



【日】丸山佑介 世界旅行者信息研究会 编著

王 玲 译

旅行智慧书

带你游世界 海外达人

你与世界的距离
或许，只差一场旅行



从旅行准备、出发
到平安回国
满载资深旅行达人
亲身体验



中国轻工业出版社 全国百佳图书出版单位

【日】丸山佑介 世界旅行者信息研究会 编著

王 玲 译



旅行智慧书

海外达人 带你游世界

 中国轻工业出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

旅行智慧书·海外达人带你游世界 / (日) 丸山佑介, 世界旅行者信息研究会编著; 王玲译. —北京: 中国轻工业出版社, 2018.3

ISBN 978-7-5184-1649-3

I. ①旅… II. ①丸… ②世… ③王… III. ①旅游指南—世界②旅游服务—基本知识 IV. ①K919②F590.63

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2017) 第 247186 号

TABI NO KENJIN TACHI GA TSUKUTTA KAIGAI RYOKOU SAIKYOU NAVI

© Gonzaresu Maruyama & Sekai Traveler Joho Kenkyukai 2013

Original Japanese edition published in 2013 by Tatsumi Publishing Co., Ltd.

Simplified Chinese Character rights arranged with Tatsumi Publishing Co., Ltd.

Through Beijing GW Culture Communications Co., Ltd.

责任编辑: 翦鑫 李苑苑

策划编辑: 刘忠波

责任终审: 滕炎福

封面设计: 锋尚设计

版式设计: 锋尚设计

责任监印: 张京华

出版发行: 中国轻工业出版社 (北京东长安街6号, 邮编: 100740)

印刷: 北京君升印刷有限公司

经销: 各地新华书店

版次: 2018年3月第1版第1次印刷

开本: 889 × 1194 1/32 印张: 7.75

字数: 300千字

书号: ISBN 978-7-5184-1649-3 定价: 45.00元

邮购电话: 010-65241695

发行电话: 010-85119835 传真: 85113293

网址: <http://www.chlip.com.cn>

Email: club@chlip.com.cn

如发现图书残缺请与我社邮购联系调换

160362S6X101ZYW



目录

第1章 为了出去旅行(事前准备篇)

001 旅行的种类

背包客、女性旅行、结伴旅行……

你选哪一种 012

TRAVELER'S MEMORY 001

女性旅行的现状 014

002 线路

亚洲、欧洲、非洲……

你选择哪个地区 016

TRAVELER'S DIARY 001

克服阻挡女性旅行的障碍 018

TRAVELER'S NOTE 001

旅行线路的选择 021

003 制定计划、收集信息

出发之前,了解各种“须知” .. 022

TRAVELER'S NOTE 002

带哪种旅游书才好 023

004 旅行必备物品

旅行必带,一个都不能少 024

TRAVELER'S MEMORY 002

推荐一款实用的洗涤水桶 026

005 护照和签证

旅行者在海外的身份证明和

通行证 028

TRAVELER'S DIARY 002

中亚签证的故事 030

TRAVELER'S MEMORY 003

背包客需要提前了解的海外

旅行保险 032

006 不可或缺的通信设备

保证在海外也能使用数字设备 .. 033

TRAVELER'S NOTE 003

如何选择旅行用相机 034

007 旅行资金

旅行者每天花多少钱 035

008 行李准备

根据气候决定旅行时的穿着 037

TRAVELER'S NOTE 004

旅行者的货币兑换 039

TRAVELER'S MEMORY 004

男人和女人在准备行李上是

如此不同 040

009 旅行与语言	
在国外才能感受到的“语言 壁垒”	042
TRAVELER'S NOTE 005	
旅行和留学, 选择哪一个	045
TRAVELER'S MEMORY 005	
学会用英语流利的对话之前	046

TRAVELER'S MEMORY 006	
不会英语, 也能去旅行吗	048
TRAVELER'S MEMORY 007	
我在菲律宾留学学英语	050
TRAVELER'S DIARY 003	
女性独自旅行是失? 是得	052

第2章 出发去旅行(飞机、机场篇)

001 出发前的准备	
从订票到机场	058
TRAVELER'S MEMORY 008	
廉价航空帮你的旅行省钱	060
002 购买机票的基本知识	
打折机票、LCC、自由行.....	
选哪一种呢	062
TRAVELER'S MEMORY 009	
如何成为航空里程达人	065
TRAVELER'S NOTE 006	
LCC 达人选择法	067

