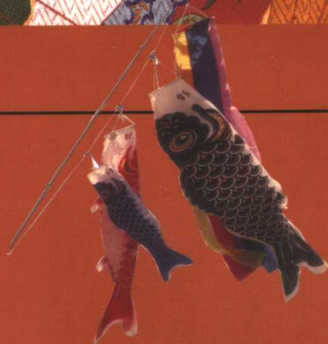



JAPAN

日本旅游



中国地图出版社



日本概况

国名：日本国 JAPAN

首都：东京

国旗：太阳旗。长方形，旗面为白色，
正中有一轮红日

国徽：圆形，由16瓣黄色的菊花组成

面积：陆地面积377 800平方千米

人口：12 773万

行政区划：1都（东京都）

1道（北海道）

2府（大阪府、京都府）


43县

民族：主要民族为大和族

语言：通用日语

日本旅游



 中国地图出版社

图书在版编目 (C I P) 数据

日本旅游 / 徐丽娟主编. —北京: 中国地图出版社,
2007.9

ISBN 978-7-5031-4445-5

I. 日… II. 徐… III. 旅游图—日本—地图集 IV.
K993.139

中国版本图书馆CIP数据核字 (2007) 第132140号

主 编: 徐丽娟

责任编辑: 刘惠云

制 作: 北京京河源图文设计公司

审 校: 刘惠云 徐丽娟

验 收: 马金祥

版式设计: 武悦 曾辉 许扬 王艳丽

晕渲制作: 杨晓明

审 订: 周敏

日本旅游

编 著 徐丽娟

出版发行 中国地图出版社

社 址 北京市宣武区白纸坊西街3号

电 话 010-68531556

印 刷 北京通州区次渠印刷厂

邮政编码 100054

网 址 www.sinomaps.com

经 销 新华书店

成品规格 148mm × 210mm

印 张 5

版 次 2007年9月第1版

印 次 2007年9月北京第1次印刷

印 数 0001—3000

定 价 23.00元

书 号 ISBN 978-7-5031-4445-5/K · 2705

审 图 号 GS(2007)1235号

如有印装质量问题, 请与我社发行部联系。



前言 . . .

日本这个狭长的岛国，是我们一衣带水的邻邦。

提及日本，人们首先联想到的是什么呢？富士山、樱花、生鱼片……的确，日本有很多独到的魅力。

日本拥有湛蓝的海域和绵延的海岸线，宁静的海岛风光如诗如画。丰富的温泉资源，为惬意的温泉之旅创造了得天独厚的条件。

在日本，少见大江大河，但是不乏清澈湍急的溪流，这些回转在山间的潺潺流水，为这个岛国抹上了一道道绚丽的亮彩。

日本人居室中的榻榻米为世人熟知，传统而温馨。

和服是最能代表日本的民族风格的服饰，虽然现在已经不再是日本人的平常衣着，但是每逢节庆和重要的纪念日，人们还会很正式地穿戴起和服来，以示隆重。

茶道是日本文化的精粹，在静谧的茶室里，茶师全身心地、优雅地为客人们奉茶的过程令人体会到高品位的文化享受。

现代日本，西化之风日趋浓烈，传统文化正受到空前的冲击，高精尖的技术，高消费的社会，高效率的产出把日本这个不大的岛国推向了世界经济强国的地位，使其更具影响力。

您心目中的日本是什么样的？不论是好奇、是憧憬还是审视，都需要您亲自去走一走，看一看……本书将要奉献的，正是与您的需要相关的旅游指南。

—— 编者



日本世界遗产

千年古都的文化遗产

1992年，日本申请世界遗产条约获得批准。次年，法隆寺地域佛教建筑群、姬路城两处文化遗产和白神山地、屋久岛两处自然遗产首批登录。至2007年，已经有13处世界遗产被收录。

