

中国最早、最具权威性的旅游指南 | 坚持出版前由作者亲自踩线更新

上海自助游



上海唐码城邦咨询有限公司北京分公司 编著



人民邮电出版社
POSTS & TELECOM PRESS

藏羚羊自助游系列
全新版

藏羚羊自助游系列

上海自助游



上海唐码城邦咨询有限公司北京分公司 编著

人民邮电出版社
北京

图书在版编目(CIP)数据

上海自助游 / 上海唐码城邦咨询有限公司北京分公司编著. — 北京: 人民邮电出版社, 2009. 11
(藏羚羊自助游系列)
ISBN 978-7-115-21434-8

I. ①上… II. ①上… III. ①旅游指南—上海市
IV. ①K928.951

中国版本图书馆CIP数据核字(2009)第172429号

内 容 提 要

本书介绍了上海的主要景点, 为读者提供了上海的历史、地理、气候、民俗等方面的背景资料, 并从旅行专家的角度为读者提出了一些旅行建议。本书适合自助旅行爱好者作为旅行指南用书, 也适合一般读者用以了解上海的历史文化和风土人情。

藏羚羊自助游系列

上海自助游

-
- ◆ 编 著 上海唐码城邦咨询有限公司北京分公司
责任编辑 张 军
执行编辑 郭佳佳
 - ◆ 人民邮电出版社出版发行 北京市崇文区夕照寺街14号
邮编 100061 电子函件 315@ptpress.com.cn
网址 <http://www.ptpress.com.cn>
北京画中画印刷有限公司印刷
 - ◆ 开本: 880×1070 1/32
印张: 6 2009年11月第1版
字数: 199千字 2009年11月北京第1次印刷

