

上海人手册

SHANGHAI

东华大学出版社 **CITY GUIDE**



上海人手册

上海锦屏文化发展有限公司策划出品

总策划 肖德高

说明：本书在付梓之前，我们已尽最大努力核实相关的资讯，以保证本书内容的最新和准确。但由于上海的变化实在是太快了，虽然，我们组织了相当大的采编队伍，尽最大努力缩短了从资料收集、核实到编辑、出版的过程，但还是感觉赶不上上海变化的速度。道路交通资讯和电话号码，以及店铺信息等等随时都在变化着，所以读者肯定会遇到事实与本书不符的情况发生，不管是因为我们核实或编辑疏忽造成的，还是由于后来现实的变化而引起的，我们都在此深表遗憾，并对可能会给您带来的不便表示歉意。希望您能给我们提供新的或变化了的信息，可来信给本书主编（地址：延安西路1882号东华大学出版社）或发邮件至 anniewennie@sina.com，以便我们能在再版时及时修正。



上海人手册

主编：徐建红

摄影：陈峰、孙俊、高春辉、鲍宇雷、张韩疆、邱超、张郭磊、
张毅、何威等

文字整理：安妮文妮、夏薇、朱继、余方佳、蒋纪剑、林虞

资料收集：黄沁、孙芝莞、俞雅露、尧伍月、曾裘、葛鸿、
欧阳凯、潘颖君、王茜、于云、平勇、赵清元、
王蕊、严娜、何小灵等

地图绘制：王高

责任编辑：吴川灵

装帧设计：陈清

出版：东华大学出版社

地址：上海市延安西路1882号（邮编：200051）

发行：新华书店上海发行所

制版、印刷：上海中华印刷有限公司

开本：860 × 900 1/32

印张：8

字数：480千字

版次：2004年1月第1版

印次：2004年1月第1次印刷

印数：0001—26000

书号：ISBN 7-81038-726-X/Z.37

定价：38.00元

图书在版编目（CIP）数据

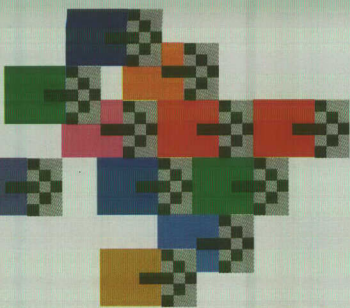
上海人手册 / 徐建红主编. — 上海：东华大学出版社. 2003.12

ISBN 7-81038-726-X

I. 上... II. 徐... III. 上海市—概况—手册

IV. K925.1-62

中国版本图书馆 CIP 数据核字（2003）第 103996 号



目录

上海概念 8

本单元主要介绍上海的地理位置、气候、历史、语言、市花和市标等。

上海魅力 12

本单元通过感性的文字，描绘上海的人文魅力。如多元文化、上海人、建筑、风俗节庆等。

吃在上海 20

本单元收集上海名气与人气最旺的美食餐厅数百家，中式菜肴和西式菜肴美食分国家与地区一一尽述，让你边看边吃，尽享“口腹”之欲，同时领略上海餐厅最迷人的风情装饰。

上海夜生活 66

本单元内容是上海最迷人的一部分：酒吧 / 俱乐部、音乐 / 演出剧院、舞厅、DISCO、KTV、影院、观夜景。

娱乐休闲 88

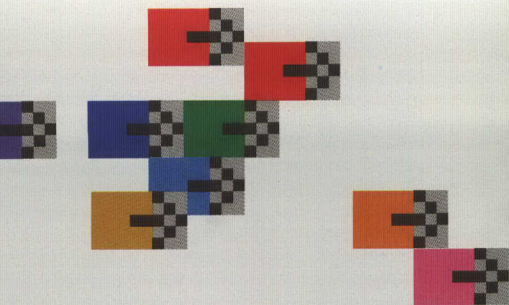
本单元收集上海最时尚的休闲生活方式及其最佳去处：啡馆馆、茶坊、健身房、游泳馆、游戏厅、休闲运动场馆、冰品饮料、高尔夫俱乐部、美术馆、画廊、博物馆、收藏馆、主题乐园、展览馆。

