

耐看 I Can

耐看工作室编著

2014 加厚版

一书饱览大阪、京都共29大分区。
特别收录传统文化体验、必买名物、
特色住宿、Outlet血拼等14大旅游专题。
全书厚达466页，精选人气食、
店、酒店、景点、线路500个！

大阪 京都

玩尽关西古城！

中国旅游出版社

既有最新潮购物点，同时看
尽千年古刹，并收录市集
攻略、单车与火车漫游等
新玩法。

特色旅游专题

彻底搜罗当地人才知晓的
地道美食，吃尽关西米其
林与庶民美食，价格丰俭
由人，百分百作者试食。

最地道关西美食

旅游日本不一定高消费，
特设穷游攻略、平价吃米
其林、Outlet血拼、药房
比拼等专题，教你花得精
明又玩得尽兴！

衣食住行穷游攻略

专题介绍日本传统文化体
验，如有艺伎扮演、和果
子DIY、京友禅、茶道
体验等，加送春夏秋冬赏
花情报，深度认识日本文
化。

深度体验传统文化

关西最新景点全收录，包
括日本环球影城新园区
「环球奇境」、京都水族
馆等。

最新话题景点

大阪 京都

[contents]



13 大主题特辑

日本传统 × 手作体验	P.006-011
关西必买名品特产	P.012-013
大阪人气章鱼丸子大比拼	P.014-015
关西廉价米其林	P.016-018
关西市集漫游	P.019-025
大阪奥特莱特血拼特辑	P.026-031
穷游攻略	P.032-035
关西全年赏花情报	P.036-037

大阪

大阪实用资料 + 交通	P.038-046
道顿堀、难波	P.047-076
心斋桥	P.077-090

美国村	P.091-099
堀江	P.100-111
南船场	P.112-126
日本桥	P.127-134
天王寺、新世界	P.135-153
梅田	P.154-186
本町、中之岛	P.187-197
天神桥	P.198-207
松屋町	P.208-214
鹤桥	P.215-218
京桥	P.219
海湾区	P.220-229
大阪城公园	P.230-232
日本环球影城	P.233-238
Asahi 吹田工场	P.239-241
方便面发明纪念馆	P.242-245



“地图坐标”的使用方法:

