

走遍全球

GLOBE-TROTTER TRAVEL GUIDEBOOK www.zbqq.com



日本《走遍全球》编辑室 编著

墨西哥

Mexico



中国旅游出版社

走遍全球 GLOBE-TROTTER TRAVEL GUIDEBOOK

墨西哥

Mexico

日本《走遍全球》编辑室 编著



中国旅游出版社

项目策划: 王欣艳 谷口俊博
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 林小燕
责任印制: 冯冬青

图书在版编目(CIP)数据

墨西哥/日本《走遍全球》编辑室编著;王启文,
吕艳译. --北京:中国旅游出版社,2018.5
(走遍全球)
ISBN 978-7-5032-6003-2

I. ①墨… II. ①日… ②王… ③吕… III. ①旅游指
南—墨西哥 IV. ①K973.19

中国版本图书馆CIP数据核字(2018)第068525号

北京市版权局著作权合同登记号 图字:01-2018-1446
审图号:GS(2018)1263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

Mexico 2017~2018 EDITION by Diamond-Big Co., Ltd.

Copyright © 2017~2018 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: 墨西哥

作 者: 日本《走遍全球》编辑室编著;王启文,吕艳译
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

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: 北京金吉士印刷有限责任公司
版 次: 2018年5月第1版 2018年5月第1次印刷
开 本: 889毫米×1194毫米 1/32
印 张: 13.125
印 数: 5000册
字 数: 585千
定 价: 128.00元
I S B N 978-7-5032-6003-2

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

墨西哥

CONTENTS



8 专辑 1

震撼人心的魔幻时刻 墨西哥世界遗产之旅

- 开启通往神秘古代文明的大门玛雅古代遗迹 8
- 孕育生命的地球摇篮 生物保护区 12
- 由“白银大道”连接起的中世纪街道 殖民地城市 14



16 专辑 2

融入自然，满血复活 向着加勒比海和岩坑 GO!

- 在加勒比海与大型鱼类嬉戏 18
- 治愈身心的神圣之旅 19
- 引人热议的自然公园 19



20 专辑 3

深度徜徉在 墨西哥城

- 感受墨西哥城历史 必去三大景点 20
- 造访未知景观 从首都出发去远足 22
- 正当红的罗马 & 康德萨地区 24
- 通过三大巨匠的壁画切身感受历史吧 26
- 让首都焕发光彩的路易斯·巴拉干故居和工作室 28
- 出发去观战狂热的运动赛事吧!! 30
- 追忆弗里达·卡罗一日游 33



34 专辑 4

在晚餐秀或者剧场欣赏舞蹈! 给旅行一抹艳丽的色彩 墨西哥传统舞蹈



38 专辑 5

墨西哥各地的活动丰富多彩! 根据节假日日历 体验盛大热闹的纪念活动



40 专辑 6

拉丁美洲国家特有的多姿多彩的产品! 墨西哥特色产品目录



44 专辑 7

感动人心、热力四射的幸福美食! 食物世界遗产 品味墨西哥料理吧

基本信息

基本概况	1
墨西哥地区介绍	6

墨西哥城及周边城市

MEXICO CITY & AROUND

51

墨西哥城	54
交通 / 漫步 / 主要景点 / 墨西哥国家人类学博物馆 / 商店 / 夜生活 / 餐馆 / 酒店 / 一日游 / 黄页	
特奥蒂瓦坎	92
普埃布拉	96
库埃纳瓦卡	104
塔斯科	110
托卢卡	118
享受墨西哥各地的音乐吧	120

中央高原西北部

NORTH-WEST CENTRAL HIGHLANDS

121

瓜达拉哈拉	124
阿瓜斯卡连特斯	135
萨卡特卡斯	136
瓜纳华托	142
圣米格尔·德阿连德	152
克雷塔罗	158

莫雷利亚	163
------------	-----

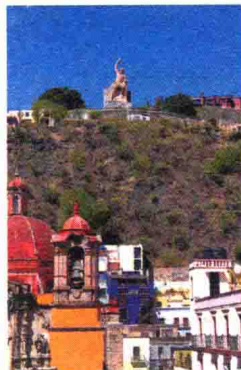
帕茨夸罗	169
------------	-----

加勒比海与尤卡坦半岛

CARIBBEAN SEA&YUCATAN PENINSULA

175

坎昆	178
交通 / 漫步 / 主要景点 / 活动项目 / 加勒比海的热带鱼索引 / 商店 / 夜生活 / 餐馆 / 酒店	
奔赴坎昆周边的生物保护圈 & 海洋公园!	206
圣卡安生物保护圈 / 夏哈 / 西卡莱特公园 / 探险公园	
图卢姆遗址	210
奇琴伊察遗址	212
女人岛	218
卡门海滩	224
科苏梅尔	229
梅里达	237
乌斯马尔遗址	244
坎佩切	248



