

上海

玩全指南

SHANGHAI GUIDE & MAP



陆韵葭/编著

特制25幅
超好用
逛街地图

网罗上海新体验 最佳淘宝随身书

- 不只是资料参考书，300家风格小店、私房景点全出列！
- 自由行程完整规划，玩家随时准备上路超easy！
- 十大旅游分区地图标注详尽，“按图索骥”不迷路！
- 上海话实况教学，血拼杀价绝对不吃亏！
- 旅游网站、联系方式、住宿选择、交通资讯一应俱全！

注目！

上海最火的五大必玩热点

情定朝圣NO.1新天地

女性时尚街-淮海路

异国风情街-泰康路

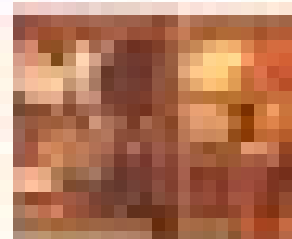
文化名人街-多伦路



中国旅游出版社

上海

SAMANTHA GUIDE & MAP



探索上海新体验
最新最全攻略书

本书收录了上海最新的旅游攻略，包括各大景点、酒店、餐厅、交通、购物等信息，是您在上海旅游时的必备指南。





上海

玩全指南

SHANGHAI GUIDE & MAP

责任编辑：高 瑞 王 婷

责任印制：冯冬青

图书在版编目 (CIP) 数据

上海玩全指南 / 陆韵葭 编著. — 北京: 中国旅游出版社,
2007.7

ISBN 978-7-5032-3132-2

I. 上... II. 陆... III. 旅游指南 - 上海市 IV. K928.951

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2007) 第 032199 号

北京市版权局著作权合同登记号: 图字: 01-2006-6770

书 名: 上海玩全指南

编 著: 陆韵葭

出版发行: 中国旅游出版社

(北京市建国门内大街甲 9 号邮编: 100005)

<http://www.cttp.net.cn> E-mail: cttp@cnta.gov.cn

发行部电话: 010-85166507 85166517

排 版: 北京中文天地文化艺术有限公司

经 销: 全国各地新华书店

印 刷: 北京翔利印刷有限公司

版 次: 2007 年 7 月第 1 版 2007 年 7 月第 1 次印刷

开 本: 720 毫米 × 970 毫米 1/16

印 张: 11

印 数: 1-8000 册

字 数: 127 千

定 价: 28.00 元

I S B N 978-7-5032-3132-2

版权所有翻印必究

如发现质量问题, 请直接与发行部联系调换

本书由台湾宏硕文化事业股份有限公司授权出版

本书所提供地址、电话、营业时间、费用、套餐活动等
变动资讯, 如有变更, 以实际店家、景点提供资讯为准。

SHANGHAI

■ 关于本书

上海是一个风格独特的城市。行走其中，可以领略其传统与现代相结合的韵味。本书准备了资讯丰富的旅游锦囊和精彩不一的行程建议，从吃、住、行、游、购、娱各方面解读上海。分区导游中的文字介绍和25幅实用性超强的逛街地图，让你更轻松地深入上海的核心，看到这个城市的每一面。

■带书上路，玩遍上海

上海玩全指南 28.00元

上海是一个风格独特的城市。行走其中，可以领略其传统与现代相结合的韵味。本书准备了资讯丰富的旅游锦囊和精彩不一的行程建议，从吃、住、行、游、购、娱各方面解读上海。分区导游中的文字介绍和25幅实用性超强的逛街地图，让你更轻松地深入上海的核心，看到这个城市的每一面。