每个景点后面附有地图坐标, 前半部分是该景点所在地图的页数, 后半部分则是其位置所在的分区。

MAP: P.181 B2

地图页数

地图坐标



万博纪念公园

P.246-249

大阪酒店住宿推荐

P.250-253

京都

京都实用资料 + 交通

P.254-261

京都必买名品特产

P.259

京都名物

P.260

京都特色节庆

P.261

京都酒店住宿推荐

P.262-267

单车游京都

P.268

日本神社参拜必知

P.269

京都世界遗产名录

P.270-271

京都站

P.272-286

河原町、乌丸通

P.287-313

祇园

P.314-337

清水寺

P.338-355

二条城

P.356-357

龙安寺

P.358-359

宇治

P.360-371

伏见

P.372-384

岚山

P.385-396

嵯峨野

P.397-404

关西旅游须知

P.405-411

关西铁道图

P.412

* 本书所列价钱, 除特别标明, 均为日元(¥)。现在人民币兑换日元汇率约为 16.94, 即 100 元人民币 = 1694 日元, 只供参考。

注意: 酒店房租随旅游淡季旺季而有所变更, 一切以酒店公布为准, 游客最好上网页或向各旅行代理商查询。

大阪

京都

耐看工作室

中国旅游出版社

统筹策划：高瑞 黄圣军

责任编辑：王欣艳

装帧设计：幸润年

责任印刷：闫立中

策划：深圳市耐看文化发展有限公司（深圳市福田区八卦岭工业区 512 栋二楼 212，邮编 518029）
网址 www.naikanbook.com

图书在版编目（CIP）数据

大阪京都 / 耐看工作室编著. -- 北京：中国旅游出版社，2014. 1

（I Can 旅游系列）

ISBN 978-7-5032-4862-7

I. ①大… II. ①耐… III. ①旅游指南—大阪②旅游指南—京都 IV. ①K931.39

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2013) 第 288169 号

书 名：大阪 京都

作 者：耐看工作室

出版发行：中国旅游出版社

（北京建国门内大街甲 9 号 邮编：100005）

<http://www.cttp.net.cn>

发行部电话：010-85166503

电脑制作：惠德图文设计制作中心

经 销：全国各地新华书店

印 刷：深圳市彩视印刷发展有限公司

版 次：2014 年 1 月第 1 版 2014 年 1 月第 1 次印刷

开 本：720 毫米 × 970 毫米 1/16

印 张：13

字 数：366 千

定 价：68.00 元

I S B N：978-7-5032-4862-7

版权所有 翻印必究

如发现质量问题，请直接与发行部联系调换

作者自序

末日前的旅行

有那么一个地方，是你还没有到过，
却已经深深爱上了，那就是日本。

回想第一次出国旅行，一个人从东京乘坐新干线往大阪，那时候认识的日语就只有：“サンキュー”（Thank you）跟“すみません”（Sorry），身上盘缠所剩无几，身处陌生国度，却是奇遇处处：

人生地不熟地误上了“各站都停的”电车，在大叹倒霉之际，邻座婆婆却向我递上一个已剥皮的蜜柑。游览景点，总有路人主动替我引路和拍照。入夜后气温急降，我一个单身女子瑟缩街头，路边商贩竟向我招手，请我进店暂避并送上热茶，还叮嘱我要小心保重身体。



作者简介

戴保伦

popo2046@gmail.com

男人名、女儿身，从事传媒出版工作超过十年，出Trip旅人，走遍国境之南、太阳之西，先后出版过十多本旅游指南，包括ICAN旅游系列《台北》、《高雄垦丁》、《台中台南》及《香港》，旅游专题作品也散见各大媒体。



抛去历史原因，我在日本找到温暖，
从此爱上关西人与地。

这次旅程接近一个月，彻底走遍了关西南北西东，跟当地人闲话家常，认识更多，体会也会更深。看着树叶由黄转红，再随寒风落下，我找到了真正的平静。

执笔之时，世界正扰攘不休，请腾空自己的心灵，愉快地旅行吧！

* “すみません”意思是不好意思、对不起；“サンキュー”意思则是多谢！

大阪 京都

[contents]



13 大主题特辑

日本传统 × 手作体验	P.006-011
关西必买名品特产	P.012-013
大阪人气章鱼丸子大比拼	P.014-015
关西廉价米其林	P.016-018
关西市集漫游	P.019-025
大阪奥特莱特血拼特辑	P.026-031
穷游攻略	P.032-035
关西全年赏花情报	P.036-037

大阪

大阪实用资料 + 交通	P.038-046
道顿堀、难波	P.047-076
心斋桥	P.077-090

美国村	P.091-099
堀江	P.100-111
南船场	P.112-126
日本桥	P.127-134
天王寺、新世界	P.135-153
梅田	P.154-186
本町、中之岛	P.187-197
天神桥	P.198-207
松屋町	P.208-214
鹤桥	P.215-218
京桥	P.219
海湾区	P.220-229
大阪城公园	P.230-232
日本环球影城	P.233-238
Asahi 吹田工场	P.239-241
方便面发明纪念馆	P.242-245



“地图坐标”的使用方法:

每个景点后面附有地图坐标, 前半部分是该景点所在地图的页数, 后半部分则是其位置所在的分区。

MAP: P.181 B2

地图页数

地图坐标



万博纪念公园

P.246-249

大阪酒店住宿推荐

P.250-253

京都

京都实用资料 + 交通

P.254-261

京都必买名品特产

P.259

京都名物

P.260

京都特色节庆

P.261

京都酒店住宿推荐

P.262-267

单车游京都

P.268

日本神社参拜必知

P.269

京都世界遗产名录

P.270-271

京都站

P.272-286

河原町、乌丸通

P.287-313

祇园

P.314-337

清水寺

P.338-355

二条城

P.356-357

龙安寺

P.358-359

宇治

P.360-371

伏见

P.372-384

岚山

P.385-396

嵯峨野

P.397-404

关西旅游须知

P.405-411

关西铁道图

P.412

* 本书所列价钱, 除特别标明, 均为日元(¥)。现在人民币兑换日元汇率约为 16.94, 即 100 元人民币 = 1694 日元, 只供参考。

注意: 酒店房租随旅游淡季旺季而有所变更, 一切以酒店公布为准, 游客最好上网页或向各旅行代理商查询。



学员上课前需洗手消毒，并穿着围裙。导师都是拥有数十年经验的老师傅，授课时循循善诱



日本传统X手作体验!

自制和果子 甘春堂

MAP: P.275 F2

创始于1865年的京果子老店，其中楼高两层的东山店提供和果子手作体验，由店内的老师傅亲自教授，材料和用具都已准备好。1小时的体验课，会制作3个生果子和1种干果子，款式随季节变更。体验时正值秋天，所以做的是红叶、木守り（木守护）、京岚山和红叶贺，难度由浅入深。笔者上的是日语课，但课程开始时有中文章程发放，每个步骤都由师傅先示范、学员跟着做，必要时师傅会出手相助，所以并没大问题。做和果子像玩纸黏土，搓搓揉揉，看似容易，但当笔者和师傅的制成品放在一起，便立见高下！



课后有15分钟品尝时间，店员会奉上抹茶，可当场品尝自己做的和果子



干果子，由糖和寒梅粉混合而成，擀平后，再用模具印出不同造型，是最容易做的一款



吃剩的果子可带走，甘春堂会提供盒子，当天吃味道更佳

Tips

体验课每天有09:15、11:00、13:00和15:00四个时段选择，2人即可开班。

和果子作り体验

收费：¥2000/位

(生果子3个、干果子1种)

体验时间：约1小时15分钟

教学语言：日语(英语、汉语需提前预约)

备注：最少2日前预约(2人开班)

难度：★★★★★

成就感：★★★★★

评语：揉捏软软的果子有一定难度，有软陶或黏土经历的人会好些，但吃下制成品的时刻，自己满足感极大！



甘春堂在京都有多间分店，东山店是传统日式町屋建筑

“京岚山”制作步骤：

红叶造型的“京岚山”属于京果子中的“练り切り”(花雕甜团)，外皮由糯米粉蒸熟而成，包上豆蓉馅，是日本最常见的佐茶点心。



1 材料包括由甜糯米粉做成的外层粉团以及红豆馅，都预先搓成圆形。



2 将两种颜色的粉团混合压平，后将红豆馅完全包裹。窍门是橙色粉团要放在黄色粉团的下边，便能做出渐变色效果。



3 用手指捏成六角星形，其中一边要做成叶茎，所以要拉长一点，并往右边偏。



4 最后用木刀，从上而下压上叶脉。



5 大功告成！远看相似，但师傅做的明显轮廓分明得多！

Info

地址：京都市东山区川端正面东入る茶屋町511-1

电话：075-561-1318

营业时间：09:00-18:00

网址：www.kanshundo.co.jp/museum/make/annai.htm

前往方法：JR“京都”站前乘京バス(京巴士)206路，在“七条京阪前”站下车，徒步约8分钟，豊国神社对面。



茶室面积很小，中央的地板处有烧水用的火炉，不同流派的茶道步骤略有不同，但坐得最靠近茶主的客人会先喝茶

¥500体验正宗茶道 对凤庵

MAP: P.361 B3

“宇治市观光协会”为推广茶道而开设的正规茶室，位于宇治川旁的小巷中，提供收费低廉的正宗茶道体验，并由专业茶主（茶道师傅）轮流主持，每次只接待一组客人。过程15~20分钟，从擦拭茶具、沏茶，用茶筴打出泡沫，到将茶碗奉客，每个步骤动作精准而优雅。由于茶室经常有外国人到访，所以无须担心自己不懂礼仪，煮茶时茶主不会说话，旁边的副手“半东”则会以日语和少量英语简单指示。



