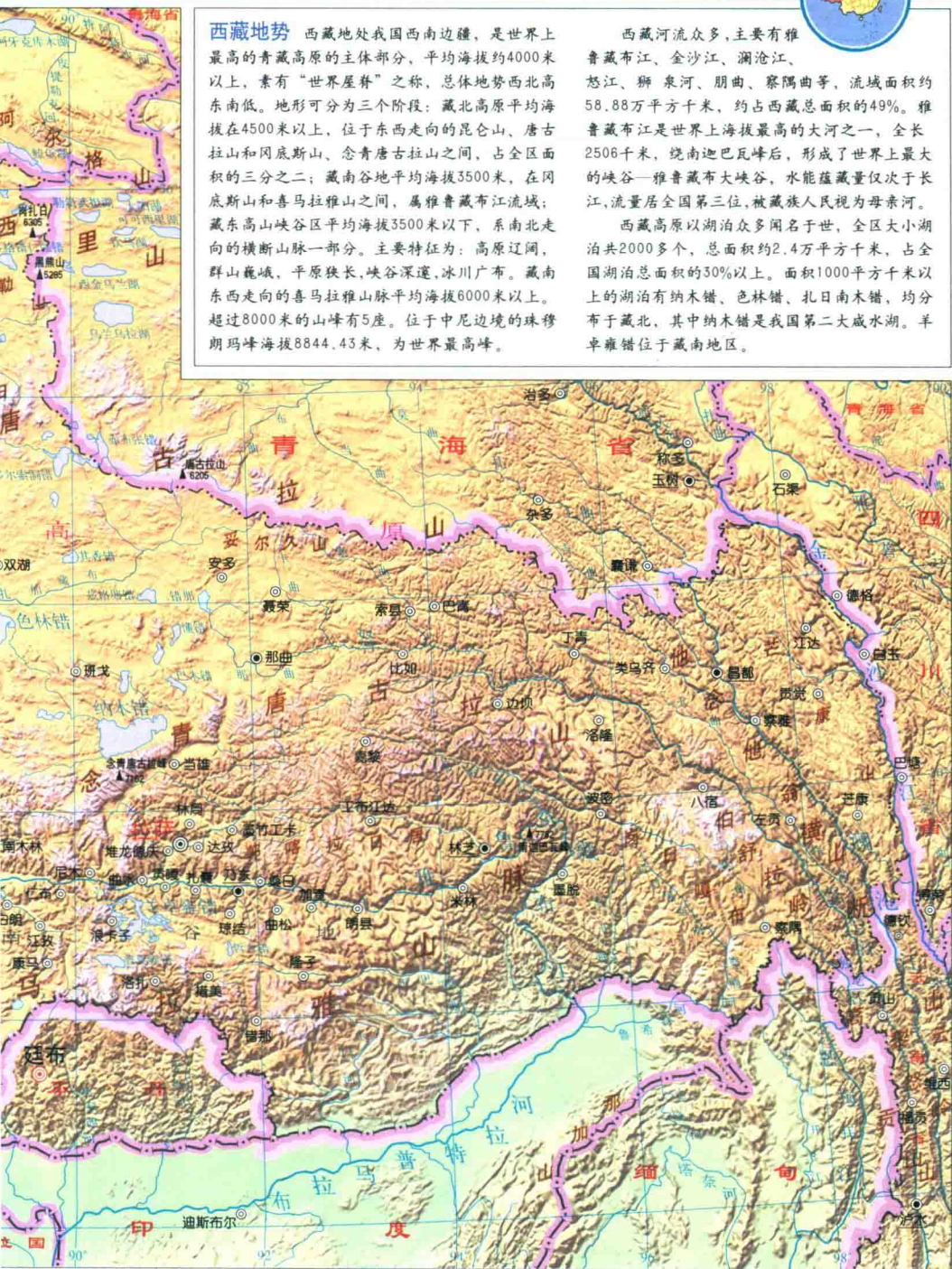
72.5千米 0 72.5 145.0 217.5千米

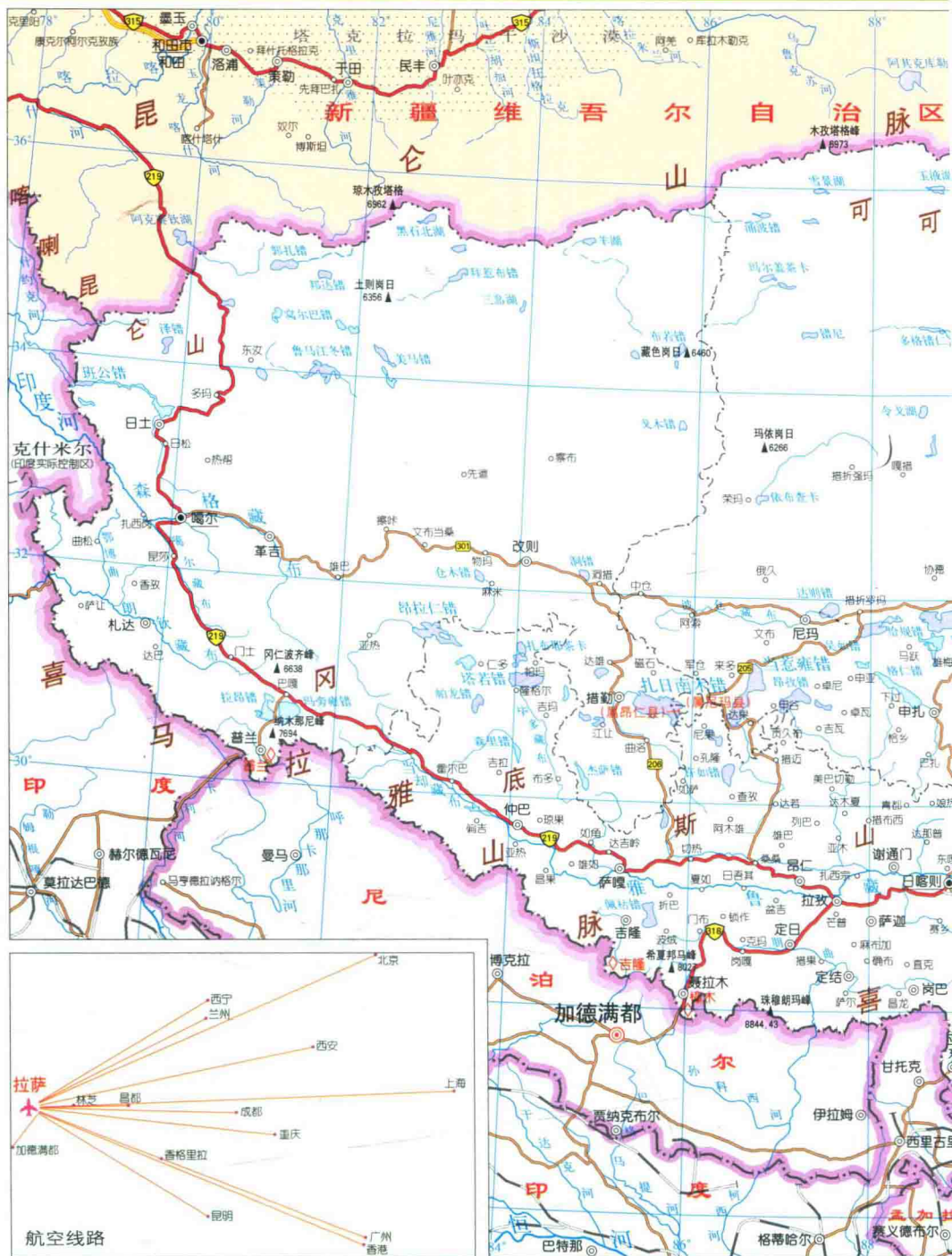


西藏地势 西藏地处我国西南边陲，是世界上最高的青藏高原的主体部分，平均海拔约4000米以上，素有“世界屋脊”之称，总体地势西北高东南低。地形可分为三个阶段：藏北高原平均海拔在4500米以上，位于东西走向的昆仑山、唐古拉山和冈底斯山、念青唐古拉山之间，占全区面积的三分之二；藏南谷地平均海拔3500米，在冈底斯山和喜马拉雅山之间，属雅鲁藏布江流域；藏东高山峡谷区平均海拔3500米以下，系南北走向的横断山脉一部分。主要特征为：高原辽阔，群山巍峨，平原狭长，峡谷深邃，冰川广布。藏南东西走向的喜马拉雅山脉平均海拔6000米以上。超过8000米的山峰有5座。位于中尼边境的珠穆朗玛峰海拔8844.43米，为世界最高峰。