搭地铁玩上海 28.00元

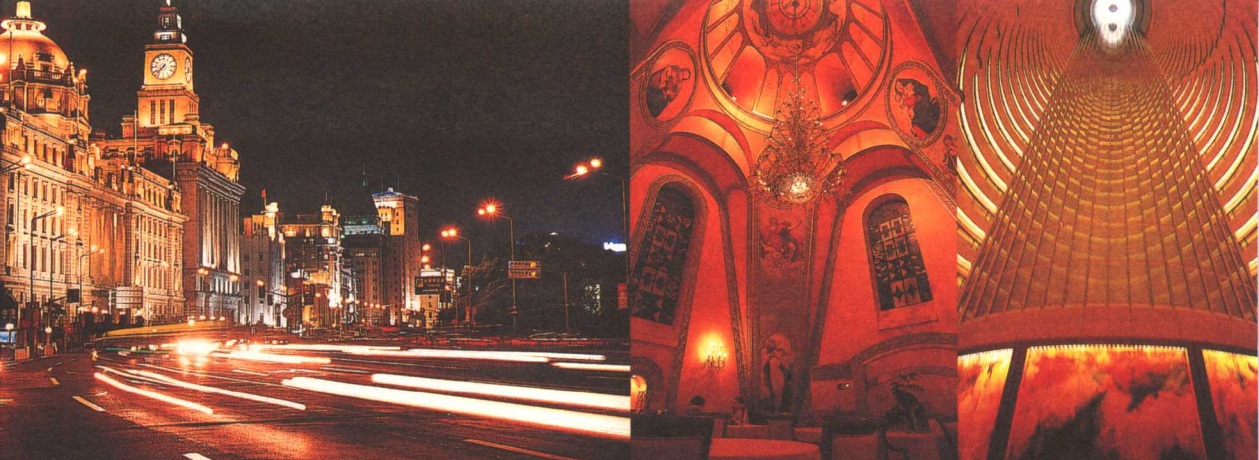
搭着地铁，跟着当地人上车、下车，一站站去参观旅游指南上面写的那些动人景点，或吃吃具有地方风味的美食，或买买值得纪念的小饰物、工艺品，甚至随性步入市场、公园、学校、便利商店……无疑是一种深入感受异地风貌的最佳旅行方式。



香港玩全指南 28.00元

这是一本地道的旅游指南图书，推荐您去体验超人氣的街店、必逛的购物大道、港味十足的美食区。为您规划在港最酷的旅游线路，并奉献给您30幅超好用的逛街地图。





上海玩全指南

SHANGHAI GUIDE & MAP

陆韵葭 编著



上海玩全指南

contents



- 004 走过上海的美丽与哀愁
- 006 认识上海
- 168 旅游锦囊
- 172 全书景点速查

Part 1 行前准备 008

- ➔ 吃喝玩乐当地风情 行前秘籍 5 大绝招

Part 2 行程建议 012

- ➔ 行家主题行程推荐 逍遥畅游不可不知

Part 3 新手快吃 016

- ➔ 12 种当地必尝美味 赠送佳品吃好带着走

小笼馒头 / 生煎馒头 / 大闸蟹 / 三黄鸡 / 油豆腐细粉
豆腐花 / 麻辣烫 / 八宝辣酱 / 排骨年糕 / 汤圆 / 上海菜
饭 / 浇头面与爆面 / 馈赠佳品

Part 4 新手快买 022

- ➔ 4 大风格逛街橱窗 网罗繁华东方巴黎

中国风 / 上海风 / 民族风 / “文革”风

Part 5 新手快看 026

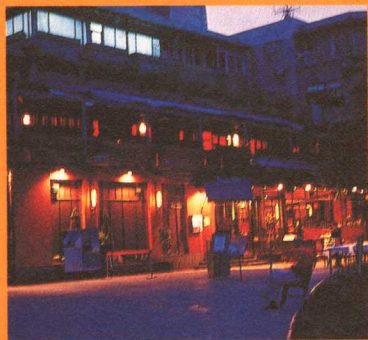
- ➔ 尽览昔日建筑艺术 巷弄之间寻求诗意

上海老建筑赏析 / 穿梭巷弄风情

Part 6 分区导览 030

- 032 浦东新区
- 042 黄浦区
- 082 卢湾区
- 112 徐汇区
- 138 静安区
- 148 虹口区 & 闸北区
- 158 长宁区
- 162 闵行区
- 166 嘉定区





