

# 东 京



樱花围绕的动漫之都

# 东京

# TOKYO

更新时间: 2014.07



蚂蜂窝旅游攻略  
www.mafengwo.cn



## 目录 Catalogue

- 02 东京速览 / 特别推荐
- 03 地图
- 05 亮点 / 景点
- 10 住宿
- 12 餐饮
- 14 购物
- 15 娱乐
- 17 路线推荐 / 节庆
- 18 实用信息
- 19 出入境
- 20 外部交通 / 内部交通
- 22 旅行路上

## 东京速览 Introducing TOKYO

日本首都东京是亚洲最大的城市，是全球最重要的经济中心之一，是一座拥有巨大影响力的国际大都市。下辖 23 个特别区、26 个市、5 个町、8 个村以及伊豆群岛和小笠原群岛，是全球最大的都市区和都会区，也是世界上人口最多的城市之一。

东京是一座充满活力和时代感的城市，你对它的了解可能来自于宫崎骏的动画，或是黑泽明执导的电影；个人风格可能来自于原宿的街头时尚，或是川久保玲的震撼影响；饮食口味可能来自于寿司的广泛传播，或是居酒屋的日式烧酒。

东京是一座井然有序和充满正义的城市，在这里，你可能感受不到核辐射和地震给它带来的创伤，也看不到国外品牌会击败国产品牌的现象。但是你可以感受到城市街道虽小但十分干净，国产品牌大行其道。也许，这正是东京的精神所在。

**千代田区：**国会、皇宫等行政中心所在地

**中央区：**银座等商业中心所在地

**港区：**东京铁塔、六本木等所在地

**新宿区：**东京都厅所在地，新商业中心

**涩谷区：**表参道、原宿等商业中心所在地

**Khakha** 几天在东京，不能不说到这个城市的立体和层次。首先是因为地下极其发达的地铁系统，看到密密麻麻的地图，就已经非常咋舌了；其次是因为地上四通八达的道路，即便高耸的写字楼和商业大厦也被人行通道连接起来，走着走着，已经在地上 2 层了；就是这样，城市不再扁平，更像是一个立方体，空间也被扩大了，不是散乱的，而是井井有条的，好似日本人生来的品质：秩序和规矩。

## 特别推荐 Special

### 体验电视剧里真实的居酒屋

居酒屋以前以男性公司职员为主要对象，随着时代的推移，逐渐成为不分男女老少的群众性社交场合，是日本文化不可或缺的一部分。不论是日本还是别国的影视剧里，都会出现居酒屋的场景，主人公在居酒屋喝着爽口的酒、吃着小菜，谈论着各自的生活，整个画面给人以温暖的感觉。东京有许多这样的居酒屋，温馨的店面布置与格调，你也可以体验一把电视剧里的真实。

### 品尝独特的生鸡蛋拌饭

生鸡蛋拌饭是日本人的一种特色吃法，不少日剧都能看到这样的情节。日本民众通常把热气腾腾的米饭盛在碗里，然后把生鸡蛋打碎，蛋液倒在饭上，再加适量酱油或少许盐，搅拌均匀后食用。生鸡蛋拌饭因为价格便宜，做法简单，又能快速补充热量，迅速被民众接受。如果对此有兴趣，不妨一试这独特味道。

**最佳旅行时间** 东京属于温带季风气候，四季分明，春季和秋季是最佳旅游时间。

春季（3-5 月）是日本著名的樱花（Sakura）盛开时节，3 月由九州岛开始，从南向北，4 月经过本州岛的主要城市。樱花的花期很短，通常只能盛开一周，具体的观樱时期也会根据气候因素而有所不同。秋季（9-11 月）又会看到和春季不一样的景色，10 月从北向南，城中各个著名庭园的枫树都红了，还有漫山遍野的红叶，全城红霞似火，美不胜收。

**穿衣指数** 日本国土以温带季风气候为主，但是南北跨纬度约 20 度，因此全国各地的气候有很大的不同，分为了 6 个气候。东京位于本周东部，被分为太平洋侧气候，夏季梅雨、强台风多，前往应备好雨具、薄冲锋衣等，冬季则降雪较少，但室内外温差大，注意防寒保暖。

**消费指数 / 汇率** 东京是全球物价较高的城市之一，一份便当约 2500 日元，住宿每晚约 4000 日元，但视具体情况而定，相对欧洲部分地区、美国、俄罗斯等略为便宜。

汇率：日本的官方货币为日圆（円，发音为 en），又称日元，货币符号为“¥”（英语发音为 Yen）。

兑换：1 人民币元 ≈ 16.8489 日元；1 日元 ≈ 0.059 人民币元（2014 年 3 月）

**时差** 东京属于东九区，比北京时间早 1 小时。

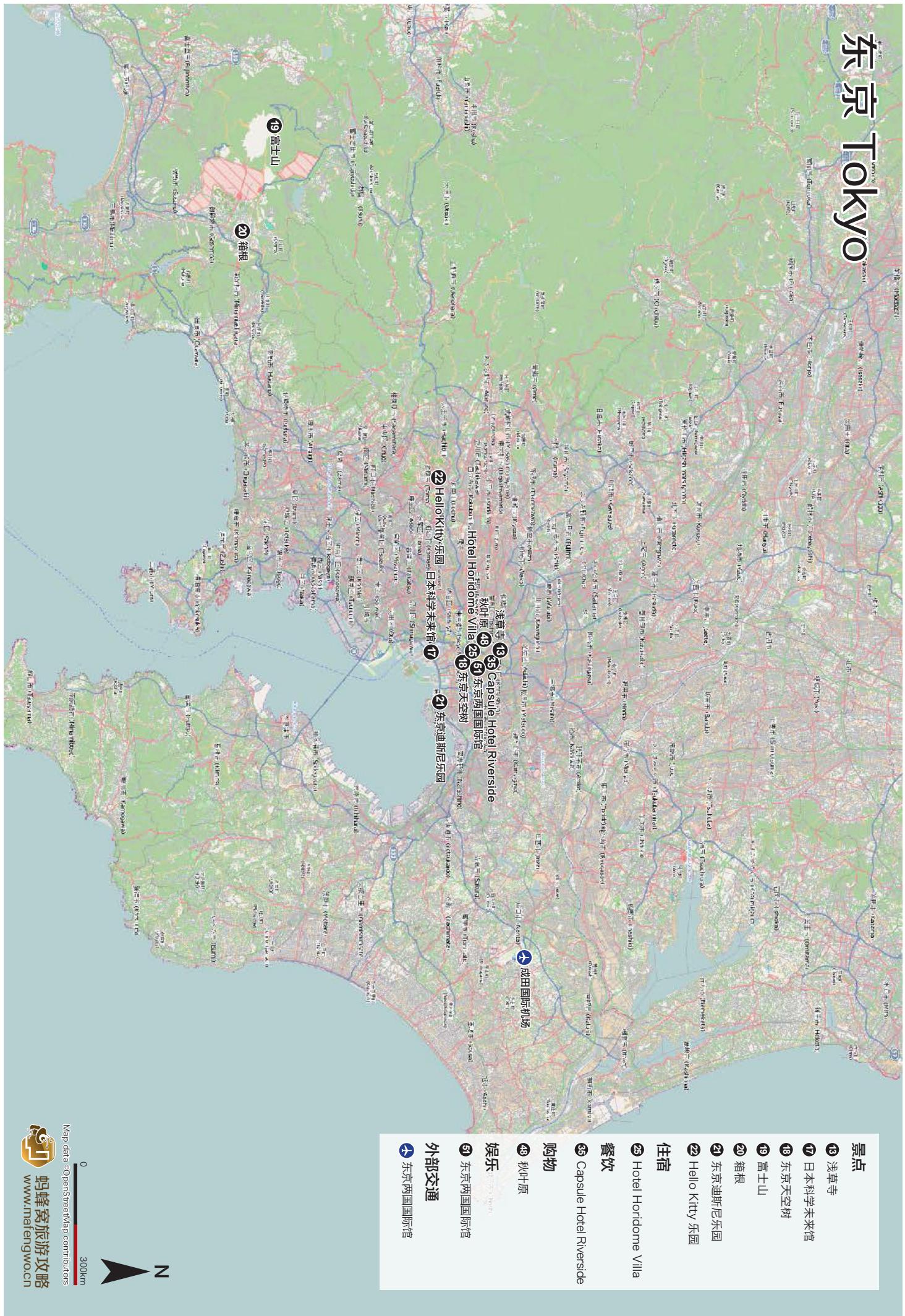
### 致谢

封面提供：寰宇周天

图文提供：**Khakha** **hunry** **木南炸弹** **米甘花见** **Libby** **心仪的十三痴** **翎镜海** **Enray** **Iris0327** **五丁包** **dingom lzg** **李贤文** **Nic-cat** **UFO** **紫星**

© 北京蚂蜂窝网络科技有限公司 (mafengwo.cn) 独立拥有或与本站注册用户共同拥有本站内容版权和其他相关知识产权；未经本公司明确书面许可，任何人不得复制或在非本公司所属服务器上制作镜像或以其他方式使用本站内容。

# 东京 Tokyo



# 东京 Tokyo



## 景点

- 01 皇居
- 02 皇居东御苑
- 03 国会议事堂
- 04 日比谷公园
- 05 北之丸公园
- 06 东京广告博物馆
- 07 东京塔
- 08 六本木
- 09 代代木公园
- 10 明治神宫
- 11 东京都厅
- 12 新宿御苑
- 13 国会议事堂
- 14 上野动物园
- 15 东京国立博物馆
- 16 东京国立西洋美术馆
- 17 东京塔
- 18 表参道
- 19 青山店
- 20 涩谷
- 21 清水寺
- 22 大都市旅馆
- 23 东映动画 Gallery

## 住宿

- 24 东京帝国饭店
- 25 First Inn Kyobashi
- 26 涩谷东急酒店
- 27 涩谷青山樱花饭店
- 28 Century Southern Tower
- 29 新宿华盛顿酒店
- 30 东京国际青年旅舍
- 31 樱花旅馆
- 32 Green Plaza Shinjuku Capsule Hotel
- 33 First Inn Kyobashi
- 34 Green Plaza Shinjuku Capsule Hotel
- 35 Anago Tamai
- 36 表参道店
- 37 伊豆茉
- 38 Tonchin
- 39 Ten-Ichi

## 餐饮

- 30 东京国际青年旅舍
- 31 樱花旅馆
- 32 Green Plaza Shinjuku Capsule Hotel
- 33 First Inn Kyobashi
- 34 Green Plaza Shinjuku Capsule Hotel
- 35 Anago Tamai
- 36 表参道店
- 37 伊豆茉
- 38 Tonchin
- 39 Ten-Ichi
- 40 金太朗井
- 41 六本木店
- 42 表参道店
- 43 青山店
- 44 涩谷
- 45 新宿
- 46 新宿

## 实用信息

- 52 日中友好医院
- 53 中国驻日本大使馆
- 54 新宿
- 55 东京巨蛋



蚂蜂窝旅游攻略  
www.mafengwo.cn



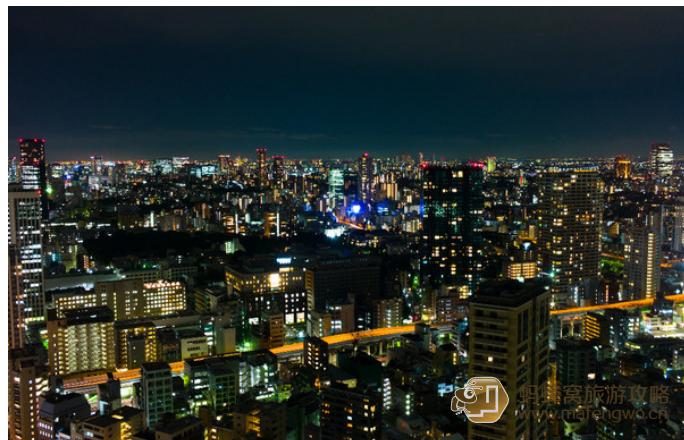
## 亮点 Highlights

### ★ 不可错过的樱花树下的浪漫

樱花是日本的国花，在现代被日本人视作日本的精神象征。日本政府把每年3月15日-4月15日定为“樱花节”，也是最佳的赏花时节，和朋友、亲人一起席地而坐，一边赏樱一边畅饮，是日本人一年中最重要的事。上野公园（见第8页）、千鸟之渊（详见第6页）、新宿御苑（详见第7页）等都是观樱不错的地点。

### ★ 登上东京塔体验夜色下的浪漫

当夜色降临时，登上东京塔（见第5页），东京最好的景色就在高处。在晚上，东京塔是暖暖的橙色，通体发光，比巴黎的埃菲尔铁塔稍稍高了那么一点，俯瞰效果不一般，位于150米处高的大眺望厅可以360度欣赏美丽夜景，整个城市像千万颗闪耀的星星，鳞次栉比的大厦在夜间格外漂亮，灯光形成了自然的边界线，期间贯通的道路也被各种汽车灯光装饰了起来。



