



环球旅游实用指南丛书

Yokoso!
JAPAN

JAPAN

**日
本**

**LÜYOU SHI YONG
ZHINAN**

旅游实用指南

上海市旅游事业管理委员会 编
上海人民美术出版社

上海人民美术出版社

Japan

日本

LUYOU SHIYONG ZHINAN

旅游实用指南



环球旅游实用指南丛书

上海市旅游事业管理委员会 编
上海人民美术出版社

图书在版编目(CIP)数据

日本旅游实用指南／上海市旅游事业管理委员会，上海人民美术出版社编．—上海：上海人民美术出版社，2003．11

(环球旅游实用指南丛书)

ISBN 7—5322—3751—6

I．日… II．①上…②上… III．旅游指南-日本
IV．K931.39

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2003)第 101542 号

日本旅游实用指南

- | | |
|------|---------------------------------|
| 编 者 | 上海市旅游事业管理委员会
上海人民美术出版社 |
| 供 稿 | 日本观光振兴会 |
| 封面设计 | 柏震 |
| 责任编辑 | 雨鹰 |
| 装帧设计 | 剑萍 政宁 |
| 出版发行 | 上海人民美术出版社
(上海长乐路 672 弄 33 号) |
| 经 销 | 全国新华书店 |
| 制 版 | 及事文化传播有限公司 |
| 印 刷 | 上海中华印刷有限公司 |
| 开 本 | 889 × 1194 1/32 |
| 印 张 | 3.25 |
| 版 次 | 2003 年 11 月第 1 版 |
| 印 次 | 2003 年 11 月第 1 次 |
| 印 数 | 0001—6000 |
| 书 号 | ISBN 7—5322—3751—6/K·55 |
| 定 价 | 12.00 元 |

编委会

主 任：姚明宝

副主任：道书明、祝君波

委 员：朱承蓉、杨庆虹、黄光荣、李彬诚
杨庆华、达向群、楼 强、周 艳

主 编：道书明、李 新

副 主 编：朱承蓉、杨庆虹、李彬诚、杨庆华、周振德

责任编辑：雨 鹰

助理编辑：周 艳

封面设计：柏 震

装帧设计：剑 萍、政 宁

技术编辑：陆尧春

目 录

日本全图	4
气候	6
交通（航空、海运）	8
出入境手续	9
各种实用信息	10
国内交通	13
住宿	16
旅游魅力	18
各地旅游介绍	37
北海道	37
东北地区	43
仙台	46
关东地区	48
横滨	49
东京	53
本州中部及北陆地区	58
新潟	59
长野	59
名古屋	62
关西地区	63
大阪	64
京都	68
奈良	76
神户	78
本州西南及四国	81
九州地区	84
福岡	85
佐贺	87
长崎	88
熊本	90
大分	92
宫崎	94
鹿児島	96
冲绳	98

Japan

日本 LUYOU SHIYONG ZHINAN 旅游实用指南

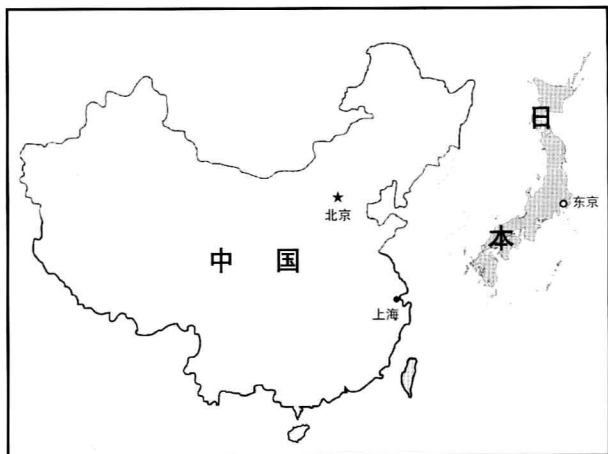


环境旅游实用指南丛书

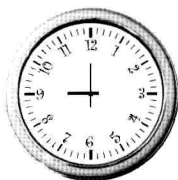
上海市旅游事业管理委员会 编
上海人民美术出版社

目 录

日本全图	4
气候	6
交通（航空、海运）	8
出入境手续	9
各种实用信息	10
国内交通	13
住宿	16
旅游魅力	18
各地旅游介绍	37
北海道	37
东北地区	43
仙台	46
关东地区	48
横滨	49
东京	53
本州中部及北陆地区	58
新潟	59
长野	59
名古屋	62
关西地区	63
大阪	64
京都	68
奈良	76
神户	78
本州西南及四国	81
九州地区	84
福岡	85
佐贺	87
长崎	88
熊本	90
大分	92
宫崎	94
鹿児島	96
冲绳	98