→ 本书使用指南

★分区导览图示解读原则

大标

景点或商店名称。

旅游重点

景点或商店的功能指示。此处有吃玩买逛四种功能，供读者参考。

DATA

景点或商店的基本资料。包括地址、电话等。

1 华亭伊势丹

以流行生活为基调的时尚先锋

PP-03

由华亭集团、上海国际购物中心及日本株式会社伊势丹共同合作经营。自1992年成立以来，已走过十多个年头。华亭伊势丹百货，经营时髦、高品质的商品，喊出“日日新鲜，时尚伊势丹”的口号，一派日系作风。共14层的商场，以女装为中心，此外还有男装、童装、运动服饰及文具用品等，可以满足全家需求。是上海市民最喜爱的购物的场所。



副标

景点或商店的特色说明。

地图坐标

景点或店家位置的所在页码与索引坐标。

内文

关于景点或店家的重点介绍。

★景点功能图示原则



饮食



赏景



玩乐



享受



购物



住宿



逛街

★DATA 图示解读原则

地 指商家或景点的地址。

电 指商家或景点的联络电话，通常为室内电话或店主手机。

时 指商家或景点的营业开放时间。

网 指商家或景点可供查询的网址。

交 指前往商家或景点的交通方式。

消 指商家或景点的吃喝玩乐等消费细项费用。

票 标示景点或店家的门票费用。

注 标示景点或店家的特别注意事项。

* 特别注意：本书中出现的货币单位如无特殊注明皆为人民币“元”。

→ Area Map 分区地图检索

- | | |
|---------------|-----------------|
| 006 上海地铁线路图 | 103 泰康路艺术街地图 |
| 006 上海市中心地图 | 110 绍兴路周边地图 |
| 032 浦东新区周边地图 | 112 徐汇区周边地图 |
| 042 黄浦区周边地图 | 128 徐家汇周边地图 |
| 052 外滩周边地图 | 132 衡山路周边地图 |
| 056 南京路周边地图 | 138 I 静安区周边地图 |
| 066 人民广场周边地图 | 138 II 静安寺站周边地图 |
| 074 I 老城厢周边地图 | 148 多伦路周边地图 |
| 074 II 豫园商城地图 | 149 虹口区&闸北区周边地图 |
| 082 I 卢湾区周边地图 | 158 长宁区周边地图 |
| 082 II 陕西南路商圈 | 162 闵行区周边地图 |
| 090 淮海路周边地图 | 166 嘉定区周边地图 |
| 097 新天地商圈 | |

走过上海的美丽与哀愁

上海是什么？

这片千年前还没浮出海面的土地，在清朝以前，不过是个默默无闻的海边城镇。晚清时，因为西洋势力的介入，一下子成了华洋混杂的东方大港。原本“十里洋场”指的是洋人租借的那十里地，后来却成为上海的代名词。上海开了埠，建筑改了，风貌变了，先前，几乎所有中国的时髦洋气，一定先从这里开始发源。

父亲年少时在上海住过，正逢那最风光的20世纪二三十年代，到现在还记得当年四川北路怎么走，南京东路的四大公司如何风光，四马路那一带有大戏院，跑马场里跑马也跑狗，江湾已经有了最大的体育场，我听着出神，那些泛黄的记忆，在脑海里却像色彩鲜艳的照片。

母亲1990年有机会去了一趟中国内地，说起旅游片段，提到上海外滩的一排老建筑是有点特色，去龙华寺的时候正逢桃花盛开，美丽的桃花树也算有看头。至于豫园是中国到处可见的老林园、黄浦江对面一片平坦，上海好像没有想象中那么亮丽。啊？真叫人疑惑，那个风姿绰约的上海，哪里去了？

2004、2005年，因缘际会亲赴上海，住上一段时日。从浦东机场沿着高速公路，到处可见拔地而起的现代高楼，十足都市风貌，原来母亲至上海的1990年，正是上海沉睡多年后苏醒之际。