**Khakha** 夜色下的东京

### ★ 现场感受棒球比赛的激情

棒球是日本最普及的运动，家喻户晓。在联赛期间，电视台几乎每天都直播棒球比赛，每次联赛都会给日本带来不小的经济效益，而且日本的大学和中学都拥有相当数量的棒球队。两个大型的职业联赛：中央联赛（详见15页）和太平洋联赛（详见15页），每年从4月一直进行到10月，最后在日本最终的季后赛上汇合，东京巨蛋棒球比赛场（详见16页）就是最后比赛的地方，也是有名的观光场所，没有比赛时，这里也举行大型演唱会。

### ★ 寻找忠犬八公的足迹

忠犬八公和主人之间真实、感人的故事可能很多人都听说过，1987年由日本演员仲代达矢主演这个改编的真实故事，在日本引起了轰动，2009年由美国导演莱塞·霍尔斯道执导并在美国上映，同样引起了巨大的反响，至今都感动着无数人。现在这只忠犬八公雕塑在它身前一直等候主人的涉谷车站的门口，仿佛还在等待主人的到来，给人安定祥和之感。

### ★ 感受“肉搏”文化

当看到电视里两个肥胖的男人互相抓着仅供遮羞的裤衩在圆环里肉搏，你也许会发笑。但是在日本，相扑有着举足轻重的地位，被日本人尊为“国技”。大多数优秀的选手都是在18-35岁之间，并且经过严格的训练，男相扑选手当然是越“膘肥体胖”越有利，所以为了尽量长胖，男相扑选手每天除了饱餐两顿饭外就是长时间睡觉，期间只进行短时间的训练。

想要进一步了解日本的相扑文化，可以去东京两国国际馆（见第15页）观看一场相扑比赛，现场感受其魅力。

### ★ 印章收集者的欢欣鼓舞

美好的旅途结束，总想为它留下点什么，可以是精美的照片、生动的文字、摆设的纪念品，还可以是新颖的当地特色的印章。日本JR线各站及各大景点推出了纪念印章，供游人盖章留念，如果你也是印章收集狂，那就记得带一个轻便的小本，满满的印记是抹不掉的回忆。

## 景点 Sights

东京的景点类型很多，自然风光、城市建筑、历史景点都有分布，同时，东京也是一个沿海城市。东京的轨道交通非常发达，在这里，大部分的主要景点都被轨道交通串联起来，形成网状密布的格局。一如住宿可以根据山手线沿线来选择，景点也同样可以按照山手线来游览。东京都的景点大致都分布在这条环线上。银座附近是世界闻名的三大繁华区之一（另两个是巴黎香榭丽舍大道和纽约第五大道）。上野和浅草则倾向于文化和历史景点，博物馆、美术馆和寺庙密布。港区的六本木和赤坂则是夜生活的聚合地。千代田区的皇居也是很著名的旅游地。另外新宿和涩谷一带也集中了很多的公园、神社等旅游景点。浏览东京通常需要2-3天时间。

### 千代田区

#### 01 皇居

皇居是日本天皇平时居住的场所，天正十八年（公元1590年）由德川幕府第一代将军德川家康修筑。其中正殿是整个宫殿的中心，皇室的主要活动和外交礼仪都在正殿的“松之阁”举行，长和殿是天皇接受群众朝贺的地方，丰明殿内有大宴会场，常御殿为天皇内宫。此外，宫内还有花阴亭、观瀑亭、霜锦亭、茶室、皇灵殿、宝殿、神殿、旧御府图书馆等。

南侧的二重桥是游客必到之地，二重桥下的护城河被公认为皇居最美之地。日本东京皇居前广场，位于丸内高层楼街和皇居之间，广场有一座由东京美术学校的师生在1904年铸造的铜像，铜像高4米，重6吨多，反映了当时日本铸造技术的最高水平。



**hunry** 皇居



地址：东京都千代田区千代田 1

费用：免费

开放时间：除了每年 1 月 2 日（新年）和 12 月 23 日（天皇生日）等极个别几天不开放外，其余时间 可常年参观

网址：<http://sankan.kunaicho.go.jp/guide/koukyo.html>

到达交通：JR 东京站，步行约 10 分；JR 有乐町站，步行约 8 分。地铁千代田线二重桥前站，步行 3 分钟；地铁日比谷线日比谷站，步行 5 分钟；地铁三田线日比谷站，步行 2 分钟

用时参考：半天至一天

## 02 皇居东御苑 Imperial Palace East Garden

东御苑占整个皇居的四分之一，从二重桥穿过步行 10 分钟就能到达，免费开放，景致十分美丽。

地址：东京都千代田区千代田 1-1

费用：免费

开放时间：需要预约，3 月 -10 月周二至周四、周六周日 9:00-16:30，11 月 -2 月 9:00-16:00

联系方式：[+81-03-3213-2050](tel:+81-03-3213-2050)

到达交通：搭乘千代田先、丸之内线、东西线到大手町站下

用时参考：半天

## 03 国会议事堂

国会议事堂坐落在日本东京千代田区，它是日本国会的所在地，建于公元 1936 年。整幢楼是一座近代式样的白色宏大建筑，中间部分突起，呈金字塔尖顶，共 9 层，左右两侧对称，各成长方形，左面为众议院，右面为参议院，各高 3 层。在议事堂的正门内，立有伊藤博文、大隈重信、板垣退助的铜像。议事堂的周围有首相官邸、议会馆、记者会馆和国会图书馆等。

地址：东京都千代田区永田町 1-7-1

费用：免费

网址：<http://www.sangiin.go.jp/japanese/taiken/bochou/kengaku.html>

开放时间：9:00-16:00（周六、日和法定节假日有 6 次参观安排）

联系方式：[+81-03-3581-7954](tel:+81-03-3581-7954)

到达交通：东京地铁丸之内线、千代田线国会议事堂前站步行约 2 分钟；东京地铁有乐町线永田町站步行约 3 分钟

用时参考：半天

## 04 日比谷公园

日比谷公园位于皇居南面，是日本第一座具有西式风格的花园。公园链接霞关、银座、新桥，非常方便，内有西式花圃、开放的空地、喷泉和一个日式花园，这里是东京市民日常休闲娱乐的场所，也是欣赏樱花的不错地点。

地址：Hibiya Station

到达交通：日比谷、千代田线至日比谷站下

用时参考：半天

## 05 北之丸公园

北之丸公园以一条长达 400 米的千鸟渊樱道而闻名日本，被称为千鸟之渊。千鸟渊是日本皇宫的护城河之一，因湖面形似千羽鸟儿振翅欲飞的样子而得名。樱花季节时，800 株染井吉野樱和山樱夹道而开，是仅次于上野公园的东京赏樱胜地，其夜樱盛宴也十分繁华美丽。

地址：东京千代田区北面

费用：免费

到达交通：东西线至竹桥站；新宿线至九段站

用时参考：半天

## 中央区

### 索尼大厦

索尼大厦里展出了索尼公司最新的设备和产品，或是一些为推向市场的概念产品，在这里可以体验最新款的数码相机、笔记本电脑等。

地址：东京中央区银座 5-3-1

费用：免费

网址：<http://www.sonybuilding.jp/c/index.html>

开放时间：11:00-19:00

联系方式：[+81-03-3573-2371](tel:+81-03-3573-2371)

到达交通：银座、日比谷和丸之内线至银座站

用时参考：半天

## 06 东京广告博物馆 Advertising Museum Tokyo

东京广告博物馆是日本唯一的广告博物馆，2002 年 10 月开馆，展示了日本江户时代至今的广告发展史，可以体会到浓浓的江户风情；还有各个年代的报纸杂志书籍以及大热的商品，如初版红绿上下两册《挪威的森林》，纯爱物语《东爱》DVD，蜡笔小新和小丸子的漫画书，SMAP×SMAP 的料理书等，博物馆每年举行大约 12 次企画展。

地址：Caretta Shiodome Building B1 & B2 层

费用：免费

网址：<http://www.admt.jp/en/index.html>

开放时间：周二 - 周五 11:00-18:30，周六 11:00-16:30

联系方式：[+81-03-6218-2500](tel:+81-03-6218-2500)

到达交通：都营大江户线至汐留 (Shiodome) 站，JR 新桥 (Shimbashi) 出口

用时参考：半天

## 港区

### 07 东京塔

东京塔是比法国巴黎的埃菲尔铁塔还高的铁塔，塔上的灯光照明由世界著名照明设计师石井干子设计主持，照明时间为日落到午夜 12 点之间，灯光颜色随季节变化，夏季为白色，春、秋、冬季为橙色。塔的上部装有东京都 7 个电视台、21 个电视中转台和广播台等的无线电发射天线，是整个建筑物的心脏，对外发送无线电波，为 NHK（日本广播协会的缩写）、日本电视网、东京放送、朝日电视、富士电视、十二台等电视台的 7 个频道传送节目。塔上有瞭望台，可以透过玻璃一览整个东京的景色，塔的底部还有远东第一蜡像馆。

地址：东京都港区芝公园 4-2-8

费用：大展望台成人 820 日元，儿童 310 日元，特别展望台成人 600 日元，儿童 350 日元；联票成人 1420 日元，儿童 660 日元

网址：[www.tokyotower.co.jp/china](http://www.tokyotower.co.jp/china)

开放时间：9:00-22:00

联系方式：[+81-03-3433-5111](tel:+81-03-3433-5111)



到达交通：JR 山手线至滨松町站；日比谷线至神谷町站；都营大江户线至赤羽桥站

用时参考：半天至一天

## 08 六本木

六本木地区已经慢慢发展有了很大的变化，这里以夜生活及西方人聚集而闻名，有世界一流的餐厅等。花了 17 年才建成集购物、餐饮、娱乐、住宅为一体的综合性建筑六本木之丘，吸引了无数的人们。新发展的东京中城临近高档商店、丽思卡尔顿酒店、顶级餐厅等，让你有不一样的享受。

地址：东京港区六本木

到达交通：日比谷线、都营大江户线至六本木站

用时参考：半天至一天



**木南炸弹** 六本木 HILLS 上 53 层的东京夜景

**木南炸弹** 出现了传说中的六本木 MID TOWN，乍一看觉得和中国随便哪里的高楼没什么区别，进去才知道别有洞天

## 涩谷区

### 09 代代木公园

代代木公园原为日本陆军的练兵场，曾作为奥林匹克运动员村使用，后改建为现在的代代木公园。代代木公园是东京都内出了名的赏樱景点，也是野餐的好去处，园内种植了一万八千棵以上的树木，空气十分清新，明治神宫也在其内。

地址：东京都涩谷区代代木神园町 · 神南二丁目

费用：免费

网址：<http://www.tokyo-park.or.jp/park/format/index039.html>

电话：+81 3-3469-6081

到达交通：JR 山手线至原宿站；千代田线至代代木公园站，步行 3 分钟  
用时参考：半天

### 10 明治神宫

明治神宫是东京 5 个最主要的神社之一，其他 4 个是日枝神社、靖国神社、大国魂神社和东京大神宫。每年去参拜明治神宫的人数总是日本的最高纪录，尤其在新年伊始，因为据说明治神宫的卦签很灵验。每年都有多场新生儿命名仪式、成人礼、毕业典礼和婚礼等各种人生重要仪式在明治神宫举行。日本很多偶像明星的成人礼就在此举行，吸引了不少拥趸追访，而明治神宫每年上千场的日本传统婚礼，更为这里增添了一道精致美丽的风景。

地址：东京都涉谷区代代木神园町 1 号

费用：免费

电话：(81-3)33795511

网址：[www.meijijingu.or.jp](http://www.meijijingu.or.jp)

到达交通：JR 山手线至原宿站

用时参考：1-2 小时



蚂蜂窝旅游攻略  
[www.mafengwo.cn](http://www.mafengwo.cn)

**米甘花见** 神社有好多人举行婚礼仪式

## 八公犬像

忠实憨厚的八公犬和主人的真实故事感动了无数人，主人在外捡回八公，从那以后八公每天都会准时在车站门口接主人下班，主人去世后，八公还是未曾间断地在车站口等候，直到死去，人们为了缅怀这只忠实的好狗，在它经常等候主人的涉谷车站口立了一尊雕像。

地址：涉谷车站口

费用：免费

到达交通：JR 山手线至涉谷站

## 新宿区

### 11 东京都厅

东京都厅是日本东京都政府总部所在地，45 楼的展望台上可以俯瞰东京，不仅近处的新宿御苑、皇居、明治神宫、代代木公园、东京塔等尽览无遗，天气晴朗时，还可以远眺东京湾跨海彩虹大桥的壮观景色和美丽的富士山。除新年以外，假期亦照常开放。