出发前请务必阅读! 旅行纠纷与安全对策.....395

瓦哈卡州与恰帕斯州

OAXACA&CHIAPAS STATE

253

瓦哈卡.....	256
阿尔万山.....	270
米特拉.....	272
埃斯孔迪多港.....	274
圣克里斯托瓦尔·德拉斯卡萨斯.....	278
帕伦克.....	288
帕伦克古城.....	290
波拿蒙派克、亚斯奇兰.....	294

墨西哥湾沿岸

GULF COAST

295

埃尔塔欣.....	298
帕潘特拉.....	301
韦拉克鲁斯.....	304
特拉科塔尔潘.....	311
比亚埃尔莫萨.....	312

阿卡普尔科与太平洋沿岸

ACAPULCO&PACIFIC COAST

315

阿卡普尔科.....	318
巴亚尔塔港.....	325
马萨特兰.....	329
伊斯塔帕 & 芝华塔尼欧.....	331

下加利福尼亚与墨西哥北部

BAJA CALIFORNIA&NORTH MEXICO

333

洛斯卡波.....	336
交通 / 漫步 / 活动项目 / 商店 / 夜生活 / 餐馆 / 酒店	
埃尔·威茨凯诺的鲸鱼保护区.....	348
圣弗朗西斯科山地的岩绘群.....	349
拉巴斯.....	350
蒂华纳.....	357
奇瓦瓦太平洋铁路之旅.....	362
蒙特雷.....	368
夸特罗·谢内加斯.....	370

旅行关键词

出发前往墨西哥之前必须熟记的词汇集。记住这些，你会发现旅行瞬间轻松顺畅不少。

道路和住所

西班牙语中表示道路的词汇很多，有“Calzada”“Paseo”“Avenida (=Av)”“Calle”，依次表示道路大小。在有些城镇，“Avenida (=Av)”和“Calle”有时会表示同样大小的街道，只是为了容易区分地址而分开使用。

墨西哥的道路一般取名为“Avenida-”“Calle-”等。另外，道路一边为奇数数字，另一边为偶数数字，非常功能化。如果住所中只出现 S/N (Sin Número 的简称) 而没有数字，那说明周围建筑很少，容易分辨。



城镇的基本词汇

中央广场 Zócalo

表示从大城市到村庄，各个城镇中心地带的广场。正式名称各式各样，比如 Plaza Principal 等。



教堂 Catedral

墨西哥的城镇与“Zócalo”相邻必有教堂。较大城镇的教堂被称为大教堂“Catedral”。



城镇中心 Centro

城镇中心地区被称为“Centro”。即使新街区成为城镇中心，往往充满殖民地特有建筑风情的老街区依然被称为“Centro”。



市场 Mercado

充满墨西哥情调的传统市场。多处中心地区，可见当地人熙熙攘攘，非常热闹。





旅行的准备与技巧 TRAVEL TIPS

371

● 旅行的准备	
旅行季节.....	372
旅行预算与现金.....	373
出发前的手续.....	374
旅行携带物品.....	376
● 旅行的技巧	
出入境手续.....	378
旅行经典线路.....	380
当地的国内交通.....	384
酒店基础知识.....	388
购物基础知识.....	390
餐馆基础知识.....	391
小费与礼仪.....	393
电话与邮政.....	394
旅行纠纷与安全对策.....	395
旅行会话.....	399
旅行黄页.....	403
墨西哥历史.....	404