西藏河流众多，主要有雅鲁藏布江、金沙江、澜沧江、怒江、狮泉河、朋曲、察隅曲等，流域面积约58.88万平方千米，约占西藏总面积的49%。雅鲁藏布江是世界上海拔最高的大河之一，全长2506千米，绕南迦巴瓦峰后，形成了世界上最大的峡谷—雅鲁藏布大峡谷，水能蕴藏量仅次于长江，流量居全国第三位，被藏族人民视为母亲河。

青藏高原以湖泊众多闻名于世，全区大小湖泊共2000多个，总面积约2.4万平方千米，占全国湖泊总面积的30%以上。面积1000平方千米以上的湖泊有纳木错、色林错、扎日南木错，均分布于藏北。其中纳木错是我国第二大咸水湖。羊卓雍错位于藏南地区。





比例尺 1:725万

72.5千米 145.0千米 217.5千米



西藏交通 和平解放之前，西藏的交通极为落后，全区没有一条公路，运输全靠人背畜驮。六十多年来，交通运输事业发生了翻天覆地的变化。

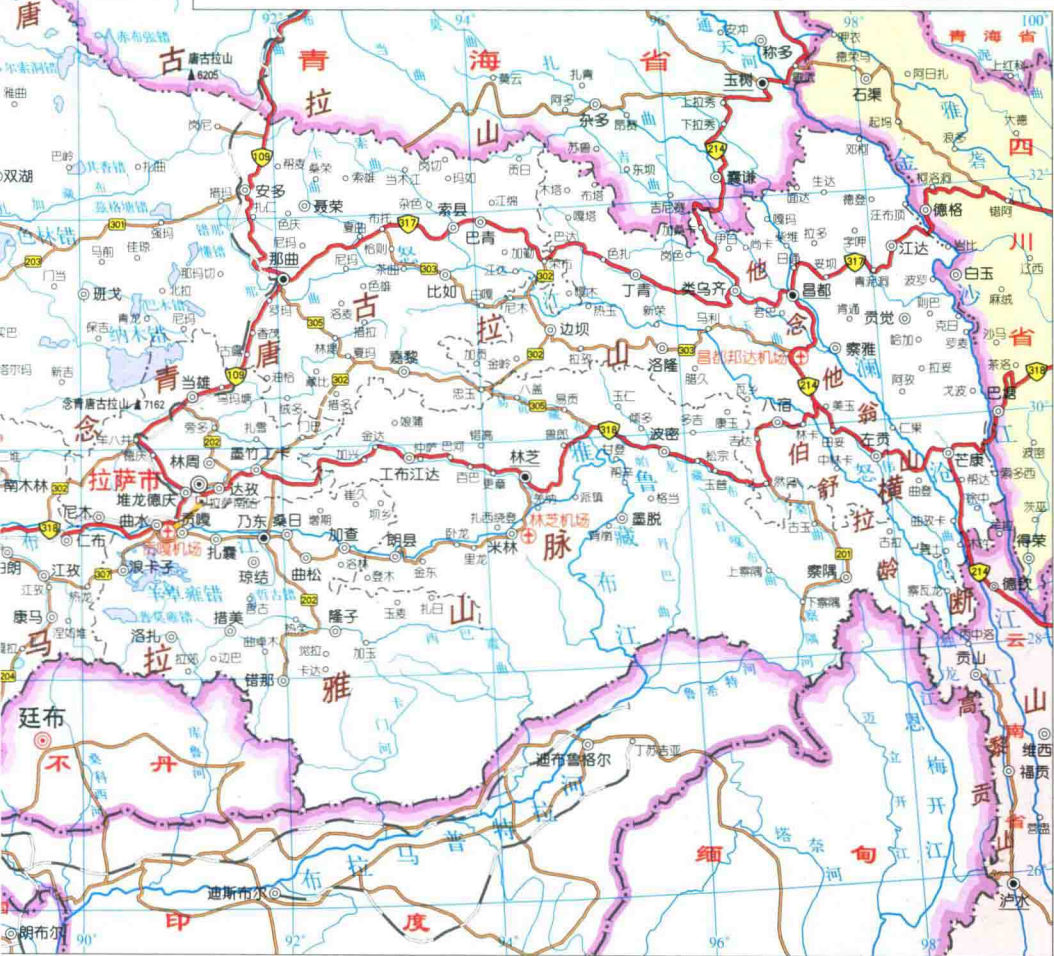
铁路：2006年7月1日全线竣工通车的青藏铁路，由青海格尔木始发，途经安多、那曲、当雄等地，终点拉萨市，全长1142千米，西藏境内550千米，是世界海拔最高的铁路。已经开通了北京、广州、上海、兰州、西宁、成都、重庆7条前往拉萨的线路。拉萨至日喀则铁路正在建设中。