● 文化遗产

● 自然遗产

3 京都古迹



二条城 由幕府将军在1569年兴建

千年古都的文化遗产

1994年收录的有位于京都·宇治·大津三市的宇治上神社、延历寺、贺茂御祖神社(下鸭神社)、贺茂别雷神社(上贺茂神社)、教王护国寺(东寺)、清水寺、高山寺、西芳寺(苔寺)、慈照寺(银阁寺)、醍醐寺、天龙寺、西本愿寺、二条寺、仁和寺、平等院、龙安寺、鹿苑寺(金阁寺)17个社寺、城。



鹿苑寺(金阁寺)
足利义满设计建造的金阁,1950年被焚毁,其后重建。



清水寺本堂
整个木建筑物中没有使用一颗钉子。

京都

8 严岛神社



平安文化与自然融合的产物
世界上罕见的水上神殿,神社前面的海和背后的弥山原始森林是遗产的全貌。



屋久岛(鹿儿岛) 11

控诉核武器的世界遗产

7 广岛和平纪念地



琉球王国遗址
(冲绳) 9

1 日光神社及寺庙



山岳信仰圣地的社寺建筑
包括东照宫、二荒山神社、轮王寺二社一寺，1999年被收录为世界遗产。



奈良

4 奈良古迹



东大寺

平城京的文化遗产

平城京是确立日本古代律令体制的奈良时代的都城，1998年被收录为世界遗产。遗产包括春日大社、春日山原始林、元兴寺（极乐坊）、兴福寺、唐招提寺、东大寺、平城宫迹、药师寺共8处寺。

5 法隆寺地区佛教建筑



法隆寺

现存世界最古老的木造建筑群，法隆寺的金堂和法隆寺的五重塔、法起寺三重塔等，是飞鸟时代建筑美学的代表。1993年被收录为世界遗产。

白川乡和五箇山古村落
(岐阜、富山) 2

日光神社及寺庙
(栃木) 1

姬路城
(兵库) 6

京都古迹
(京都) 3

名古屋

东京

法隆寺地区佛教建筑
(奈良) 5

纪伊山脉圣地
(奈良、和歌山、三重) 12

日本近代城堡的杰作

江户时代初期，由姬路藩主池田辉政兴建而成。形同飞立的白鹭，因而又叫白鹭城。1993年被收录为世界遗产。

6 姬路城



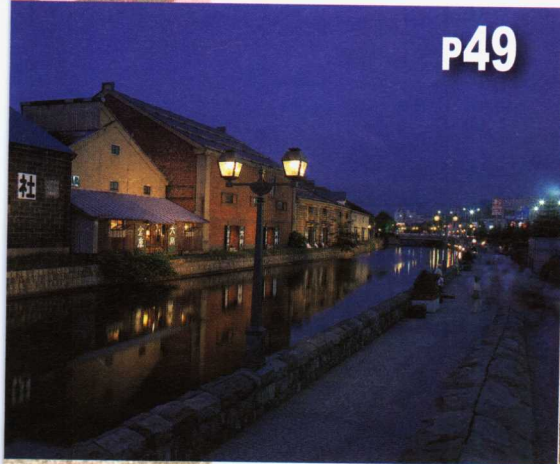
Contents

目录



初识日本篇

- | | | | |
|-------|-------|-------|-------|
| 10-11 | 历史 | 24-25 | 温泉 |
| 12-15 | 气候与节庆 | 26-31 | 艺术传统 |
| 16-19 | 宗教 | 32-35 | 体育 |
| 20-23 | 建筑与庭园 | 36-40 | 烹饪与美食 |



P49



旅行篇

北海道之旅 [42-57]

- | | |
|-------|---------|
| 42-43 | 北海道全景旅游 |
| 46-47 | 札幌 |
| 48-49 | 函馆 小樽 |

东北之旅 [58-75]

- | | |
|-------|--------|
| 58-59 | 东北全景旅游 |
| 60-61 | 仙台 |
| 64 | 松岛 |
| 66 | 盛冈 |
| 68 | 青森 |
| 70 | 秋田 |