ISBN 978-7-115-21434-8

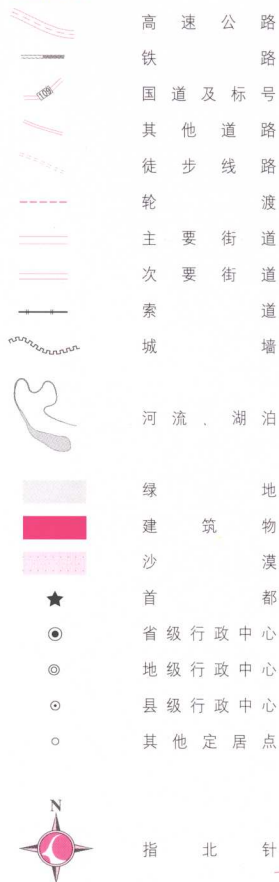
定价: 29.80元

读者服务热线: (010)67172489 印装质量热线: (010)67129223

反盗版热线: (010)67171154

图例

地图图例



景点信息图例



实用信息图例



上海轨道交通示意图



目录

上海世博会 1

上海必游 9

话说上海 18

历史 22

地理 23

气候 24

政区 25

民族 26

语言 26

宗教 26

餐饮 27

本帮菜 27

大闸蟹 28

名人 28

宋庆龄 28

张爱玲 29

周璇 29

建筑 30

戏曲 31

滑稽戏 31

沪剧 31

锣鼓书 32

手工艺 32

上海绒绣 32

顾绣 33

嘉定黄草编织 33

旗袍 33

媒体参考 35

报纸杂志 35

电视 35

广播 35

网络 35

旅行计划 36

旅行季节 38

节庆 39

预算建议 39

装备清单 40

到达与离开 40

航空 40

铁路 46

水运 47

公路 47

区内交通 49

住宿 50

其他实用信息 50

邮政 50

通信 50

网络 51

银行 51

医疗设施 51

环保 51

安全 51

旅游咨询 51

旅游投诉 51

上海市区 52

黄浦区 56

城隍庙 57

豫园 58

外滩 59

外滩观光隧道 61

外滩“情人墙” 61

南京路步行街 61

上海1930风情街 62

上海博物馆 63

上海城市规划展示馆 63

上海美术馆 63

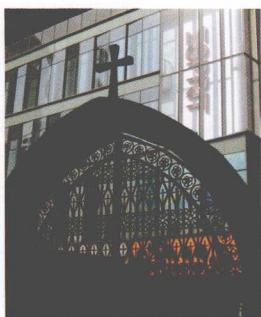
南浦大桥 64

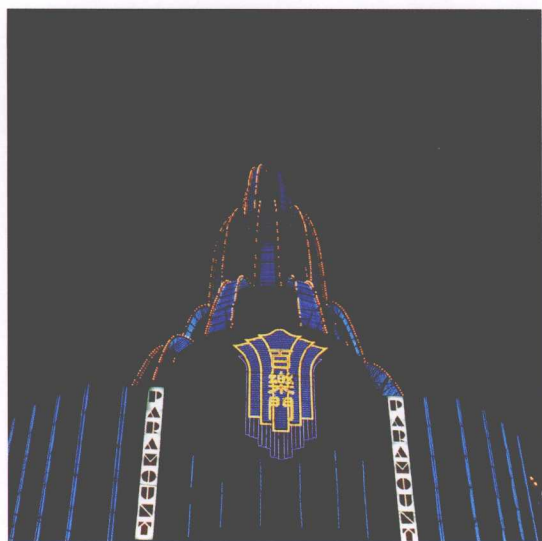
上海大剧院 65

上海音乐厅 65

人民公园 66

沐恩堂 66





百乐门	90
中共“二大”会址	92
怀恩堂	92
静安公园	93

徐汇区 94

上海体育馆	95
上海植物园	95
宋庆龄故居	95
蒋介石故居	96
龙华寺	96
龙华塔	97
龙华革命烈士陵园	97
徐家汇天主堂	97
黄道婆墓	99

上海图书馆	99
桂林公园	99
邹容墓	100
工艺美术博物馆	100
徐浦大桥	101
国际礼拜堂	102
李鸿章府邸(丁香花园)	102
圣母大教堂	103
襄阳公园	103

长宁区 104

上海动物园	105
宋庆龄陵园	106
中山公园	107

普陀区 108

长风公园	109
真如寺	111
玉佛禅寺	111

闸北区 112

上海马戏城	113
吴昌硕故居	113

上海自然博物馆	66	上海海洋水族馆	78
黄浦公园	67	上海东方艺术中心	79
杜莎夫人蜡像馆	67	滨江森林公园	79
三山会馆	68		
文庙	68		
上海老街	68		
董家渡天主教堂	69		
小桃园清真寺	69		
福州路	70		
上海隧道科技馆	71		
白云观	71		

浦东新区 72

东方明珠广播电视塔	73
上海城市历史发展陈列馆	73
上海野生昆虫馆	74
金茂大厦	74
上海环球金融中心	75
上海银行博物馆	75
滨江大道	76
世纪大道	77
世纪公园	77
上海科技馆	77