游在上海 104

外滩 / 黄浦江、浦东陆家嘴、老城厢、人民广场 / 南京路、新天地广场、徐家汇 / 衡山路、复兴公园 / 淮海路、鲁迅公园 / 多伦路、静安寺 / 南京西路、龙华镇、古北新区 / 虹桥开发区等。

浦东新区、松江、青浦、嘉定、南汇、崇明等。

还有上海周边最著名的水乡古镇：朱家角、周庄、同里、西塘等。



住在上海 170

上海宾馆、上海人家。

行在上海 180

往返上海：搭乘飞机抵达、搭乘火车抵达、搭乘长途汽车。

市内交通：公共汽车、地铁、轻轨、出租车、自驾车、轮渡。

逛街购物 190

本单元可令你迅速成为上海购物通：购物商圈、百货店、小店、大卖场、便利店、特色专业店、书店、特色街市。

实用资讯 212

这一单元包括：常用电话、急用电话、快递公司、学校、银行、医院、人才中介机构、猎头公司、市政府机关、外国驻沪领事馆等。

分区地图 220

非常详尽细致，可以速查街道及以下内容具体方位。

火车站 / 机场 / 主要汽车站 / 轮渡站 / 地铁站 / 公交车线路终点站 / 轮渡站 / 主要地区途径公交线路 / 主要公园、广场 / 主要商业地区 / 政府机关 / 主要邮局 / 主要医院 / 主要居民住宅小区 / 星级宾馆及特色旅店 / 一级旅游景点等。



上海概念

上海魅力

吃在上海

上海概念

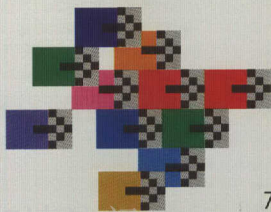
本单元主要介绍上海的地理位置、环境、气候、历史、语言、市花和市标等。

上海魅力

本单元通过感性的文字，描绘上海的人文魅力，如多元文化、上海人、建筑、风俗节庆等。

吃在上海

本单元收集上海名气与人气最旺的美食餐厅数百家，中式菜肴和西式菜肴美食分国家与地区一一尽述，让你边看边吃，尽享“口腹”之欲，同时领略上海餐厅最迷人的风情装饰。



上海概念

上海的地理位置

上海地处富饶的长江三角洲前缘，位于北纬31度14分，东经121度29分。东濒东海，南临杭州湾，西接江苏、浙江两省，北界长江入海口，正当中国南北海岸线的中部，交通便利，腹地广阔，地理位置优越，是一个良好的江海港口。上海南北长约120千米，东西宽约100千米，总面积7823.5平方千米，其中陆域面积6340.5平方千米，市区面积3248.7平方千米，长江口水域面积1107平方千米，滩涂面积376平方千米。除西南有余山、天马山等几个不高的小山丘外，大部分地区是坦荡的平地，平均海拔4米左右。上海市域范围内河网密布，拥有500千米长的江海岸线和包括中国第三大岛屿——崇明岛（面积为1100平方千米）在内的13个大小岛屿。渊源流长的黄浦江和苏州河宛如两条相交的玉带贯穿市区。上海绝佳的地理位置注定了她成为世界海洋的一个重要通商口岸，成为中国对内地辐射能力最强大的进出口咽喉，成为中国重要的经济贸易中心。



上海地理位置示意图

上海的环境、气候、人口

环境 上海土质情况总体上偏酸，适宜大部分植物的生长。近年，上海的空气质量已有了明显提高，优良以上的天数逐年增加，但与世界级城市的要求相比，尚有一定差距。上海的目标是，至2005年，空气质量指数二级和优于二级的天数要达到全年的85%~90%。到2010年世博会召开，上海的空气质量要达到世界卫生组织划定的“健康线”水平。