地址：东京都新宿区西新宿二丁目 8 番 1 号

费用：免费

开放时间：观光台周二至周日 9:30-23:00

联系方式：+81-03-5321-1111

到达交通：都营大江户线至都厅前站

用时参考：2-3 小时

### 12 新宿御苑

新宿御苑是东京最大的日式庭园和法式庭园相结合的公园，位于市中心，也是观樱的最佳场所之一。

地址：东京都新宿区内藤町 1 号

费用：成人 200 日元，15 岁以下青少年 50 日元，6 岁以下儿童免费



网址: <http://www.env.go.jp/>

开放时间: 9:00-16:30

联系方式: +81-03-3350-0151

到达交通: JR 山手线至新宿站, 步行 10 分钟左右

用时参考: 2-3 小时

## 上野区

### ⑬ 浅草寺

浅草寺是东京最著名、最古老的寺庙, 也是东京人口密度最高的地方之一。据说寺内有一座在公元 628 年偶然被当地渔民打捞上来的观音金像, 每年都有许多人前来寺庙祈福保平安。除浅草寺内堂外, 浅草寺院内的五重塔等著名建筑物和史迹、观赏景点非常多。每年元旦前后, 前来朝拜的香客, 人山人海。进入浅草寺向右转, 有个大喷池, 名曰净手池, 水是可以喝的。

地址: 东京都台东区浅草二丁目

费用: 免费

网址: [www.senso-ji.jp](http://www.senso-ji.jp)

开放时间: 6:00-17:00

联系方式: +81-03-3842-0181

到达交通: 银座或都营浅草线至浅草站

用时参考: 2 小时



**心仪的** 浅草寺

**心仪的** 为什么这个大灯笼叫雷门? 我原以为这里叫雷门寺呢, 后来才知道是浅草寺。来东京不可不游浅草, 这里有五重塔等人们熟悉的景色, 历史典故和美食及个性商店浑然一体。参拜浅草神社时要走仲见世大道, 边吃边走。

**十三疯** 浅草寺也不大, 但是东京最大的, 我的“不大”是和中国比的, 一比真的是小巫见大巫。发现无论是什么地方什么场合, 东京的一切都非常干净。

## 上野公园

上野公园面积很大, 里面有各种植物, 还有动物园、美术馆、博物馆等, 西乡隆盛的铜像是上野公园的标志。这里也是观樱的著名场所, 樱花盛开期间, 会有众多游人来这里观赏。

地址: 东京都台东区上野公园 · 池之端三丁目

费用: 免费

电话: +81 3-3828-5644

网址: [www.kensetsu.metro.tokyo.jp/toubuk/ueno/index\\_top.html](http://www.kensetsu.metro.tokyo.jp/toubuk/ueno/index_top.html)

开放时间: 5:00-23:00

到达交通: JR 山手、银座、日比谷线至上野站

用时参考: 1-2 小时



**Libby** 上野公园赏樱的人们

### ⑭ 上野动物园

上野动物园是日本最古老、最有名的动物园, 里面有各种稀有动物, 还有来自中国的国宝熊猫, 带孩子来这里游玩是不错的选择。

地址: 东京都台东区上野公园 · 池之端三丁目

费用: 成人 600 日元, 学生 200 日元, 儿童免费

网址: <http://www.tokyo-zoo.net/zoo/ueno/>

开放时间: 周二至周日 9:30-17:00

联系方式: +81-03-3828-5171

到达交通: JR 山手线至上野站

用时参考: 2 小时

### ⑮ 东京国立博物馆

东京国立博物馆是日本最大的博物馆, 收藏着最丰富的日本艺术品。

地址: 东京都台东区上野公园 13-9

费用: 成人 600 日元, 学生 400 日元

网址: [www.tnm.jp](http://www.tnm.jp)

开放时间: 10-3 月周二至周日 9:30-18:00; 4-9 月周五 9:30-20:00, 周六、日 9:30-18:00

联系方式: +81-03-3822-1111

到达交通: JR 山手、银座、日比谷线至上野站

用时参考: 1-2 小时

### ⑯ 东京国立西洋美术馆

东京国立美术馆可能是亚洲区藏品最好的西洋美术馆, 特别是近代作品, 差不多所有大家应该认识的画家都有作品在这里。这个美术馆, 不但展品值得看, 建筑物本身也十分讲究, 日本当地人喜爱来这里, 如果时间够值得去一去。

地址: 东京都台东区上野公园

费用: 成人 420 日元, 学生 70-130 日元。



网址: [www.nmwa.go.jp](http://www.nmwa.go.jp)

开放时间: 9:30-17:30, 周五 9:30-20:00, 周一闭馆

联系方式: +81-03-5777-8600

到达交通: JR 山手线至上野站

用时参考: 1-2 小时

## 台场和东京湾

### ⑯ 日本科学未来馆

日本科学未来馆是日本最好的科学博物馆，在这里你可以有不同的有趣体验，还可以自己动手制作机器人。

地址: 东京都江东区青海 2 丁目 3-6

费用: 成人 500, 儿童 200 日元, 周六儿童免费

网址: [www.miraikan.jst.go.jp](http://www.miraikan.jst.go.jp)

开放时间: 10:00-16:30

联系方式: +81-03-3570-9151

到达交通: 百合鸥号至船舶科学站或电讯中心站

用时参考: 1-2 小时

## 墨田区

### ⑰ 东京天空树

东京天空树是位于日本东京都墨田区的电波塔，2011 年 11 月 17 日吉尼斯世界纪录认证为“世界第一高塔”，成为全世界最高的自立式电波塔，也成为东京的新地标。塔高 634 米，但在 350 米和 450 米处设有展望台，东京的美丽景色从展望台上一览无遗。在不少动漫作品里也或多或少可以看见天空树的影子。

地址: 东京都墨田区押上 1 丁目 1-13

费用: 成人票 350 米展望台 2000 日元, 450 米展望台 3000 日元, 具体票价参考官网

网址: [www.tokyo-skytree.jp](http://www.tokyo-skytree.jp)

开放时间: 展望台 8:00-22:00

到达交通: JR 总武线至锦糸町站; 都营浅草线至押上站

用时参考: 2 小时

## 周边

### ⑲ 富士山

富士山矗立在东京西部，是世界上最大的活火山之一，也是日本的象征。箱根是最理想的观看富士山的地方，天气晴朗的日子，尤其是冬季，从很远的地方就能看到富士山。这座日本最高的山峰（海拔 3775.63 米）上覆盖着皑皑白雪，就像明信片上的风景画一样迷人。天气不好的时候，需要离很近才看得到。攀登富士山也是个不错的选择，山上的风景更为迷人，登山时要注意防寒保暖，山上的温度会比山底低许多，有精力的话还可以到富士北部山麓上的富士五湖（山中湖、河口湖、西湖、精进湖和本栖湖）。如果初次攀登可以咨询富士火车站旁的富士吉田信息中心（联系方式: +81-03-0555-22-7000, 营业时间: 9:00-17:30）。

地址: 东京静冈县富士宫市

到达交通: 搭乘公共汽车或新干线都能到达

### ⑳ 箱根

箱根地区是观赏日本乡村风光的首选，再加上富士山的美景，绝对值得一去。大涌谷是箱根最著名的旅游景点，这里山岩裸露，岩缝间喷出的地热蒸气雾气腾腾，从地壳张开的裂缝内，喷出大量的硫黄蒸气，扑鼻的硫黄臭味，也将泉水烧得滚烫。大涌谷有种特产“黑玉子鸡蛋”，是用温泉煮的，蛋黄比其他鸡蛋都要鲜美，日本曾有传说，吃一枚黑鸡蛋可以延寿 7 年。在大涌谷随处可见卖黑鸡蛋的商店，可见黑鸡蛋在大涌谷非常有地位。来到箱根一定要体验日本最有名的箱根温泉，帮你洗去疲惫。箱根芦之湖还有游览船运营，在湖面上欣赏箱根富士的自然景色更是迷人。

地址: 东京神奈川县

网址: [www.hakone.or.jp/english](http://www.hakone.or.jp/english)

到达交通: 搭乘小田急高速巴士; 小田急线列车

用时参考: 1-2 天



 **心仪的** 富士山左右对称，顶部洁白，据说是保护日本的女神



 **心仪的** 黑鸡蛋

**翊镜海** 他们的口号是：吃一个年轻 10 岁。我连吃两个，看来是回到 0 岁了

### ㉑ 东京迪士尼乐园

东京迪士尼乐园是亚洲第一个大型游乐园，由迪士尼乐园和迪士尼海洋乐园组成。东京迪士尼乐园主要分为世界市集、探险乐园、西部乐园、新生生物区、梦幻乐园、卡通城及未来乐园等 7 个区，园内的舞台及广场上定时会有丰富多彩的化妆表演和趣味游行活动，这些表演定会让你流连忘返，是带全家出游的好去处。



地址：东京千页县浦安市舞滨 1-1

费用：1 日票 5800 日元，成人 5000 日元，学生 3900 日元

网址：[www.tokyodisneyresort.co.jp](http://www.tokyodisneyresort.co.jp)

开放时间：每日具体开放时间和表演活动详见官网

联系方式：+81-45-3305211

到达交通：JR 京叶线、武藏野线至舞滨站

用时参考：半天至一天



**心仪的乐园入口城堡**

具体游玩也可参考

[Enray](http://www.mafengwo.cn/i/923274.html) <http://www.mafengwo.cn/i/923274.html>

## ㉒ Hello Kitty 乐园

又叫三丽欧彩虹乐园，是一家室内主题乐园，每年都会吸引不少游客前来。乐园里有各式音乐厅、餐馆、主题游戏等，都是家喻户晓的卡通人物 Hello Kitty、Pochacco、Keroppi 等，夏天还会有关节烟花绽放和嘉年华式的大巡游，让你体会温馨与感动。

地址：东京多摩市落合 1-31

费用：可以根据自己的需求选择 1 日通票或 1 日入场券

网址：<http://www.puroland.co.jp/english/welcome.html>

开放时间：周一至周五 10:00-17:00，周六、日及假日 10:00-20:00

联系方式：+81-423-39-1111

到达交通：搭乘小田急多摩线至多摩中心站

JR 日丰本线杵筑站下车，乘巴士或的士 10 分钟到达；京王线、小田急线、多摩单轨电车多摩中心站下车步行 5 分钟到达。

用时参考：半天至一天

## ㉓ 东映动画 Gallery

日本的老牌动画制作公司之一，第一套剧场版动画为《白蛇传》，第一套电视动画为《狼少年》，还创作出了《七龙珠》、《美少女战士》等，还有很多著名的动画大师，如宫崎骏等均从东映动画出身。

地址：东京都练马区东大泉 2-10-5

费用：免费

开放时间：9:30-17:00(每周一、元旦期间、盂兰盆节期间闭馆)

联系方式：+81-03-3978-3111

到达交通：大江户线至练马站

用时参考：1-2 小时

# 住宿 Sleep

东京住宿设施齐全，可以选择不同形式和价位的住宿地点。东京住宿类型中经济型住宿除了其他国家和地区大同小异的商务旅馆外，有些当地特色，有胶囊旅馆（如 First Inn Kyobashi 位于银座附近，249 元/床）、日式旅馆、情侣旅馆等。不同的是日本的日式旅馆等经济型住宿，有自备毛巾、不提供早餐等特点。日式旅馆或民宿也是旅游者不错的选择，榻榻米房间非常有日本味道。日式旅馆在东京市内比较少，上野和浅草一带较多，价格与酒店相近，比较昂贵。民宿是家庭式旅馆，多在市郊的一些观光地，上野、池袋等地区也有，通常不提供毛巾或浴室用品等一次性用品，收费较低。如果需要外出，建议先确认好所订住宿的关门时间，青年旅舍通常有较严格的限制。在东京，商务酒店是性价比较高的住宿选择。更多酒店详细信息请参考蚂蜂窝网站。

## 千代田区 / 中央区

### ㉔ 东京帝国饭店 Imperial Hotel

东京最著名的老牌酒店之一，服务及住宿条件自不用说，给人宾至如归之感，饭店提供住客免费停车。

地址：东京都千代田区内幸町 1-1-1

网址：[www.imperialhotel.co.jp](http://www.imperialhotel.co.jp)

联系方式：+81-03-3504-1111

参考价格：35700 日元 / 间起

到达交通：JR 千代田线、日比谷线、都营三田线至日比谷站

### ㉕ Hotel Horidome Villa

酒店属于典型的商务酒店，房间非常小，不过非常干净，交通很方便。服务人员非常友善，英语沟通基本都没有问题，还有一位女服务生会一点中文。

地址：东京都中央区日本桥堀留町 1 □ 10 □ 10

网址：<http://www.horidomevilla.jp/e/guide.html>

联系方式：+81-03-3664-0840

参考价格：7980 日元 / 间起

到达交通：银座线、东西线至日本桥站

**Iris0327** 因为属于商务区，所以整条街的餐饮和便利店非常多。楼下是个 Family Mart，对面有个很大的 711，小伝马町站对角还有一个 Lawson，还有几家小型超市和药妆店。

## 银座日航酒店

酒店位于银座和日新桥之间，地理位置极佳，房间小巧且舒适。

地址：日本中央區 8-4-21 Ginza 104-0061

网址：[www.ginza-niko-hotel.com/english/index.html](http://www.ginza-niko-hotel.com/english/index.html)