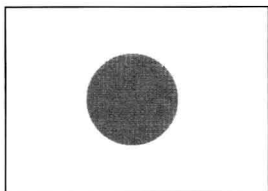
格林威治时间



北京时间



东京时间



日本国旗

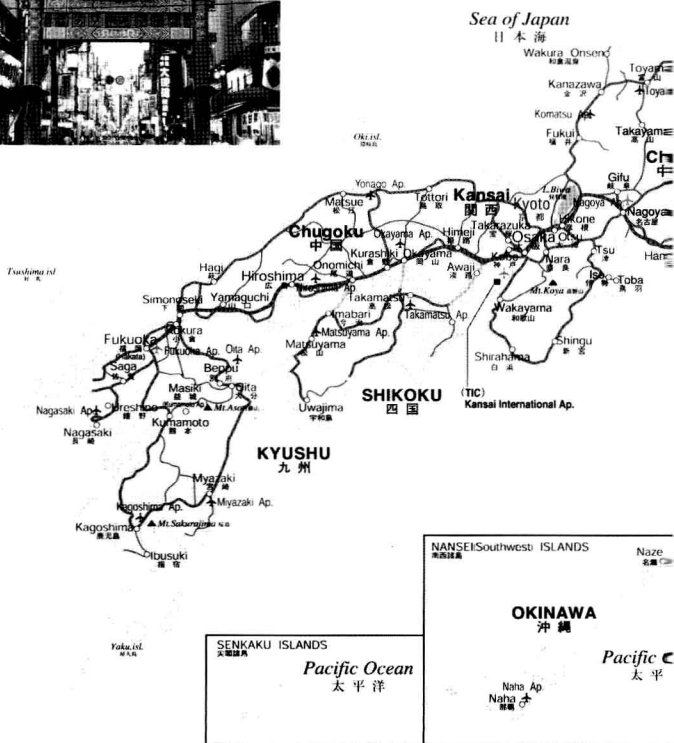


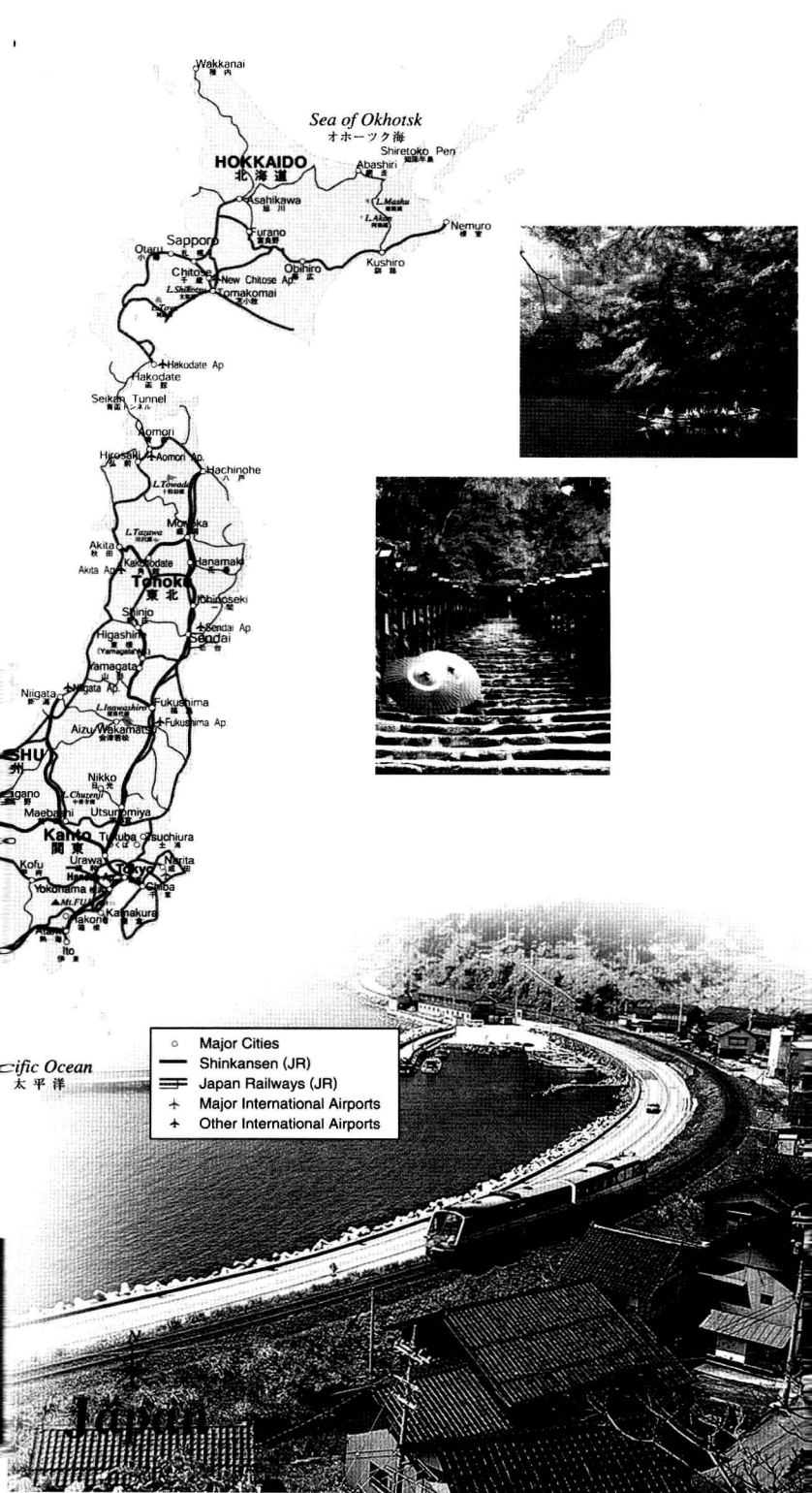
日本国花

日本，被誉为“樱花之国”。每逢春光明媚之时遍植整个日本列岛的樱花树，花团锦簇，五彩缤纷，人们便会成群结队地来到樱花林中欣赏烂漫的樱花。

樱花，蔷薇科的落叶树。四月花开，但盛花期只有六七天。樱花在日本从南向北陆续开放。

日本全图





Sea of Okhotsk
オホーツク海

HOKKAIDO
北海道

Shiretoko Pen
知床半島

Abashiri
網走

L. Mashu
マシュ湖

L. Akai
赤井湖

Nemuro
網走

Kushiro
釧路

Obihiro
大分

New Chitose Ap
新千歳空港

L. Sagami
相模湖

Tomakomai
苫小牧

Chitose
千歳

Sapporo
札幌

Osahikawa
小室川

Furano
富良野

Hakodate Ap
函館空港

Hakodate
函館

Seikan Tunnel
青函トンネル

Tomori
苫小牧

Higashi
東

L. Tama
利根湖

Maebashi
前橋

L. Tone
利根川

Mito
水戸

L. Tone
利根川

Akita
秋田

Kanagawa
神奈川

Yamanashi
山梨

Akita Ap
秋田空港

Sendai
仙台

Sendai Ap
仙台空港

Higashi
東

Yamagata
山形

Yamagata Ap
山形空港