卢湾区 80

复兴公园	81
新天地	81
中共“一大”会址纪念馆	82
淮海路(淮海中路)	82
大韩民国临时政府旧址	84
社会主义青年团旧址	85
中共代表团驻沪办事处	

(周公馆) 85

兰心戏院	86
泰康路田子坊	86
孙中山故居	87
法藏讲寺	87

静安区 88

静安寺	89
蔡元培故居	89
徐志摩与陆小曼故居	90
毛泽东故居	90

上海铁路博物馆 115

虹口区 116

鲁迅公园 117

多伦路文化名人街 117

鲁迅故居 118

虹口足球场 118

上海邮政博物馆 119

犹太难民在上海纪念馆（摩西会堂旧址） 120

下海庙 120

刘海粟美术馆 121

杨浦区 122

共青森林公园 123

复旦大学博物馆 123

闵行区 124

锦江乐园 125

七宝古镇 125

银七星室内滑雪场（原北海道室内滑雪场） 126

莘庄公园 127

宝山区 128

海军博物馆 129

东方假日田园 129

炮台湾湿地公园 129

陶行知纪念馆 130

罗店古镇 130

罗店龙船文化 131

宝山净寺 131

上海郊区 132

话说上海郊区 134

旅行计划 136

预算 136

到达与离开 136

铁路 136

公路 136

区内交通 138

住宿 138

餐饮 139

南翔小笼包子 139

芦稷 139

佘山鲈鱼 140

其他实用信息 140

安全 140

语言 140

邮政 140

通信 140

网吧 140

摄影 140

银行和ATM 140

医疗 140

旅游网站 141

嘉定区 142

上海国际赛车场 143

上海汽车博物馆 144

古漪园 144

秋霞圃 145

汇龙潭 145

南翔砖塔 145

嘉定孔庙 146

吴兴寺 147

嘉定马陆葡萄主题公园 147

中国科举博物馆 148

法华塔 148

松江区 150

醉白池 151

佘山国家旅游度假区 151

松江清真寺 152

唐经幢 153

方塔 154

上海影视乐园 154

佘山月圆园艺术园 155

青浦区 156

朱家角镇 157

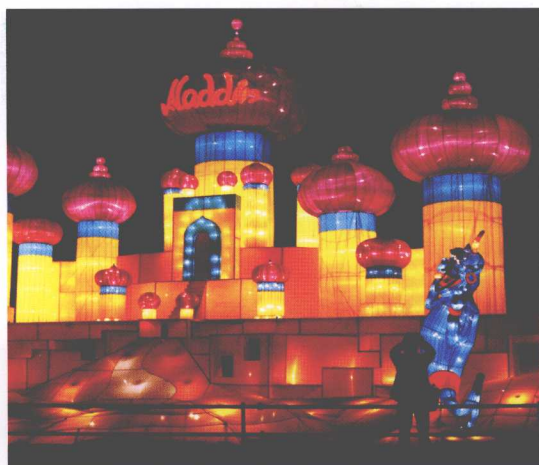
曲水园 158

东方绿舟 159

大观园 159

陈云故居（青浦革命历史纪念馆） 160

淀山湖 161



金山区 162

枫泾古镇 163

金山农民画村 163

城市沙滩 165

东林寺 165

漕泾休闲水庄 166

金山现代农业园区 167

奉贤区 168

申隆生态园 169

碧海金沙水上乐园 169

二严寺 170

古华公园 170

万佛阁 171

青村世外桃源 171

南汇区 172

上海野生动物园 173

南汇桃花村 173

上海鲜花港 174

滨海旅游度假区 175

芦潮港 175

崇明县 176

崇明特产 176

东平国家森林公园 177

崇明学宫 177

澹园 178

瀛洲古村 178

西沙湿地 179

瀛东村“渔家乐” 179

东滩鸟类保护区 179

南门观光大堤 179

河口沙洲水文化展览馆 179

横沙岛 180

长兴岛 180

上海市郊赏梅地点 181

青浦梅园 181

松江腊梅林 181

嘉定外冈镇 181

地图目录

上海政区示意图 25

上海市黄浦区、卢湾区、浦东地区

景点示意图 54

上海市静安区、徐汇区、长宁区

景点示意图 91

上海市闸北区、虹口区景点示意图 114

上海世博会



如果说2008年的北京奥运会是一场全球共享的体育盛宴，那么2010年的上海世博会则可以称得上是全世界的创意饕餮之宴，这里汇聚着与奥运会一样多的目光和期待。魅力上海也正以无限的热情和充分的准备迎接来自世界各地的朋友。无论你是推销自己创意的展商，还是热衷猎奇的参观者，或者只是远道而来的城市观光背包客，相信只要你加入这个盛世之行，便会收获一份独特与美妙的体验。