- | | |
|----|----|
| 72 | 山形 |
| 74 | 福岛 |

关东、中部之旅 [76-107]

- | | |
|-------|-------------|
| 76-77 | 关东·中部全景旅游 |
| 78-79 | 东京地下铁路线图 |
| 80-81 | 东京 |
| 83 | 银座有乐町 |
| 87 | 新宿 |
| 90 | 涩谷 原宿 表参道 |
| 92-93 | 横滨 横滨地下铁路线图 |
| 95 | 隅田川游船观览 |



97 千叶
99 镰仓
102 箱根
107 名古屋

近畿之旅 [108-125]

108-109 近畿全景旅游
111 京都
112 京都地下铁路线图



118-119 奈良
120 大阪
122-123 大阪地下铁路线图
124-125 神户
中国、四国之旅 [126-137]
126-127 中国 · 四国全景旅游
128 松江
130-131 冈山 广岛
134 德岛
136 松山

九州、冲绳之旅 [138-158]

138-139 九州全景旅游
冲绳全景旅游
先岛诸岛全景旅游
140-141 福冈
142 长崎
145 大分
146 阿苏山
149 宫崎
151 鹿儿岛
152 那霸

旅游指南 [159-160]



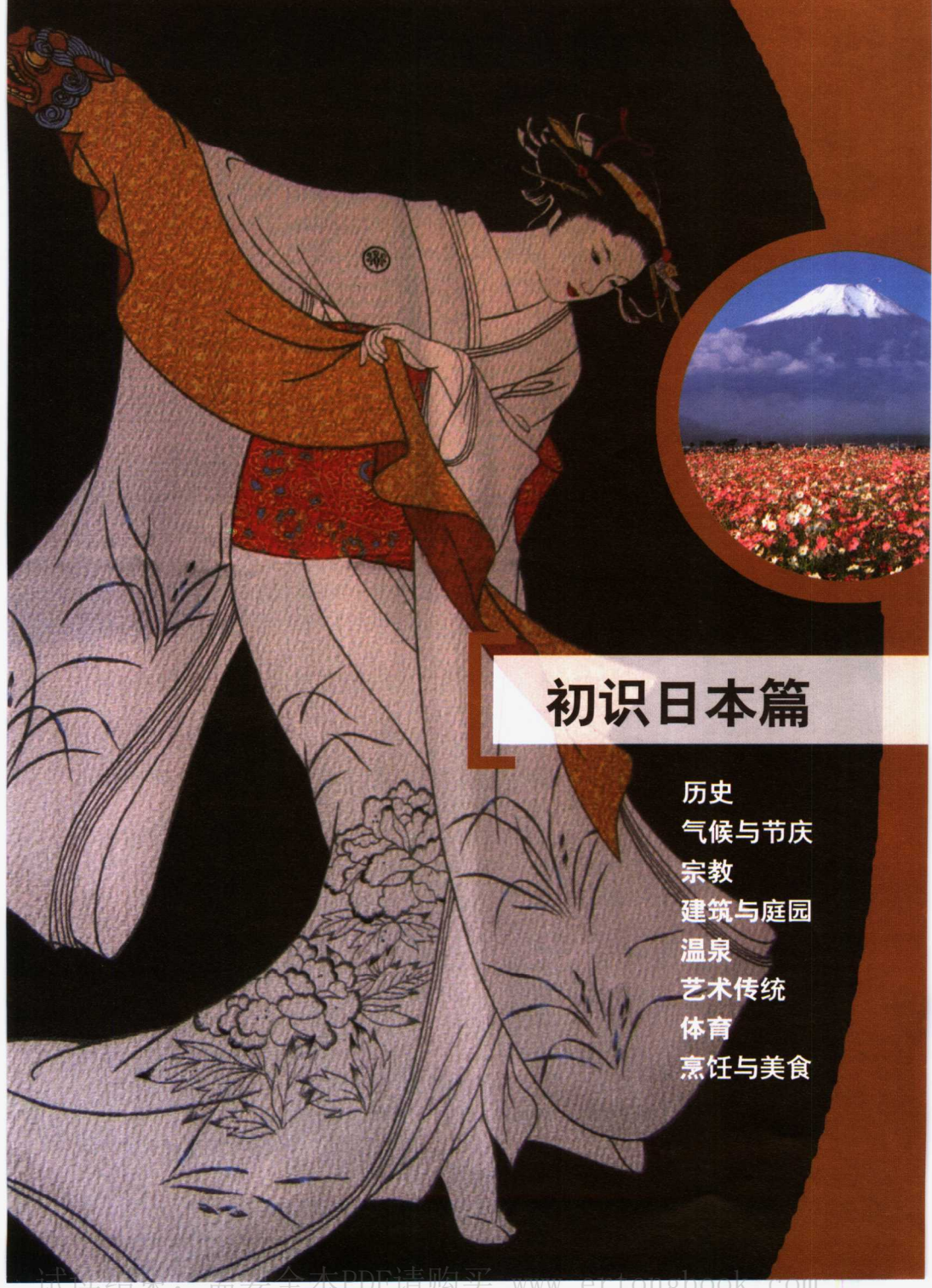
图 例

◎东京	首都		河流、湖泊
◎京都	县中心		温泉
○大垣	一般城市		游览点
○安曇川	村镇		山峰、山口
	县界		灯塔
	新干线		机场
	铁路		港口
	高速公路		
	公路		

城市图

	县界		运动场
	市郡界		市、县厅
	城市区界		市役所
	新干线		区役所
	JR线		神社
	私铁		寺院
	地铁		古迹
	城铁		医院
	电铁		学校
	高速公路		工厂
	城市街区		游览点
	主要、次要街道		山峰
	独立建筑物		飞机场