睡狮醒了，短短的十几年，迎头赶上深圳和广州，重整旗鼓成为世界之城。黄浦江西边的老建筑群，焕发昔日风采；江东耸立起东方明珠塔、金茂大厦，与国际会展中心、海洋世界馆、滨江大道连成一道崭新的风景线；人民广场宽阔的绿地与各类文史展馆大气地展现上海人文精神；2003年由港资打造出的新天地，持续在每个夜里时髦发烧；苏州河边的莫干山地带，兴起了埋头创作的艺术区……

上海迅速蜕变，不是以日、月为计算单位，而是每一分每一秒！

然而这个城市的硬件虽然走在尖端，居住于此却仍有一些琐碎的烦恼：挤公车、走夜路、防小偷、人推人……仿佛让人觉得还来不及消化这个城市的美好，就已精疲力竭。

意外地接下了这本书，一时之间是有些茫然的，在上海我忙着生活，似乎一直没有以旅人的角度看待过它。该介绍上海的什么呢？所有的地方好像都熟悉，却又不够



深入。于是我细细回想到上海以后的每一步足迹，才恍然思觉，走过浓绿清幽的巷道，曾让心如此感动！

为了这本导游书，与摄影师瑞芬在炎热的8月访问上海，原本顶着38℃的艳阳穿越大街小巷，已是辛苦，采访期间正巧碰上上海十几年来最强的台风玛莎，途经水深及膝的长宁区继续拍摄工作，也成为这趟工作之旅难忘的经历。

仔细想想，这一趟之于我，才是真正的上海之旅，原来上海是灵动的、活跃的、可塑的、无穷的。上海的一切正蓬勃，只要你肯努力，就可以拥有一片天地，一直没有看到这个城市的大步向前，我有点惭愧。

虽然很遗憾，一开始以为是要出一本文字书，后来才知道要完成的是“上海玩全指南”。不过还是很高兴可以完成这件事。

这本旅游书，是我文字耕耘途中的一份记录，就算只有丁点儿成果，功劳都属于爱我护我的父母。完成一本书，需要多少人的努力：副主编雅雯是支持我持续这趟马拉松的最大力量；摄影师瑞芬的细心耐心，教人期待可以再度携手合作；文编朵拉柔软的鞭策，更是令我感激满满；此外，要特别感谢大陆的杨寿标先生，自始至终参与所有联系工作，才能让采访与编写顺利进行；也要谢谢李志强先生、谢菊薇小姐、虞雅瑄小姐、涂振廷先生、郭俊伟先生，提供当地吃喝玩乐的“私房秘籍”，另外，朱宏章先生赞助的数本地图及实用手册也助我良多。而不能忘记的还是所有受访店家的热力配合，这让上海在我心中满溢浓浓的人情味。