公路：以拉萨为中心，“三纵、两横、六个通道”为主骨架，东联四川、云南，西北接新疆，北通青海，南连印度、尼泊尔，区内省道相接，地市相通、县乡连接的公路交通网雏形显现。墨脱公路实现了贯通，主要省道、口岸公路、边防公路建设进一步加强。2011年，拉萨至贡嘎机场高速建成通车，实现了西藏高等级公路零的突破。

再增加连通林芝、山南和日喀则南部主要边境县到达仲巴县里孜口岸的第三级，逐步形成“三纵、三横”的公路主骨架。按国家高速公路网规划，已启动青藏高速公路建设。

本区现有公路里程6.31万千米，99.7%以上的乡镇和81.2%的行政村已通公路。路网通达顺畅，城乡交流便捷，物流循环加快，为经济发展、社会进步、巩固国防、提高人民生活水平发挥了重大作用。

民航：西藏民用航空运输事业近年来发展较快，现已建好并通航的机场有拉萨贡嘎机场、昌都邦达机场、林芝等机场。目前已开通了拉萨至北京、成都、重庆、广州、昆明、西安、上海、香港、西宁和尼泊尔加德满都等国际国内航线，成为西藏对外交往的重要门户。





西藏旅游

西藏自治区自然景观雄浑秀丽，地形地貌高大奇特，人文景观异彩纷呈，旅游资源极其丰富。如世界第一高峰珠穆朗玛峰、世界第一大峡谷雅鲁藏布大峡谷、世界最高的湖泊纳木错。东部有浩瀚的原始森林、奇险的横断山脉，北部有广袤的羌塘草原，西部有世界屋脊的阿里神山等众多生态旅游资源。人文资源如世界文化遗产布达拉宫、大昭寺、罗布林卡等众多历史文化古迹遍布全区。藏民族本土文化、民族风情色彩缤纷，有世界上最长的史诗《格萨尔》等等，构成了西藏旅游资源的多样性、独特性和垄断性。

目前西藏自治区有世界文化遗产布达拉宫历史建筑群(布达拉宫、大昭寺、罗布林卡)，国家级风景名胜4处(雅鲁河、纳木错—念青唐古拉山、唐古拉山—怒江源、土林—古格)，国家森林公园8处(班公错、玛旁雍错、尼木、热振、姐德秀、巴松湖、色季拉、然乌湖)，有国家级自然保护区9处(珠穆朗玛峰、羌塘、察隅慈巴沟、色林错、雅鲁藏布江中下游河谷黑颈鹤、雅鲁藏布大峡谷、拉鲁湿地、芒康滇金丝猴、

类鸟齐马鹿)、国家地质公园3个(易贡、羊八井、札达土林)，有国家4A级景区11个(布达拉宫、大昭寺、罗布林卡、西藏博物馆、扎什伦布寺、巴松错、珠穆朗玛峰、桑耶寺、雅鲁藏布大峡谷、南伊沟旅游景区、鲁朗风景区)，还有3A级景区6个，2A级景区8个，1A级景区2个。可供旅游者游览的景点300多处。已形成了以拉萨历史文化名城为中心，日喀则、山南地区相衬托，辐射那曲、阿里、林芝地区的旅游资源开发利用格局。同时，还开发了一批如雪顿节、雅鲁文化节、羌塘赛马节、珠峰文化节、林芝大峡谷旅游节等具有地方特色、民族风情的旅游节庆，为发展观光旅游、民俗旅游、生态旅游以及徒步、探险、朝圣等专项旅游奠定了基础。

西藏现有名胜古迹大多已被列入各级文物保护单位。目前，全区有各级文物保护单位743处。其中，全国重点文物保护单位35处，自治区级文物保护单位224处，地、县级文物保护单位484处。