	公园、山地		
	墓地		

图山4225



初识日本篇

历史
气候与节庆
宗教
建筑与庭园
温泉
艺术传统
体育
烹饪与美食

历史

公元前 10000 年——公元前 300 年 绳纹时代。

日本的早期居民制造出带有绳纹装饰的陶器。

公元前 300 年——公元 250 年 弥生时代。

弥生町人发展了水稻耕作技术，开始使用青铜器和铁器。

250 年——70 0年 古坟时代。

日本盛行建造大型土墓。佛教和儒教从中国传到日本。

710 年——794 年 奈良时代。

奈良成为日本第一个首都，文化鼎盛，《万叶集》问世。

794 年——1185 年 平安时代。

在京都（平安京）建立了新首都，日后成为“国风文化”的中心。在此期间的艺术、文学和宗教等方面都有了很大的进步。紫式部写出《源氏物语》，但此后文明却逐渐衰落了。

12 世纪末 镰仓时代。

幕府统治时期。源赖朝成为第一个征夷大将军，皇帝成为傀儡，日本成为一个军事封建的国家，其间大将军为了控制全国而引发了连绵不断的战争。

1274 和 1281 年 大汗忽必烈率领的蒙古大军两次试图侵入日本，但被暴风雨或是狂风赶了回来。

14 世纪前半叶 室町时代。

足利幕府将军在京都控制全国。金阁寺、银阁寺建成，能乐形成。

15 世纪后半叶 进入战国时代。

1543 年 葡萄牙船员在九州南部的海上遇难，他们是到达日本的第一批欧洲人。他们引进了面包、蛋糕、基督教和火枪、火炮。

1573 年——1600 年 织田信长统一全国，但是不久又被他手下的一名将军刺杀了。丰臣秀吉成为新的霸主。在 1600 年的关原战役中，德川家康打败了丰臣秀吉的儿子。茶道创立。

1603 年——1868 年 江户时代。

德川家康自立为征夷大将军和日本的统治者，他迁都江户（今东京）。德川幕府统治日本，对内加强统治，对外闭关锁国。江户成为当时世界上最大的城市之一。和平与文化兴起，俳句、歌舞伎、文乐与浮世绘木版画得以充分发展。