推荐专栏

首都的标志性建筑——独立纪念碑.....	54
穿梭在繁华街区的观光巴士.....	60
太阳石“阿兹特克历法石”.....	73
找寻优质的民间艺术品请来圣安吉尔地区.....	82
波兰科地区的“奢华大街”.....	87
金字塔灯光秀.....	95
波波卡特佩特火山山坡上的修道院.....	109
参观路易斯·巴拉干的建筑.....	125
参加特基拉旅行团吧！.....	134
有乐队演奏陪伴的夜间漫步.....	145
墨西哥壁画运动和迭戈·里维拉.....	146
阿连德美术学院入学体验.....	154
克雷塔罗教堂巡礼.....	161
黑脉金斑蝶生态保护区.....	167
在坎昆期间的安全对策.....	192
金字塔实为巨型日历.....	213
洞状陷穴解密.....	214
遗址参观结束后可在回程途中前往能够游泳的 洞状陷穴.....	215
女人岛的夜生活.....	222
海滨玛雅的度假酒店.....	227
了解自古至今的巧克力文化.....	246
梦幻的坎佩切特别节目.....	250
探访卡拉克穆尔遗址.....	252
可充分享受乡土舞蹈表演的格拉哥查节.....	256
希艾拉·诺尔特生态之旅.....	261
贝尼托·胡亚雷斯及其所处时代.....	262
去露天集市上转一转吧.....	269
作为米斯特克族核心地而繁荣的亚古尔遗址.....	273
蒙特贝洛国家公园.....	282
原住民村的生活与习惯.....	285
在碑文神庙发现的帕卡尔国王坟墓.....	293
生命之树仪式.....	300
在韦拉克鲁斯欣赏音乐和舞蹈.....	306
不惜生命的悬崖跳水表演.....	320
蒂华纳与拉巴斯之间的线路.....	359
生活在科布雷峡谷的塔拉乌马拉族.....	363
奇瓦瓦太平洋铁路的历史.....	365
饱享龙舌兰酒！.....	393

国旗



由绿、白、红三种颜色构成。绿色代表“独立和希望”，白色代表“和平与宗教信仰”，红色代表“国家统一”。中央描绘的是雄鹰叼着蛇停留在仙人掌上的图案，象征着墨西哥人的祖先阿兹特克建国的历史。

旅行会话→p.399



街头常见的圣母玛利亚像

正式国名

墨西哥合众国
Los Estados Unidos Mexicanos

国歌

《墨西哥人响应战争召唤》
Mexicanos, al grito de guerra

面积

约 1964375 平方公里

人口

约 1.28 亿 (2016 年)

首都

墨西哥城 Mexico City (西班牙语为 Ciudad

de México)。包含周边区域，约 2000 万居民。

国家元首

恩里克·培尼亚·涅托总统
Enrique Peña Nieto
(2012 年 12 月就任，任期 6 年)

政体

立宪民主制的联邦共和国。由 31 个州和 1 个联邦行政区 (墨西哥城) 构成。议会为参众两院制，参议院 128 名议员，任期 6 年。众议院 500 名议员，任期 3 年。主要政党有革命制度党 (PRI)、国民行动党 (PAN)、民主革命党 (PRD) 等。

民族构成

印欧混血人种 (印第安人与西班牙系白人的混血) 约 60%，印第安人约 30%，西班牙系白人约 9%。大部分白人属于上流阶层，而印第安土著人却依然过着贫穷的生活。

宗教

约 90% 民众信奉天主教

语言

官方语言为西班牙语，居住在墨西哥的印第安土著人拥有各自独特的语言。在坎昆以及洛斯卡沃斯等地，英语也很普及。

货币和外汇兑换率

货币单位是比索 Peso。货币符号是“\$”，为了与本书中美元符号区别，用“M\$”表示。M\$1 约等于 0.3378 元人民币，US\$1 约等于 M\$19 (2018 年 4 月 27 日数据)。比索的辅币为分 Centavo，M\$1=100 Centavo。墨西哥的通货膨胀率为每年 2%~5%。

比索纸钞有 20、50、100、200、500、1000 六种面值。流通中的比索硬币有 1、2、5、10、20 五种面值，分有 10、20、50 三种面值。

货币兑换→p.373

高级酒店以及旅行费用虽然用美元标注，但是仍然有可能出现美元现金无法支付的情况。另外，外币兑换点和银行规定美元的兑换上限



为一次 US\$300 (一个月合计 US\$1500), 请注意。

打电话的方式

在墨西哥国内拨打市内手机时, 不用先拨“01”, 而是先拨“044”(打给市外拨 045)。墨西哥的手机号码带有购入地的区号。

出入境

【签证】

墨西哥各机场对赴墨西哥外国公民入境盘查严格。墨西哥移民法规定, 外国旅客入境墨西哥, 应出示护照、签证及移民局要求的其他材料, 如实回答移民官员提问, 否则即使拥有墨西哥签证, 仍有可能被拒绝入境。凡持有加拿大、美国、日本、英国、智利、哥伦比亚、秘鲁或申根国家两次以上有效签证、护照或其

