

走遍全球

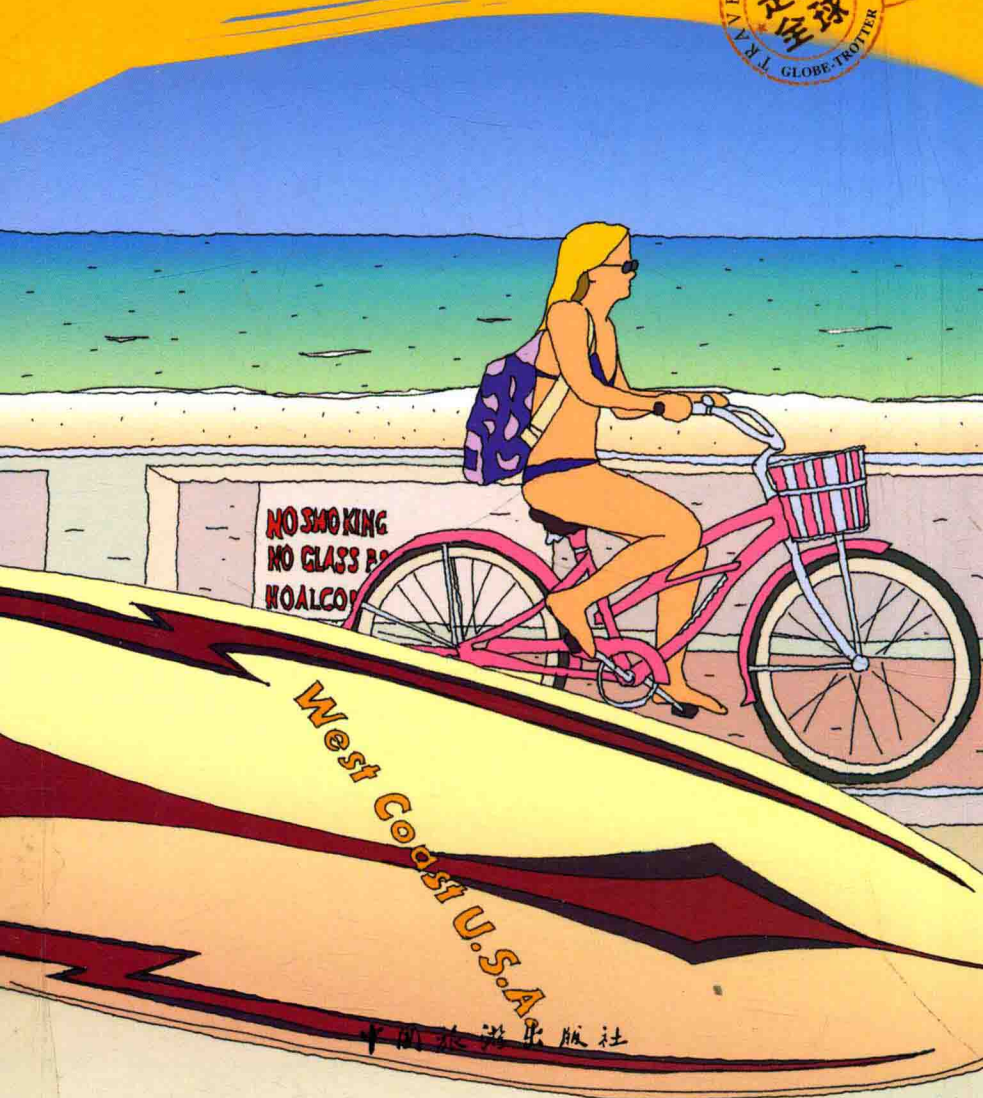
TRAVEL GUIDEBOOK

第1版

www.zbqq.com

美国西海岸

日本大宝石出版社 编著



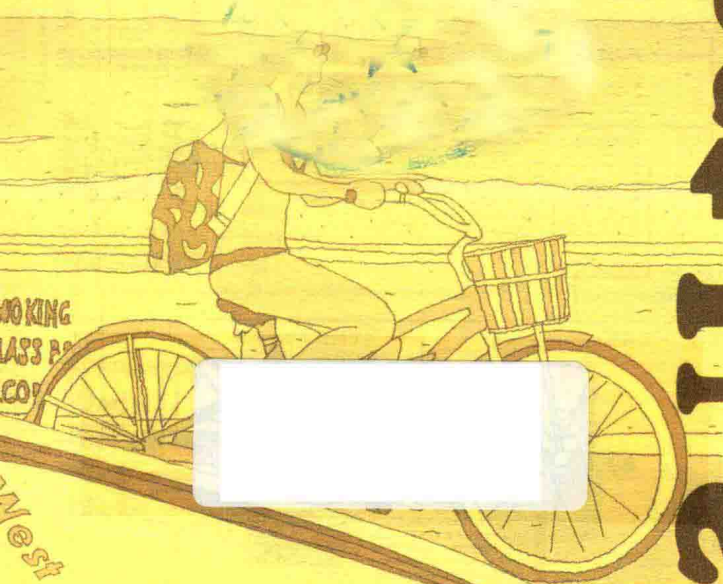
中国旅游出版社

走遍全球
TRAVEL GUIDEBOOK

美国西海岸

日本大宝石出版社 编著

1.7
94



BOOKING
CLASS B
CO

West Coast U.S.A.