人口 上海市辖黄浦、卢湾、徐汇、静安、长宁、普陀、闸北、虹口、杨浦、浦东新区、南汇、奉贤、金山、松江、闵行、青浦、宝山和嘉定18个区，崇明1个县。第五次人口普查时，上海人口已达1674万人，其中包括流动人口300余万。

气候 上海属北亚热带季风气候，气候温和湿润，春秋较短，冬夏较长，四季分明，日照充分，雨量充沛，年平均气温达到16℃左右。全年无霜期约230天，年平均降雨量在1200毫米左右，但一年中60%的雨量集中在汛期。汛期有春雨、梅雨、秋雨三个雨期。四月的“清明时节雨纷纷”（春雨），六月的“梅子黄时雨”（梅雨），十一月的“秋风秋雨愁煞人”（秋雨），另外还有八月偶然间经过的台风带来的大面积降水。五月的上海是最宜人的，此时天空晴朗，鲜花盛开，绚烂一市。或者金秋十月也不错，天高云淡，旅游节通常此间开幕，大街小巷，一片欢腾。

春季（3—5月）在万物复苏的春季，上海的雨量明显增多，温度上升较快。有时，冷暖空气交替会比较频繁，气温会乍暖还寒。但总的说来，上海的春天还是风和日丽的。

夏季（6—8月）6月，上海进入全年雨量最多最集中的梅雨期，大约会持续20天左右。梅雨过后，上海便进入盛夏，由于受副热带高压控制，日照强，干热高温天气会比较常见。

秋季（9—11月）上海除了刚入秋后，短暂的“秋老虎”天气以外，大部分时间，风清云淡，秋高气爽，早晚比较凉爽，是旅游的黄金季节。

冬季（12—次年2月）上海的冬季一般气温较低，雨水较少，通常不下雪，比较寒冷。

黄梅天 气象俗语，上海人将初夏的连阴雨天气叫做黄梅天。因此时正值梅子黄熟，故名。



上海概念

历史

上海有文字记载的历史可追溯到 2500 多年前。几个世纪以来，上海都只是个小渔村，直到 13 世纪才发展为城镇。公元 751 年，在今天的松江首先建起了行政县，称为华亭县。南宋时期（公元 1260-1274 年），上海地位日益重要，这里商船云集，热闹非凡。鸦片战争使上海被迫开埠。开埠后，上海的商业、金融、纺织、轻工业和交通运输开始逐渐发展繁荣，一个国际性大商埠从此发展起来。从 20 世纪 30 年代起，随着上海经济的高度繁荣，上海的文化事业也迅速发达起来，各种专家和文化艺术界的名流云集上海，形成了与北京齐名的中国又一文化中心，并创造出了中西合璧的“海派”文化。

● 黄浦江是上海境内的主要河流，古称“东江”又称“大黄浦”。战国时期，楚国的黄歇被楚考烈王封为春申君。他命人开凿疏浚的大江，便名黄浦、黄歇浦，亦叫申江、春申江。上海别称“申”，即来源于此。

● 上海又简称“沪”。公元四、五世纪时的晋朝，松江（今名苏州河）和滨海一带的居民多以捕鱼为生，他们创造了一种竹编的捕鱼工具叫“扈”，又因为当时江流入海处称“渚”，因此，松江下游一带被称为“扈渚”，以后又改“扈”为“沪”。“沪”的称呼要比上海的称呼早 500 多年。吴淞江南岸原有两条支流，一条名叫上海浦，另一条名叫下海浦，宋代上海建镇时，东临上海浦，因而定名“上海”。

1880 年的外滩



古城墙·大境阁



上海话 LIST

- 阿拉：我、我们
- 依：你
- 帮帮忙：“谢谢依，帮帮忙！”，就是帮忙的意思。同时也可用以表示一种不屑或不相信，如：“帮帮忙哦，这种事体哪能会是真呢？”
- 横竖横：“破釜沉舟”，“不管三七二十一”，最带有上海精神的上海话。
- 勿搭界：没关系、不相干
- 嗲：撒娇，耍蛮，主要用来形容上海女孩。有时也指好的意思，如：“这样东西老嗲的”。
- 戆：犯傻
- 作：指没事找茬儿，无事生非。
- 差头：出租车
- 门槛精：精明
- 卖相：模样、外貌
- 洋盘：外行