客人进入茶室前先欣赏庭院景致，作用是洁净身心

茶道体验需先到茶室旁的宇治市观光中心购买茶席券

收费：¥500/位
体验时间：15~20分钟
体验语言：日语（过程中其实没说话）
备注：需先到茶室旁的宇治市观光中心购买茶席券。

难度：★

成就感：★★

评语：对茶道零知识的笔者和摄影师，起初有点不知所措，但近距离观看茶主煮茶，的确优美，一生一定要亲身试一次！

Tips

1. 游客需先到茶室旁的“宇治市观光センター”（宇治市观光中心）购买茶席券，建议抵达宇治后先行购票并预约时间，再往其他景点游览。如非假日，一般只需等一两组客人。（如想预约，必须用日语致电）
2. 每个月有4日煎茶体验，其余皆为抹茶，茶主的茶道流派也每天不同，详情可查阅网页。

茶道步骤及礼仪：

- 1 进入茶室前先在庭院的“蹲踞”（手水钵）洗手，然后轻敲茶室前的铜锣，告知亭主访客已到。稍候片刻，半东（副手）会打开茶室门请客人进入。
- 2 进入茶室后，客人必须“正坐”（脚底贴着臀部跪坐），茶主会从茶室另一道门进入，并向客人行礼（客人也需鞠躬回礼）。
- 3 接着，茶主取出茶具，用热水冲洗后再向客人行礼，示意正式开始沏茶。此时，半东会奉上茶点给客人享用。
- 4 茶主以茶杓取茶粉、加热水，再用茶筴由快至慢搅拌至泛起泡沫。
- 5 茶主将茶奉客，必先将茶碗正面图案转向客人，最后左手托底、右手轻扶递给客人。
- 6 客人喝茶时，应以左手托住碗底、右手拇指与其余四指呈“L”形握碗，可将茶碗正面转回茶主以示礼貌。喝后将茶碗归还茶主，待茶主收拾好茶具离开，客人便可离场。



Info

地址：京都府宇治市宇治塔川2番地
电话：0774-23-3334
（宇治市观光センター）
营业时间：10:00-16:00
网址：www.city.uji.kyoto.jp/0000003943.html
前往方法：JR奈良线“宇治”站，徒步约8分钟，宇治川旁。



京友禅技术简单，男女老幼都玩得开心

好玩的印染——京友禅 丸益西村屋

“京友禅”是日本的传统染色技术，主要用于和服上，相传由扇绘师宫崎友禅斋发明。丸益西村屋为百年京友禅老店，设有体验工房，最简单的京友禅入门体验全程1~1.5小时，更提供英语导师。工房藏身于京都的传统町屋中，收费按所印染的物件而定，有京扇子、大手提包、T恤衫等多种选择，最便宜的手巾只要¥1260，游客可自由挑选，制成独一无二的礼物。

MAP: P.356

体验工房位于传统京都町屋中，游客需穿过长屋的石板路才能抵达



正门位置设有商店“茧”，售卖自家师傅所制的友禅染制品



体验收费按所印染的物件而定。钱包¥2200

制作步骤:



1 工房提供过千款图案模板，图案中的每一种颜色都有一张模板，2~5张不等，导师会先做示范。

2 将自选图案的模板，用针固定在布料上，左、右上角分别贴上胶带定位。

3 用蘸上颜料的硬毛刷，以打圈的方式，把颜料淡淡地刷在布上，轻刷是淡色，多刷几下便变浓。

4 接着，依照胶带定位换上另一张模板，继续染图案的其他部分，待颜料干透即完成!