中国旅游出版社

WEST COAST U.S.A.

策 划: 高 瑞 虞丽华
统 筹: 北京走遍全球文化传播有限公司 <http://www.zbqq.com>
责任编辑: 王佳慧
封面设计: 董星辰
责任印制: 冯冬青

图书在版编目 (C I P) 数据

美国西海岸 / 日本大宝石出版社编著; 盛涛译. ---
北京: 中国旅游出版社, 2016.3
(走遍全球)
ISBN 978-7-5032-5552-6

I. ①美… II. ①日… ②盛… III. ①旅游指南—美国
IV. ①K971.29

中国版本图书馆CIP数据核字 (2016) 第037886号

北京市版权局著作权合同登记号 图字: 01-2015-4473
审图号: GS (2016) 439号 本书插图系原文原图

本书中文简体字版由北京走遍全球文化传播有限公司独家授权, 全
书文、图局部或全部, 未经同意不得转载或翻印。

GLOBE-TROTTER TRAVEL GUIDEBOOK

West Coast U.S.A. 2015 ~ 2016 EDITION by Diamond-Big Co., Ltd.

Copyright © 2015 ~ 2016 by Diamond-Big Co., Ltd.

Original Japanese edition published by with Diamond-Big Co., Ltd.

Chinese translation rights arranged with Diamond-Big Co., Ltd.

Through BEIJING TROTTER CULTURE AND MEDIA CO., LTD.

书 名: 美国西海岸

原 著: 大宝石出版社 (日本)

译 者: 盛 涛

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@enta.gov.cn

营销中心电话: 010-85166503

制 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: 北京金吉士印刷有限责任公司

版 次: 2016年3月第1版 2016年3月第1次印刷

开 本: 889毫米 × 1194毫米 1/32

印 张: 13.625

印 数: 1-5000册

字 数: 520千

定 价: 118.00元

I S B N 978-7-5032-5552-6

版权所有 翻印必究

如发现质量问题, 请直接与营销中心联系调换

本书使用的记号·略称

城市名

城市的基本资料

观光计划以及住宿的建议

区域名字

从附近区域前往这里的主要方法以及大约需要花费的时间

区域内景点的位置

细化后的区域名

景点和地图的位置

学习 购物 游玩 饮食 读者投稿 旅途中能作为参考的信息

洛杉矶 Los Angeles

洛杉矶计划的特点

逐步洛杉矶

海滨城市 Beach Cities

圣莫尼卡 Santa Monica

圣莫尼卡广场 Santa Monica Pier & Pacific Park

圣莫尼卡广场 Santa Monica

圣莫尼卡广场 Santa Monica

综合信息

旅行的季节

当地的信息杂志

可使用的信用卡

酒店客房

酒店费用

区域名

商店

餐馆

酒店

主要的商品和分类等

地图位置

店铺信息

※ 酒店的费用为 1 间房间的金额。不包含酒店税。

M 地图位置

地址

电话号码

免费电话（美国国内免费电话的
电话号码）

传真号码

网址（省略 <http://>）

营业 / 开馆的时间、期间

休息日

费用

乘坐地铁 / 列车抵达的方法

乘坐巴士抵达的方法

利用汽车 / 出租车抵达的方法

地图的记号和略称

- | | |
|------------|-----------|
| ● 景点 | ● 巴士车站 |
| ● 商店 | ● 游客中心 |
| ● 餐厅 | ● 地标 / 其他 |
| ● 酒店 | ● 海滩 / 公园 |
| ● 咖啡店 | ● 机场 |
| ● 夜总会 | ● 高尔夫球场 |
| ● 电影院 / 剧院 | ● 医院 |
| ● SPA、沙龙 | ● 邮政局 |
| ● 美术馆 | ● 停车场 |

Ave. → Avenue
St. → Street
Rd. → Road
Dr. → Drive
Blvd. → Boulevard
Pkw. → Parkway
Hwy. → Highway

 州际公路
 美国联邦公路
 州道

酒店设施的记号

- | | |
|--|--|
|  咖啡机 |  洗衣机 |
|  冰箱酒柜 / 冰箱 |  无线网络 |
|  浴缸 |  停车场 |
|  吹风机 |  可使用轮椅的房间 |
|  室内保险柜 | |
|  客房服务 | |
|  餐馆 | |
|  健身中心 / 游泳池 | |
|  礼宾人员 | |

※ 只有当所有客房都拥有完善的
设施时才会用黑色来表示

■ 本书的特征

本书主要是针对那些自助游前往美国西海岸旅行的读者，为了能够让大家在当地愉快地享受旅途生活，本书刊登了前往各城市的方法、酒店以及餐馆等信息。当然，即便是参加团体游的读者，也是可以充分利用到书中提供的信息的。