003 在机场要办的手续	
起飞前的各种事	068
TRAVELER'S MEMORY 010	
我在世界各地机场经历的 行李检查	069

004 国际机场怎么走	
抵达后的各种手续	072

005 中转航班	
关于转机的基本知识	073

006 国际机场	
旅行者推荐的国际机场及其 攻略	074

007 错过航班	
应该提前了解与飞机有关的 麻烦事	075
TRAVELER'S MEMORY 011	
机场麻烦实录: “我错过 飞机啦”	076
TRAVELER'S MEMORY 012	
一地游, 如何有效地利用时间..	080
TRAVELER'S DIARY 004	
LCC 之旅, 我们这个时代才能 活用的机票	084

第3章 旅行和停留的日子(日常生活与出发旅行篇)

001 生活节奏

到达目的地第一天怎么过,才能避免晕头转向	088
----------------------------	-----

002 选择酒店

住便宜旅店还是高级酒店	090
-------------------	-----

003 防范措施

住旅馆的人应采取的安全措施 ..	092
TRAVELER'S NOTE 007	
融入新旅馆的方法	094
TRAVELER'S NOTE 008	
旅行中的穿着打扮	095

004 制定计划

没有旅行计划的人每天只遵循一日计划	096
TRAVELER'S NOTE 009	
旅行中的重要法宝: 自己做饭 ..	097

005 美食家

旅行中要吃好	098
TRAVELER'S MEMORY 013	
给背包客的世界美食	100

006 购物

在海外购物的技巧	102
TRAVELER'S MEMORY 014	
在娱乐场所需要注意的事情	104
TRAVELER'S MEMORY 015	
女性夜游曼谷	106

TRAVELER'S NOTE 010

旅行和音乐	108
-------------	-----

007 沟通

靠社交网络发展的现代爱情故事	109
TRAVELER'S DIARY 005	
被定型的女性旅行中的恋爱	111
TRAVELER'S NOTE 011	
使用当地的手机(卡)	115
TRAVELER'S NOTE 012	
邂逅和失去——旅途中的恋爱 ..	117

008 交通方式

旅行中的交通问题	118
TRAVELER'S NOTE 013	
穿越国境线	119
TRAVELER'S DIARY 006	
贿赂	120

009 现金兑换

海外旅行中的现金兑换问题	124
--------------------	-----

010 线路调整

应该在什么时候调整旅行路线 ..	126
TRAVELER'S NOTE 014	
世界上最具人气的扑克游戏——德州扑克	127
TRAVELER'S MEMORY 016	
周游世界博客的功与罪	128
TRAVELER'S DIARY 007	
在海外观看体育比赛	134

第4章 世界在等待旅行者(各地的旅行热点篇)

- 001** 海外目的地信息
分布在世界的旅行者聚集的、
经过的、好不容易到达的城市.. 140
TRAVELER'S MEMORY 017
给走陆路周游世界的人的建议...142
- 002** 海外目的地信息——曼谷
全世界背包客聚集的地方——
考山路..... 144
- 003** 海外目的地信息——亚洲
从中国到印度、中东..... 148
TRAVELER'S NOTE 015
我所看到的东南亚和南亚150
TRAVELER'S NOTE 016
印度尼西亚的赌场.....151
TRAVELER'S DIARY 008
实录:我参加了朝鲜旅游团152
TRAVELER'S NOTE 017
发现世界的秘密——当地旅游团..157
- 004** 海外目的地信息——欧洲
拥挤的人气旅游地区..... 158
- 005** 海外目的地信息——中北美洲
中北美洲的经典旅行目的地..... 160
- 006** 海外目的地信息——南美洲
魅力和危险并存的地方 162
TRAVELER'S DIARY 009
巴西的狂欢节 166
TRAVELER'S MEMORY 018
我看到的南美.....167
- 007** 海外目的地信息——大洋洲
自然景观和极具魅力的大都市风情
共存的南方大陆 169
- 008** 海外目的地信息——非洲
给高级别旅行者推荐的新旅行领域,
现在还有未知旅行领域吗 171
TRAVELER'S MEMORY 019
穿越最险的国境线.....173
TRAVELER'S NOTE 018
大家为什么喜欢扎堆去同一个
地方.....177
TRAVELER'S MEMORY 020
旅行中产生的怪嗜好——为国境
着迷.....179
TRAVELER'S DIARY 010
考山路 20 年史 183