上海话

大部分上海人都会讲普通话，现时上海讲的最多的话是普通话，普通话是上海的通用语。所以在现在，学不学上海话，对日常生活并没有什么影响。不过上海话，即上海的方言形成有一个较长的历史过程，了解上海话就可以从一个侧面了解上海的历史和文化。

本土移民：1843年上海对外开埠后，各地方人到上海落脚谋生，他们操着家乡的口音，给生活、做工或经商带来许多不便，环境需要这些移民学讲上海话。同时，上海也是适应性很强的城市，她不断吸收各地方言来充实本地语言，像上海话中的“阿是”来自苏州，“阿拉”来自宁波，“木佬佬”来自杭州，“小把戏”来自苏北。

西风东渐：西方现代文化的东渐也带来了许多新词，像“色拉、土司、白兰地、吉普卡、沙发、司的克、水门汀、派司、巧克力、开司米、冰激凌、维他命”等。上海还一度出现了闻名世界的“洋泾浜英语”：“麦克麦克”形容钞票多，“毕的生司”则是身无分文了。那些旧词语而今有的随旧事物的消亡成了过眼烟云，有的则一直活到现在。随着经济的发展，对外开放步伐的加快，上海新一代人中颇流行OFFICE英语，即在中文的行文中夹入地道的英文词汇。

市花和市标

市花：白玉兰是上海市的市花。在上海的地理环境和气候影响下，花开得特别早。每年初春，清明节前，便繁花盛开。精彩绽放的白玉兰，花大而洁白，朵朵向上。选择白玉兰为上海市的市花，象征一种开路先锋、蓬勃向上的精神。上海市市花1986年经上海市人大常委会审议通过。

市标：白玉兰、沙船和螺旋桨组成的三角图案是上海市市标的基本图形。扬帆出海的沙船是上海最古老的船舶，轮船螺旋桨象征着上海不断前进的动力和源泉，这些图案表明上海经济的起步和发展都与港口的航运、贸易相关。沙船的背景是一朵早春盛开的白玉兰。1990年经上海市人大常委会审议通过。



● **十三点：**傻子，很地道标准的上海骂人话，程度不厉害。

● **淘浆糊：**不好好做事，耍小聪明。

● **扒分：**赚钱，是比较粗俗的上海话。

● **枪势：**Chance(机会)，这来自洋泾浜英语。“混枪势”，就是瞎混，不好好做事，浪费手里的好机会。

● **结棍：**厉害

● **揩油：**占小便宜

● **人来疯：**来的客人越多，就越兴奋得忘形。

● **落苏：**茄子

● **小开：**有点类似现在的“小资”，指的是解放前的很领时髦和时尚的人。一般是家中的纨绔子弟。

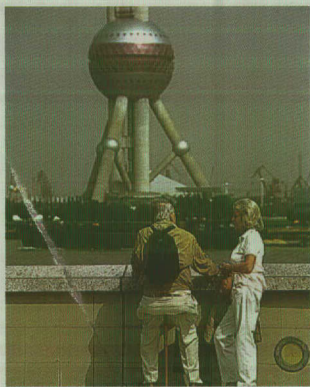
上海魅力

多元文化

作为一个移民城市，上海文化最大的特点是多元性。上海语言吸收了外地移民的方言，以及西方语言（主要是英语），上海有很多建筑中西合璧，融各种风格于一体。在上海，各种不同风格流派的艺术可以独立存在，在温和的冲突中相互学习融合，乃至产生新的海派风格。初来乍到的异乡人都会有那种切入本地文化生活的冲动，在这个过程当中上海也会无所顾虑地吸取异乡人带来的先进的文化、思想。这就是上海，一个多元文化的城市，所以不会凭着地缘优势而排斥新移民或过客，从而也使自己有机会接触和了解不同的观点和新鲜的、先进的事物，永远保持年轻的心态。