■ 关于利用书上刊登的信息

编辑部尽可能地刊登最新、最准确的信息资料，但由于当地的规则或手续等经常发生变更，或对某些条款的具体解释有认识上的分歧，因此，若非本社出现的重大过失，因使用本书而产生的损失或不便，本社将不承担责任，敬请谅解。另外，使用本书之前，对于书中所刊登的信息或建议是否符合自身的情况或立场，请读者根据切身情况自己做出正确的判断。

■ 在当地调查采集信息的时间

本书是基于 2015 年采集调查到的数据来进行编辑的。但是，随着时间的推移，数据会发生变动。特别是酒店和餐馆的费用等，绝大多数情况下在旅行时会发生变动。所以请将本书刊登的信息仅作为参考使用，尽量在当地的游客中心等地获取最新的信息。

■ 关于投稿

投稿多少会带有投稿者的主观看法，但是为了让大家能够感同身受，我们在刊登时还是会尽量忠实于原文，但是在数据方面，编辑部会进行追踪调查。





18

特刊 1

既安全，又美丽，晚上也能让人放心

帕萨迪纳



20

特刊 2

即使没有租借汽车，也能尽情地游玩！

依靠步行 & 巴士的 LA 1 day 之旅



150

特刊 3

没到海边的话旅行就不算开始

圣迭戈的海边 游玩景点



190

特刊 4

唉呀唉呀，挖到宝藏啦！

北加利福尼亚最大的 露天自由市场



192

特刊 5

从人气商店的店员处听到的

让人感兴趣的地址 in San Francisco



298

特刊 6

尽量 Free 地游玩

拉斯维加斯的节约旅



300

特刊 7

已经要睡了吗？太浪费了！

拉斯维加斯的 Nightclub



332

特刊 8

观光时派上大用场

无轨电车彻底解析



368

特刊 9

真实的波特兰就在这里

寻找极品美食餐车

美国西海岸

1

What's New in West Coast ?	6
西海岸的极致美景	8
Step1 了解基本信息!	10
Step2 决定交通方式	12
Step3 旅行的行程范例	14

洛杉矶

LOS ANGELES

22

漫步洛杉矶	22
洛杉矶 / 区域向导	24
/ 前往方法	26
/ 交通设施	30
/ 景点	54
/ 体育运动	76
/ 商店	78
/ 餐馆	84
/ 酒店	92
从洛杉矶出发的短途之旅	
圣巴巴拉 / 漫步	101

/ 景点	103
/ 商店和餐馆	106
/ 酒店	107

变化多端的兜风线路

行驶在加利福尼亚中央海岸	108
橘子郡 / 漫步	109
/ 亨廷顿海滩	111
/ 新港海滩	112
/ 拉古纳海滩	113
/ 商店和酒店	114

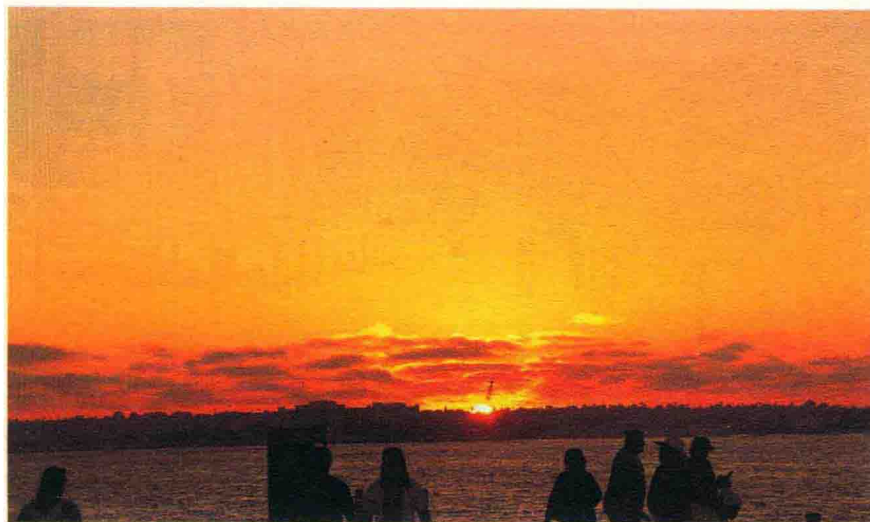
南加利福尼亚的主题乐园

THEME PARKS IN SOUTHERN CALIFORNIA

115

让人忘记时间尽情地玩耍!