京友禅入门体验

收费：手巾¥1260、大手提包¥1680、T恤衫¥2625

体验时间：1~1.5小时（09:00~17:00）

教学语言：日语、英语

备注：网页上即可办理预约，1~5人当天即可（2人开班），但英语教学需提前预约。

难度：★★

成就感：★★★★

评语：方法看似简单，其实配色千变万化，最重要的是成品又美又实用，成为独一无二的礼物。

地址：

京都市中京区小川通御池南入る

电话：075-211-3273

营业时间：09:00~18:00

网址：

www.marumasu-nishimuraya.co.jp

前往方法：京都市营地下铁乌丸线“乌丸御池”站下车，徒步5分钟。

Info

自磨抹茶粉

MAP: P.361 B3

福寿园 宇治茶工房

有200多年历史的宇治茶老字号，总店位于宇治神社附近，附设茶室、茶寮和“体验工房”，提供多种宇治茶体验，专业的如陶板煎茶、茶道礼仪等都有教授，其中“石臼磨碾抹茶体验”最适合旅客初体验。过程约30分钟，由学员亲自动手磨碾抹茶粉，然后在导师指导下泡茶、搅拌成抹茶，最后更有茶点享用。虽然是全日语上课，但其实讲解不多，且有英语文字说明。



两层高的体验工房，后园还有个小菜园



磨碾抹茶

收费：¥1050 / 位
体验时间：约30分钟（10:00-16:00）
教学语言：日语（堂上有英语简介）
备注：最少3天前预约（2人开班），除电话预约，网页上还有FAQ预约表可供下载。

难度：★★

成就感：★★

评语：磨碾抹茶可以说是最简单的体验，但石磨相当重，要有心理准备。

除了石臼磨碾抹茶，还有传统制茶体验，由专业老师教授，收费¥12600

Info

地址：京都府宇治市宇治山田10番地
电话：0774-20-1100
营业时间：10:00-17:00
休息：逢周一
网址：www.ujikoubou.com
前往方法：京阪“宇治”站徒步8分钟；JR“宇治”站徒步15分钟。

制作步骤：

1 学员一人一台石磨，别小看这石磨，其实每台重达10kg，价值1000万日元。磨顶已预先放置了嫩茶叶，这一点分量已够泡3碗抹茶。



2 先听导师简单介绍，然后便动手磨碾，磨时要逆时针方向转，比想象费力，转了5分钟，双手已开始酸软。



4 大约磨20分钟便完成，之后将磨好的抹茶粉收集起来，再用筛子筛得更细密。



5 取出一小勺抹茶粉，在导师指导下泡茶，要用腕力搅拌至泛起泡沫。



6 最后，工房还会提供茶点，让学员慢慢品尝成果，泡好的抹茶粉可带走。



舞伎表演

ギオンコーナー

(祇园角 / Gion Corner)

除非有当地人介绍，否则一般外国人很难见到舞伎真身，要一睹舞伎风采，唯有到祇园甲部歌舞练场、始于1962年的舞伎表演场地“祇园角”。旅客可一次欣赏日本7大传统艺术，包括茶道、琴、花道、雅乐、狂言、京舞及文乐，节目约1小时。场内附设“舞伎长廊”，展示花簪等舞伎物品。

MAP: P.361 B4



舞伎表演的京舞



文乐，即木偶剧

Tips

网页有折扣券下载，原价¥3150的门票减至¥2800。



狂言，类似趣剧

票价：成人¥3150/位、16-22岁¥2200/位、7-15岁¥1900/位
表演时间：周五至周日及假期18:00、19:00两场（约1小时）
休演：7月16日、8月16日、12月29日~次年1月3日
备注：门票可即场购买。

Info

地址：京都市东山区只园町南侧570-2（弥生会馆内）
电话：075-561-3901
网址：www.kyoto-gioncorner.com
前往方法：JR“京都”站转乘巴士（市Bus）206或100号，在“祇园”站下车；京阪电车“祇园四条”站，徒步5分钟。

日本传统X手作体验!