时尚

上海，一个汇聚世界顶级品牌，拥有多家售卖世界顶级品牌的时尚之都，拥有淮海路、新天地、衡山路、恒隆广场、锦江迪生、美美百货，他们是这座现代化大都市的时尚元素。上海优雅时尚的地带已经著名的有几个，在这些地带可以随时碰到优雅时尚的上海女人，也可以耳濡目染受些这类气质的熏陶。



时尚地带 LIST

- 外滩地带 中山东路、四川中路、广东路、延安东路
- 新天地地带 太仓路、马当路、黄陂南路、重庆南路、淮海中路、复兴中路
- 淮海路、复兴公园地带 淮海路、乌鲁木齐路、常熟路、华亭路、襄阳南路、陕西南路、皋兰路、香山路、瑞金二路、思南路、建国西路、南昌路
- 衡山路、徐家汇地带 衡山路、东平路、桃江路、汾阳路、永嘉路、岳阳路、徐家汇、肇嘉浜路、宛平南路、斜土路、建国路

情调

制造上海情调的人基本上是一些英语说得比英国农民还好的上海人，他们比较趋向接受西方文化，懂得生活，注重细节。和情调类似的是格调，不过相较情调，格调似乎更要腰包打底才行。上海是一个市民文化程度普遍较高的地方，又兼受西方生活方式影响较大，上海人注重生活情调是普遍的。

白领之城

据说上海是中国白领素质最高的城市，在全世界已有一定声誉。一流的跨国企业，一流的消费场所，是上海成为白领之城的条件。上海的白领，是实际的，按老板所给的报酬付出相应程度的工作。不能说各个职业道德素养极高，但绝对对得起工资待遇，所以问心无愧。也不会怨天忧人，一旦发现工作不合适，或待遇不如意，就会争取改善，或是跳槽。他们懂得享受生活是工作的目的，也是需要，而上海就是能满足他们各式各样的消费需要。所以做上海白领真是很幸福。

怀旧

上海怀旧的情绪在很多地方找得到。其中最有代表性的属新天地，还有许多老上海主题的餐厅、酒吧、咖啡馆等等地方，石库门、老唱机、月份牌，或大或小都能渲染怀旧的气氛。另外，据说上图的音像馆，陈列着老式的手摇唱机，喇叭极其夸张，铁锅大的口，很怀旧。再就是上海散落各处的老洋房了，怀旧的对象其实是房子里曾经住过的人和曾经发生的事，当然最吸引人的是风花雪月的故事。



T8 提供

- **华山路、新华路地带** 华山路、乌鲁木齐中路、安福路、五原路、武康路、永福路、兴国路、新华路、番禺路、定西路
- **南京西路、静安寺地带** 南京西路、静安寺、同仁路、泰兴路、北京西路、陕西北路
- **虹口地带** 多伦路、四川路、宝山路、甜爱路
- **虹桥古北地带** 古北路、仙霞路、虹桥路、水城南路、延安西路
- **浦东陆家嘴地带** 东昌路、世纪大道、浦东南路、张杨路、东方路



上海魅力

海派文化艺术

这种文化糅西方文化艺术与上海本土文化艺术为一体，相对于传统的京派，被称之为海派文化。它的兴起使上海的社会文化呈现出缤纷的色彩。海派文化首先作为艺术流派诞生于这块土地上。上海今日还是许多艺术家发展事业的温床，具有非常良好的艺术环境，容多种样式并存，吸引着来自其他省市地区，乃至世界其他国家艺术家来上海。租一间房子，结交一些同在上海发展的艺术家朋友，上海给每一位上海本地和外来移民艺术家提供了均等的机会，幸运者会从这个城市走向世界，名扬四海。