第5章 意外事件决定旅行的成败(危险应对篇)

- 001 旅行的危险**
海外旅行也存在一定风险 190
TRAVELER'S MEMORY 021
避免发生麻烦事的策略 192
- 002 旅行健康**
应该注意的疾病, 应该采取的
预防措施 196
TRAVELER'S NOTE 019
海外旅行带什么药比较好 197
TRAVELER'S MEMORY 022
旅行中饮水不当造成的腹痛 198
TRAVELER'S MEMORY 023
旅行中的疾病与预防 200
- 003 防蚊虫**
不能轻视的防蚊虫措施 203
TRAVELER'S NOTE 020
讨厌的臭虫 204
- 004 就医的麻烦**
旅行中受伤或者发生事故时, 首先
应该做什么 205
- 005 预防犯罪**
在海外遭遇犯罪事件时怎么办 .. 207
- 006 被欺诈**
是被骗的人笨吗? 海外旅行防骗
常识 208
TRAVELER'S MEMORY 024
在旅行中碰到骗子 209
TRAVELER'S NOTE 021
曼谷常见麻烦事集锦 211
TRAVELER'S DIARY 011
旅行中的时尚装扮 212

第6章 顺利回国是旅行重要的一环

- 001 回国前的整理**
再次出发与出发时间 218
- 002 回国与回家**
回归日常生活 220
- 003 旅行之后能做的事**
灵活运用海外旅行经验 222
TRAVELER'S MEMORY 025
求职? 旅行? 我选择的路 223

TRAVELER'S MEMORY 026

长期旅行后回国工作..... 227

004 旅行结束

多样化、可持续的旅行方式..... 230

TRAVELER'S MEMORY 027

回国，开启回归社会之旅..... 232

TRAVELER'S NOTE 022

旅行结束了，让我们结缘的旅行
在继续..... 235

TRAVELER'S DIARY 012

旅行结束后的思考..... 236

EPILOGUE

再次出发还是“毕业”..... 旅行者
的分水岭..... 243

执笔者一览..... 245

【日】丸山佑介 世界旅行者信息研究会 编著

王 玲 译



旅行智慧书

海外达人 带你游世界

 中国轻工业出版社



旅行 A 到 Z

从萌生旅行的念头到旅行结束

讲海外旅行的书，大多像旅游攻略那样，围绕一个地区讲讲景点、游玩路线，但是本书不一样，它是个例外。

大家是怎么看待“海外旅行的方法”呢？在这本书里，你不会看到什么“必须遵循的规则”，罗列规则，这不是我们做本书的目的。

大家又不是被强迫着去海外旅行的，相反，都是在萌生了“想旅行”或“去什么地方看看”“去远方”的念头后，才着手准备海外之旅的。

例如到世界遗产所在地旅游的

人，往往是对世界遗产感兴趣的人，他们十有八九先是上网、买书看，觉得光是这么看不尽兴，遂将这些地方列为旅行目的地。也就是说，大家一开始只单纯地有一个想旅行的愿望。

想出去旅行的话，不论是学生还是已经工作的人，都必须调整自己的资金和假期——很多人因为这两个问题而放弃旅行。如果这两个问题解决了，去旅行的人一定会更多吧。

旅行不只有背着背包，花几个



月或者几年时间周游世界这一种形式，还有在一个国家待好几个星期的长假游、只在周末出去的一地游、跟团游、自由行等。不仅可独自旅行，还可以跟朋友、恋人，大家一起去旅行。不仅可以背背包，也可以带大衣箱或旅行箱。

总之，并非只有背包客才是真正的旅行者，无论以哪种方式旅行，享受快乐才是最重要的，旅行的方式没有高下之分。

旅行中会遇到什么人，会经过什么地方，会选择什么交通工具，会品味什么美食，会买什么特产……都会给你在家时难以得到的体验。

当然，旅行时也会碰上不开心的事，比如丢失东西、坐车被宰、遭到语言和行为上的歧视等。回家后，有人“还想去旅行”，也有人感叹“当初没去旅行就好了”或者“再也不出去旅行了”，各不相同。