南加利福尼亚的主题乐园	116
迪士尼乐园度假区	117
迪士尼加州冒险乐园	118
迪士尼小镇	121
迪士尼乐园	122
阿纳海姆的酒店	127
好莱坞环球影城	128
诺氏百乐坊	135





六旗魔术山·····	138
圣迭戈海洋世界·····	141
圣迭戈野生动物园·····	144
美国加州乐高游乐园·····	147

圣迭戈 SAN DIEGO

149

漫步圣迭戈·····	154
圣迭戈 / 区域向导 ·····	156
/ 前往方法 ·····	158
/ 交通设施 ·····	159
/ 景点 ·····	163
/ 体育运动 ·····	174
/ 商店 ·····	175
/ 餐馆 ·····	177

/ 酒店 ·····	179
------------	-----

从圣迭戈出发的短途之旅

蒂梅丘拉 / 漫步 ·····	184
主要景点 ·····	184
蒂华纳 / 出入境以及前往方法 ·····	185
/ 漫步 ·····	186

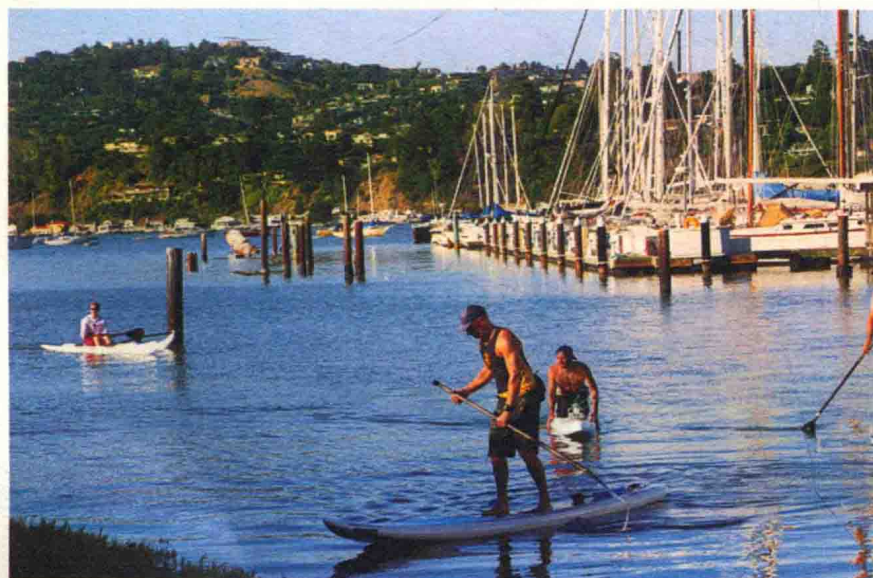
推荐在海外进行首场高尔夫

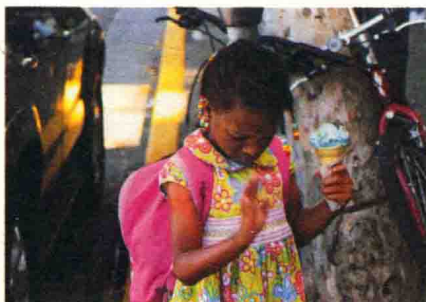
朝着向往已久的加利福尼亚高尔夫球场 GO! ···	187
---------------------------	-----

圣弗朗西斯科（旧金山）与其近郊 SAN FRANCISCO AND ENVIRONS

189

漫步圣弗朗西斯科·····	194
圣弗朗西斯科 / 区域向导 ·····	196
/ 前往方法 ·····	198
/ 交通设施 ·····	202
/ 景点 ·····	218
/ 圣弗朗西斯科湾区的城市和硅谷 ·····	
/ 索萨利托 ·····	240
/ 缪尔森林国家公园 ·····	241
/ 伯克利 ·····	242
/ 硅谷 ·····	243
/ 体育运动 ·····	245
/ 商店 ·····	247
/ 餐馆 ·····	252
/ 酒店 ·····	257





从圣弗朗西斯科出发的短途之旅

葡萄酒乡 (纳帕&索诺马) / 前往方法	265
/ 纳帕谷	266
/ 索诺马县	272
/ 商店	275
/ 餐馆	276
/ 酒店	277
蒙特雷 & 卡梅尔 / 前往方法	278
/ 蒙特雷	279
/ 蒙特雷周围	281
/ 卡梅尔	282
/ 商店和餐馆	286
/ 酒店	287
约塞米蒂国家公园 / 前往方法	289
/ 景点	291
/ 酒店	295
沙斯塔山 / 景点	296

/ 漫步	323
/ 景点	323
/ 大峡谷西峡	328
/ 酒店	329

西雅图 SEATTLE

331

漫步西雅图	334
区域向导	336
/ 前往方法	338
/ 交通设施	339
/ 景点	344
/ 体育运动	357
/ 商店	358
/ 餐馆	360
/ 酒店	362

从西雅图出发的短途之旅

奥林匹克国家公园	364
雷尼尔山国家公园	366

拉斯维加斯和大峡谷 LAS VEGAS AND GRAND CANYON

297

漫步拉斯维加斯	301
拉斯维加斯 / 区域向导	303
/ 前往方法	304
/ 交通设施	306
/ 酒店和赌场	309
/ 演出	312
/ 在赌场的玩乐方法	314
/ 游乐设施	316
/ 商店	318
/ 餐馆	319