● 拉萨市 国家历史文化名城

⊙ 布达拉宫 世界遗产

★ 雅鲁藏布 国家重点风景名胜区

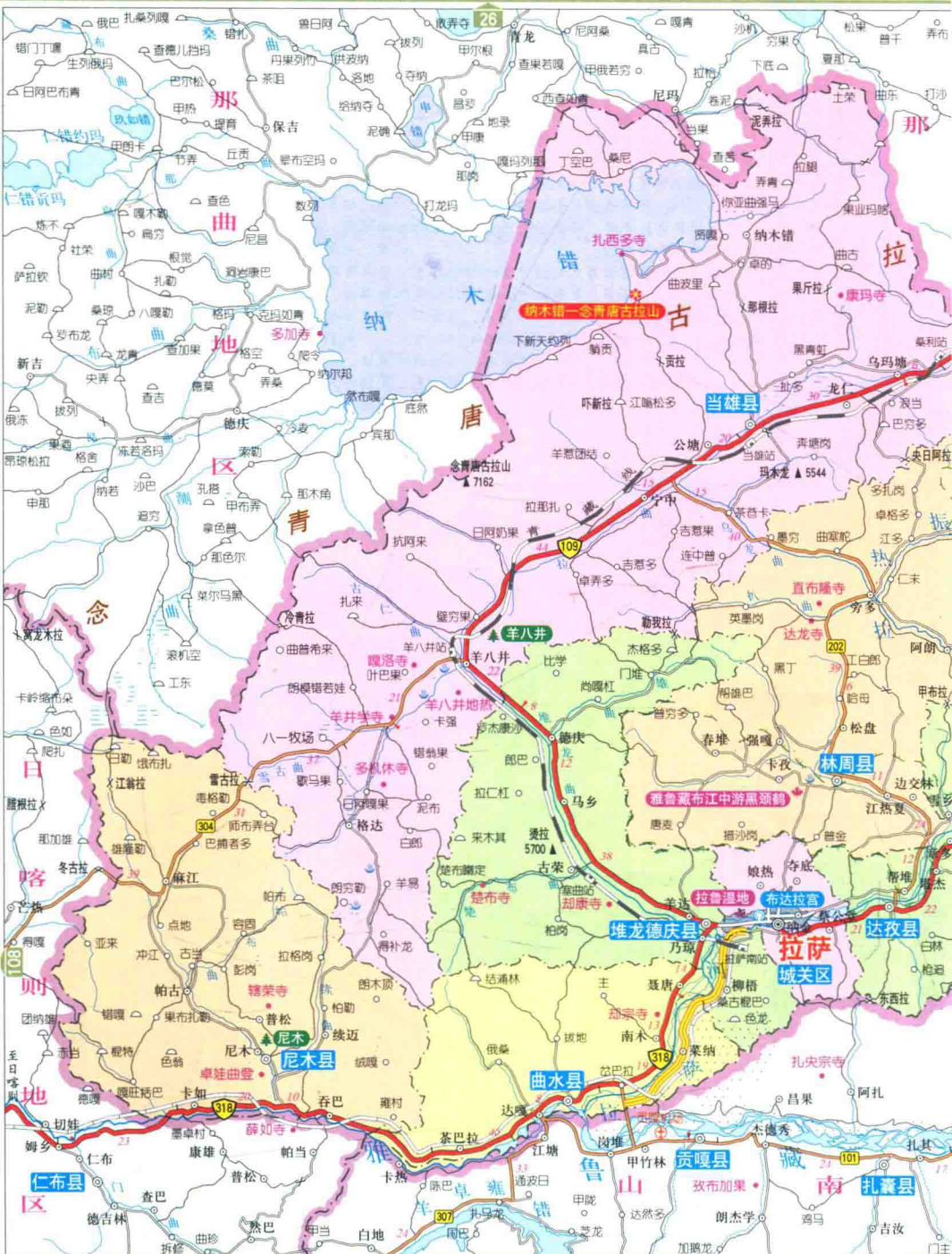
◆ 色林错 国家级自然保护区

◆ 红拉山 其他自然保护区

● 白居寺 旅游景点

▲ 巴松湖 国家级森林、地质公园

西藏 拉萨市



比例尺 1:125万

12.5千米 0 12.5 25.0 37.5千米



【地理位置】 位于西藏自治区中部，周边与林芝地区、山南地区、日喀则地区、那曲地区接壤。

【行政区划】 辖城关区和林周、堆龙德庆、当雄、尼木、曲水、达孜、墨竹工卡7县。

【人口面积】 人口49万，面积约3万平方千米。

【历史沿革】 秦属古羌，汉至宋为吐蕃之地。公元7世纪称“卧马塘”，由雅隆河谷的悉补野部首领松赞干布统一西藏后，于公元633年迁都于此。为西藏政治、经济、文化、佛教中心。1960年1月1日成立地级拉萨市；1965年9月9日西藏自治区成立，拉萨市为自治区首府。1980年设立了城关区。