他永久居留身份证件的人员, 原则上可免签进入墨西哥。

【护照】

护照有效期 6 个月以上, 至少有 2 页空白页, 本人需在签名处亲笔签名。如有旧护照需要一起提供。

出发前的手续→p.374

※ 请注意, 坐飞机经由美国入境、途经、转机时需要取得 ESTA。

通过美国的航空公司转机前往墨西哥非常普遍。包含转机等待时间, 一般需要 19~23 小时。

从中国出发的航班时间

从上海可直飞墨西哥城, 用时约 14.5 小时。也可由北京首都国际机场转机美国或加拿大的航空公司前往。

气候

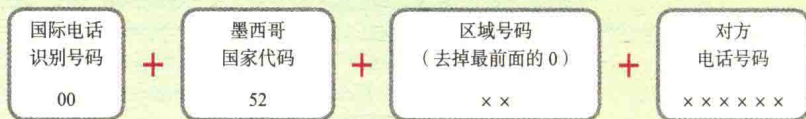
墨西哥位于北半球, 炎热时期和寒冷时期与中国同步。5~10 月为雨季, 11 月~次年 4 月为旱季。一般雨季白天晴朗而傍晚经常打雷下雨, 当然有时候因为低气压的停滞会连续下雨。有些年份会发生飓风, 令加勒比海岸和墨西哥湾沿岸受灾。

墨西哥城高原地区以及洛斯卡沃斯等被沙漠包围的地区昼夜温差很大, 请一定要注意。

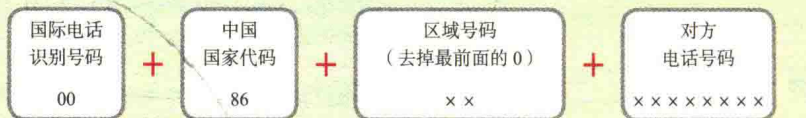
幅员辽阔的墨西哥气候多样, 关于各地区的年气温和降水量, 请参考相对应的介绍。

旅行携带物品→p.376

从中国拨往墨西哥

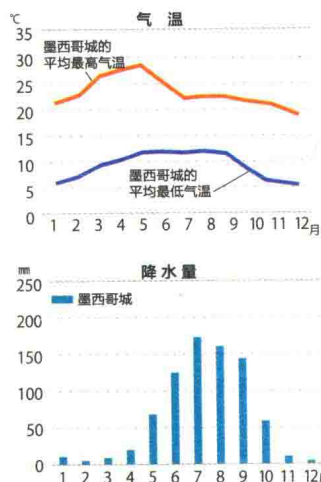


从墨西哥拨往中国



※ 从中国拨打墨西哥的手机号码时, 在墨西哥国家区号 52 之后拨“1”。国际通话不需要拨 044 或者 045。手机号码开头没有 044 或者 045 而只有 10 位数字时, 只需在国家区号 52 后面直接拨打手机号就可以国际通话。

墨西哥城的气温和降水量



时差和夏令时

墨西哥有4个时间带。墨西哥城等占据主要部分的地区采用中部标准时间 (CST)，比中国晚 14 小时。

坎昆所在的金塔纳罗奥州采用东部标准时间 (EST)，比中国晚 13 小时。

南下加利福尼亚州、纳亚里特州、索诺拉州、锡那罗亚州等北部地区采用山地标准时间 (MST)，比中国晚 15 小时。

蒂华纳等下加利福尼亚州采用的太平洋标准时间 (PST)，比中国晚 16 小时。

另外，4 月第一个周日~10 月的最后一个周日墨西哥全境实施夏令时 (除了坎昆所在的金塔纳罗奥州和索诺拉州)。这段时期采用 CST 时间的墨西哥城比中国晚 13 小时。

时差地图→文前图①



参观遗迹时，务必做好防晒措施

※2015 年 2 月起，金塔纳罗奥州 (坎昆、科苏梅尔岛、切图马尔等) 变更为东部标准时间。

节假日 (主要的节假日)

以下是 2018 年的节假日。与基督教相关的节假日很多，请注意根据年份不同而发生变化的节假日，对于这部分节假日会在日期后面记载年度。

1 月	1 日	新年
2 月	5 日	墨西哥宪法纪念日
3 月	19、21 日	贝尼托·胡亚雷斯诞辰
	31 日	圣周 (复活节)
4 月	1 日	劳动节
5 月	5 日	五月五节日 (1862 年击溃法国的纪念日)
	13 日	母亲节
9 月	16 日	独立日
10 月	12 日	美洲大陆发现日
11 月	2 日	亡灵节
	19-20 日	革命纪念日
12 月	12 日	瓜达卢佩圣母节
	25 日	圣诞节