Niigata
新潟

Shiga
滋賀

L. Inawashiro
利根湖

Aizu
会津

Wakamats
和歌山

Fukushima
福島

Fukushima Ap
福島空港

Nikko
日光

L. Chuzenji
中禅寺湖

Maebashi
前橋

Utsunomiya
宇都宮

Tokyo
東京

Yokohama
横浜

Kanagawa
神奈川

Atsugi
厚木

Osaka
大阪

Kobe
神戸

Osaka Ap
大阪国際空港

Kansai
関西

Osaka
大阪

Kansai
関西

Osaka
大阪

Kansai
関西

Osaka
大阪

Kansai
関西

Osaka
大阪

Kansai
関西

Osaka
大阪

Kansai
関西

Osaka
大阪

Kansai
関西

Osaka
大阪

Kansai
関西

Osaka
大阪

Kansai
関西

Osaka
大阪

Kansai
関西

Osaka
大阪

Kansai
関西

Osaka
大阪

Kansai
関西

Osaka
大阪

Kansai
関西

Osaka
大阪

Kansai
関西

Osaka
大阪

Kansai
関西

Osaka
大阪

Kansai
関西

Osaka
大阪

Kansai
関西

Osaka
大阪

Kansai
関西

Osaka
大阪

Kansai
関西

Osaka
大阪

Pacific Ocean
太平洋

- Major Cities
- Shinkansen (JR)
- ≡ Japan Railways (JR)
- ✈ Major International Airports
- ✈ Other International Airports