【地形】 拉萨地处青藏高原中南部，雅鲁藏布江由西向东流经市境；拉萨河由东向西横贯，形成拉萨河谷平原，地势平坦，土质肥沃。沿河海拔3700米左右。



【主要山脉】 念青唐古拉山。
【最高山峰】 念青唐古拉山，海拔为7162米。

【河流湖泊】 雅鲁藏布江、拉萨河、热振藏布、纳木错等。
【气候】 属高原高寒气候，长冬无夏，全年无雾，空气稀薄，阳光充足，降雨量稀少，年平均降水量200—510毫米，年平均气温7.5℃。

【交通】 青藏铁路由北部蜿蜒通达拉萨，109、318国道和304、202、302省道市区交会，市区公路四通八达，贡嘎机场有直通北京、上海、成都、加德满都等国内外城市航班。

【资源】 主要矿产有金、银、花岗岩等，珍稀动物有鹿、黄羊、黄鸭、藏马鸡等，植物有千年古柏、虫草、贝母、红景天等。

【风景名胜】 世界文化遗产布达拉宫历史建筑群，纳木错—念青唐古拉山国家风景名胜区，热振、尼木国家级森林公园，拉鲁湿地、雅鲁藏布中游黑颈鹤国家级自然保护区等。

【景点介绍】 **布达拉宫** 位于红山（布达拉山）南侧山腰，依山势修到山顶。始建于7世纪初的吐王朝初期。东西长360多米，南北宽140多米。建筑面积约9万平方米。主体为藏族传统的碉房建筑形式，石木结构，在风格上吸收中原殿堂的梁架、斗拱、藻井等特点，融合了印度和尼泊尔等富有宗教特色的祭坛式入口，并装饰宝轮、金幡、莲座、卧鹿及经文等，形成独具一格的藏族宫殿式建筑群。

布达拉宫



【城市特色】 自治区首府，西藏政治、经济、文化、佛教中心。西藏文明发源地，布达拉宫、大昭寺为藏传佛教圣地，有“日光城”之称。拉萨已有一千多年的历史，是首批国家历史文化名城。曾称“惹萨”、“逻娑”、“拉撒”、“逻些”等，均为藏语的不同汉字译写形式，意为圣地或“佛地”。佛教兴起之后，“惹萨”成为佛居圣地，约定俗成为“拉萨”。大昭寺建成后，在平坝上特别雄伟，成为王都的象征。仿唐风格的小昭寺又相继建成，并以大昭寺为中心，小昭寺为对应。形成以八廓街（原名八角街）为中心，呈辐射状的旧城区雏形。八廓街现为繁荣的商业街。

【交通】 著名的青藏、川藏、中尼公路交会于此，形成西藏自治区的交通枢纽。以金珠、北京、林廓等东西向道路和娘热、色拉、夺底等南北向道路交叉，初步形成了现代城市的格局。

【土特产品】 地毯、藏刀、围裙、民族服装、民族鞋帽、金银首饰、藏香、金宝贝帽，虫草、贝母、牛鞭、高山党参。

【风景名胜】 世界文化遗产布达拉宫历史建筑群(布达拉宫、大昭寺、罗布林卡)，拉普湿地国家级自然保护区，以及色拉寺、小昭寺、哲蚌寺、扎基寺、蜜陀寺、宗角禄康公园、功

德林寺、拉萨西郊烈士公墓陵园等。

【景点介绍】 大昭寺 原名“惹萨”，位于拉萨市东南侧的八廓南街和八廓北街之间，始建于7世纪中叶，后经历代修缮增建，形成了今天的规模。寺中正殿有20根大木柱，柱上斗拱架浮雕精湛。四周回廊和殿内布满藏式壁画，表述着西藏古老神奇传说和当地的历史文化。大殿内供奉有释迦牟尼12岁的等身镀金佛像，是唐代文成公主的陪嫁品之一。殿内供奉有松赞干布、文成公主和尊善公主等人的塑像，是全国重点文物保护单位之一。