甲级写字楼

上海的甲级写字楼，那些明晃晃的高耸入云的建筑，是城市的面子。每天近10美元每平方米的昂贵租金和金碧辉煌的装潢足以将一些底气不足的公司和人拒之门外了。所以在这种大楼里，能经常看到穿着入时得体的各色人种，并能经常听到本土职员说一口纯熟的英语。

民俗节庆

海上风情闻名于世，如今留有历史印记的海派民俗，与现代诸多的节庆活动一起构筑了新上海的风情画。每年从新春伊始，丰富多彩的节庆活动便

都市皇后·雕塑
作者 谢艾格



油画 作者 一舟



国风 China Wind

民俗节庆 LIST

- 春节撞龙华晚钟 每年除夕夜，人们欢聚龙华古寺，撞108响“龙华晚钟”，听钟，烧头香，品尝越年面，观看各种仪式，祝福祈安。
- 城隍庙庙会 每年春节都有。
- 豫园旅游城元宵灯展 通常是在二月（农历正月十五—二十五）举行。
- 南汇县桃花节 大约会在4月1日—20日举行。
- 龙华庙会 4月上旬（农历三月三）在龙华古镇和龙华古寺内。

相继上演，一直持续到年底。各项节庆活动和会展活动的举行日期每年不尽相同，可查阅近期的旅游宣传资料，或到上海旅游信息服务中心获取所需要的信息。

老月份牌

曾经风靡上海滩的一种广告画。近代上海商业的繁荣，塑就了月份牌的繁荣。月份牌是那时上海人家最合风尚的装点。半个世纪后的今天，它成了大部人怀旧上海的凭藉。

法国梧桐

据说，上海的梧桐原为英国品种，因为当时在上海的法租界种植，故称为法国梧桐。法国梧桐是上海浪漫的资质，上海的情调是离不开法国梧桐的。梧桐，主干粗壮，叶阔，到了夏天，道路两旁梧桐的枝叶都连在一起，遮天蔽日，是天然的凉篷。领略梧桐风景可以到复兴中路、淮海路、衡山路、思南路等地段，这些路段洋气高雅是离不开粗壮的法国梧桐打底的。

旗袍

一位美国著名服装设计师曾对中国服饰有过这样的评价，说中国的服饰具有“感情温顺”的精神。在中国服饰里最能体现这一特质的就是旗袍。看过《花样年华》的人，一定会对影片中张曼玉穿着旗袍的风韵，记忆犹新，海派旗袍的风韵大抵就是这种感觉，风情万种，同时又是收敛的。旗袍前身是清朝满族妇女的一种服装，而且在满清王朝300年的统治时间里，旗袍一直被汉族妇女所抵制，直到辛亥革命以后才逐渐被接受。旗袍发展的全盛时期是1930年代，当时的上海不仅在经济文化领域胜出一筹，而且也是当时的服饰时尚中心。



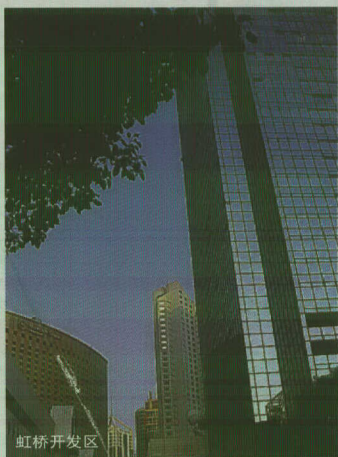
- 上海国际花卉节 4月上旬的长风公园，每逢偶数年举办。
- 上海之春音乐会 是上海最重要的音乐艺术盛会，每逢奇数年5月份在上海音乐厅等处举办。
- 上海国际电影节
- 上海桂花节 在桂林公园9月下旬—10月下旬举办。
- 上海国际艺术节 每逢偶数年的9月举办。
- 上海旅游节 10月中旬—11月上旬举行，是目前中国重大旅游节庆活动之一。