Japan

气候

日本列岛形状狭长，大部分地区属于温带，南部也有部分亚热带气候，南北跨度3,300公里，形成了分明的四季。



春季(3月~5月) 寒冷的冬天过了以后，桃花开了，春天也就来到了。3月底到4月上旬，樱花盛开的时候正是仲春的季节。这时候，山上、田野和花园里到处都是美丽的樱花。在这个季节您只要穿上薄薄的短上衣或毛衣。



夏季(6月~8月) 夏季从6月份开始，其中有3~4个星期的时间是梅雨季节。农民就正好利用这时候的梅雨进行插秧。到了7月份的时候就是暑气逼人的盛夏季节了。在这个季节日本人喜欢到海滨去沐海水浴，或者到山区去避暑。日本在夏季有许多节庆活动。这时只需要薄薄的衣服就可以了(但是，因为很多地方

都有冷气设备，所以如果备上一件外套的话那就更好了)。



秋季(9月~12月) 过了炎热的夏季以后就是天高气爽的秋季了。这时候树林里到处盖满了红红的秋叶，公园里、花园里一下子开满了美丽的菊花。秋天的时候有很多展览会和音乐会，还有体育竞赛。这时薄薄的短上衣或毛衣就够了。



冬季(12月~2月) 在太平洋沿岸的平原地带，气温大多在零度以上，天气干燥，阳光柔和；在日本的中部和北部地带，这时候正是开展冬季体育运动的大好时光；南方地带，这时候是舒适温暖的气候。一般需要穿大衣和毛衣。

主要城市的平均温度：

	春季(4月)	夏季(7月)	秋季(10月)	冬季(1月)
	T(C)	T(C)	T(C)	T(C)
札幌	6.1	22.2	11.6	-3.1
仙台	10.0	24.3	15.5	3.6
东京	14.5	27.7	18.8	7.6
名古屋	13.8	28.0	18.9	6.1
大阪	14.6	28.7	19.7	7.0
福岡	15.1	28.2	19.7	7.7
那霸	20.7	28.0	26.2	17.9

说明：

“T”表示温度；“C”表示摄氏；

▲ 摄氏转换成华氏，用摄氏的数字乘以 9、除以 5 再加上 32。

旅游旺季：

在以下几个时期，日本国民习惯进行国内旅行，从城市回到乡下，然后再返回到城市。几乎所有的长途列车、汽船、国内班机以及住宿设施都会被订满。

- 岁末新年(12月27日至1月4日以及相连的周末)
- 黄金周假日(4月29日至5月5日以及相连的周末)
- 盂兰盆节(以8月15日为中心，前后各1周)

交通(航空, 海运)

日本是岛国, 要去旅游, 不是乘船、便是坐飞机。现在的旅客几乎都是利用飞机的。

• 乘飞机

除外国主要航空公司定期航班飞入日本以外, 在日本国内, 还有日本航空公司(JAL)、全日空(ANA)、日本空中系统公司(JAS)及日本亚洲航空公司(JAA)这四家航空公司经营的国际航线, 将日本同全世界连接在一起, 十分方便。

飞机票价格得仔细研究。航空公司除基本的经济票价以外, 还有短途旅行、团体旅行等特价。向航空公司或旅行社询问, 可能会节省不少费用。

1. 日本航空公司(JAL)

【中国】

上海支店: 上海市南京西路1266号恒隆广场(Plaza66)435室

预定电话: 800-810-5551(免费电话)

手机或者从日本国外打来的电话请拨打以下号码: 021-6288-3000(收费电话)