从拉斯维加斯出发的短途之旅

大峡谷国家公园 / 前往方法	321
----------------	-----

波特兰 PORTLAND

367

漫步波特兰	370
波特兰 / 区域向导	372
/ 前往方法	374
/ 交通设施	375
/ 景点	379
/ 体育运动	388
/ 商店	389
/ 餐馆	391
/ 酒店	393

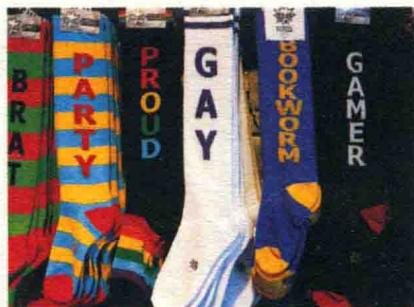
旅行的准备

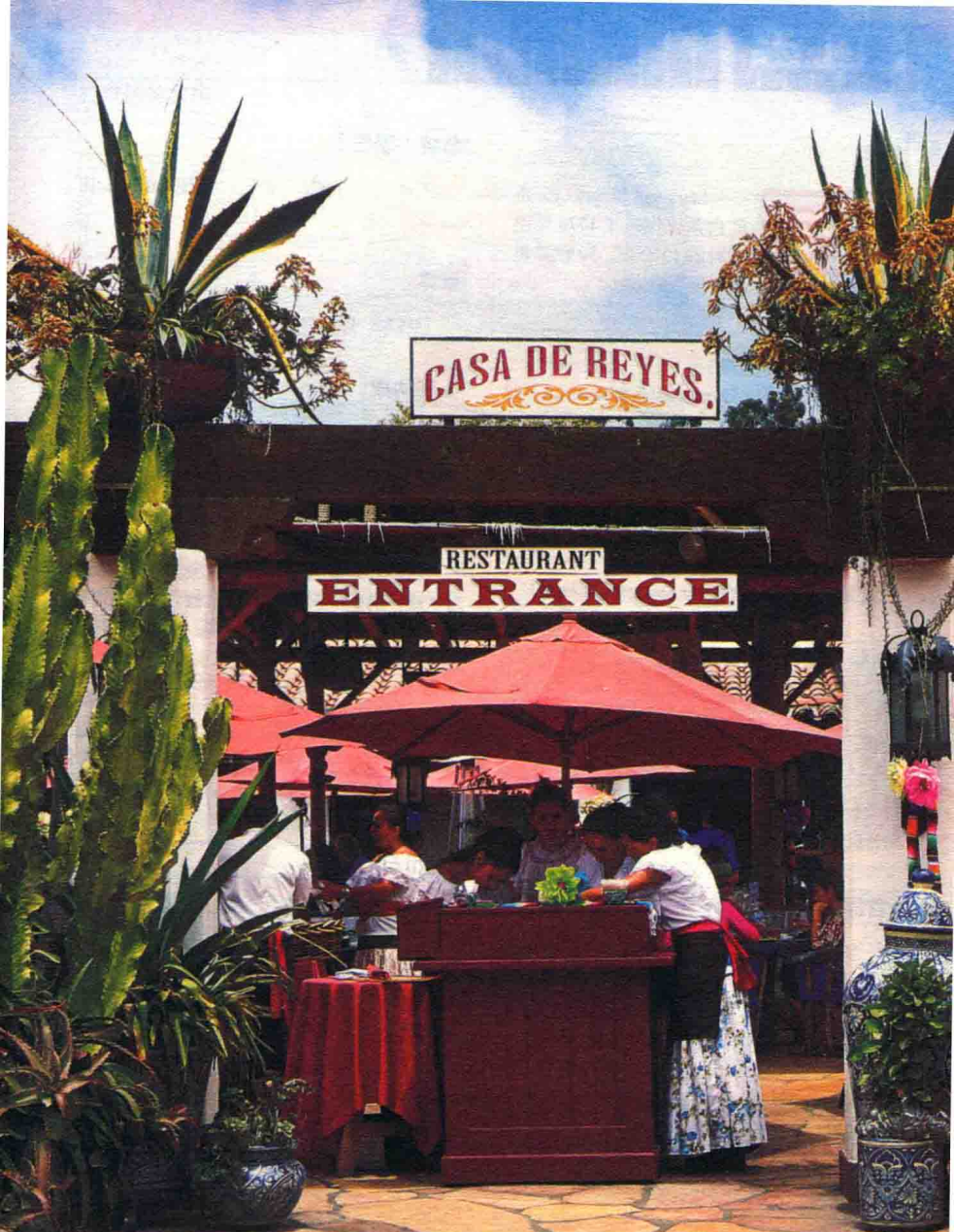
旅行的信息收集.....	396
旅行的季节.....	397
旅行的预算和货币.....	398
出发前的手续.....	401
机票购买.....	403
旅行的行李.....	404