日本传统X手作体验



一身传统打扮跟清水寺的古旧街景相衬，一定要出外走走

Info

地址：京都市东山区高台寺南门树屋町351-16(总店)
电话：075-531-2777
网址：www.maiko-henshin.com
前往方法：JR“京都”站乌丸口转乘市巴士(市Bus)206号，在“五条坂”站下车，徒步10分钟。

艺伎扮演Cosplay 四季

真正的艺伎至少要训练十年。京都有很多提供“艺伎变身”的照相馆店。推荐开业30多年的“四季”，总店位于清水寺，优势是在化妆和摄影



够专业，总监平贺正明更是桑田佳祐、小雪的御用摄影师。最受欢迎的“舞伎スタジオ摄影”(Studio摄影)收费¥13000，全套服务包括着装、专业化妆和影楼拍摄6张，全程约2小时，顾客也可自备相机，在店前和影楼自由拍照，所有相片当日可取。另有“舞伎散策プラン”(艺伎街拍)，影楼拍摄以外，顾客可穿上全副艺伎装扮在清水寺一带散步60分钟，即刻变成全街焦点，最受女生欢迎。

清水寺总店位于二宁坂和产宁坂交界处

MAP: P.339 B2

艺伎摄影收费：

	收费	内容	体验时间
Studio摄影	¥13 000	着装、专业化妆和影楼拍摄6张	约2小时
艺伎街拍	¥17 000	着装、专业化妆、影楼拍摄6张及60分钟户外散步	约2.5小时
武士体验摄影(サムライプラン)	¥6500	着装、影楼拍摄2张和10分钟户外散步	约2小时

备注：网页上即可办理预约，更有中文说明，最少3天前预约。

食物样本DIY

MAP: P.048 A3

道顿堀コナモンミュージアム (道顿堀Konamon - Museum)

“日本コナモン协会”(日本粉物协会)于2011年开设的粉物博物馆，“粉物”即泛指用粉浆做成的食物如大阪烧等。三楼设有体验工房，



工房每天有十多场章鱼丸烧模型制作体验，学员可DIY几乎可以假乱真的章鱼丸烧道具

不过教的不是章鱼丸烧，而是章鱼丸烧的模型制作，即是平日放在食店门口的蜡制食物样本。体验时间只有45分钟，每人做两粒，制成成品几乎可以假乱真!



博物馆外的巨型章鱼招牌，曾在上海世博中展出

制作步骤：

每个步骤由职员讲解，每位学员可做一粒完整及一粒馅料外露的章鱼丸，教室墙上贴有中、英、日、韩文的步骤介绍。

- 1 先将蜡注入章鱼丸模具中。
- 2 随喜好加入各式“馅料”。
- 3 取出凝固了的章鱼丸，浇上“酱汁”和光漆即成!



Info

地址：大阪府大阪市中央区道顿堀1-6-12
电话：06-6214-6678
营业时间：11:00-23:00
网址：www.shirohato.com/konamon-m/index.html
前往方法：地下铁御堂筋线或千日前线“なんば”站14番出口。

DIY体验

收费：¥1500/位
体验时间：约45分钟
教学语言：日语
备注：每日有17场体验，如没电话预约，其实当场都可以参加。

难度：★★★★

成就感：★★★★

评语：道顿堀许多章鱼丸烧店都有提供顾客DIY的章鱼丸烧，反而食物样本制作的就少之又少，制成成品更可带回家“展览”!