上午9点~下午5点半全年不休息

浦东营业所: 上海市浦东新区银城东路101号HSBC Tower 2层

上午9点~下午5点 周六、周日、节假日休息

【日本】

国际航线预约电话: 0120-25-5931(免费电话)

上午8点~下午9点

* 手机或者从日本国外打来的电话请拨打以下号码(收费电话):

东 京 (03) 5460-0511

大 阪 (06) 6223-2345

札 幌 (011) 232-1144

名古屋 (052) 265-2580

福 冈 (092) 733-0852

冲 绳 (098) 862-7411

航班信息查询:

成田机场0120-747-002

关西机场0120-747-003

2. 全日空(ANA)

【中国】

上海支店: 上海市静安区南京西路1376号上海商城808室

预定电话 (021) 6279-7000

【日本】

国际航线预定电话: 0120-029-333(免费电话)

平时上午8点~下午7点

周六、周日、节假日上午9点~下午5点

• 乘船

日本四面环海, 海上交通十分方便。环游世界的大船几乎都会停靠日本的横滨及神户。有几家轮船公司限定名额特价优惠乘

客。有几条客船定期航行于天津、上海与日本的横浜、神户之间。

● 主要的空中大门

日本的空中大门有两个：成田的新东京国际机场和大阪的关西国际机场。这两个机场的设施完备，与市中心的交通也很方便。

● 机场设施使用费

成田国际机场和关西国际机场的机场使用费已经包含在机票中了，因此不必在机场支付。福岡机场的机场使用费也包含在机票中了，出国时也不必支付。但是，有一部分机票不包含机场使用费，要在办理登机时向航空公司的柜台支付。



出入境手续

访日旅客的申报：必须就行李进行口头或书面申报。如果带有托运行李，则需要两份书面申报的复印件。可在飞机上、船上或海关拿到海关申报单。

访日游客的免税规定：在如下所示的限额内，手提物品及托运的用于个人目的的行李为免关税和（或）免税。（大米的限额为1年100KG。）如果您带有

两件手提物品和托运的行李，请将它们一起计算后，参照限额。手提物品及业务设备：如果数量适中，而且不是用于销售，如衣服、化妆用品、其他用于个人目的的手提物品及在日本逗留期间将要使用的手提式业务设备全部免关税和（或）免税。酒精饮料、香烟和香水等：对下列范围内的物品另有限额。

免税带入物品的范围

品名	数量	备注
酒类	3 瓶	每瓶的容量在 760ml 左右
纸卷烟	400 支	如果游客带有一种以上的烟类产品，则总限额定为 500G
卷烟	100 支	烟草为 500g
香水	2 盎司	每盎司约28cc(不包括eau de Cologne香水和eau de toilette 香水)

上述项目之外的其他所有物品的国外市场价值总额必须低于20万日元。国外市场价值低于10万日元的任何物品均为免关税和（或）免税，并且不包括在所有物品的国外市场价值总额的计算之中。对于每件或

每套高于20万日元市场价值的物品不予免关税。

成田海关支署(Narita Airport Customs)

<http://www.narita-airport-customs.go.jp>

各种实用信息

兑换

日本国内的公共交通工具、商店和餐厅在法律上规定不得收取外币。日本的货币单位是日元。硬币分为1日元、5日元、10日元、50日元、100日元和500日元六种。纸币的种类有1,000日元、2,000日元、5,000日元和10,000日元。

您可以在国际机场的兑换处、或者在日本的各大银行兑换日元。兑换时需出示本人护照，货币兑换率每天变动，人民币不可

以兑换。大部分银行在早上10时公布当天的美元汇率，而其他货币的汇率则在11时公布，兑换业务持续到下午3时。请在该时间之内到银行兑换货币。东京、大阪国际机场的银行日夜营业，旅客众口称便。回国时可把没用完的日元换成外币，数额没有限制。



现金

一般来说，在日本携带现金比较安全。小金额现金便于支付交通及餐饮的费用。对于饮食店和其他少量的购物，可能不接受信用卡或旅行支票。

税金

在日本消费时是需要支付5%的消费税的。外国游客在公认的免税商店里购物时，一天的消费总额在1万日元以上时，有些商品是可以免收消费税的。但是，像化妆品、食品、烟、酒、药品等消耗品是不能免税的。