节假日日历→p.38

圣周前后两周是墨西哥的长假。期间酒店爆满，交通也会非常拥堵，请提早预约。

营业时间

以下可作为一般营业时间用于参考。商店和餐厅等，根据店铺和地区有所变化。

【银行】

一般周一~周五 9:00~16:00 营业，当然也有营业到 19:00 左右的银行。周六部分营业。周日、节假日休息。

【政府部门及事务所】

周一~周五 9:00~14:00、16:00~19:00。



24 小时营业的便利店也很多

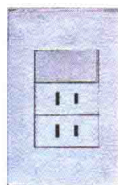
【商店】

多为每天 10:00~19:00 左右营业。当地的商店一般周六、周日休息。旅游地的特色商品店等可能会继续营业。

【餐厅】

一般每天 10:00~22:00 左右营业。关门前 15 分钟~1 小时停止点餐。坎昆和洛斯卡沃斯等地有深夜营业和 24 小时营业的店铺。

电压和插头



插头和中国不同

电压为 110V、120V、127V，频率为 60Hz。插座和中国的不同，出行前需准备好转换器。

视频制式

中国采用的是 PAL 制式，墨西哥采用的是 NTSC 制式。在 DVD 区域码中，中国大陆的区域码为“6”，中国香港、中国澳门的区域码为“3”，而墨西哥的区域码为“4”，因此是不相容的。

小费

墨西哥有给小费的习惯。特别是对餐厅和设施等地的工作人员，请视为基本的礼节而不要忘记支付小费。如果金额太小，会令对方不快，请务必注意。

【出租车】

基本是不需要的，可以适当多给一点打车费，凑个整数就行。

【餐厅】

一般是费用的 10%~15%。常规做法是把找

回来的零钱留在桌子上。

【酒店】

请门童搬运行李，或者需要客房服务的情况下，一般是 M\$10~20。

【旅行及活动】

一般给旅行导游或者潜水导游等 M\$20~50 不等。

饮用水

酒店和餐馆等提供的水基本上是可饮用水。但是，在当地大排档就餐时，为了自身安全，请时刻注意饮用矿泉水。可在超市或者杂货店购买矿泉水。请注意，即使提供开水的餐厅，冰块也往往是没有进行过杀菌处理的。



塑料瓶装的矿泉水

邮寄

从墨西哥发往中国的邮寄费用，明信片为 M\$15，书信（20g 以内）也是同样的费用。如果想寄往中国，只要在邮局窗口说一声“China”。也可以在高级酒店的前台办理代寄。明信片、书信和小包裹花费 7~14 天，EMS 和 DHL 花费 4~5 天可寄到中国。



虽然有邮局，但还是在窗口办理比较稳妥

税金

相当于中国消费税金的附加税金（IVA），通常作为价内税金征收 16%。另外，有时候会另外征收 3%~5% 的住宿费（ISH）。在“TAX BACK”加盟店内，如果在





请注意，禁止在室外饮酒

一个店铺购买商品的金额超过 M\$1200，可以申请退税。在店里拿到 TAX BACK 的发票，就可以在墨西哥城、坎昆、洛斯卡沃斯等地的国际机场“TAX BACK”柜台办理相应的手续。详情请见网页（URL www.moneyback.mx）。

安全与隐患

【盗窃、抢劫】

经常有报道，在市区或者城市间移动时，会遇到盗窃等事件。特别是墨西哥城，出现过乘坐路边打的出租车时遭到抢劫的案例，请千万注意。

【高原对策】

墨西哥城等地处 2000 米以上的高原，氧气稀薄。此外，汽车尾气的排放导致大气污染严重，令人很容易感到疲劳。观光的时候切记量力而为，不要安排过于紧凑的行程。

【注意车辆】

墨西哥是车辆优先的国家。与中国不同，不会礼让步行者，所以千万要注意安全。车辆一般不会严守交通规则，过马路时一定要注意周围的车况。

【边境地带】

墨西哥与美国相邻的边境地带比较危险。因为监视企图非法越境劳工的武装人员很多。绝对不要靠近边境线的栅栏周围。另外，边境城镇上有很多本打算去美国打工，却没有取得签证又花光了所有钱的人。因为治安不好，请尽早启程去往内陆城镇。