联系方式：+81-03-3571-8379

参考价格：14060 日元 / 间起

到达交通：JR 山手线至新桥站；丸之内线至新桥站

## 涩谷区

### ㉖ 涩谷东急酒店 Shibuya Tokyo Inn

酒店离涩谷车站很近，楼下有 24 小时书店，周边有多样性餐馆，房间虽



小但干净，服务很好。

地址：东京都涩谷区涩谷1丁目24番10号

网址：[www.tokyuhotels.co.jp/en/TI/TI\\_SHIBU/index.shtml](http://www.tokyuhotels.co.jp/en/TI/TI_SHIBU/index.shtml)

联系方式：+81-03-3498-0109

参考价格：13650 日元 / 间起

到达交通：JR 山手线至涩谷站

## ㉗ 涩谷青山樱花饭店 Sakura Fleur Aoyama Hotel

酒店在这个地段来说性价比算是高的，房间装饰很有特色，也很干净。

地址：东京都涩谷区涩谷2番14号

网址：<http://www.sakura-hotels.com/>

联系方式：+81-03-5467-3777

参考价格：12825 日元 / 间起

到达交通：JR 山手线至涩谷站

## ㉘ Century Southern Tower

酒店夜景十分美丽，可以望至代代木的精彩建筑。

地址：东京都涩谷区代代木2-2-1

网址：<http://www.southerntower.co.jp/chinese/>

联系方式：+81-03-5354-0111

参考价格：9000 日元 / 间

到达交通：都营大江户线至涩谷站

**五丁包** 这店夜景漂亮到不得了，而且因为是超高层，所以房房有景观，虽然房间细小了一点，交通只是坐酒店大巴进出，但两个人来回交通费才六百元，而且购物方便。

## 新宿区

### ㉙ 新宿华盛顿酒店 Shinjuku Washington Hotel

酒店是经济型连锁酒店，从北海道到东京，遍布整个日本，价格合理，且服务周到，是个不错的选择。

地址：东京都新宿区西新宿3番2号

网址：<http://washington-hotels.jp/>

联系方式：+81-03-3343-3111

参考价格：7800 日元 / 间

到达交通：JR 山手线至新宿站

### 新宿公园酒店 Shinjuku Park Hotel

酒店是典型的商务型酒店，位于高岛屋时代广场南侧，最好事先预订能欣赏新宿御苑的房间。

地址：东京都新宿区

网址：[www.shinjukuparkhotel.co.jp](http://www.shinjukuparkhotel.co.jp)

联系方式：+81-03-3352-2733

参考价格：7900 日元 / 间起

到达交通：JR 山手线至新宿站

### ㉚ 东京国际青年旅舍 Tokyo Central Youth Hotel

旅舍的口碑自不用说，房间虽布置简单但干净整洁，麻雀虽小五脏俱全，安全性较好。

地址：东京都新宿区神乐河岸1-1

网址：<http://www.jyh.gr.jp/tcyh/>

联系方式：+81-03-3235-1107

参考价格：3860 日元 / 间

到达交通：JR 大江户线、地铁东西线至饭田桥站

## 台东区 (上野、浅草)

### Sutton Place Hotel

上野车站旁的精品酒店，虽然只有三星，但是新开张，各种服务设施、设备条件不错。

地址：东京都台东区上野7-8-23

网址：[http://www.thehotel.co.jp/jp/sutton\\_ueno/](http://www.thehotel.co.jp/jp/sutton_ueno/)

联系方式：+81-03-3842-2411

参考价格：10860 日元 / 间起

到达交通：JR 山手线、日比谷线至上野站

**五丁包** 住上野车站旁的一间新的精品酒店，只有三星级，但要八百多一晚，交通就是坐最快的京成电铁火车，车费由最便宜的1000日元（人民币60元）到最贵的2400日元（人民币150元）不等。

### ㉛ 樱花旅馆 Sakura Ryokan

这间装饰简朴的旅馆离上野站就一站距离，十分方便，价格也很合理，可以体验一番传统日式房。

地址：东京都台东区上野7-8-23

网址：[www.sakura-ryokan.com](http://www.sakura-ryokan.com)

联系方式：+81-03-3876-8118

参考价格：6600 日元 / 起

到达交通：日比谷线至入谷站

### 东京旅馆 Tokyo Ryokan

小巧的精品旅馆，旅馆虽小但样样俱全，榻榻米的客房，安全舒适。

地址：东京都台东区上野7-8-23

网址：[www.tokyoryokan.com](http://www.tokyoryokan.com)

联系方式：+81-090-3876-8118

参考价格：3000 日元 / 起

到达交通：银座线至田原町站

## 丰岛区 (池袋)

### ㉜ 大都市旅馆 Metropolitan Hotel

从池袋西口公园向南走去，会看到1985年为了西口开发而建设完成的大都市旅馆Metropolitan Hotel。毗邻JR池袋站，成为池袋繁华街的一部分。

地址：1-6-1 Nishi-Ikebukuro, Toshima-ku, Tokyo, 171-8505 Japan

网址：<http://www.metropolitan.jp/e/>

联系方式：+81-03-3980-1111

参考价格：8000 日元 / 间起

到达交通：JR 山手线至池袋站

### House Ikebukuro

性价比较高的旅馆，房间内提供的洗浴产品均为资生堂，房间干净整洁。

地址：东京都丰岛区池袋2-20-1

网址：[www.housejp.com.tw](http://www.housejp.com.tw)

联系方式：+81-03-3984-3399

参考价格：6570 日元 / 间起

到达交通：JR 山手线至池袋站

### 贵美旅馆 Kimi Ryokan

旅馆属于东京最好的经济型之一，榻榻米式的特色房间，整洁而干净，让你住得舒心。



地址: 36-8, 2chome, Ikebukuro, Toshima-ku, Tokyo, Japan 171-0014  
网址: [www.kimi-ryokan.jp](http://www.kimi-ryokan.jp)  
联系方式: +81-03-3971-3766  
参考价格: 4725 日元 / 间起  
到达交通: JR 山手线至池袋站

### 特色旅馆

#### 胶囊旅馆

胶囊旅馆大多只有在繁忙的都市地区才有，因为日本可怕的加班，促使了胶囊旅馆的产生，这种旅馆是几十个像胶囊一样可容一人睡下的空间舱整齐摞起来的。2011年初中国首家胶囊旅馆在上海火车站北广场附近现身，随后北京、西安、昆明、重庆相继出现。

#### 33 First Inn Kyobashi

地址: 日本中央區 2-6-16  
参考价格: 3860 日元  
到达交通: 银座线至京桥站

#### 34 Green Plaza Shinjuku Capsule Hotel

地址: 东京都新宿区 1-29-2  
网址: [www.hgpshinjuku.jp/](http://www.hgpshinjuku.jp/)  
联系方式: +81-03-3207-5411  
参考价格: 3860 日元  
到达交通: JR 山手线、丸之内线、大江户线至新宿站

#### 35 Capsule Hotel Riverside

地址: 日本台东区 2-20-4  
网址: [www.asakusa-capsule.jp/english](http://www.asakusa-capsule.jp/english)  
联系方式: +81-03-3844-5117  
参考价格: 3000 日元  
到达交通: 银座线、都营浅草线至浅草站

## 餐饮 Eat

日本料理讲究季节性，不同时节搭配季节性菜肴，所以食材都很新鲜。他们吃饭讲究保持食材的原汁原味，生鱼片、寿司、豆腐、海鲜的做法都很简单，不进行深加工，能生吃的生吃，不能生吃的就煮，这点与中国菜令人惊叹的繁杂烹饪手段大不相同。东京的美食太多太多，足够你慢慢品尝。

**五丁包** 每次走到百货公司的食品部，包子都要看4种东西。第一是和牛，新鲜的和牛肉是日本人重要的食材；第二是便当，日本有便当文化，孩子上学、男人上班，有妈妈和妻子每天准备的便当做午餐，名曰“爱心便当”。要买便当上飞机，海关不闻不问，不会有麻烦；因为自备旅行便当，本来就是日本人的习惯，所以司空见惯；第三是洋果子，即蛋糕。日本的蛋糕款色多而味道佳，更难得的是制作认真，味道永远如一；第四就是水果。春天的时令水果是草莓，食品部铺天盖地都是一遍红，大家可以慢慢挑。日本的草莓很甜，如果佐以香槟就更有果味。

### 鳗鱼

#### 36 Anago Tamai

星鳗(Anago)是一种海生鳗鱼，是淡水鳗鱼的同类。在装饰古朴的餐馆内，

你可慢慢品尝美味。

地址: 东京都中央区日本桥中洲 10-7

网址: [www.anago-tamai.com](http://www.anago-tamai.com)

联系方式: +81-03-3272-3227

参考价格: 2000 日元

到达交通: 银座线、东西线、都营浅草线至日本桥站

#### 37 伊豆荣

伊豆荣是一间鳗鱼店，创业时是江户中期，已经有260年了。总店在上野不忍池畔，旁边几十米外，就是伊豆荣宴会厅；在上野公园里，有另外一间平房式小分店，一共三间。由于总店已经改建了7层高水泥大厦，外观挺像真功夫快餐店，情调差了点，公园深处的小分店，日式桌椅，好好品尝260年之烤鳗鱼。

地址: 东京都台东区上野 2-12-22

网址: [www.gavi.co.jp/izuei/](http://www.gavi.co.jp/izuei/)

联系方式: +81-03-38310954

参考价格: 伊豆荣便当 2500 日元，鳗鱼饭 1500 日元起

到达交通: JR 上野站徒步5分钟；地铁上野站徒步7分钟；京城上野站徒步3分钟

**五丁包** 正宗鳗鱼店的鳗鱼，原来是一尾海鲜，活杀现烤。日本人说鳗鱼滋补，是补身妙品。不过日本人是盛暑时补身，不像中国人是冬天进补。他们有一番道理，而且相当合理：夏天出汗多，需要补充。

烧鳗鱼分关东和关西式，关西式的方便直接，是像普通鱼类般，把肚腹剖开清理，然后烧烤。关东式的是东京地区的做法，是由鳗鱼背部剖开，从而保存了鳗腹部，避免切烂肚腹的肥美脂肪。烧烤鳗鱼也有两个方法，如果只放一点点盐，烧出来就比较香，因为部分鱼脂给烧干了，这叫做“白烧”。如果边烧边擦点特制甜酱汁，就是我们常吃的“蒲烧”。

鳗鱼的鱼肝一般用来炖了汤，给客人佐鳗鱼饭用的。鳗鱼吃的时候，桌上3瓶调味，1瓶鳗鱼汁，1瓶普通酱油，1瓶薄荷叶碎。

吃鳗鱼饭还有另外一套办法，伊豆荣没有提供，吃法是把一客鳗鱼饭分成3份，首先是吃原味的，第2份是磨一点山葵混和来吃，最后1份是加点青葱和紫菜再加点茶泡着吃。两种方法，各有特色吧。

### 豚骨拉面

“豚”在日语里就是猪的意思，日本的豚骨拉面的汤是用猪大骨和多种蔬菜、水果长时间熬制，这是一碗面的生命所在。

#### 38 Tonchin 屯京

美味的豚骨浓汤拉面是这家店的招牌，每天都有许多人排队等候品尝一番美味，尽量避免高峰时期前来。

地址: 东京都丰岛区池袋大厦 1 楼

网址: [www.tonchin.foodex.ne.jp](http://www.tonchin.foodex.ne.jp)

联系方式: +81-03-3987-8556

营业时间: 11:00- 次日 4:00

参考价格: 600 日元起

到达交通: JR 山手线至池袋站

### 无敌家

无敌家是一家连锁拉面店，味道很美味，池袋店做得不错。



地址：东京都丰岛区南池袋 1-17-1

网址：<http://www.mutekiya.com/world/index.html>

联系方式：+81-03-3982-7656

参考价格：1100 日元 / 人

到达交通：JR 山手线至池袋站



 **Izg** 最牛的面馆

## 天妇罗

### 39 Ten-Ichi

该店创建于 1930 年，是东京久负盛名的天妇罗店，餐馆人气很旺，建议提前预订。

地址：東京都中央区銀座 6-6-5（並木通り 6 丁目）

网址：[www.tenichi.co.jp](http://www.tenichi.co.jp)