上海魅力

洋式老房子

老洋房，记载了上海过去的风花雪月，每一幢房子，都有一段故事。比方，上海淮海中路靠西一段曾经是上海法租界的地段，洋房的式样各种各样，法式、西班牙式、英式等都有。还有些是混合各国风格的房子。午后与午夜，它们呈现出的模样，都会不同。华山路在法租界的最西端，体现上海万国建筑风情，此路尤胜，在这里，你能看到许多保存完好的房子。这些小洋房上有为上海人所熟知的“老虎窗”，这是为数不多的早期建筑风格的痕迹。复兴西路上的这些小洋楼，是法租界里最法国的建筑，由当时的法国设计师设计，上有法国式的斜顶，难容只身的小阳台，前有精致的门廊，后有憨直的烟囱。太原路上的西班牙小别墅，是上海最幽静的去处，他们半联半独，每一幢都有着欲露还遮的花园，铸铁栏杆至今还不走样。虹口区也有日本现代式的洋房。还有上海西区的一些老洋房，等等。上海没有太古老的建筑，这些老洋房是上海为数不多的值得追忆凭吊的建筑。



新建筑地带 LIST

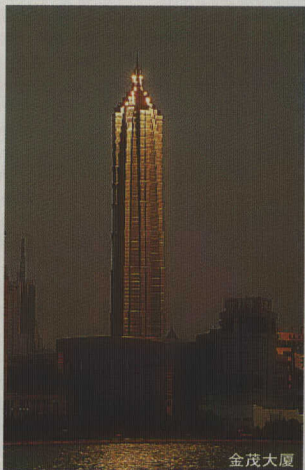
- 虹桥开发区 是我国最早的涉外经济开发区。数十幢现代写字楼、会展中心、宾馆饭店、商贸大厦等现代建筑，形成了以对外经济贸易为特征，兼具外事功能的现代化建筑群。
- 浦东陆家嘴地带 区内已建成百余座代表 20 世纪末期建筑水平的高层和超高层大楼，饮誉海内外的东方明珠和金茂大厦等建筑物就在这里。
- 人民广场地带 聚集了一批代表我国当今最高水平的文化建筑。广场周

石库门

石库门，上海特色建筑，作为上海近代都市生活开端的象征，像上海很多东西一样，历史并不长久，兴盛于上世纪初。石库门的建筑风格融西洋联排式建筑的风格与江南民居特色为一体，从石库门兴起到渐渐破落，印证了上海百年的沧桑。石库门自然有它的好处，比如节省空间，冬暖夏凉等。石库门曾经是上海人生活的一个重要舞台背景，人们在这里出生、嫁娶、生育后代，打开每一幢石库门的油黑大门，石库门是一个喧哗的所在。它的空间结构与配置方式会影响人的行为与思想意识，石库门帮助塑造了上海人的性格，使上海人的性格带有明显的石库门精神，“骡丝壳内做道场”，聪明精细，再艰难的日子也过得井然有序，有滋有味。感受石库门可以到上海鼎鼎有名的“新天地”，也可以到上海老城厢地区，后者可能比前者更原滋原味些。

上海新建筑

建筑是凝固的音乐，建筑是无声的语言。上海从黄浦滩头出现第一座砖木结构的房子起，便拉开了“万国建筑博览”的帷幕。第一次世界大战后，欧洲古典式、文艺复兴式等各式经典建筑开始逐一落户租界。随着时空的转变，除了外滩林立的洋行，许多豪华饭店相继落成，大批具有现代风格的高层建筑拔地而起。改革开放以来，上海城市建设日新月异，一座座标志性建筑拔地而起，荟萃成为上海特有的城市风貌。新建筑呈区域式、规模式发展，无论在浦东还是浦西，都有许多成熟的新兴建筑群落。



金茂大厦



上海大剧院



上海国际会议中心

围地区还矗立起相当数量的现代高层建筑。

● 南京西路静安寺地带 这是最新崛起的一个现代化地带。因为这一带原来是上海文化的代表地之一，有深厚的底蕴，所以很快就以高尚著名。

标志性新建筑 LIST

- 金茂大厦 ● 上海大剧院 ● 东方明珠广播电视塔 ● 上海国际会议中心
- 上海博物馆 ● 上海体育场