易学的浮世绘 MAP: P.048 B4

上方浮世绘馆

浮世绘乃日本江户时期流行的彩色印刷木版画，主要描绘当时著名的歌舞伎演员和美人，难波地区更是昔日浮世绘师的集中地。位于难波的“上方浮世绘馆”提供简单的浮世绘体验，收费只要¥500/位，学员可试印4色浮世绘版画，完成的作品可留作纪念。

由馆长兼著名现代版画家高野征子任教，另有专业浮世绘班“本格浮世绘制作体验”，收费¥5000/位



制作步骤:

- 1 由于是4色版画体验，所以一共有4张木刻板画模，先印面积占最多的黑色版。
- 2 在模版涂上油墨后，要用刷子将颜料平均刷开，不要太大力。
- 3 铺上画纸进行压印，用圆形的马连（笋皮擦子）将颜料擦匀。
- 4 重复压印其余颜色版模，最重要的是对准位置，最后揭开画纸晾干即成！



看师傅（右）跟笔者（左）的作品差别这么大，便知师傅厉害

4色体验

收费：¥500/位
体验时间：约30分钟
教学语言：日语
备注：最少3天前以电话或FAX预约（3人开班）。
难度：★★
成就感：★★
评语：博物馆已准备好版画模板，学员只负责逐一上色印，难度不高，优点是收费低、时间短。

Info

地址：大阪市中央区难波1-6-4
电话：06-6211-0303
营业时间：11:00-18:00
休息：逢周一
入场费：¥500/位
网址：www.kamigata.jp
前往方法：地下铁御堂筋线或千日前线“难波”站14番出口，法善寺斜对面。

万能包伏 风吕敷 MAP: P.356

丸益西村屋

友禅染老店“丸益西村屋”另有风吕敷体验。所谓“风吕敷”，即日本传统用来包裹物品的包袱皮。方形的风吕敷尺寸大小不一，结法却千变万化，任何物品都可以包裹。备有英语导师，游客能逐一学习各式风吕敷结法，课堂结束后有传统抹茶与果子吃，每位学员还可获赠一枚丸益西村屋出品的风吕敷。

体验课在传统町屋的2楼举行，室内摆满精致又名贵的和服，导师先示范、学员跟着做



风吕敷打包方法（12种）

收费：每位¥3150*
体验时间：1~1.5小时
教学语言：日语、英语
备注：当天预约即可，网页上即可办理，但英语教学需提早预约。
*另有6种风吕敷+京友禅体验，收费¥3150/位。
难度：★★
成就感：★★
评语：笔者是女生，觉得结法不难，但现场所见男学员颇出洋相。坊间很多书籍也有教授风吕敷结法，反而课后的品茶才是重点，附送的风吕敷布更是超值。



课堂附送英语小册子，回家可慢慢学

提醒你

“风吕敷”由来

起源于江户时代，古时平民家中没有浴室，习惯到“钱汤”洗澡，于是利用风吕敷包裹要替换的衣服往返，日文的“风吕”正是洗浴之意。现在人人讲究环保，风吕敷正是最环保的包装工具。



最复杂的是这个小手袋的结法，但也是个人最喜欢的

Info

地址：京都市中京区小川通御池南入
电话：075-211-3273
营业时间：09:00-18:00
网址：www.marumasa-nishimuraya.co.jp
前往方法：市营地下铁丸九线“丸九御池”站，徒步5分钟。

くる DIY章鱼丸烧套装
¥2100 (Little Osaka)

详细介绍见P.072

*内附食材约可存放1年。



丸福咖啡店 即饮咖啡

¥389 / 125ml

详细介绍见P.066

*约可存放24天。

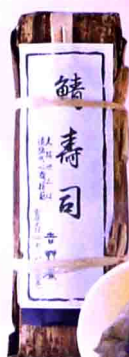


大阪



关西必买

名品特产!