联系方式：+81-03-3571-1949

营业时间：11:30-21:30

参考价格：5000 日元 / 人

到达交通：银座线、日比谷线、丸之内线至银座站

## 大黑家 Daikokuya

在米饭上放上用上等香油炸过的虾与蔬菜等，再加上其特制的调味汁，咬上一口，其浓厚的香味会在你口中荡漾，最有人气的要数两只炸虾和芝虾与干贝组合的天妇罗大碗盖饭。

地址：日本东京都台东区浅草 1-38-10

联系方式：+81-03-3844-1111

营业时间：周一至周五 11:30-20:30

参考价格：1500-3000 日元

到达交通：银座线、都营浅草线至浅草站

**dingom** 排队人有点多，炸虾的味道很好，据说是用胡麻油炸的？还有萝卜、姜和小菜，调和一下油炸的口感。

## 鱼生

### 40 金太朗丼

在东京吃新鲜的生鱼片不一定要一大清早跑到鱼市上，在歌舞伎町的金

太郎丼同样可以吃到，而且价钱还非常划算，店内的招牌菜是极上海胆饭，味道是否极上，吃了就知道。

地址：东京都新宿区歌舞伎町 Sakura 通 1-1-13

联系方式：+81-03-5272-1001

参考价格：680-1850 日元 / 人

到达交通：JR 山手线至新宿站

**junjun** 在歌舞伎町里有一家叫金太朗丼的店铺，吃鱼生饭很出名，我个人认为比若狭家的味道还好。

## 甜品

### Toraya Cafe

Toraya Cafe 是日本很出名的甜品店，是日本有四百年美誉的京都传统果子老铺“虎屋”开设创立的副品牌，卖的是更能让年轻人接受的时尚洋果子甜品。现在手艺已经传到第 17 代手中，这些在 16 世纪都是宫廷小甜点，如今在东京有三家店，味道还是一样不变。

#### 41 六本木店

地址：东京都港区六本木 6-12-2

网址：[www.toraya-cafe.co.jp](http://www.toraya-cafe.co.jp)

联系方式：+81-03-5786-9811

营业时间：11:00-22:00

到达交通：JR 线、大江户线至六本木站

#### 42 表参道店

地址：东京都涩谷区神宫前 4-12-10

网址：[www.toraya-cafe.co.jp](http://www.toraya-cafe.co.jp)

联系方式：+81-03-5785-0533

营业时间：11:00-22:30

到达交通：千代田线至明治神宫前站

#### 43 青山店

地址：东京都港区南青山 1 丁目 1-1

网址：[www.toraya-cafe.co.jp](http://www.toraya-cafe.co.jp)

联系方式：+81-03-5414-0141

营业时间：8:00-20:00

到达交通：大江户线、银座线至青山一丁目站

## 当地常见平价餐馆

东京街头有许多常见的平价餐馆，数量较多或分布在车站周围，比较好找。若狭家是日本一家平价美味的刺身饭连锁店，里面的鱼生很新鲜，而且价格也很便宜。吉野家是日本著名的快餐连锁店，分店遍布世界各地，1992 年在中国北京开设首家大陆分店，吸引了无数食客，现在仍是不少人士快餐的首选。居酒屋是东京街头常见的酒馆形式，Shin-Hi-no-Moto、Sasashu 等居酒屋都不错。主题咖啡厅是不错的休闲、看漫画、上网的场所，以秋叶原、原宿一带居多，日本著名女子偶像团体 AKB48 的主题咖啡厅开了 4 家分店，还有一些有趣的女仆咖啡厅、动漫主题的咖啡厅。回转寿司店也是品尝日式美食的好地方，东京街头很多寿司店，如元祖寿司、天下寿司等，足够你慢慢品尝。



## 购物 Shopping

东京是购物的圣地，也是时尚潮流年轻人的最爱。你可以发现无论是商品陈列方式还是外包装，都做得精致得体，颜色丰富到看过一眼就有冲动去买，物价也不是很高，令你欲罢不能。

**心仪** 逛街只是一种对日本的感受，感受那份精致，来自各方面的精致。

### 44 涩谷

涩谷是日本潮流的发源地，年轻人喜爱的购物圣地。在这里你可以不受日本传统文化的束缚，穿得新潮、大胆而没有人把你视为异类。著名的109百货大厦已经成为涩谷流行时尚的代表、女孩的购物天堂，里面全是最潮的服装和饰品，价格也不贵，需要耐心淘。表参道Tokyo Plaza、原宿、竹下通，众多潮牌云集，为喜爱时尚的年轻人津津乐道。



**李贤文** 全球最繁忙的路口，据说每次绿灯会有数千人交叉穿过马路

这里还有特色的西班牙坂 (Spain Zaka)，是由涩谷中心街通往西武时装百货店PARCO的一条不显眼却又十分著名的小坡道，道路很窄，但由此过往的年轻人极多。全长约100米的路旁布满各种装饰时髦、别具一格的时装店、手饰店、游乐中心和各种餐馆，一群群年轻人在此购物、喝茶、欣赏街景，十分惬意。

地址：位于东京的西南方，新宿下方。

到达交通：JR山手线至涩谷站

### 45 新宿

新东京都厅位于新宿，使得新宿成为新的商业中心，周围还有许多大型企业总社。新宿的商业街区是最热闹的也是最混乱的，闻名海外的红灯区“歌舞伎町”就位于此，新宿二丁目与大阪的堂山町并为日本规模最大的同志集中区。新宿街头购物地方众多，光著名的伊势丹百货就让你挑花眼，还有堂吉诃德名品折扣店，三越、小田急等，会是令你疯狂购物的地方。

地址：位于东京的西北方

到达交通：JR山手线至新宿站



**木南炸弹** 歌舞伎町的男公关店

**木南炸弹** 新宿堂吉诃德折扣店在攻略和日本官方旅游网站都被介绍，说是名品折扣店。日本是没有什么假货的(跟团的被中国人开的店忽悠的不算，被忽悠不过是买了别的东西，不算假货)，我特意照这些照片就是想说一个问题：LV不算什么，日本人很自信，自己的设计师可以做到比LV的设计好，价格可以卖到跟LV专卖店一样贵。一个民族的自信很重要，我逛了那么多家店，没有看见像国内一样的NIKE AD的专卖店，日本人把这些东西放在一种叫做ABC-MAR的店卖。中国的品牌真的需要一些自信。

### 46 池袋

池袋是继涩谷、新宿之后又一著名商业区和潮流聚集地，东京三大都心之一，东京都内最大的China Town。对于真正想在日本购物的游客来说，池袋绝对不容错过，因为在这里几乎可以买到你想买的一切，各大特色的商铺吸引了不少消费者。

综合性的购物商城阳光城里物品丰富，且价格也十分实惠。还有不少著名的药妆店也在池袋，如松本清等。东京最大的一家二手音像、游戏、漫画书店Book Off也在这里，喜欢淘货的朋友要疯狂了。Bic Camera池袋店是它的大本营，马路对面就是和它争夺在东京霸权的Yamada，但这对于消费者来说是好事，看两家之间谁给的价格较低。少女路上的宅女们喜欢的漫画等物品琳琅满目，也让不少少女趋之若鹜。这里还有日本最大的连锁鞋店ABC-Mart，价格便宜，经常还有特卖。

地址：位于东京西北偏北方

到达交通：丸之内线、银座线至池袋站

### 47 银座

银座是位于东京都中央区的日本一个主要商业区，同时也是日本有代表性的最大最繁华的商业街区。17世纪初开设，以高级购物商店闻名。银座是通过不断填海造地才逐步形成今日之构架，象征日本自然、历史、现代的3大景点（富士山、京都、银座）之一的银座，与巴黎的香榭丽舍大道、纽约的第五大道并列为世界3大繁华中心。



四丁目的十字路口可以称得上是整个银座街区最繁华、最热闹的地段。横过路口就是日本商界颇有名望的三越百货公司大楼，这个江户时代的“越后屋和服店”最早实行了对商品的明码标价，从而改变了当时盛行的讨价还价之风，被日本人誉为“大百货商店的开拓者”。



#### 心仪 银座现代化的大道

地址：位于东京中央区内，东京的东南方  
到达交通：银座线、丸之内线至银座站

#### 48 秋叶原

东京是先进科技的代名词，秋叶原更是东京高端科技的集中地。据说在这里，世界上任何其他地方你都不可能找得到种类如此齐全的电子产品了。这里不仅有各种家用电器、数码产品等，还有富士软件 ABC、奥利克斯等商业大楼。如果你有空，可以花整天的时间，一家接一家地逛。秋叶原还有面向动漫迷的专门店、游戏咖啡店等，你还会在这看到女仆装扮的少女穿梭马路。这里同时也是目前日本音乐界第一女子偶像组合AKB48 的大本营，唐吉诃德卖场 8 楼有专门的 AKB48 剧场，她们几乎每天都会在此公演。

地址：位于东京上野区内，东京的东北方  
到达交通：JR 线、日比谷线至秋叶原站

#### 49 筑地鱼市

日本是岛国，日本食物的代表是鱼生，这个规模庞大的鱼市不仅是日本规模最大的，也是世界上最大的鱼市之一。这里每天开始得非常早，一般是 5 点开市，最著名的就是清晨的金枪鱼拍卖，一等开市，金枪鱼就被拍卖贴着签订购走了，这里涵盖了几乎所有的海鲜，鲜红的八爪鱼、雪蟹、被冰块包裹着的魔鬼鱼块等，还有金黄色整整齐齐码好的鱼子等待出售。在这里，鼻子都不怎么管用了，海鲜味极其浓厚。这里搭乘地铁十分方便，离银座、皇居很近。

地址：5-2-1 Tsukiji

网址：<http://www.tsukiji.or.jp/>

营业时间：节假日、12月、新年、8月15日-16日

到达交通：Tsukijishijo (A2 出口，步行 2 分钟)，或者 Tsukiji (从 Honganji 寺出口步行约 10 分钟)



Khakha 鱼市内的场景

**Nic-cat** 标价 9500 日元 1 公斤，难怪市场内的寿司店 10 块寿司卖 3500 日元（据说同样的东西到了市内，就是 200 美金的价钱了），本次旅行中我最有兴趣的地方，筑地鱼市场。

## 娱乐 Entertainment

东京的娱乐丰富多彩，不仅有各式各样的传统项目棒球、相扑、武士道等，还有众多国内外大牌明星的大型演唱会。要享受五光十色的夜生活，银座、新宿是最佳选择，这些地区遍布各式酒吧、夜总会和歌舞厅，当地人也喜欢在下班之后来此娱乐一番。如果恰巧碰上“江户三大祭”举行，千万不要错过，这是在日本最繁华的都市中感受流传至今的日本传统祭典的绝好机会。如果碰上三年一次的“深川八幡祭”，就更难得了。

### 棒球

日本最受欢迎的运动项目是棒球，有两个棒球职业联盟，分别是中央联盟和太平洋联盟。读卖巨人队 (Yomiuri Giants) 和养乐多燕子队 (Yakult Swallows) 是东京的两支主要球队，观看日本棒球比赛绝对是独特体验。

#### 50 东京巨蛋 (Tokyo Dome)

体育馆在没有比赛日的时候，还会有著名歌手的大型演唱会，如麦当娜、滨崎步、幸田来未、SMAP、X-Japan、KAT-TUN、东方神起、Super Junior、少女时代等。

地址：东京都文京区后乐 1-3-61

网址：[www.tokyo-dome.co.jp](http://www.tokyo-dome.co.jp)

联系方式：+81-03-5800-9999

到达交通：JR 中央、总武线至水道桥站；丸之内线至后乐园

### 相扑

作为日本的国技相扑，每年都会有大小不等的比赛，日本也为了能让相扑成为奥运会比赛项目，不断地对相扑进行改革。1月、5月或9月来到东京，不要错过大型相扑锦标赛。



### 51 东京两国国际馆

地址：东京都墨田区横纲 1-3-28

网址：<http://www.sumo.or.jp/kokugikan/index.html>

联系方式：+81-03-3623-5111

营业时间：10:00-16:00

到达交通：JR 总武线至两国站，西出口；都营大江户线至两国站，A4 出口

### 江户三大祭

江户三大祭指的是“山王祭”、“神田祭”、“深川八幡祭”，有时会加上“三社祭”来取代“深川八幡祭”。

**山王祭：**在赤坂、日枝神社的祭会，以每年 6 月 15 日的例大祭为主要看点，因祭会隔年举行，每年祭会的时候，还会与大田乐、民族舞蹈大会等相关活动一起举行，热闹非凡。

时间：6 月 10-15 日

地点：日枝神社（东京都千代田区永田町 2-10-5）

到达交通：千代田线至国会议事堂前站；银座线、南北线至溜池山王站

**神田祭：**祭会期间，以太鼓嘉年华会及抬神轿、在街道上缓步前进的方式将气氛抬升到高潮，主要的大祭会在隔年举行。

时间：5 月 1 日

地点：神田神社（东京都千代田区外神田 2-16-2）

到达交通：丸之内线至御茶之水站；千代田线至新御茶之水站。

**深川八幡祭：**深川八幡祭为三年一次的大祭会，祭会期间，有大约 40 多抬神轿在街上缓步前进，因为是夏日祭会，在神轿两旁观看的人会将水泼在抬神轿的人身上，因此也称为“泼水祭会”。

时间：8 月 15 日左右的周六、日

地点：深川八幡宫（东京都江东区富冈 1-20-3）

到达交通：东西线至门前仲町站

**三社祭：**祭会期间，大约有 100 多抬神轿在街道上缓步前行，将祭会的气氛炒热，据称在此期间来参观的访客高达 200 多万人。

时间：5 月 17-18 日左右的周六、日

地址：浅草神社（东京都台东区浅草 2-3-1）

到达交通：银座线、都营浅草线至浅草站

### 歌舞伎町

歌舞伎町位于新宿区内，是饮食店、娱乐场所、电影院等集中地，日本少数的大型红灯区。每到夜晚这里灯火通明、歌舞升平。歌舞伎町一番街里有各色按摩院、情人旅馆、情色表演及脱衣舞表演。街上到处可见醉醺醺的上班族或是黑帮成员或是失意者。这里还有电影院和高档餐厅，想放松的年轻人可以去这里转转。