旅行的技巧

出入境的手续.....	405
美国国内的交通.....	410
酒店的基础知识.....	413
餐馆的基础知识.....	414
购物的基础知识.....	415
小费和礼仪.....	417
邮政.....	418
电话.....	419
网络.....	420
旅行的安全和纠纷.....	421
旅行的英语对话.....	424

也去盖蒂别墅看看吧.....	60
在郊外的葡萄酒酿造厂进行野餐.....	105
圣卡塔琳娜岛.....	109
诺布山的历史.....	223
沉醉在唐人街.....	223
金门大桥建造完成之前.....	233
在索诺马骑车踏青.....	272
在索诺马品尝美味的奶酪.....	274
17英里路在海岸线和森林中的高人气 兜风线路.....	284
从拉斯维加斯参加观光之旅前往大峡谷.....	322
从下往上仰视大峡谷.....	323
从拉斯维加斯前往大环线.....	330
威拉米特河沿岸的散步道.....	379
滑板的城市波特兰.....	381
波特兰地底之旅.....	382
为美食家准备的步行之旅.....	385
经常在最想居住的城市排行榜上名列前茅 的尤金.....	388





美国西海岸

West Coast U.S.A

国旗



Stars and Stripes 13 条红白条纹代表了 1776 年建国时的 13 个州，50 颗星星代表现在的州数。

正式国名

美利坚合众国 (United States of America)

美利坚这个名字，来源于当时发现美国大陆的意大利探险家阿美利哥·韦斯普奇的名字。

国歌

《星条旗永不落》(Star Spangled Banner)

面积

962.9 万平方公里

人口

约 3.189 亿 ※ 各城市的面积、人口请参考各城市的综合信息页。

首都

华盛顿特别行政区 (Washington, District of Columbia)

不属于美国 50 个州的任何一个，是由联邦政府直接管辖的行政地区。人口约 63 万。

总统 (现任)

巴克拉·侯赛因·奥巴马总统 (Barack H. Obama)

政体

总统制 联邦制 (50 个州)

人种构成

白人 75.1%、非洲裔 12.3%、亚洲裔 3.6%、美国原住民 0.9% 等

宗教

基督教。虽然宗教方面以浸信会、天主教为主流，但是不同的城市在宗教分布的比重方面也各不相同。虽然数量不多，但也存在有犹太教、伊斯兰教等。

语言

语言虽然以英语为主，但是并没有法律上的明文规定。很多地方也会使用西班牙语。

货币与汇率

旅行的预算和货币 → p.398

货币单位为美元 (\$) 与美分 (¢)。目前流通的纸币主要为 \$1、\$5、\$10、\$20、\$50 与 \$100 的纸币在小型商店中有时会不能使用，需要注意。硬币虽然分为 1¢、5¢、10¢、25¢、



\$1



\$5



\$10



\$20



\$50



\$100



1¢



5¢



10¢

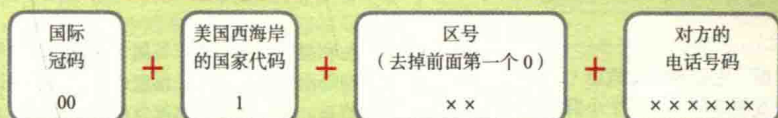


25¢

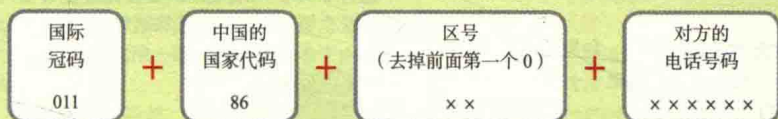


打电话的方法

从中国往美国西海岸拨打电话的方法



从美国西海岸往中国拨打电话的方法



►关于打电话的方法→p.419~420

50¢以及100¢(=\$1)6个种类,但是50¢与\$1并不怎么在市场上流通。

节假日(联邦政府的节日)

请注意,各州有不同的节日(※记号)。虽然有些店铺号称“全年无休”,在元旦、感恩节以及圣诞节的3天也几乎都会休息。另外,在从纪念日到劳动节的暑假期间,营业时间等也会发生变动。

时 间	节 日 名 称
1月 1/1	元旦 New Year's Day
1月 第三个周一	马丁·路德·金诞辰 Martin Luther King, Jr.'s Birthday
2月 第三个周一	总统日 Presidents' Day
3月 3/17	圣帕特里克节 St. Patrick's Day※
4月 第三个周一	爱国者之日 Patriots' Day※
5月 最后一个周一	纪念日(美国阵亡将士纪念日) Memorial Day
7月 7/14	独立纪念日 Independence Day
9月 第一个周一	劳动节(劳动者之日) Labor Day
10月 第一个周一	哥伦布纪念日 Columbus Day※
11月 11/11	退役军人之日 Veteran's Day
11月 第四个周四	感恩节 Thanksgiving Day
12月 12/25	圣诞节 Christmas Day