警察局 060

旅行纠纷与安全对策→ p.395

年龄限制

墨西哥禁止未满 18 岁的未成年人饮酒抽烟。

关于租车，根据租车公司和车辆种类的不同，有时候禁止出租给未满 25 岁人员。

度量衡

与中国的度量衡一致，距离用米，重量用克、千克，液体用升作单位。

其他

【午休】

墨西哥有午睡的习惯。根据季节时间略有差异，基本是 14:00~16:00。近年来，在墨西哥城市地区，午睡的习惯正在慢慢消失。

【参观教堂】

请注意这是关于信仰的神圣场所。请脱帽，保持安静，不要随便拍照。

饮酒

在墨西哥，上班族午餐时喝酒虽然不少见，但是在公众面前喝醉酒却是不可饶恕的。仅仅是明目张胆地携带酒瓶或者罐装酒走在路上就有可能被逮捕。严禁在室外和小卖店饮酒。

卫生间

如果在城镇，可以使用餐厅或者购物中心的卫生间。如果便器边放置有垃圾篓，请不要将用过的厕纸扔进便器，而是放入垃圾篓。因为水压较低，下水管道容易发生堵塞。



富有墨西哥特色的卫生间标志



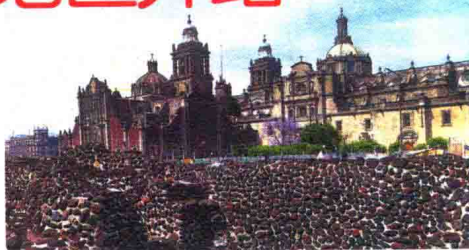
用完后的厕纸请扔入垃圾篓



拥有雄伟自然和多彩文化的 墨西哥地区介绍

墨西哥城及周边城市 ▶ P.51

据说人口多达 2000 万的首都圈和周边城市，放眼望去尽是现代城市建筑，但是作为西班牙殖民地时代的殖民地城市街景、特奥蒂瓦坎古城等古代遗迹都是不可多得的看点。



建于阿兹特克古都之上的墨西哥城



如梦如幻的殖民地特色城区
魅力无穷

中央高原西北部 ▶ P.121

这里还残留着西班牙人入侵后，因挖掘银等矿产和流通而繁盛起来的殖民地城市。被收录《世界文化遗产名录》的古都数量繁多，从首都出发乘坐巴士即可到达的观光点星罗棋布，吸引了不少游客。



可以在这里近距离接触传统舞蹈，强烈推荐



加勒比海与尤卡坦半岛 ▶ P.175

在中国人中最有人气的度假胜地之一——坎昆。在面朝加勒比海的这片区域，可以畅享阳光和各种户外活动。密林中留存下的玛雅古代遗迹也是不可多得的看点。



美丽的沙滩
一望无际



瓦哈卡州与恰帕斯州 ▶ P.253

位于墨西哥南部，与危地马拉相邻，是印第安土著人口最多的地区之一。地形多起伏，崇山连绵，多少有些交通不便。推荐给想了解传统文化的人。



墨西哥湾沿岸 ▶ P.295

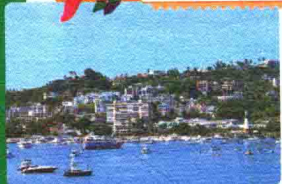
西班牙人首次登陆的地方，之后因国际贸易而繁荣。作为音乐、舞蹈发达之地而为人熟知。保留着奥尔梅克文化、托尔特克文化的古代遗迹。在相关狂热爱好旅行者之中富有人气。



古代奥尔梅克石像是
珍贵的历史遗物

阿卡普尔科与太平洋沿岸 ▶ P.315

太平洋沿岸作为在城市生活的墨西哥本国人的旅行目的地，非常有人气。与外国人熙熙攘攘的海滨度假胜地氛围略有不同，可以和墨西哥本国游客一起享受各种户外活动。



作为国际度假胜地而蜚声海外的
阿卡普尔科

下加利福尼亚与墨西哥北部 ▶ P.333

可能因为邻近美国边境，随处可见北美游客的海滨度假胜地。作为潜水地而受到中国游客的关注，可以尽情享受世界自然遗产清透的碧海蓝天。



与各色海洋生物邂逅

墨西哥国土面积为 1964375 平方公里，通常是按照陆地面积计算的，包括墨西哥领土面积、辖区内岛屿面积、墨西哥内陆中的湖泊面积，不包含领海面积。西侧是浩瀚的太平洋，东侧面朝与大西洋相连的墨西哥湾和加勒比海。在海拔 2000 米左右的大地上，散落着以首都墨西哥城为代表的城市，气候温暖宜人。与此相对，海岸沿线和东南部尤卡坦半岛等地势低洼地区全年烈日炎炎。如此富于地形和气候变化的墨西哥各地拥有多姿多彩的文化，遗迹古都、海滨度假胜地等观光 viewpoints 丰富。

墨西哥 世界遗产名录

截至2016年8月，墨西哥国内的世界遗产共有34处，为美洲地区最多。快去造访墨西哥全国各地的世界遗产吧！

墨西哥城及周边城市

- 1 墨西哥城与霍奇米尔科历史中心 →p.54 p.80
- 2 路易斯·巴拉干故居和工作室 →p.28
- 3 墨西哥国家自治大学大学城的核心校区 →p.79
- 4 特奥蒂瓦坎古城遗址 →p.92
- 5 普埃布拉历史中心 →p.96
- 6 霍齐尔科考古遗址 →p.109
- 7 波波卡特佩特火山坡上最早的16世纪修道院 →p.109
- 8 腾布里克神父水道桥，16世纪水利设施（2015年收录）