地址：位于东京新宿区内，西武新宿站东侧，靖国通北面

到达交通：JR 山手线至新宿站

### 箱根温泉

箱根温泉久享盛名，不仅日本当地人，也吸引了不少外地游客。这里有著名的“箱根七汤”，即 7 个被视为疗养胜地的温泉。此外还有“箱根八里”、早云寺、千条瀑、仙石原、九头龙神社等名胜古迹。坐上登山电车、缆车和空中吊车登山，可以观赏逶迤的溪谷和优美的湖光山色，实在不可错过。Kappa Tengoku Rotemburo 是一处众所周知的露天温泉，天山汤温泉也不错。到了汤本，温泉酒店随处可见，如果只洗不住店，浴资基本在 700--1200 日元。更多详细信息，在公共汽车站旁的旅游信

息中心可索取当地的地图及咨询。

地址：日本神奈川系西南部

### 到达交通

火车：搭乘私营的小田急线，从新宿站直达箱根地区交通枢纽箱根汤本；如果持有 JR 通票，可乘 JR 至小田原站，再换乘开往箱根汤本的列车。

公共汽车：新宿站有直达箱根町的小田急高速巴士，1950 日元，约 2 小时车程。

**lsg** 箱根温泉很有名，当你乘坐巴士上山时，路旁星罗棋布各具特色的箱根汤本温泉会让你看花了眼。介绍景点的生动详细的资料在各地铁站都可以免费拿到，周末一定要预约。到箱根除了洗温泉有时间还要去芦之湖风景区看一下（电视剧《杜拉拉升职记》的拍摄地），乘坐一下湖上的海盗船，运气好的话在湖上某一个位置还可以看到富士山。



**lsg** 《杜拉拉升职记》拍摄用船

**Khakha** 箱根是日本著名的温泉胜地，我们到的时候，正好赶上箱根铁路的繡花节。这里地方不大，但是从箱根汤本站开始，就赶上了人潮，下了从新宿到箱根的普通列车，小小的站台已经被挤满了，大家都等着乘坐登山铁道。小小的箱根，可以尝试各种不同的交通工具，大巴、船、索道、缆车、登山火车、汽车。强罗是非常迷人的小镇，也是箱根登山线的终点，有很多可爱的美术馆和美丽的公园，最著名的是一站路位于宫之下的雕刻之森美术馆。

泡温泉时间不宜过长，请控制适当的时间，饮酒后千万不能泡温泉。

### 演唱会

日本是亚洲潮流文化的中心，每年都会有许多明星在东京体育馆举办大型演唱会，如果你也有观看演唱会的计划，那就疯狂出行吧。

### 东京巨蛋

地址：东京都文京区后乐 1-3-61

网址：<http://www.tokyo-dome.co.jp/>

联系方式：+81-03-5800-9999

到达方式：JR 中央、总武线至水道桥站；丸之内线至后乐园

### 日本武道馆

地址：东京都千代田区北之丸公园 2-3

网址：[www.nipponbudokan.or.jp](http://www.nipponbudokan.or.jp)

联系方式: +81-03-3216-5100

到达方式: JR 中央线至饭田桥站; 东西线、新宿线至九段下站

#### 国立代代木竞技场

地址: 东京都涩谷区神南 2-1-1

网址: [www.naash.go.jp](http://www.naash.go.jp)

联系方式: +81-03-3468-1171

到达交通: JR 山手线至原宿站; 千代田线至明治神宫前站

## 线路推荐 Tours

### 东京 5 日深度游

线路特色: 东京给人最深感受是快节奏的生活, 放慢脚步你会发现这个城市的深刻文化和炫目繁华。

#### 线路设计

D1: 皇居(二重桥) — 银座 — 东京塔 — 六本木

D2: 浅草寺 — 上野公园 — 秋叶原

D3: 台场 — 迪斯尼乐园

D4: 富士山 — 箱根温泉

D5: 明治神宫 — 新宿 — 原宿 — 涩谷

#### 线路详情

##### D1: 皇居(二重桥) — 银座 — 东京塔 — 六本木

皇居是日本天皇及家眷居住的宫殿, 在东京中心区千代田区, 皇居东御苑全天对外开放, 早晨去感受皇居的特有的肃穆和宁静。参观完皇居后, 搭乘JR山手线抵达东京火车站, 这里是东京人流集中的地方, 热闹非凡。出站可以闲逛银座和丸之内等附近的商业区域。银座除了有各式高档百货, 还有很多便利店和咖啡厅, 日本咖啡厅里的甜点品质都很高, 走累后进去歇歇脚、品尝下日式甜品。从银座搭乘多条线路可以到达东京塔, 计划傍晚抵达, 登塔看东京日落和东京夜景。夜晚东京塔的亮灯也非常有特点。欣赏完夜景后, 在塔上买点可爱的小纪念品, 然后到附近的六本木体验夜生活气氛

##### D2: 浅草寺 — 上野公园 — 秋叶原

早晨可以搭乘多条线路到达浅草站, 浅草寺是东京都内最古老的寺庙, 寺前的仲见世是条很热闹有趣的街道, 出售各种纪念品和萌物。从浅草寺出来后, 搭车至目黑站、中目黑站到达上野公园, 公园内有动物园(有中国送的大熊猫)、美术馆、博物馆, 若是赶在樱花季到达, 上野是东京著名的赏樱地点。之后乘坐地铁到附近的市中心的秋叶原去淘电子产品, 参观一下动漫区

##### D3: 台场 — 迪斯尼乐园

早餐后乘坐JR山手线到新桥站后换乘百合海鸥线, 在台场站下车(需30-40分钟), 在台场简单逛一逛, 看看台场海滨公园和周围的建筑, 欣赏海滨景色。之后从海滨公园附近步行到東京テレポート駅(东京), 乘坐りんかい線到新木場駅(东京)换乘JR京叶线在舞浜駅(千叶)下车, 到达位于千叶县浦安市的东京迪士尼乐园度假区。在这里尽情玩乐后, 乘坐JR京叶线返回东京住处

##### D4: 富士山 — 箱根温泉

早餐后神清气爽地前往富士山欣赏闻名世界的活火山, 阳光一出, 尤其是冬季, 白雪皑皑显得格外美丽, 箱根是观看富士山景致的最佳场地, 来到这里还可以尝试日本著名的箱根温泉, 品尝传说吃了能使人变年轻

的大涌谷黑鸡蛋。下午泡完温泉、欣赏完箱根美景, 正值赶上夕阳西下傍晚时分的富士山, 又是另一番美景

#### D5: 明治神宫 — 新宿 — 原宿 — 涩谷

明治神宫是日本传统文化和宗教的重要场所, 位于东京都涩谷区, 有多条线路直达。作为在东京的最后一天, 接下来的新宿和原宿将倾向于浏览附近的公园和商业区购买商品。从新宿坐JR山手线到原宿站, 先到明治神宫看看天皇和皇后的一些相关皇室展品, 之后在原宿附近逛时尚服饰店, 一直逛到青山一带。在青山找一个地方坐下来喝点咖啡吃点甜点, 补充下体力。之后, 到附近的涩谷闲体会这里年轻人的生活和乐趣。如果还有时间, 可以返回到新宿, 到东边的歌舞伎町观摩传说中的红灯区的样貌。

## 节庆 Festivals

#### 新年

新年是日本一年当中最重要的节日, 节日里, 亲朋好友互相串门、赠送礼物。新年期间最重要的仪式是初诣, 即新的一年首次到神社或寺庙参拜, 祈祷来年健康、平安、发财等。

时间: 12月31日 - 1月3日

#### 成人节

年满20岁的青年男女举行的仪式, 女孩穿着漂亮的和服, 男孩穿着西服, 在大型的寺庙聚集, 举行自己的成人仪式。

时间: 1月的第2个周一

#### 女儿节

节日期间, 在各个车站、旅游景点、商场橱窗等地会有各种人偶展示, 会从节日前半个月持续到节日当天。

时间: 3月3日

#### 东京国际动漫节

东京国际动漫节(TAF)是东京市政府和相关动画企业及团体为了鼓励和发展动画产业而主办的国际性动漫展, 目前已发展成为世界规模最大的动漫主题展会之一。一般在每年3月底举办, 展会上各企业会安排精彩活动。

时间: 2013年3月21日 - 3月24日

网址: [www.tokyoanime.jp](http://www.tokyoanime.jp)

#### 樱花节

闻名于世的日本樱花一般2月底从九州开始绽放, 通常会在3月底或4月初时达到巅峰, 樱花的花期很短, 往往只有一周。日本政府把每年的3月15日 - 4月15日定为“樱花节”, 可以在这段时期前往观赏。

时间: 3月15日 - 4月15日

#### 儿童节

日本法定儿童节, 尤其是男孩的节日。节日这天, 日本家庭都会挂上象征着男性力量的鲤鱼旗, 为孩子祈福。

时间: 5月5日

#### 神田祭

神田祭是江户三大祭之一, 每年活动期间都有规模盛大的游行活动, 穿过神田、日本桥等市中心, 展现江户风情。

时间: 离5月15日最近的周六、日



## 富士摇滚音乐节

日本规模最大的摇滚节，会吸引一些国外著名乐手参加，现场十分热闹。  
时间：7月底

## 夏季花火大会

花火大会是东京夏季的节庆活动，从7月开始，日本各地共有300多场花火大会，烟花齐放在夜空中，十分漂亮。  
时间：7-8月

## 盂兰盆节

这是日本除新年之外最大的节日，家家户户都会去扫墓、祭祖。届时江河上会漂浮着点亮的灯笼，迎接死者回来。  
时间：8月13-16日

## 东京国际电影节

东京国际电影节是获得国际电影节联盟承认，与戛纳国际电影节、威尼斯国际电影节、柏林国际电影节齐名的、亚洲最大的电影节，电影节旨在奖励导演、鼓励演员有更多更好的新作品。  
时间：10月下旬-11月上旬

## 七五三节

为年满3岁和7岁的女孩及年满5岁的男孩举办的节日，孩子们会盛装打扮，前往神社或寺庙祈福。  
时间：11月15日

# 实用信息 Practical Information

## 语言

日本官方语言为日语，东京人的英语水平相对较高，基本沟通没有问题。无论是车站、商场，还是餐厅都可以沟通，酒店就更不用说了。

## 常用语

こんにちは (kon ni ti wa) 你好 さようなら (sa yo na ra) 再见  
ありがとうございます (a ni ga duo) 谢谢 ごめんなさい (go men na sai) 对不起  
すみません (su mi ma sen) 不好意思  
下载靠谱又有爱的旅行翻译官，了解更多当地语言！

## 银行

日本国内的银行营业时间一般为周一至周五9:00-15:00，日本邮储、三菱东京日联银行等机构的3万3千多台ATM机可以使用银联卡提取日币现金，许多商场、店铺、超市等都提供银联卡消费。在旅行支票能使用的地方，American Express、Visa、Master Card等信用卡都能使用。在日本，无论消费了什么，日本政府都要征收支付额5%的消费税。

## 邮局

东京大小邮局分布较广，到处都可见红色的邮筒，一般邮局营业时间为周一至五9:00-17:00，有些甚至营业至19:00，周六、日也营业。明信片在邮局、便利店等都能买到，寄往中国为70日元/张。  
网址：<http://www.japanpost.jp/>

## 电话

日本国际区号为：0081

东京区号为：03

电话号码组成：如03(区号)+1234(局号)+5678(对方号码)  
拨打本地号码只需拨打局号加对方号码，长途电话需要加区号。拨打国际电话为0081+区号+局号+对方号码。

## 电话卡

电话卡在机场、各车站和便利店都有售，经常使用的运营商有NTT、KDDI、Soft Bank等，从日本打回中国使用NTT和Soft Bank比较划算。

## 重要电话

电话号码查询台：104  
急救、火警：119  
报警电话：110  
外语应答急救：#9110

## 网络

东京的机场、大型车站等附近能搜到免费Wifi，有些酒店提供免费上网，有些会收费。  
当地有24小时营业的网吧——漫画咖啡厅（Manga Kiss），可以上网、看日本漫画等，饮品通常免费，大多位于主要的交通枢纽地带。