营业时间

以下为一般的营业时间。根据行业与地区等的不同,在营业时间上会有所差异。在郊外一般还有24小时营业的超市,但是城市中的店铺普遍于19:00左右便会关门。



【银行】

周一~周五 9:00~17:00

【百货商场和商店】

周一~周五 10:00~19:00、周六 10:00~18:00、周日 12:00~17:00

【餐馆】

从早上便开始营业的店与其说是餐馆,不如说是较为随意的咖啡店。早餐 7:00~10:00、午餐 11:00~14:00、晚餐 17:30~22:00。酒吧一直会营业到深夜。

电与视频制式

【电压与插座】

电压为120伏特。三相插座。中国的电器产品不能直接使用,需要利用变压器和转换插头。



【视频制式】

与中国的制式不同，是 NTSC 制式，在美国买的 DVD 在中国不能播放。

小费

在餐馆、出租车以及酒店（门童和房间整理）等接受服务时，有给予小费的习惯。小费的额度虽然根据是否提出特殊要求以及满意程度会有所不同，不过大致可以参考下面的标准。

【餐馆】

合计费用的 15%~20%。如果费用中已经包含了服务费的话，可以在桌子上或者托盘中留下一些零钱后离开。

【出租车】

费用的 15%~20%。

【酒店】

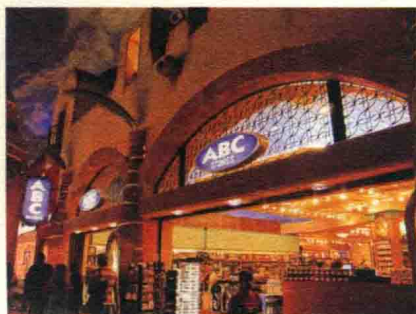
根据门童搬送的行李大小和个数，1 件给予 \$2~3。行李很多时可以适当多给一些。

房间整理服务可以在枕边等地方放上 \$1~2。

关于小费→p.417

饮用水

虽然自来水可以直接饮用，但是一般还是购买矿泉水比较好。在超市、便利店以及杂货店中都可以购买。



时差表

中国时间	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23
东部时间 (EST)	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
中部时间 (CST)	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9
山岳时间 (MST)	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	0	1	2	3	4	5	6	7	8
太平洋时间 (PST)	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	0	1	2	3	4	5	6	7

※ 从 3 月第二个周日到 11 月第一个周日为实施夏时制期间。夏时制为将指针拨快 1 小时的制度。图中红色部分表示为中国时间的前一天。

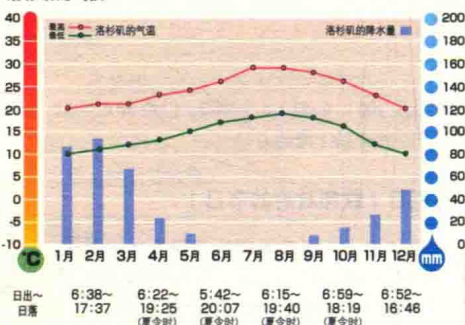
气候

旅行的季节→p.397

可以参考各城市页面前记载的“旅行的季节”栏目

加利福尼亚州一整年都属于比较温暖的气候。在降雨较多的冬季，湿度也很低，能够过得舒适。州的南部和北部气候差异很大，北部的圣弗朗西斯科即使到了夏天，气温有时也不超过 20℃。内陆地区的昼夜温度差异很大，降水量也极少。在西雅图和波特兰所处的西北地区由于冬季刚好是雨季，所以 6~9 月上旬才是观光旅游最好的季节。

洛杉矶的气候



从中国飞往美国西海岸

从北京飞往圣弗朗西斯科（旧金山）、洛杉矶、西雅图等美国西海岸城市的直达航班需 11 小时 30 分钟 ~ 12 小时。

机票购买→p.403

时差和夏时制

美国本土内总共分为 4 个时区。东部时间 Eastern Standard Time（纽约等）和中国的时差为 -13 小时，中部时间 Central Standard Time（芝加哥等）和中国的时差为 -14 小时，山岳时间 Mountain Standard Time（丹佛等）和中国的时差为 -15 小时，太平洋时间 Pacific

Standard Time(洛杉矶等)和中国的时差为-16小时。美国西海岸的城市属于太平洋时间。夏天会采用夏时制,大多数州会将钟表的时针拨快1小时。这个时候,和中国的时差便会缩短1小时。但是亚利桑那州和夏威夷州不采用夏时制。

采用夏时制的时期为3月的第二个周日到11月的第一个周日。如果恰好这期间前去旅游的话,需要十分注意行程表。

邮政

【邮政费用】

寄往中国的航空邮件不管是信封还是明信片都为\$1.15。物品只要放入规定的信封或者箱子中的话,都会以同样的价格进行邮递。



各个城市邮局的营业时间都有所不同。一般邮局平时的营业时间为8:30~16:00。

邮政→p.418

出入境

关于护照→p.401

关于签证→p.401

自2013年3月16日起,美国在中国境内开始实施新的签证申请流程。中国公民须通过美国国务院设立的美中签证信息服务网站:www.ustraveldocs.com/cn_zh/index.html进行签证政策咨询、申请和预约面谈。申请人也可参考美国国务院领事局和美国驻华大使馆或驻其他城市的总领馆相关网页内容。