1853 年 美国人马修·培里乘船进入横滨湾，要求日本开放对西方的通商口岸。

1868 年——1912 年 明治时代。



土偶



德川家康



奈良菩萨像

最后一个幕府将军被赶下了台。明治天皇离开京都，在江户建立了新的首都，重新命名为东京。日本进入明治维新时期，修改了与西方国家签订的不平等条约，颁布了新宪法。

1912年——1926年 大正时代。

大正天皇统治时期。日本的爵士乐时代。

1923年 关东大地震把东京夷为平地，十多人死于非命，灾后城市重建。

1926年——1989年 昭和时代。

日本裕仁天皇统治时期。在20世纪20年代后期和30年代，军人逐渐在日本掌握了政权。日本侵占朝鲜、台湾和中国大部分地区，并开始 在亚洲建立帝国。

1941年 日本偷袭珍珠港，参与了第二次世界大战。

1945年 东京大部分被炸弹摧毁，美国向广岛和长崎投掷原子弹。

1945年——1952年 道格拉斯·麦克阿瑟将军率领美国人占领了日本，为重建这个国家而提供援助。1946年通过的新宪法给予人民更多的人权。天皇正式宣布放弃神权。

1952年 占领时期结束。

在自民党的领导下，日本集中精力重建经济。

1964年 东京奥运会象征日本的再次繁荣。新干线列车投入运营。

1989年到现在 平成时代。

明仁天皇统治时期。1992年日本经济开始倒退，1993年自由民主党在执政38年后第一次下台，接替他们的是一个联合政府。

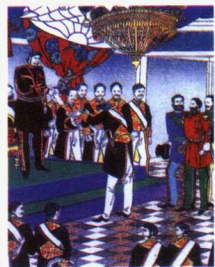
1995年 阪神大地震使日本第五大城市神户成为废墟。

1996年 自民党上台执政。

1998年 冬季奥运会在长野举行，国际社会敦促日本恢复经济。

若干家银行倒闭，破产率攀升。

1999年 恢复经济的努力仍在继续。



颁布明治宪法



丰臣秀吉



源赖朝



二十世纪初的东京

希望号新干线

气候与节庆

日本人对季节变

化、气候变化的敏感，已经超越了对日常琐事关注的程度，尤其在外国人眼中看来更是如此。日本人之间最热衷的话题就是谈论天气，以询问天气作为彼此的寒暄，以关心气候为书信的开场白已经是一种惯例。

气候

一般地说，立春是春来的标志，但真正让人们感受到春天来临的是绽放的樱花。樱花开放由南部的冲绳向北部的北海道逐渐推进，各地花期只有一周，赏樱是日本人生活中的大事，在日语中叫做“花见”。

短暂的春季在梅雨到来的同时宣告结束。绵绵细雨要持续一个多月，影响着本州、四国、中国、近畿等地区。在北海道地区，虽然一般认为没有梅雨，但是也有海雾，相当于变相的梅雨。

紧随梅雨而至的是夏季的酷暑，高温天气要持续到9月份。席

春霖

每年的3月下旬到4月上旬，日本列岛受交替的移动性高气压和低气压的影响，气温变化很大，会出现一段阴雨天气，日本人称其为“春霖”。因为这段时间正是油菜花开的时候，所以这种天气又叫做“油菜花梅雨”。

入梅与出梅

梅雨是春季向夏季转移时出现的持续性阴雨天气。进入梅雨时期叫“入梅”，每年实际入梅的日期都有所不同，早的是5月下旬，迟的是6月中旬。梅雨终了叫“出梅”，大概在7月中旬左右。

根雪

日本列岛冬季的雨雪天气不少，降雪量随着气温的下降而增加，有些地区厚厚的积雪轻易不会融化，日本人称这种积雪为“根雪”。在北海道，即使是夏季也能看到高山上的根雪。



葵祭



卷而来的台风把日本带入秋季，势头强劲的台风足以摧毁房屋和海上作业的船只。阵阵的秋雨化解了晚夏的残暑，气温开始下降，这种秋雨在日本称为“秋霖”。受秋霖影响的主要是日本的北部和中部区域。