中央高原西北部

- 9 瓜达拉哈拉、卡瓦尼亚斯救济所 →p.129
- 10 龙舌兰景观和特基拉的古代工业设施 →p.134
- 11 莫雷利亚城历史中心 →p.163
- 12 黑脉金斑蝶生态保护区 →p.167
- 13 萨卡特卡斯历史中心 →p.14 p.136
- 14 瓜纳华托历史名城及周围矿藏 →p.14 p.142
- 15 圣米格尔保护的城镇和阿托尼科的拿撒勒人耶稣圣殿 →p.15 p.152
- 16 克雷塔罗历史遗迹区 →p.15 p.158
- 17 克雷塔罗的谢拉戈达圣方济会修道院
- 18 皇室内陆干钱（白银大道） →p.15

加勒比海与尤卡坦半岛

- 19 圣卡安生物保护区 →p.13 p.206
- 20 奇琴伊察遗址 →p.10 p.212
- 21 乌斯马尔遗址 →p.11 p.244
- 22 坎佩切历史要塞城 →p.248
- 23 坎佩切卡拉克穆尔遗址 →p.252

瓦哈卡州与恰帕斯州

- 24 瓦哈卡历史中心与阿尔万山考古遗址 →p.256 p.270
- 25 瓦哈卡州中央谷地的亚古尔与米特拉史前洞穴 →p.272
- 26 帕伦克遗址和国家公园 →p.9 p.290

墨西哥湾沿岸

- 27 埃尔塔欣遗址 →p.298
- 28 特拉科塔尔潘历史遗迹区 →p.311

下加利福尼亚及墨西哥北部

- 29 埃尔·威茨凯诺的鲸鱼保护区 →p.348
- 30 圣弗朗西斯科山地的岩绘群 →p.349
- 31 加利福尼亚湾群岛及保护区 →p.12 p.336 p.350
- 32 大卡萨的帕基梅考古区 →p.364
- 33 厄尔比那喀提和德阿尔塔沙漠生物圈保护区 →p.13 p.361
- 34 雷维亚希赫多群岛（2016年收录）