上海世博会展馆模型 IC提供

世博会介绍与历史

世界博览会，简称“世博会”。举办世界博览会的目的往往是为庆祝一个重大的历史事件或一个地区、一个国家的重要纪念活动，为了展示人类在一个或多个领域以及政治、经济、文化、科技方面取得的成就，为了展现人类社会及经济发展的前景。世博举办时间之长、展出规模之

大、参观人数之众、参展国家之多、耗资之巨大是任何一个展览会都不能比拟的。

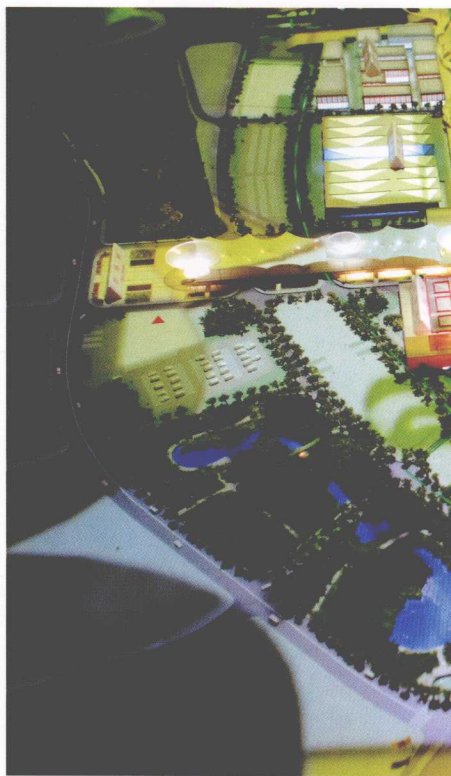
举办世界博览会不仅会给一些国家带来了巨大的经济效益和机遇，扩大国际交流与合作，促进经济的发展，而且给举办国创造了很好的社会效益，宣传和扩大了举办国的知名度和声誉，从而促进了社会的繁荣和进步。

世博会有着悠久的历史。远在古代农耕社会时期，人们就会在庆贺丰收时、宗教仪式及欢度节日时展开交易活动，后来逐渐发展成为定期的、有固定场所的、以物品交换为目的的大型贸易及展示的集会，这就是世博会的雏形。公元5世纪，波斯举办了第一个超越集市功能的展览会。18世纪，随着新技术和新产品的不断出现，人们逐渐想到举办与集市相似，但只展不卖，以宣传、展出新产品和成果为目的的展览会。1791年捷克在首都布拉格首次举办了这样的展览会。随着科学技术的进步和社会生产力的发展，展览会的规模也逐步扩大，参展的地域从一地扩大到全国，由国内延伸到国外，直至发展成为现在由许多国家参与的世界性博览会。

在历届世博会中，特别值得一提的是比利时首都布鲁塞尔1958年举行的二战后第一个世界博览会，其主题是“科学、文明和人性”。为了体现“科学”这个主题，布鲁塞尔世博会建造了一座原子能结构的球型，代表人类进入了科技进步的新世纪。展馆独特新颖的造型，时隔半个世纪之后仍让人印象深刻。1970年在日本大阪举办的世界博览会，体现“人类的进步与和谐”，向观众展示了东京奥运会之后日本在各方面的发展和成就，这次博览会之后是日本长达十年的经济强劲发展势头。由此可见，世博会的关注度以及当时和后续的影响力是巨大的，其辉煌和丰富令其他形式的博览会黯然失色。

上海世博会

2002年12月3日，在国际展览局



上海世博会会址 IC提供

(BIE) 第132次成员国代表大会上，经过投票表决，中国成功地获得了2010年上海世博会的主办权。这是151年以来发展中国家第一次取得世博会主办权。世博会的举办将为中国社会全面进步及人民生活水平的提高带来巨大的推动作用。

上海世博会的主题是“城市，让生活更美好”（Better City, Better Life），并以和谐的“世博软件”吸引全球智慧与创新。正如国际展览局秘书长洛塞泰斯所说的：“上海世博会的主题是‘城市，让生活更美好’，这也是城市主要的存在目的。上海世博会将会为世界打开一扇人与人、人