11月中下旬进入冬季，当气温降至2℃以下时，日本列岛就会出现雨雪天气，北海道的大部、奥羽地方的山区、北陆地区的大部，冬季最大降雪在1米以上，积雪要到来年的春天才能融化。

节庆

节庆是日本人生活中的重要内容，如果你有在日本生活工作过的经历，就不难发现日本人生活中竟有那么多节庆，无论春夏秋冬，几乎每一天都有一个节庆在日本的某个地方举行。所有这些节庆在日语中叫做“祭”。

在节庆的日子里，公司职员们脱下西装革履，穿上很少有机会展示的传统服装，擂起大鼓、吹起笛号、抬着华丽的轿子，卷入鼎沸的人流，舞动着、簇拥着挤满街头。面对那种令人激动的兴奋场面，即使是一个不了解节庆背景的外国游客，也会情不自禁地受到强烈的感染！节庆带给所有人欢愉。

日本的节庆通常都和季节有关，可以说因季节变化而变化是确定节庆的基本原则。越是历史悠久的节庆，就越沾染着浓烈的季节色彩，或许正是日本有着对季节超乎寻常的敏锐，才衍生出这么多与季节不无干系的节庆。

春季

节分

2月3日是节分日，正值冬去春来之时，传统的扔豆子仪式把人们带入新的一季：人们把烤过的豆子从屋外洒向屋内，叫着“福

进”，把豆子从屋内洒向屋外，叫着“鬼出”，意在驱除邪气、招进福气。

女孩节

3月3日是女孩子们的节日，按传统习惯，高中以下的女孩子都有资格过女孩节。人们在家中设置“偶人架”，这是一种阶梯状的架子，上面摆放的是锦衣洋娃娃的婚礼仪仗队。最上层的是新郎新娘，接下来是吹吹打打的乐队，再下来是护送的卫士。台上同时陈设甜酒和清淡的食品以及鲜花。这一天是女孩子们最快乐的日子，她们穿着漂亮的衣服，邀请朋友们来做客。

赏樱花

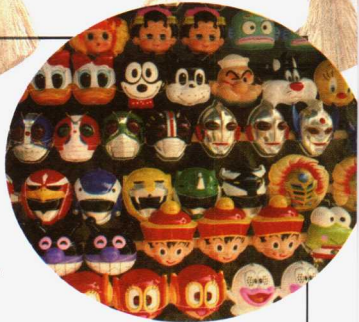
4月初到4月中的时间里，是东京赏樱时节，人们相约来到户外，在樱花树下野餐、饮米酒、歌唱，同享赏樱的快乐。每年的这个时刻，东京的上野公园里都呈现着人头攒动的热闹景象。

儿童节（男童节）

5月5日是日本的男童节，全国的法定节日，有男孩的家庭挂出彩色的鲤鱼燕尾旗，一个男孩挂一面旗，家中要摆放小型的武士装备的模型，门上摆菖蒲叶，屋内挂钟馗驱鬼图。各地的乡村、城镇都为儿童举办文艺演出、歌咏会等各种有趣的活动。传统节日是由五月五日端午节发展来的，所以还要吃卷着竹叶或菖蒲叶的甜米糕等。

京都葵祭

5月15日是日本最壮观的节庆之一，已经延续了1400多年。庆祝游行路线的沿途有观众席位，游行队伍突出的特点是华丽



的服饰，重现的是平安时代的装饰打扮。

夏季

长崎龙舟赛

6月中旬在长崎举行，这也是承袭中国习俗生成的节庆，场面和规则与中国的龙舟赛相似。比赛队伍之间竞争激烈，既有高超的技术，又有团结合作和充沛的体力，才能取得赛事的优胜。