旅行支票及信用卡

在日本一般不使用个人支票。日元旅行支票可以在各个国外的银行购买。信用卡在日本的各城市普遍使用，在商店及餐厅的入口处等均贴有标志或设有标识，表示可以接受信用卡。

国内邮件

日本的邮政服务提供完整的国内和国外邮件服务。饭店服务台可以协助您邮寄信件和包裹。对于寄往日本国内的信件，一般信封尺寸是9×14厘米及12×23.5厘米。25克以下的邮资为80

日元, 25克以上至50克的邮资为90日元。对于上述尺寸以外的信件, 不超过50克的邮资为120日

元, 50克以上至75克的邮资为140日元。明信片的邮资是50日元。



563429

国际航空邮件费用表

航空信件邮费	亚洲	中北美洲、中近东 大洋洲、欧洲	非洲、南美洲
明信片	70 日元	70 日元	70 日元
邮筒	90 日元	90 日元	90 日元
信件(10 克以下)	90 日元	110 日元	130 日元
(其余每 10 克)	60 日元	80 日元	100 日元

九江财专图书馆



0418170

国际小包裹邮件费用表

地 区	航 空		平 邮	
	50 克以下	500 克~2500 克 每增 500 克加收	1000 克以下	1000 克~10 公斤 每增 1 公斤加收
东亚	1700 日元	350 日元	1500 日元	250 日元
东南亚、 西南亚	2100 日元	600 日元	1700 日元	400 日元
中北美洲、 中近东大 洋洲、欧洲	2500 日元	850 日元	1800 日元	550 日元
非洲、 南美洲	3200 日元	1400 日元	2200 日元	450 日元

国际商务邮件(EMS)

一些办理国际邮件业务的邮政局提供该项服务, 非常适用于公司的业务。此外, 民营的快件公司有 DHL 公司和联邦快件公司(Federal Express), 提供日本和其他国家之间的快件服务。您可以根据邮件的种类选

择对应的服务。

国际包裹邮递

从日本可以将包裹邮寄到大部分国家。单件包裹重量最高可达20公斤。但可以接收包裹的内容和单件包裹尺寸的限制, 则因国家而不同。

国内电话

在日本，到处都可以见到灰色或绿色的公用电话。这些电话中的大部分都可以用来打日本国内电话。

使用预付电话卡打电话是最简单的方法。电话卡有两种，500日元和1,000日元。在计算上，1,000日元的电话卡可供打105次10日元的电话。您可以从设置在大部分电话亭里的自动售卡机中购买，也可以在便利店和车站小卖店购买。

打公共电话时也可以使用10日元和100日元的硬币。市内电话费为每分钟10日元。如果没有投入另外一枚10日元的硬币，或者当听到蜂鸣音后没有更换电话卡，电话将被自动切断。使用100日元时不找钱。

城市之间的电话费将根据距离而定。例如：

从东京至横滨	300 秒
千叶	240 秒
名古屋	85 秒
京都、大阪	85 秒
福岡	85 秒

(以上为白天、每100日元可通话的时间)

晚上十一点到早上八点的电话费比较便宜。

国际电话

带有“INTERNATIONAL TELEPHONE & DOMESTIC TELEPHONE”标志的灰色电话机和IC卡电话机可以直接拨打国际电话。另外，

有几家电信公司发行的预付卡(例如：“MOSHI MOSHI CARD”和“KDDI SUPER WORLD DARD”等)，在各种公用电话机上均可以拨打国内及国际电话。预付卡在车站的小卖店里可以买到。

有关详细信息，可以打以下免费电话询问：

Japan Telecom: 0088-41/连接号码: 0041

IDC(国际数码通信): 0120-03-0061/连接号码: 0061

KDDI(国际电信电话): 0057/连接号码: 001

晚上7~8点以后，直拨通话可便宜20~40%。

在一些大饭店，您也可以使用“信用卡电话”，这时可以将您的国际电话费计在您的信用卡帐户中。

时差

日本全国同属一个时区，比格林威治标准时间(G.M.T.)早9小时，比中国早1小时。日本不实行夏时制。

传真和电脑网络

大部分饭店都设有传真机。可问询服务台或去饭店的商务中心。

有些饭店的电话和新型灰色电话机设有调制解调器插口，可供电脑联网。另外，在城市的繁华区大多都有网吧，1小时几百日元(但大多没有中文环境)。