税金

在美国,有购买物品时的消费税 Sales Tax 和在酒店住宿时的酒店税 Hotel Tax。税率(%)

每个州和城市都有所不同(参考各城市页面)。另外,在餐馆用餐时,需要支付相当于甚至高于消费税的税金。

现在,波特兰并未实施消费税和在外用餐税。

关于酒店税→p.413

关于消费税→p.415

安全和纠纷

旅行的安全和纠纷→p.421~423

中国人容易遭遇到的安全隐患有顺手牵羊、抢劫等。很多情况下都是多人进行的犯罪,当你的注意力被他们吸引时,就会有人趁机偷走你的钱包或者抢走你的包等。还有很多利用中文和受害者亲切地交谈,然后巧妙地骗走其金钱的例子。所以只要走出中国一步,就要时刻保持着“这里不是中国”的意识。

“警察 救护车 消防车” 911

年龄限制

吸烟与喝酒→p.417

虽然每个州都有些许不同,但是基本上21岁以上才能饮酒。有些地方在购买酒时还需要提供身份证明。在 Live House 等提供酒类饮品的场所也会要求提供身份证明。

在美国,由青年人引发的交通事故非常多,所以大型汽车租赁公司,大多需要年龄满25岁才可以租车。如果年满21岁但未满25岁的话,需要按比例增加费用。

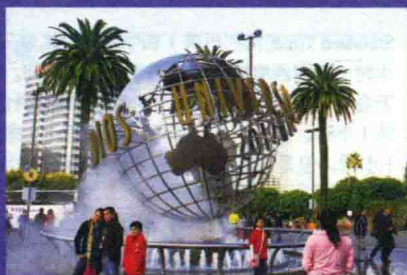
度量衡

距离、长度、面积、容量、速度、重量以及温度等,大多数的度量单位和中国都有所不同。

尺寸比较表→p.416

USH 50 周年庆典所做的准备

在 2015 年，好莱坞环球影城（→ p.128）迎来了 50 周年纪念日。在周年庆典前夕，接连开设了许多新的游乐设施。2016 年还预计开设“哈利波特的魔法世界”。



Los Angeles

What's New in West Coast?

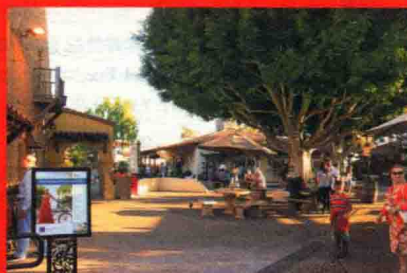


话题的季节

瞬息万变的流行、崭新景点的建设，西海岸地区即便在美国国内，也是一个变化特别快的地方。千万不要错过各个城市最热门的话题！

市民的厨房开张！ 有成为观光景点的预感

2014 年 8 月，在海港小村附近的 Tuna Harbor 新开设了一处露天的鱼市场。这里出售从圣迭戈近郊捕获到的鱼类，自从开设以来一直有着空前的盛况。M p.162-A2 周日 8:00~13:00

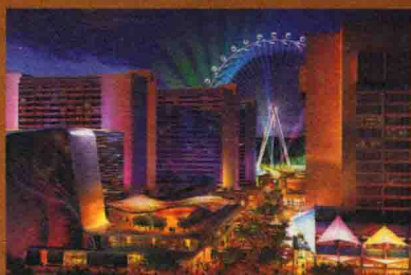


San Diego

万众瞩目的旅游景点 “丽珑”终于开始营业了

拥有购物以及餐饮等商店入驻的复合型设施丽珑 The Linq 终于在 2013 年年末开始了营业。同样建造在这里的全球最大的摩天轮“豪客”也于 2014 年 4 月正式开始营业，给街区带来了更多的活力。

📍 p.308-A3



Las Vegas

豪华的阵容组成的 人气沸腾的演出

目前位于西雅图中心 (p.349) 的辛赞尼剧场 Teatro ZinZanni 的演出是由欧洲的戏剧、喜剧、舞蹈以及马戏团组合而成的演出。现在是西雅图热议的晚间演出。

Teatro ZinZanni

📍 p.343-A1 📍 222 Mercer St., Seattle

☎ (206) 802-0015

🕒 周四~周六 18:30、周日 11:30、17:30 开演。演出时间持续 3 小时 🌐 zinzanni.com/seattle 🎫 \$99-143



Seattle

咖啡、啤酒， 接下来便是蒸馏酒了！

在孕育出各种流行事物的城市波特兰中，如今开始悄悄聚拢人气的是蒸馏酒制造所。目前在蒸馏酒厂之街 (→ p.383) 的蒸馏所中正在举办参观旅行，参加的人数也在不断增长。

🌐 www.distilleryrowpdx.com



Portland