吉野煎 鲭鱼棒寿司

¥1785

详细介绍见P.190

*约可存放2日。

京都

一保堂茶舗 特選煎茶

¥1890

详细介绍见P.313

*约可存放半年。



MALEBRANCHE
京都 北山

CHA
no
K
A

茶の果

お濃茶ラングドシャ

Malebranche 茶の果

¥630 / 5片

详细介绍见P.277

*约可存放1个月。

OKOICH
LANGUE DE



原了郭 黒七味粉

¥840 / 7g

详细介绍见P.331

*约可存放3个月。



月桂冠

大倉記念館限定純米清酒

¥300 / 180g

详细介绍见P.376

*约可存放1年。

普門庵 抹茶百福

¥420 / 一包18g

详细介绍见P.347

*约可存放1个月。



よーじや 面油紙

¥340 / 1册20枚

详细介绍见P.331



关西必买名品特产

章鱼丸比一般的粒大，连里面的章鱼也一样大，每粒几近2cm长，软嫩又有嚼头，鲜甜味。¥360/6粒



难波的排队王

本家大たこ(本家大章鱼)

1972年创业的路边摊，只有一个口味的章鱼丸子，却是难波道顿堀商店街的名店，店前永远排着长长的队。自称日本第一的章鱼丸，卖点在于用料新鲜，内馅章鱼的粒特别大，但售价便宜。MAP: P.048 A3

Info

地址：大阪府大阪市中央区道顿堀1-4-16
电话：06-6211-5223

营业时间：09:00-23:00 (售完即止)

*原位于道顿堀1-5-10的旧店已没有。

前往方法：地下铁御堂筋线或千日前线“なんば”站14番出口，道顿堀商店街与千日前商店街交界处。

大阪人气章鱼丸子

大比拼!

蛋香明石烧

たこ家道顿堀くくる 总店

道顿堀章鱼丸烧激战区的后起之秀，以创新口味见称，最厉害的是2010年代表日本名物出征“上海世博会”。收费略贵，但设有舒适座位，招牌是神户风格的“明石烧”，吃时蘸鲑鱼汤汁吃，口感软滑富有蛋香。还有本店独家限定的“名物びっくりたこ焼”，意为“吓一跳章鱼丸子”，有整条章鱼爪破壳而出。(详细介绍另见P.075)



Info

地址：大阪市中心区道顿堀1-10-5

白亚ビル1阶

电话：06-6212-7381

营业时间：周一至周五12:00-23:00；周六11:00-23:00；周日11:00-22:00

网址：www.shirohato.com/kukuru

前往方法：地下铁御堂筋线或千日前线“なんば”站14番出口，大阪松竹座对面。



明石烧，源自兵库县的明石市，质地松软滑嫩，富有浓郁蛋香，蘸鲑鱼汤汁同吃，感觉更健康清淡，适合女生。¥530/8粒 MAP: P.048 A4

创新口味

道顿堀 赤鬼

这家跟本家大たこ、くくる共同组成“道顿堀章鱼丸子三国”，经常都有季节独定的创新口味推出，如夏天的刨冰章鱼丸烧、冬天的浓芝士章鱼丸烧，特别受年轻人欢迎。老板本身是渔商，故章鱼特别新鲜，粉浆由小麦粉等多种面粉混合而成。招牌章鱼丸子有甜、辣、酱油和素食4款酱汁可供选择，尤以辣味和甜味最有人气。

MAP: P.048 A3

Info

地址：大阪府大阪市中央区道顿堀1-4-18

电话：06-6211-0269

营业时间：10:00-22:00

网址：www.dohtonboriakaoji.jp

*原位于道顿堀1-6-9的旧店已没有。

前往方法：地下铁御堂筋线或千日前线“なんば”站14番出口，道顿堀商店街与千日前商店街交界处。



铺顶有巨型赤鬼招牌为标记，很易找

たこ焼き(甘口汁)，比一般的粒小，酱汁较甜，章鱼肉爽脆但略细。¥380/6粒