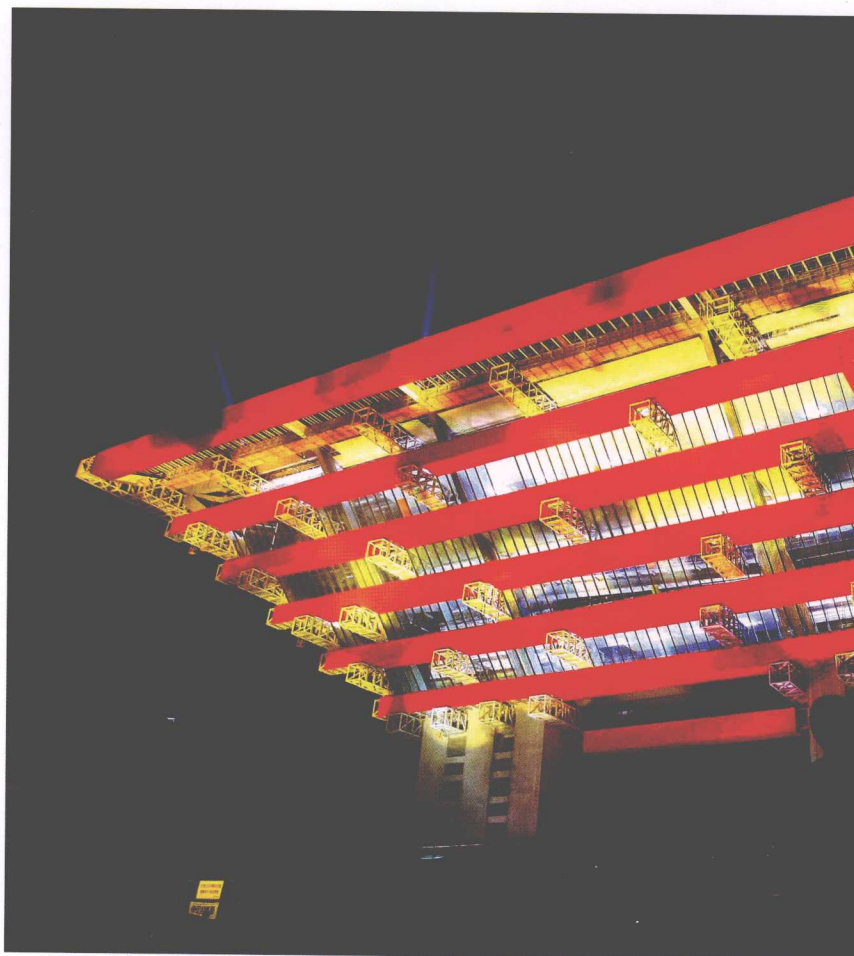


与资源、人与自然和谐共存的窗口。”

上海世博会从筹建开始，就向世人展现出许多不同于往届的特点。首先是建立了上海世博会博物馆，这是迄今世界范围内唯一一个关于世博会的博物馆。该馆展示了世博会150多年的历史、历届世博会的精彩作品，以及参与、申办和筹办世博会内容。这个馆被规划为永久性博物馆，将随着世博会的发展逐步增加后续内容。除此之外，上海世博会还特辟创新项目——“城市最佳实践区”，在全球范围遴选出优秀的城市发展实践案例进行展示。“城市最佳实践区”将是一个模拟城市生活、工作、休闲、交通等若干

功能的综合街区，走在其中，参观者将有机会感知城市未来的发展理念。再者是参展方数量创历史纪录。目前已有241个国家和国际组织确认参加上海世博会，这个数字还在不断地更新之中。

与世博会相关的建筑设计蕴含着深厚的文化含义。比如英国馆就是一座名为“创意之馆”的建筑，外部由大量向各个方向伸展的“触须”组成，“触须”顶部的光源可组合成多种图案、颜色和信息，看上去就像一个会发光的盒子。这些建筑设计所迸发出来的创意精神不仅与世博会的精髓相吻合，也为本届世博会带来了最直接的特色展现。