以后跟上海的缘分，还会继续吧？因为这一次的深入，心里多了许多宽容。走在老房子旁的街道，穿梭于美丽的梧桐树下，第一次感觉，自己是真的爱上了上海。



认识上海

<面积> 上海南北长约120公里，东西宽约100公里，总面积约为6340平方公里。

<人口> 2005年，上海市常住人口约17420000人，户籍人口为13520000人，人口密度为每平方公里2640人。

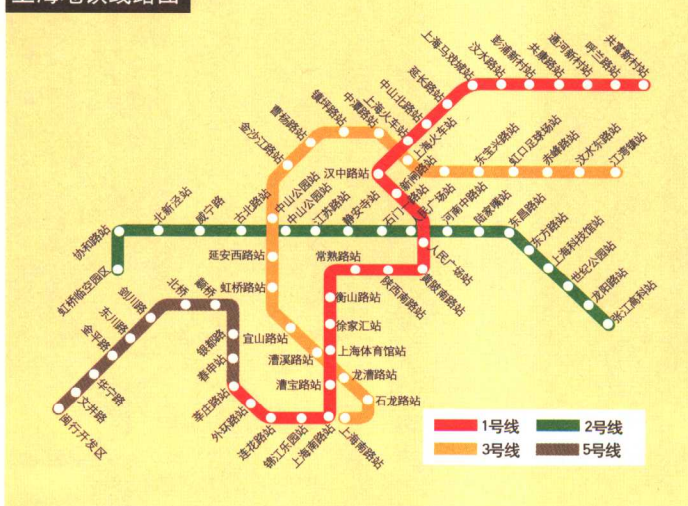
<语言> 官方语言为普通话，上海人惯用上海方言。

<气候> 四季分明的亚热带季风气候，冬夏季长，春秋季节短，气候温暖潮湿。全年平均气温 $15^{\circ}\text{C} \sim 16^{\circ}\text{C}$ ，7、8月平均最高温度为 28°C ，冬季平均最低温度为 4°C ；6月为梅雨季，9月多台风。

<主要交通> 到上海自助旅行，搭乘轨道交通是最便捷的方式。上海的轨道交通分有“地铁”及“轻轨”，地铁就是在地下行驶的车，有1号、2号及5号线；轻轨为高架行驶，例如3号线。从1994年开始营运，上海轨道交通路线目前仍不断扩增。

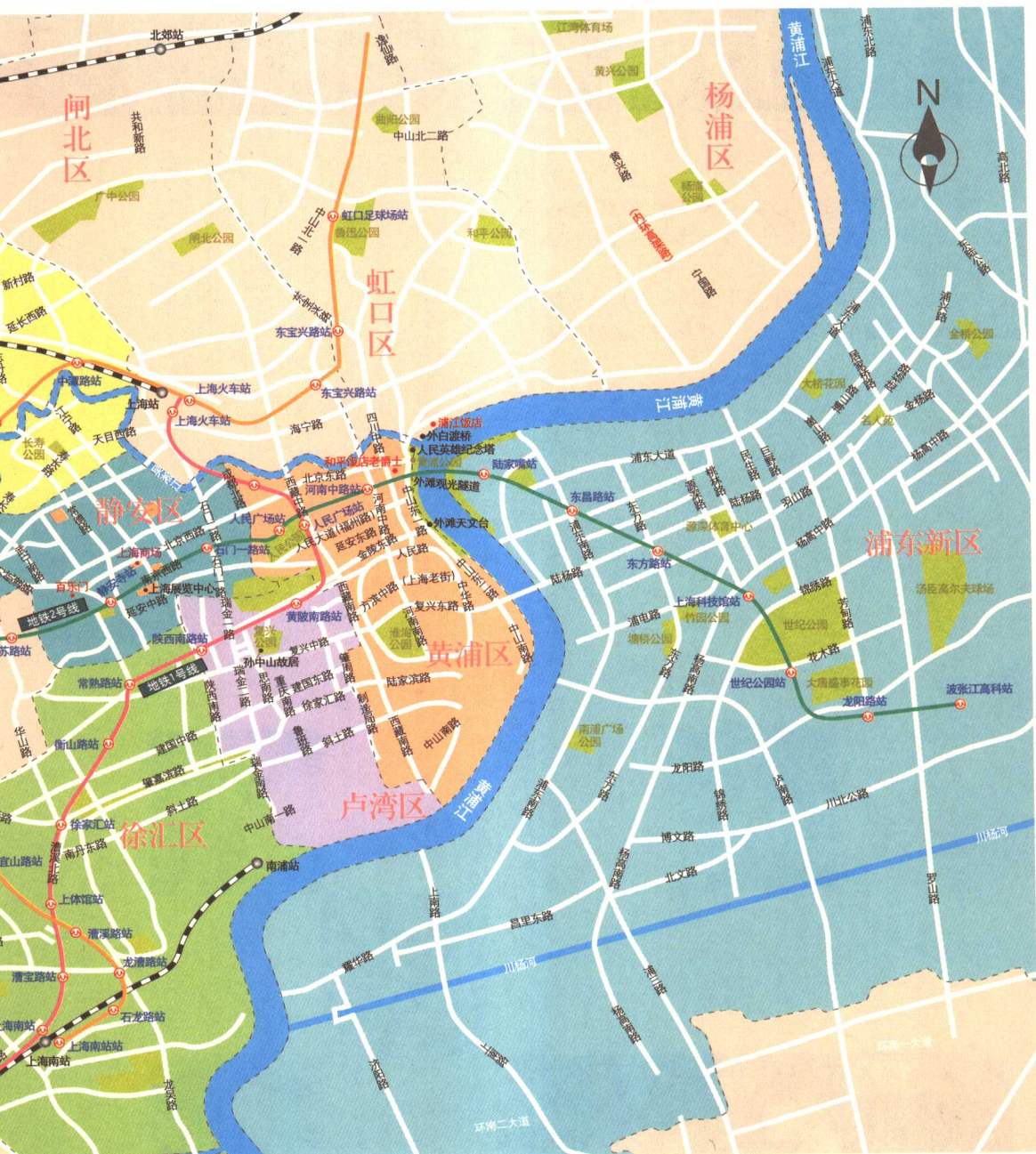
3号线在当地又称为“轨道明珠线”，5号线则是从1号线最西边的终点站莘庄站为起点，往外延伸的轨道交通。地铁的车次密集，在上、下班的尖峰时段，1号线每4分钟一班、2号线每5分钟一班、3号线每8分钟一班；车票费用最少为2元，依距离远近不同，最远的费用为6元，便宜又不必忍受塞车之苦。