七夕

7月7日庆祝牛郎织女一年一度的鹊桥会，节庆的起源自然是中国的七夕，但庆典的方式却是日本式的，人们把自己的祝愿写在纸上，再把彩纸挂在竹竿上，如今在商家的推动下，更是发展成为街头巷尾的张旗挂彩，热闹华丽。

京都祇园祭

7月1日~29日间举行，这是日本最盛大的节日之一。1日叫“吉符入”，2日抽签，决定游行的次序。游行在第十日的黄昏开始，300名艺妓扮成各个时代、各个阶层的人，摆出风雅十二相化装游行。其后几天

陆续都有各种游行，游行花车用波斯地毯和织锦装饰，精致华美，一辆比一辆漂亮，充分展示各自独特的主题。游行场面之壮观，令人目不暇接。除了游行之外，还有各种参拜活动和仪式。29日举行神事完毕奉告祭，长达一个月的祭典方告结束。

祇园祭



盂兰盆

8月13日~15日，这是由中国传入的祭祖节日，人们回乡扫墓，据说这期间祖先的亡灵要返回家园，接受亲人的祭祀。虽然节日是严肃正式的，但气氛很热闹，要通宵达旦地庆祝，表演“盆舞”是节庆的高潮，乐师和歌手在一个高架的平台上表演，舞者



时代祭

在平台上绕圈，完全是日本民间舞蹈的风格，一系列的祭典要在3天内完成，最后一天，人们身着盛装，要把那些灯笼放到水中，目送数不清的灯笼顺河而下，为亡灵照亮返回天堂的路。



秋季

八幡祭

9月14日在镰仓的八幡神宫举行，表演从疾驰的马背上射箭，这项保留了八百多年的弓箭术，通过节庆的形式展现给现代人，别有一番意境。

赏月

中秋，满月高悬，分外耀眼，告别炎热的夏季，迎来凉爽的秋天。对季节敏感的日本人当然不会漠视大自然悄然无声的变化，明亮的月光下，家人团聚在一起，共享中秋佳节的快乐。

时代祭

10月22日，京都平安神社举行盛大的服饰游行，是为纪念桓武天皇迁都京都和明治天皇而举行的盛典。游行的人们展现从定都时起到明治时期为止的一千多年间的著名历史人物、风俗、文物、用具等。

“七五三”

11月5日是5岁男孩以及3岁和7岁的男女孩子的节日。适龄的孩子们穿着和服或节日盛装，随同父母去参拜神社，为孩子们祈祷平安无事，茁壮成长。届时，孩子们要吃千岁糖，象征可以长生不老。

新年

御正月

12月31日是除夕夜，交子之时，所有寺庙的钟声齐鸣，108次的钟声代表人的108种恶欲，人们可以随便去敲任何寺庙里的钟，同时祈求一年的平安。新年期间，不同的时间有不同的事要做，譬如摆出和取下某些特殊的装饰品等。

御正月是日本最盛大的传统节日，祥和欢乐的情绪洋溢在每个人的脸上，聪明的商家抓住人们喜庆的心情，将各种商品大减价，使节日气氛更加浓郁。

日本的法定节日

1月1日——元旦

这是日本的新年，张灯结彩，拜佛祭祖。

1月15日——成人节

庆祝年满20岁的男女的节日。

2月11日——建国纪念日

纪念第一位日本天皇的加冕礼。

3月21日——春分节

庆祝春天到来的节日。

4月29日——绿色节

5月3日——宪法纪念日

日本于1947年5月3日，正式实施民主政治。

5月5日——儿童节

9月15日——敬老节

9月25日——秋分节

庆祝立秋、祭拜祖先。

10月10日——体育节

纪念1964年10月10日，日本东京主办奥运会。

11月3日——文化节

弘扬文化，鼓励自由和平思想。

11月23日——劳动感谢节

庆祝丰收的节日。

12月23日——天皇诞辰日

为天皇诞辰祝贺的节日。