享有“东方之冠”美誉的上海世博会中国馆举行亮灯仪式 IC提供

中国馆

中国国家馆以“东方之冠”为构思主题，取自中国古代木结构建筑中的元素——斗拱。“东方之冠，鼎盛中华，天下粮仓，富庶百姓”这16字设计理念体现了中国文化的深厚积淀，主色调运用传统、沉稳的“故宫红”。世博会期间，中国馆将展现一幅宏伟的城市文明图。

主题馆

上海世博会的主题涵盖城市人、城市、城市星球、足迹、梦想五个概念。围绕这五个概念，上海世博会设立了五个主题馆。其中城市人馆、城市生命馆和城市星球馆三个主题馆左右为邻，形成主题馆群，位于浦东世博园区，使用新建展馆；对应“足迹”和“梦想”两个概念的城市文明馆和城市未来馆位于浦西世博



园区，是利用工业建筑改造的展馆。

主题馆突出反映了上海的城市特征、城市生活的记忆空间和上海令人陶醉的城市意象。

世博中心

世博中心作为2010年世博会运营指挥中心、庆典会议中心、新闻中心、论坛活动中心，其显著特征是建筑布局充分利用沿江景致，通过合理设计，

使建筑的大部分功能空间获得最佳的景观视野，成为真正意义上的全景建筑。世博中心的建筑造型糅合了现代建筑视觉理念，在排列方式上由西向东高低错落，表达出一种既有整体顺序而又不失变化的韵律美。设计师充分利用沿江景致及世博园区宝贵的景观资源，设计出晶莹剔透的内部空间和外部形态，同时体现出节能和生态的理念，这是一座真正意义上的绿色建筑，一座充满智慧的建筑。

比利时馆

“脑细胞结构”是比利时馆的整体设计理念。用这种形象代表比利时最为恰当，因为“脑细胞”能表现出比利时“欧洲首都”的独特地位，同时调动起参观者的好奇心，让他们饶有兴致地探索比利时丰富的文化形式和内涵。

“脑细胞”也寓意着比利时作为欧洲三大传统文化——拉丁、日耳曼和盎格鲁-撒克逊文化——的汇聚地和交汇点所扮演的重要角色。比利时馆的灯光与色彩变幻将自然地融入上海的夜色中。

俄罗斯馆

以“新俄罗斯：城市与人”为主题的俄罗斯馆，由12个塔楼和“悬浮在空中”的立方体组成，外形类似古代斯拉夫人的小村落，象征着生命之花、太阳以及世界树（斯拉夫人枝叶繁茂的橡树）的根。塔楼由白、金、红三种颜色构成，白色和金色塑造了俄罗斯建筑的历史感，而红色底色加上富有俄罗斯各民族元素的图案，则赋予了塔楼顶部镂空部分以独特的民族特性。

前苏联著名儿童文学家尼古拉·诺

索夫认为：“最好的城市应该是最受孩子们喜爱的城市。”俄罗斯馆内部的设计理念就来源于诺索夫的作品《小无知历险记》，设计者力求呈现出一个美丽、精湛、充满童话色彩的儿童花园城。展馆分为“花的城市”、“太阳城”和“月亮城”三部分，在充满诙谐、童趣的布景下，在馆内隐秘的小路上，参观者将有许多神秘而又有趣的发现，这些都是来自俄罗斯的儿童和年轻科学家们的发明创造与科技成果。

太空家园馆

外观以浩瀚的宇宙为背景，仿佛是太空飘来的神秘魔方悬浮在空中，以异形的支柱与地面轻盈连接，形成一种摆脱重力的效果……这就是灵动而富有创意的2010年上海世博会“太空家园馆”。太空家园馆将围绕“和谐城市，人与太空”的主题，运用互动体验手段，展示中国航天的辉煌成就和电子科技的先进技术。