## 医院

东京的医疗条件十分完善，价格也算合理，所有医院的医护人员都会说英语，有24小时急诊。建议出国旅行前最好在国内备齐常用医药物品，如感冒药、晕车药、创口贴等，以防万一。

### 52 日中友好医院

地址：东京都涩谷区代代木1-38-5  
联系方式：+81-03-6276-9788  
营业时间：周一至六 10:00-18:00，周日休息  
到达方式：都营大江户线至代代木站

## 使领馆

### 53 中国驻日本大使馆

地址：东京都港区元麻布3-4-33  
网址：[www.china-embassy.or.jp/chn](http://www.china-embassy.or.jp/chn)  
联系方式：+81-03-3403-3388(总机)；+81-03-3403-3380(值班)；  
+81-03-5785-6868(签证、证件查询)

## 日本驻中国大使馆

地址：北京市东三环北路2号  
网址：[www.cn.emb-japan.go.jp](http://www.cn.emb-japan.go.jp)  
联系方式：010-8531-9800, 010-6532-6402(签证)

## 日本驻青岛总领事馆

地址：青岛市香港中路59号青岛国际金融中心45F  
网址：<http://www.qingdao.cn.emb-japan.go.jp/cn/>  
联系方式：0532-80900001

## 旅行安全

保管好自己的行李物品、防止被别人调包，不要为不相识的人带任何物品，以防被人利用贩毒。现金、珠宝首饰等贵重物品在任何时候、任何地方要随身携带。一般不要与陌生人接触、攀谈，以免上当受骗，不要去红灯区等易发案地点和场所。



## 出入境 Entry-Exit

### 护照

护照 (Passport) 是一个国家的公民出入本国国境和到国外旅行或居留时，由本国发给的一种证明该公民间籍和身份的合法证件。

中国公民申请护照所需材料：申请人居民身份证、户口簿及复印件、近期免冠照片及填写完整的《中国公民因私出国（境）申请表》。

全国公安机关已于 2012 年 5 月 15 日起统一启用签发电子普通护照，启用的电子护照，防伪性能提高，办理程序上新增指纹采集等内容。

### 签证

1. 护照：申请者须持有本人签名的 6 个月以上的有效因私护照原件，如有旧护照请一并附上，护照签名必须与个人资料表签名完全一致；
2. 本人照片：2 张，本人近 3 个月内 2 寸白底彩色照片；
3. 身份证复印件：1 份，二代须复印双面；
4. 户口本复印件：1 份，全体家庭成员的户口本复印件（包括户主首页），有同行家属时，要有能体现关系的户口本或亲属关系公证书；
5. 个人名片：2 份，名片必须真实可信能联系到本人，如有公司简介也最好提供（这个其实是不需要的，如果提供只能作为辅助材料提供，不影响签证）；
6. 签证申请表：1 份，由申请人本人如实、完整填写并签名，另备个人签名空白资料表 1-2 份，护照签名必须与个人资料表签名完全一致，日本使馆非常注意签名的正确性；
7. 在职证明：1 份，担保信必须盖有所在单位的公章，说明申请人职务与在此工作时间，在日期间依从日本法律、不脱团活动、旅游结束后按期回国。如有滞留不归，由本人及公司承担一切法律责任和所发生的费用，领导的签名、联系电话、日期（日本个人旅游签证，最重要的是需要注明年薪 10 万元，如果没有注明是申请不到的）；
8. 个人资产证明：1 份，5 万元存款证明原件，半年以上的银行活期 / 定期存折、房产、车的复印件各一份，资产证明越多越好（日本驻重庆领事馆对银行流水没有要求，可以不提供）；
9. 结婚证：1 份，结婚证复印件（日本领事馆对在一个户口本的人员才会认定为亲属，如果夫妻不在一个户口本上，都是单独的户口，光是提供结婚证，使馆是不可行的，需要提供亲属关系公证书）；
11. 入住酒店信息打印出来提交；
12. 特殊人群：
  - a. 退休人员：如申请人为退休人员，需要提交退休证的；
  - b. 在校学生：如为学生，需提供学生证、身份证户口本、出生证明，有父母同行提供父母资产；
  - c. 无业人员：如申请人无雇主，需提供居委证明；
  - d. 暂住人员：非广东领区提供居住证复印件；

**十三疯** 日本签证相对繁琐，除去必须的户口本、身份证件、照片、在职证明、入住酒店信息、还需要不低于 5W 元银行 3 个月以上存款证明，这个需要随便在某个银行开个户存上钱然后花 20 块开个证明即可。另外如果是已婚、在国内有事业、有生意的人签证比较好通过，其实他们怕的就是你去后不回来。

### 出入境卡

卡分为两部分，右侧部分是入国时提交给入国审查的，左侧部分是出国

时提交给出国审查的，因此入国后切勿折叠，请同护照一起妥善保管，以免遗失。

### 【右侧部分】

外国人入国記録 DISEMBARKATION CARD FOR FOREIGNER ①

氏名 (漢字) (Name)	姓	名					
国籍 Nationality as shown in passport	生年月日 Date of Birth	Day	Month	Year	男 ♂ Male	女 ♀ Female	
現住所 Home Address	國籍 Nationality as shown in passport	旅券番号 Passport number	旅券便名・船名 Flight No./Vessel	乗機地 Where airport did you arrive from or to?	日本滞在予定期間 Intended Length of stay in Japan		
					Years:	Month:	Days:
					年	月	日
日本の登録先 Intended address in Japan					TEL		

裏面を見てください。See the back →



#KAHW936451521#

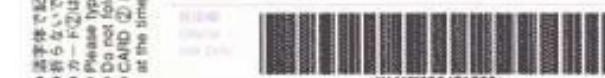
### 【左侧部分】

外国人用

外国人出国記録 EMBARKATION CARD FOR FOREIGNER ②

HW 9364515 22

氏名 (漢字) (Name)	姓	名		
国籍 Nationality as shown in passport	生年月日 Date of Birth	Day	Month	Year
外国人登録証明書番号 Alien Registration Card No.	航空機便名・船名 Flight No./Vessel	離機地 Port of Disembarkation		
署名 Signature				



#KAHW936451522#

### 海关申报

- 可携带下列物品免税进入日本：3 瓶酒；200 支卷烟或 50 支雪茄或 250 克烟丝或总计 250 克的烟类；3 盎司香水；海外市价总计 20 万日元以内的其他物品。
- 可携带下列物品免税返回中国：10 册或 3 套纸质出版物；20 盘或 3 套音像制品；400 支香烟或 100 支雪茄或 500 克烟丝；2 瓶酒（不超过 1.5 升）。
- 中日两国海关均禁止或限制个人携带水果、生鲜食品、自制肉类加工品、大米、宠物、假冒商品、盗版光碟、色情出版物等出入境。
- 更多详细规定可以上以下网址了解：

中国海关：[www.customs.gov.cn/publish/portal0/](http://www.customs.gov.cn/publish/portal0/)



日本税关: [www.customs.go.jp/](http://www.customs.go.jp/)

## 外部交通 Getting there

### 飞机

中国直飞东京的城市有北京、上海、广州、成都、大连、厦门等，从北京飞至东京约 3.5 小时。东京最大的两个机场为成田国际机场（Narita International Airport）和羽田国际机场（Tokyo International Airport）。

#### 53 成田国际机场 Narita International Airport

成田国际机场原名为新东京国际机场，简称成田机场，2004 年起，为了和羽田机场（东京国际机场）区别而更名，主要运作国际航线，是日本最大的国际航空港。机场与东京市中心相距遥远，即使乘坐最快的交通工具到市中心也要 1 小时左右。

地址：日本千叶县成田市

网址：<https://www.narita-airport.jp/ch1/>

### 机场至市中心交通

- JR 成田特快车 N' EX 是到市中心最快速的电车，也是票价最贵的，单程票价 3500 日元，途经千叶、品川、横滨、涩谷、新宿、池袋、大宫等。
- Sky Liner 是私营铁路京成公司经营的路线，比 N' EX 便宜很多，单程票价 2400 日元，途经京成、日暮里、上野等；新运营的 Sky Access 时间比 Sky Liner 快，到日暮里只需 36 分钟。
- 机场巴士在机场 1 楼乘坐，由不同的公司在不同窗口运营不同路线，单程票价 2900 日元起，具体路线、票价及发车时间详见窗口。

### 羽田国际机场 Tokyo International Airport

羽田国际机场即东京国际机场，是东京最早的机场，1978 年成田国际机场建成后，羽田机场改为主要负责国内航线，也有少量的国际航线。

地址：东京市大田区东南端，多摩川河口左岸。

网址：<http://www.tokyo-airport-bldg.co.jp/cn/>

### 机场至市中心交通

- 东京单轨电车由机场的国际航站楼发车至滨松町站，时间为 5:17-24:10，约 2-11 分钟一趟，单程票价 470 日元，到达滨松町站后依据目的地换乘不同的铁路线。
- 京急电铁连接机场的国内、国外航站楼，开至品川站，单程票价为 400 日元，到达品川站后依据目的地换乘不同的铁路线。
- 机场巴士在机场 1 楼乘坐，由不同的公司在不同窗口运营不同路线，单程票价 600 日元起，具体路线、票价及发车时间详见窗口。

### 火车

东京的地上地下线非常多，不仅在东京市内运行，也连接东京周边的城市及日本其他地区，线路多到基本能到任何你想去的地方；还有许多私营线路，大多开往东京郊区，具体发车信息、票价等可到各大车站询问。

### 新干线

最快的是由 JR 经营的新干线，以速度极快的子弹头列车闻名，安全稳定且准时，被称为全球最安全的高速铁路之一，是去往东京以外较远城市的理想交通工具。目前已运行的新干线有：东海道新干线、山阳新干线、

东北新干线、上越新干线、长野新干线、九州新干线、秋田新干线、山形新干线，还有些正在修建中。

### 长途汽车

东京有往来日本主要城市的长途汽车线路，且价格比新干线便宜，主要的长途汽车站有东京车站、新宿车站、池袋车站等。如果时间宽裕可以选择乘坐，欣赏沿路的美丽景致。

### 轮渡

从东京搭乘轮渡去往日本其他地方是比较便宜且相对较好的方式，但是大多数轮渡公司不提供英语服务，最好的方式就是找当地的旅行社或日本国际观光振兴机构（JNTO）进行预订。

## 内部交通 Getting around

### 出租车

在日本打出租车比较贵，东京出租车起步价为 710 日元，2 公里之后每 350 米增加 100 日元，23:00- 次日 5:00 征收 20% 夜间费。日本车辆靠左行驶，所以上车要从左侧后门上下，车门是自动开关，不需要自己动手。

**UFO** 日本的出租车司机很多是白发苍苍的老头，据了解月薪为 25 万日元左右，每日工作 10 多小时，每月工作 8-12 天以上，挺清闲。虽说是老头，但西装革履一丝不苟，车内坐垫雪白洁净，服务态度良好，为乘客开关车门、提行李、鞠躬致谢颇为娴熟，不收小费。

**十三疯** 在日本打车是件奢侈的事情，起价 710 日元合人民币 58 块，如果走 10 来公里得要好几百。这里的出租车都是明码标价，去任何一个地方都有相应价格，很人性化，而且当地没有黑车，不适应啊。

### 地铁

东京的地铁线错综复杂，除了大家耳熟能详的 JR 线外，还有许多私营的地铁线路。出发前事先做好功课，查好乘车路线，各条线路都有专门网站，路线、景点介绍、票价等都是最新的，乘坐时尽量避开上下班高峰时期。

### JR 东日本

JR (Japan Rail) 原本是日本国营铁路，因政府无法承担长期亏损，将 JR 民营化，根据日本各个区域，分别成立了 JR 东日本、JR 东海、JR 西日本、JR 北海道、JR 九州、JR 四国等几个民营公司，东京属于 JR 东日本经营范围。

网址：[www.jreast.co.jp](http://www.jreast.co.jp)