一百个旅行者就有一百种旅行体验，没有完全一样的。这才是旅行的体验。

这本书不是告诉你什么一定要做的事，而是会奉上一些最基本的、必需的原则，至于到底该怎么旅行，旅行者可以自行发挥。

本书从“萌生旅行的念头”开始讲起，包括应准备哪些物品、机场的情况如何、在旅行地可怎么度过、遇到麻烦该怎样应对、世界各国的旅行地介绍、回家后消化旅行经验的方法等。

本书的特色在于收集了有经验的背包客、热衷周游世界的博主、旅行作家、买手等旅行达人的文章。这些旅行达人们的经验之谈，一定能给大家有益的启示。

出门旅行，了解一些基本方法固然重要，但是完全按照方法来，未必能充分享受到旅行的乐趣。相



比之下，不如在掌握最基本的知识之后，再借鉴别人的经验，灵活地制定自己的旅行方案。

无论多么厚的旅游书、攻略书，都不可能完全适合旅行者的具体情况。况且，即使有这么一本书，完全按照书中的方法旅行也没有什么意思。我们只能根据自己的实际情况做判断、采取行动，在旅行后收获满满的成就感——美好的回忆、意料之外的麻烦、各种各样的失误……都将成为你的珍贵收获。对

自己来说，这些专属于自己的旅行成果，才最重要，它们是别人无法带给你的，是你从外面世界得到的、最真实的旅行体验。

所谓“最好的旅行”，就是指让旅行者收获专属于自己的真实体验的旅行。

无论对谁来说，旅行都会成为很精彩的经历，希望大家能从书中众多旅行达人的文章里感受到他们各种不同的“最佳”收获，深入体验多姿多彩的旅行。

丸山佑介





目录

第1章 为了出去旅行(事前准备篇)

001 旅行的种类

- 背包客、女性旅行、结伴旅行……
你选哪一种 012
TRAVELER'S MEMORY 001
女性旅行的现状 014

002 线路

- 亚洲、欧洲、非洲……
你选择哪个地区 016
TRAVELER'S DIARY 001
克服阻挡女性旅行的障碍 018
TRAVELER'S NOTE 001
旅行线路的选择 021

003 制定计划、收集信息

- 出发之前,了解各种“须知” .. 022
TRAVELER'S NOTE 002
带哪种旅游书才好 023

004 旅行必备物品

- 旅行必带,一个都不能少 024
TRAVELER'S MEMORY 002
推荐一款实用的洗涤水桶 026

005 护照和签证

- 旅行者在海外的身份证明和
通行证 028
TRAVELER'S DIARY 002
中亚签证的故事 030
TRAVELER'S MEMORY 003
背包客需要提前了解的海外
旅行保险 032

006 不可或缺的通信设备

- 保证在海外也能使用数字设备 .. 033
TRAVELER'S NOTE 003
如何选择旅行用相机 034

007 旅行资金

- 旅行者每天花多少钱 035

008 行李准备

- 根据气候决定旅行时的穿着 037
TRAVELER'S NOTE 004
旅行者的货币兑换 039
TRAVELER'S MEMORY 004
男人和女人在准备行李上是
如此不同 040

009 旅行与语言	
在国外才能感受到的“语言壁垒”	042
TRAVELER'S NOTE 005	
旅行和留学, 选择哪一个	045
TRAVELER'S MEMORY 005	
学会用英语流利的对话之前	046

TRAVELER'S MEMORY 006	
不会英语, 也能去旅行吗	048
TRAVELER'S MEMORY 007	
我在菲律宾留学学英语	050
TRAVELER'S DIARY 003	
女性独自旅行是失? 是得	052

第2章 出发去旅行(飞机、机场篇)

001 出发前的准备	
从订票到机场	058
TRAVELER'S MEMORY 008	
廉价航空帮你的旅行省钱	060

002 购买机票的基本知识	
打折机票、LCC、自由行.....	
选哪一种呢	062
TRAVELER'S MEMORY 009	
如何成为航空里程达人	065
TRAVELER'S NOTE 006	
LCC 达人选择法	067