上海地铁线路图



上海市中心地图





Part 1 >>

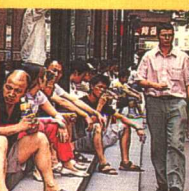
吃喝玩乐当地风情 行前秘籍 5 大绝招

行前准备



旅行的目的在于放松心情,体验美丽,收获信息。然而,生活习惯与风俗文化的不同可能给一次旅行带来许多不便。

在这里,我记下了在上海生活的一些感触与经验,旅行途中,随手翻看几页,会让您在上海的记忆更加美丽!





1 小偷攻防守则

大城市中总有那么一群人是以偷窃为职业的，而现在这个族群甚至变得越来越家族化。通常大人躲在附近，由小孩下手，有时会母子一起出现，让人失去戒心。钱包、手机、数码相机是他们的最爱。不过聪明的旅人可不能任人宰割，提防“小手”还是有些方法：

- ★ 不要带太多有价值的东西在身上。
- ★ 包包尽量不要后背。
- ★ 最好不要落单，有男生同行当然更好。
- ★ 不要把所有证件、信用卡、钞票都放在同一个皮夹里。
- ★ 裤子后面的口袋不要放东西。

小偷出没重点地带！

◎黄浦区：浙江路、福州路书城附近（据说老半斋饭店后是大本营）；晚上6点以后，来福士广场到人民广场地铁入口处；外南京路步行街、人民广场；福建路到四川南路这一段的金陵路。