墨西哥主要区域及世界遗产



震撼人心的魔幻时刻

墨西哥世界遗产

World Heritage in México

古代遗迹

大自然

殖民地城市



开启通往神秘古代文明的大门

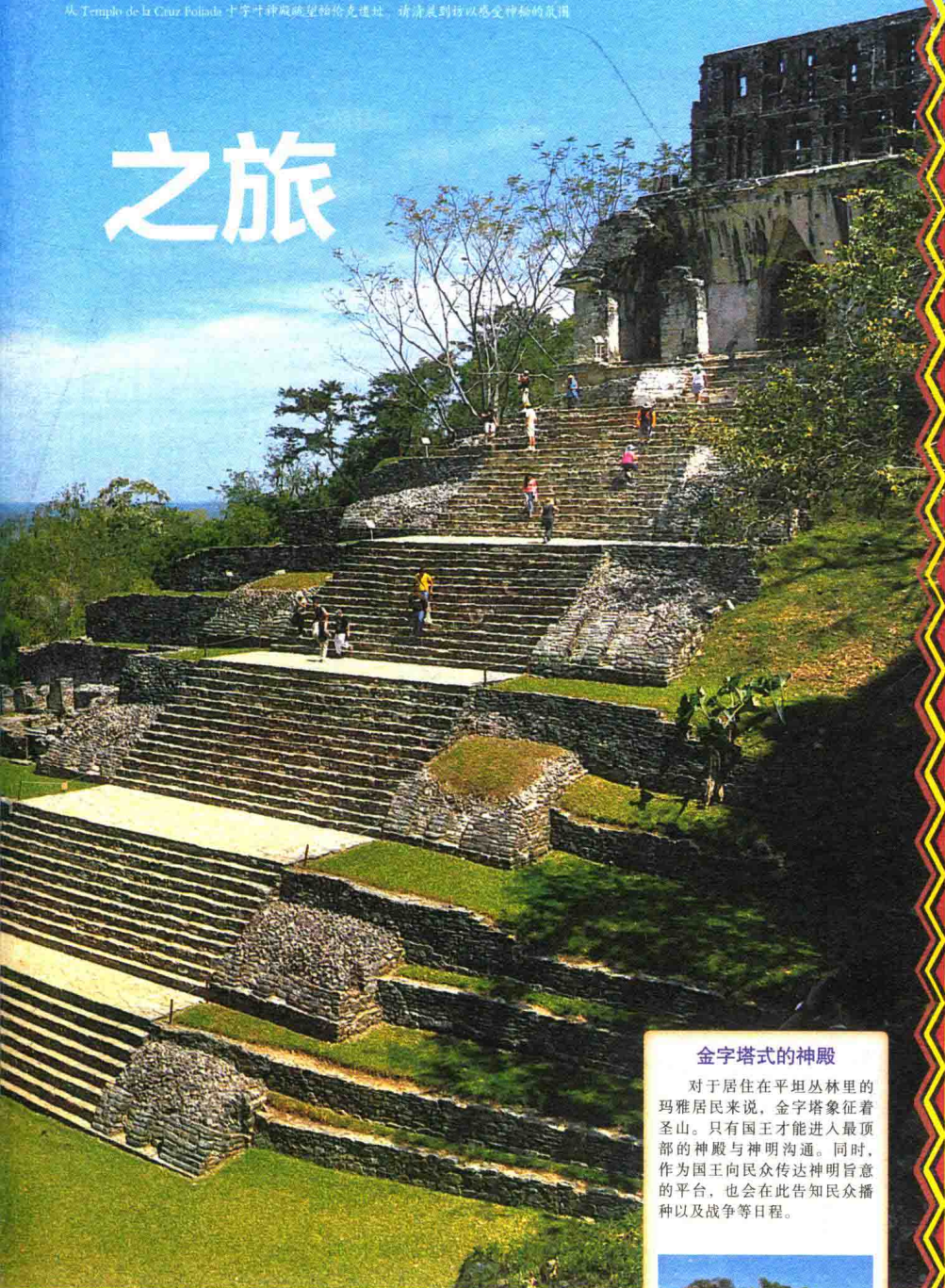
玛雅古代遗迹

Ruinas Arqueológicas Maya

墨西哥自古以来孕育过多种文明。尤其是起源于公元前5世纪左右，拥有2000年历史的玛雅遗迹，将成为你旅行的高潮。

亲身体会古代文明中壮丽的金字塔和精致的装饰吧。

之旅



金字塔式的神殿

对于居住在平坦丛林里的玛雅居民来说，金字塔象征着圣山。只有国王才能进入最顶部的神殿与神明沟通。同时，作为国王向民众传达神明旨意的平台，也会在此告知民众播种以及战争等日程。



1952年金字塔式碑铭神庙内发现墓穴

帕伦克古城 Palenque Ruinas

► P.290

帕伦克遗址浮现在丛林中的壮丽身姿诠释了“神秘文明”的真谛。附带天文台的“神殿”以及发现巴加尔国王地下石棺的“碑铭神庙”，等等，6~8 世纪间建造的珍贵建筑物，在此以完美的姿态得以保存。



令人叹为观止的 天体观测技术

对以农耕为主的玛雅人来说，历法是最重要的事情。洞悉天体运动，并以此预测降雨时期进行播种。尤其是准确观测天体运动，将太阳从正东方升起的春分日作为一年的基准。像卡斯蒂略金字塔这样拥有特殊设计的金字塔也不少。



奇琴伊察椭圆形天文台。在没有天文望远镜的时代，仅凭肉眼观测就能将历法做得与现代几乎毫无误差。

上 / 是将供品心脏祭奠给横卧的奎克莫天使的武士神庙

左 / 光影音乐秀中如梦如幻的卡斯蒂略金字塔



奇琴伊察 Chichén Itzá

► P212

奇琴伊察是因卡斯蒂略金字塔而闻名的著名玛雅文化遗址。金字塔本身就是历法，在春分和秋分之日，北面阶梯的侧面浮现出蜿蜒的光影，与蛇神的头部合为一体。在此可以充分地感受古代玛雅人的智慧。



玛雅文明概略

起源于5世纪左右，约2000年历史，曾繁荣一时的古代文明。没有形成统一的国家，而是众多城邦小国并存。据推测，范围覆盖现在的墨西哥及中美洲4国，共约70个小国。8世纪，玛雅文明迎来最强大的时期，尽管各个城邦小国依然重复着兴衰变换。16世纪西班牙的入侵，给古代玛雅文明画上了句号。共有4万种的玛雅文字、精密的历法和天文学、发明数字零的算术，等等，创造了高度发达的独特文明。



奇琴伊察的骷髅装饰。10世纪以后，可以窥见托尔特克等中央高原文化的影响。