003 在机场要办的手续	
起飞前的各种事	068
TRAVELER'S MEMORY 010	
我在世界各地机场经历的	
行李检查	069

004 国际机场怎么走	
抵达后的各种手续	072

005 中转航班	
关于转机的基本知识	073

006 国际机场	
旅行者推荐的国际机场及其攻略	074

007 错过航班	
应该提前了解与飞机有关的麻烦事	075
TRAVELER'S MEMORY 011	
机场麻烦实录: “我错过飞机啦”	076
TRAVELER'S MEMORY 012	
一地游, 如何有效地利用时间..	080
TRAVELER'S DIARY 004	
LCC 之旅, 我们这个时代才能活用的机票	084

第3章 旅行和停留的日子(日常生活与出发旅行篇)

001 生活节奏

- 到达目的地第一天怎么过,才能避免晕头转向 088

002 选择酒店

- 住便宜旅店还是高级酒店 090

003 防范措施

- 住旅馆的人应采取的安全措施.. 092
TRAVELER'S NOTE 007
融入新旅馆的方法 094
TRAVELER'S NOTE 008
旅行中的穿着打扮 095

004 制定计划

- 没有旅行计划的人每天只遵循一日计划 096
TRAVELER'S NOTE 009
旅行中的重要法宝: 自己做饭... 097

005 美食家

- 旅行中要 eat 好 098
TRAVELER'S MEMORY 013
给背包客的世界美食 100

006 购物

- 在海外购物的技巧 102
TRAVELER'S MEMORY 014
在娱乐场所需要注意的事情 104
TRAVELER'S MEMORY 015
女性夜游曼谷 106

TRAVELER'S NOTE 010

- 旅行和音乐 108

007 沟通

- 靠社交网络发展的现代爱情故事 109
TRAVELER'S DIARY 005
被定型的女性旅行中的恋爱 111
TRAVELER'S NOTE 011
使用当地的手机(卡) 115
TRAVELER'S NOTE 012
邂逅和失去——旅途中的恋爱... 117

008 交通方式

- 旅行中的交通问题 118
TRAVELER'S NOTE 013
穿越国境线 119
TRAVELER'S DIARY 006
贿赂 120

009 现金兑换

- 海外旅行中的现金兑换问题 124

010 线路调整

- 应该在什么时候调整旅行路线.. 126
TRAVELER'S NOTE 014
世界上最具人气的扑克游戏——德州扑克 127
TRAVELER'S MEMORY 016
周游世界博客的功与罪 128
TRAVELER'S DIARY 007
在海外观看体育比赛 134

第4章 世界在等待旅行者(各地的旅行热点篇)

- 001** 海外目的地信息
分布在世界的旅行者聚集的、
经过的、好不容易到达的城市.. 140
TRAVELER'S MEMORY 017
给走陆路周游世界的人的建议...142
- 002** 海外目的地信息——曼谷
全世界背包客聚集的地方——
考山路..... 144
- 003** 海外目的地信息——亚洲
从中国到印度、中东..... 148
TRAVELER'S NOTE 015
我所看到的东南亚和南亚150
TRAVELER'S NOTE 016
印度尼西亚的赌场.....151
TRAVELER'S DIARY 008
实录:我参加了朝鲜旅游团152
TRAVELER'S NOTE 017
发现世界的秘密——当地旅游团..157
- 004** 海外目的地信息——欧洲
拥挤的人气旅游地区..... 158
- 005** 海外目的地信息——中北美洲
中北美洲的经典旅行目的地..... 160
- 006** 海外目的地信息——南美洲
魅力和危险并存的地方 162
TRAVELER'S DIARY 009
巴西的狂欢节 166
TRAVELER'S MEMORY 018
我看到的南美.....167
- 007** 海外目的地信息——大洋洲
自然景观和极具魅力的大都市风情
共存的南方大陆 169
- 008** 海外目的地信息——非洲
给高级别旅行者推荐的新旅行领域,
现在还有未知旅行领域吗 171
TRAVELER'S MEMORY 019
穿越最险的国境线.....173
TRAVELER'S NOTE 018
大家为什么喜欢扎堆去同一个
地方.....177
TRAVELER'S MEMORY 020
旅行中产生的怪嗜好——为国境
着迷.....179
TRAVELER'S DIARY 010
考山路 20 年史 183