◎徐汇区：漕溪路从徐家汇到华亭宾馆一段，小偷日夜值班。

◎卢湾区、徐汇区：淮海路百盛、陕西南路、襄阳市场。

◎长宁区：古北家乐福邻近地带。

◎浦东区：第一八佰伴百货公司邻近地带、浦东大道东方医院。

◎虹口区：赤峰路站邻近地带。

◎普陀区：长风公园。

◎杨浦区：五角场范围邻近地带。

◎百货商城、大卖场是必要的注意的地方。

◎地铁、轨道交通车、公车、火车上这些人多的地方需提防小偷。

◎公车站牌附近通常有小偷驻扎，因为乘客通常站着不动，容易下手。

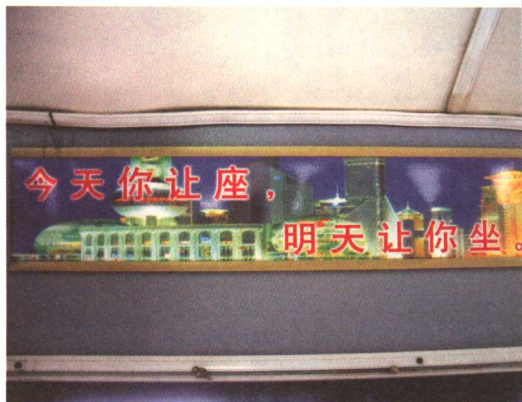


2 血拼杀价秘诀

杀价在上海不仅必要，而且是一门大学问，百货公司或品牌精品店一般不能杀价；但如果到襄阳市场或东台古玩市场不杀价，那就等着当被宰的肥羊吧。这一类



集货市场价格通常非常混乱，同样的商品每





家店开价不一，很难说要砍到多少钱才是，这里提供一个“一、二、三策略”，就是先根据店家喊的价，心里打个2.5~3折回喊，他一定不依，这时请掉头就走，不要依依不舍，然后在心里默数一、二、三，通常还没数到三，就会喊你回头“成交！”如果店主没有叫你，表示开价真的太低，那也没关系，心里再微调一下价钱到别家喊去。下回不妨试试这个策略，有趣且屡试不爽！

3 多带硬币零钱

出门在外，多带一些硬币和零钱好处多多。首先，乘坐地铁或公交等公共交通，如果还没有办“交通e卡”，事先准备好的硬币零钱就会为你省去许多找钱的麻烦。而且，将硬币与大面额的钞票分开装，减少掏钱包的次数，也可以减小被盗的风险，可谓一举两得哦。



4 多利用公共交通

在上海自助旅行，建议去买张“交通e卡”，这个“交通e卡”不论公交、轨道交通、



出租车都可以使用。其中从闵行区万科城市花园发车到老西门大境阁的“911”双层巴士特别值得推荐，途中经过长宁区上海动物园、虹桥、徐汇区、襄阳市场、卢湾区，因为这个路线人少、班次密集、景点又多，非常方便。至于要去其他的地方，还是以轨道交通为主、出租车为辅，如此可以兼顾经济及速度。在上海坐出租车叫拉差头，起跳10元，每加跳一次加价1元；闵行区有些车行起跳8元，不过只跑区内；嘉定区起跳则为8元。出租车属于公司，司机不拥有车，基本上坐出租车还算安全，不过还是建议朋友们坐“强生”、“大众”这两大车行的车，如果真有什么不愉快可以打申诉电话。



5 记得带药上路

旅行的人总希望能收获一些美好的回忆，能够深入这个城市的大街小巷，经历每一份惊喜。这就需要旅行者有一个好的身体，有充足的精力和良好的身体素质。旅行异地，生活环境和饮食的改变可能会使身体不适应，而这就有可能毁掉一个令人欢喜尽兴的假期哦。因此，带一些常用药品上路，是一种方便又明智的选择。一路无病带点药是一种宽慰，一种保障，而万一有点小小的不舒服，这些常备药品也帮你省去了去医院排队买药的麻烦。



6 上海话大不同

学会一地的语言，旅游的阻碍就少了许多。可以跟弄堂口的大爷聊聊古城厢的历史变迁，跟卖玫瑰的小姑娘侃侃新外滩的迷人夜景，懂一些简单的上海话，更好地了解当地的文化，自然能在旅途中获得更多的优待和乐趣。早年租界区里，为了彼此更好的交流，外国人得学习上海话，上海人也学习英语，结果就形成了一种以沪语为母语，夹杂许多外语词汇的语言，英文称之为pigeon（与“鸽子”同音），上海人则称之为“洋泾浜语”，影响甚远。在上海旅行，不妨先跟着本书的“上海话视窗”学两招，在这个美丽的城市灵活运用，也许会有意外的相遇。

Part 2>>

行家主题行程推荐 逍遥畅游不可不知

行程建议

认识上海这个城市,需要多久时间? 就算只想摸摸皮毛、看看表面,感受一下异地风情,至少也要个三四天,而且可能还没机会到郊区游览呢!

自助旅行,当然就是要自由自在,不过要玩得有意义也是挺重要的,别伤脑筋,这里为游客设计了不同主题的行程规划,让你随心所欲轻松上路!