吉祥物—海宝

海宝，以汉字“人”字为核心创意，配以代表生命和活力的海蓝色。它的欢笑，展示着中国积极乐观、健康向上的精神面貌；它挺胸抬头的动作和双手的配合，显示着包容和热情；它翘起的大拇指，是对世界各地的朋友发出的真诚邀请。

头发

像翻卷的海浪，显得活泼有个性，点明了吉祥物所在地的区域特征和生命来源。

脸部

卡通化的简约表情，友好而充满自信。

眼睛

大大、圆圆的眼睛，对未来的城市充满期待。

蓝色

充满包容性、想象力，象征充满发展希望和潜力的中国。

身体

圆润的身体，展示着对和谐生活的美好感受，可爱而俏皮。

手势

翘起拇指，是对全世界朋友的赞许和欢迎。

大脚

稳固地站立在地面上，成为热情张开的双臂的有力支撑，预示中国有能力、有决心办好世博会。

“人”字互相支撑的结构也揭示了美好生活要靠你我共创的理念。只有全世界的“人”相互支撑，人与自然、人与社会、人与人之间和谐相处，这样的城市生活才会更加美好。

上海世博会参展国家和国际组织一览表

截至2009年8月3日,已有241个国家和国际组织确认参加上海世博会。

非洲	阿尔及利亚、布隆迪、多哥、厄立特里亚、佛得角、刚果(布)、几内亚、科摩罗、莱索托、马里、毛里塔尼亚、塞舌尔、赤道几内亚、尼日利亚、吉布提、贝宁、中非共和国、科特迪瓦、安哥拉、埃及、坦桑尼亚、塞内加尔、津巴布韦、赞比亚、纳米比亚、苏丹、肯尼亚、摩洛哥、加蓬、喀麦隆、卢旺达、突尼斯、塞拉利昂、马达加斯加、刚果(金)、乌干达、埃塞俄比亚、毛里求斯、尼日尔、莫桑比克、几内亚比绍、利比里亚、乍得、索马里、加纳、博茨瓦纳、南非、利比亚、马拉维、布基纳法索、冈比亚
美洲	古巴、加拿大、多米尼克、玻利维亚、美国、哥斯达黎加、危地马拉、特立尼达和多巴哥、阿根廷、乌拉圭、智利、秘鲁、圭亚那、海地、牙买加、苏里南、厄瓜多尔、委内瑞拉、格林纳达、墨西哥、尼加拉瓜、巴西、安提瓜和巴布达、萨尔瓦多、多米尼加、巴巴多斯、巴哈马、巴拿马、巴拉圭、洪都拉斯、伯利兹、圣卢西亚、圣基茨和尼维斯、圣文森特和格林那丁斯、哥伦比亚
欧洲	法国、荷兰、摩纳哥、瑞士、乌克兰、意大利、西班牙、匈牙利、德国、克罗地亚、英国、保加利亚、波兰、卢森堡、阿尔巴尼亚、土耳其、比利时、列陶宛、黑山、摩尔多瓦、白俄罗斯、俄罗斯、葡萄牙、塞尔维亚、芬兰、阿塞拜疆、希腊、捷克、前南斯拉夫马其顿共和国、罗马尼亚、爱尔兰、塞浦路斯、奥地利、丹麦、瑞典、圣马力诺、挪威、斯洛伐克、爱沙尼亚、波斯尼亚和黑塞哥维那、冰岛、马耳他、斯洛文尼亚、拉脱维亚、列支敦士登、欧盟
亚洲	中国、巴基斯坦、巴林、柬埔寨、蒙古、尼泊尔、斯里兰卡、塔吉克斯坦、土库曼斯坦、新加坡、亚美尼亚、越南、缅甸、哈萨克斯坦、吉尔吉斯斯坦、乌兹别克斯坦、菲律宾、马来西亚、老挝、也门、日本、沙特阿拉伯、巴勒斯坦、印度、印度尼西亚、韩国、文莱、黎巴嫩、格鲁吉亚、不丹、泰国、伊拉克、阿曼、伊朗、马尔代夫、阿富汗、孟加拉国、阿拉伯联合酋长国、叙利亚、朝鲜、约旦、以色列、卡塔尔、科威特、东帝汶
大洋洲	新西兰、澳大利亚、巴布亚新几内亚、瓦努阿图、帕劳、汤加、密克罗尼西亚、萨摩亚、斐济、库克群岛、纽埃、所罗门群岛、图瓦卢、基里巴斯、马绍尔群岛、瑙鲁
国际组织	独联体执委会、联合国生物多样性公约组织、世界旅游组织、联合国工发组织、世界银行、联合国、世界水理事会、联合国气候变化框架公约、阿拉伯国家联盟、经济合作与发展组织、国际红十字会与红新月会联合会、非洲联盟、世界气象组织、南太旅游组织、联合国教科文组织、太平洋岛国论坛、世界贸易中心协会、博鳌亚洲论坛、加勒比共同体、加勒比开发银行、联合国儿童基金会、世界自然基金会、联合国人口基金、东南非共同市场、联合国难民署、国际电信联盟、国际信息发展网、法语国家商务论坛、全球环境基金、世界卫生组织、国际能源署、联合国人居署、联合国贸易和发展会议、世界城市和地方政府联合组织、东南亚国家联盟、欧洲气象卫星应用组织、地球观测组织、联合国粮农组织、国际原子能机构、国际海事组织、联合国艾滋病规划署、联合国资本开发基金会、联合国环境规划署、世界知识产权组织、公共交通国际联合会、国际博物馆协会、国际竹藤组织、世界贸易组织

上海世博会门票

时间: 2010年5月1日至10月31日

地点: 上海市中心黄浦江两岸, 南浦大桥和卢浦大桥之间的滨江地区

电话: 021-962010 (世博会热线)

上海世博会门票价格表

阶段	预售第一期 2009.3.27 2009.6.30	预售的第二期 2009.7.1 2009.12.31	预售第三期 2010.1.1 2010.4.30	会期 2010.5.1 2010.10.31
票种				
指定日普通票	¥170	¥180	¥190	¥200
指定日优惠票	不销售	¥110	¥120	¥160
平日普通票	不销售	¥130	¥140	¥150
平日优惠票	不销售	不销售	¥90	¥100
3次票	不销售	不销售	¥400	¥400
7次票	不销售	不销售	¥900	¥900
夜票	不销售	不销售	不销售	¥90
普通团队票	仅向世博会指定旅行社销售			
学生团队票	仅向世博会指定旅行社和教育机构销售			

如何买票

推荐在预售期内购买门票, 这样可以享受到相应的价格优惠。由于门票是通过自营、指定代理、世博会指定旅行社等渠道销售, 所以机关、企事业单位和社会团体等团体购票者可在预售第一期与上海世博会门票销售指定渠道洽谈门票购买事宜, 要签订购票协议, 所购门票不能以任何形式转售。预售第二期开始, 中国境内购票者可通过上海世博会门票销售指定代理商提供的网点、网站、电话和客户经理等方式购票。会展期间, 可以在现场售票点、自助售票机购票。此外, 也可通过世博会指定旅行社组织的世博团队游参观上海世博会。

上海世博会展示中心

展示中心是根据世博会“沟通与推介”工作计划, 为更好地宣传世博会而设定的。展览内容以宣传中国2010年上海世博会为主, 介绍世博会的理念和历史。

地址: 卢湾区淮海中路300号香港新世界大厦三楼

开放时间: 2008年5月1日世博会倒计时2周年日开馆, 2010年4月30日

2010年上海世博会开幕前一天闭馆

每日开放时间: 10:00~16:00

参观预约电话: 021-63353335/63353336/63353338/63353339