联系方式：+81-03-0180-993-900

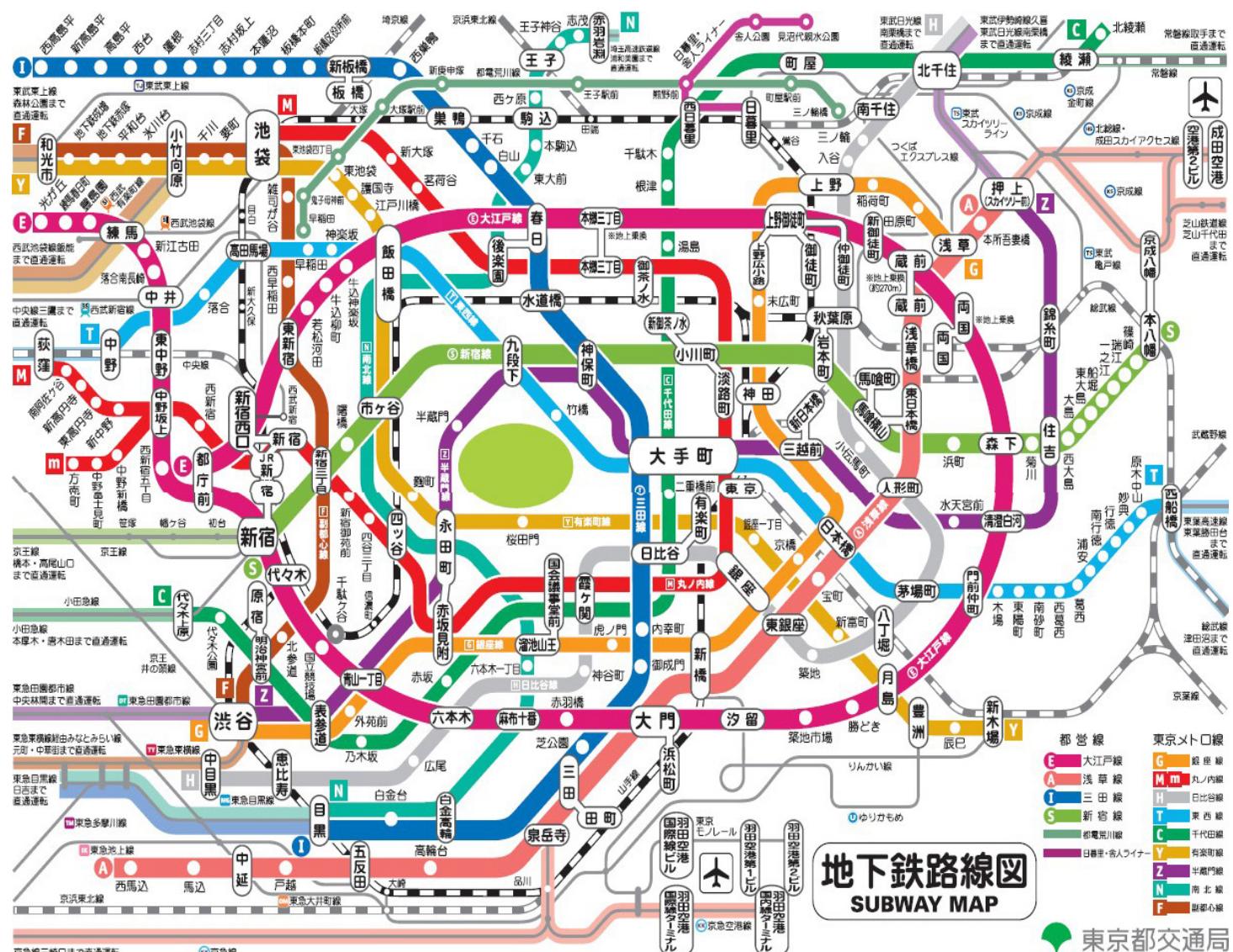
### 山手线

绿色车厢的山手线是日本第 1 条环状铁路，连接了东京所有繁华地区。重要车站：东京、新桥、品川、目黑、惠比寿、涩谷、原宿、新宿、池袋、上野、秋叶原

### 中央本线

橘黄色线条车厢的中央本线是从东京前往新宿的捷径。

重要车站：东京、饭田桥、新宿、中野、吉祥寺、三鹰



東京都交通局

## 东京 Metro

东京 Metro 经营的线路四通八达，且票价便宜、换乘方便，一直都十分活跃。

网址: [www.tokyometro.jp](http://www.tokyometro.jp)

联系方式: +81-03-3941-2004

## 银座线

该线往返于涩谷和浅草之间，是东京第一条地铁。

重要车站: 涩谷、表参道、赤坂见附、新桥、银座、日本桥、上野、浅草

## 丸之内线

该线将东京许多重要大站联系起来，是日本地铁班次最密集的1条线路。

重要车站: 新宿、赤坂见附、银座、东京、池袋

## 日比谷线

该线对于往来机场的旅客换乘十分方便。

重要车站: 惠比寿、六本木、银座、秋叶原、上野

## 副都心线

该线全线只有7站，使市民换乘更加的方便。

重要车站: 涩谷、新宿三丁目、池袋

## 千代田线

该线联通东京西南和东北，最远可到唐木田、本厚木一带。

重要车站: 明治神宫、表参道、赤坂、根津、千駄木

## 都营地铁

线路连接许多大景点，很适合观光客乘坐。

网址: [www.kotsu.metro.tokyo.jp](http://www.kotsu.metro.tokyo.jp)

联系方式: +81-03-3816-5700

## 大江户线

该线将原本分散的地铁、私营铁路整合起来，成为第二条环状交通。

重要车站: 京都厅、六本木、汐留、筑地市场、饭田桥

## 浅草线

该线连接了浅草一带，换乘十分方便。

重要车站: 浅草、日本桥、东银座、新桥

## 荒川线

该线是东京现存的唯一一条路面电车线路。

重要车站: 早稻田、三之轮桥、王子站

## 私营电车

### 京王井之头线

网址: [www.kelco.co.jp](http://www.kelco.co.jp)



联系方式: +81-03-042-357-6161

重要车站: 吉祥寺、京之头公园、下北泽、涩谷

#### 东急东横线

网址: [www.tokyu.co.jp](http://www.tokyu.co.jp)

联系方式: +81-03-3477-0109

重要车站: 涩谷、代官山、中目黑、自由之丘、横滨

#### 百合海鸥

网址: [www.yurikamome.co.jp](http://www.yurikamome.co.jp)

联系方式: +81-03-3574-0821

重要车站: 汐留、台场、青海、丰洲

#### 通票

铁路线路虽然复杂，但是换乘还是较简单的，出站后站牌有指示，一般都是汉字，不必太担心看不懂。多家铁路、地铁运营公司有多种通票，每条线路的一日票都不能通用，用处最多的通票如下：

#### Suica & N' EX 套票

这种套票包含 Narita Express 由成田机场到东京、横滨、新宿等地区的往返车票（也可选择单程），Suica 卡是可以用来搭乘东京都以内的都营地铁、JR 和巴士的 IC 卡，内有 1500 日元。

网址: <http://www.jreast.co.jp/sc/suica-nex/index.html>

购买地点: 成田机场

#### 票价

往返票: 普通车厢大人 5500 日元 / 人，儿童 2400 日元 / 人；

头等车厢大人 8000 日元 / 人，儿童 4400 日元 / 人。

单程票: 普通车厢大人 3500 日元 / 人，儿童 1200 日元 / 人；

头等车厢大人 5000 日元 / 人，儿童 2200 日元 / 人。

#### 东京 Metro 地铁两日通券

这种通券可连续 2 日内无限制乘坐东京 Metro 地铁，只有在成田机场有售，使用日期由第 1 次开始使用时计算。东京 Metro 地铁不是 24 小时运行，车票名中的“两日”是指连续 2 日内，各日始发车至末班车的时间，不是指 48 小时。

网址: <http://www.tokyometro.jp/cn/ticket/value/travel/index.html#anc02>

购买地点: 成田机场

票价: 成人 980 日元，儿童 490 日元

#### 东京 Metro 地铁一日通券

这种通券可连续 1 日内无限制乘坐东京 Metro 地铁，在东京 Metro 各站自动售票机或销售所都可以购买。在成田机场有针对旅行者的特价通券出售，一日券成人 600 日元，儿童 300 日元。使用日期由第 1 次开始使用时计算，东京 Metro 地铁不是 24 小时运行，车票名中的“一日”是指当天始发车至末班车的时间。

网址: <http://www.tokyometro.jp/cn/ticket/value/travel/index.html#anc02>

购买地点: 东京 Metro 和都营地铁各站的自动售票机

票价: 成人 710 日元，儿童 360 日元

#### 东京旅游车票

该票适用范围包括东京 23 个区内的普通列车（含普快、仅限普通车厢自由座位）、地铁、都电、都营巴士等，可以 1 日内无限次免费乘坐交通工具和线路。

购买地点: 各交通系统和东日本铁路旅游中心等都有售

票价: 成人 1580 日元，儿童 790 日元

#### JR 一日票

当日可搭乘东京 23 个区的 JR 线普通和快速列车，也可加价搭乘新干线和特急列车。

购买地点: JR 东日本主要站的绿色窗口、东日本铁路旅游中心等都有售

票价: 成人 730 日元，儿童 360 日元

查询换车: <http://www.hyperdia.com/> ; <http://ekitan.com/>



**紫星** 上班时间，几乎每 2 个站口就有 1 位工作人员，刚开始还想日本人不是出名地守秩序吗？怎么还需要工作人员维持秩序呢？原来上班时间的地铁几乎无站立之地，只要有一手一脚站到车上就可以安心了，关门的时候有工作人员过来塞你入去

#### 公交车

可从游客信息中心免费拿取的《都营公共汽车线路指南》，上面都有详细介绍，可以指出目的地名告诉司机，以免坐过站。

#### 租车 / 包车自驾

如果需要租车旅行，日本需要国际驾照，且靠左行驶，租车时需出示国际驾照和护照，许多租车公司在机场都设有柜台，每个公司的租车价格不一样。

## 旅行路上 Travel on the road

#### Last Friends

共有 11 集的电视剧，故事描述了东京生活在同一屋檐下的 6 个人受伤后，通过与人交往，获得了继续生活的勇气的故事。创作的背景是当今最为关注的话题——家庭暴力，深刻细腻地描述了日本人的生活，让你对日本有更多认识。

#### 久石让

日本著名作曲家、歌手、钢琴家，以担任电影配乐为主，特别是宫崎骏导演的作品。久石让不仅是宫崎骏的音乐代言人，更与北野武成为黄金组合，创作了《菊次郎的夏天》、《花火》等佳作，但参与最多、名气最大的仍是宫崎骏的作品。



## List

名称	地址电话 (0999)	你的选择
① 皇居	东京都千代田区千代田 1	<input type="checkbox"/>
② 皇居东御苑 Imperial Palace East Garden	东京都千代田区千代田 1-1 +81-03-3213-2050	<input type="checkbox"/>
③ 国会议事堂	东京都千代田区永田町 1-7-1 +81-03-3581-7954	<input type="checkbox"/>
④ 日比谷公园		<input type="checkbox"/>
⑤ 北之丸公园	东京千代田区北面	<input type="checkbox"/>
索尼大厦	东京中央区银座 5-3-1 +81-03-3573-2371	<input type="checkbox"/>
⑥ 东京广告博物馆 Advertising Museum Tokyo	Caretta Shiodome Building B1 & B2 层 +81-03-6218-2500	<input type="checkbox"/>
⑦ 东京塔	东京都港区芝公园 4-2-8 +81-03-3433-5111	<input type="checkbox"/>
⑧ 六本木	东京港区六本木	<input type="checkbox"/>
⑨ 代代木公园	东京都涩谷区代代木神园町 · 神南二丁目	<input type="checkbox"/>
⑩ 明治神宫	东京都涉谷区代代木神园町 1-1	<input type="checkbox"/>
八公犬像	涉谷车站口	<input type="checkbox"/>
⑪ 东京都厅	东京都新宿区西新宿二丁目 8 番 1 号 +81-03-5321-1111	<input type="checkbox"/>
⑫ 新宿御苑	东京都新宿区内藤町 11+81-03-3350-0151	<input type="checkbox"/>
⑬ 浅草寺	东京都台东区浅草二丁目 +81-03-3842-0181	<input type="checkbox"/>
上野公园	东京都台东区上野公园 · 池之端三丁目	<input type="checkbox"/>
⑭ 上野动物园	东京都台东区上野公园 · 池之端三丁目 +81-03-3828-5171	<input type="checkbox"/>
⑮ 东京国立博物馆	东京都台东区上野公园 13-9 +81-03-3822-1111	<input type="checkbox"/>
⑯ 东京国立西洋美术馆	东京都台东区上野公园 +81-03-5777-8600	<input type="checkbox"/>
⑰ 日本科学未来馆	东京都江东区青海 2 丁目 3-6 +81-03-3570-9151	<input type="checkbox"/>
⑲ 东京天空树	东京都墨田区押上 1 丁目 1-13	<input type="checkbox"/>
⑳ 富士山	东京静冈县富士宫市	<input type="checkbox"/>
㉑ 箱根	东京神奈川县	<input type="checkbox"/>
㉒ 东京迪士尼乐园	东京千叶县浦安市舞浜 1-1 +81-03-045-683-3777	<input type="checkbox"/>
㉓ Hello Kitty 乐园	东京多摩市落合 1-31 +81-423-39-1111	<input type="checkbox"/>

㉔ 东映动画 Gallery	东京都练马区东大泉 2-10-5 +81-03-3978-3111	<input type="checkbox"/>
㉕ 东京帝国饭店 Imperial Hotel	东京都千代田区内幸町 1-1-1 +81-03-3504-1111	<input type="checkbox"/>
㉖ Hotel Horidome Villa	东京都中央区日本桥堀留町 1-10-10	
銀座日航酒店	日本中央区 8-4-21 +81-03-3571-8379	<input type="checkbox"/>
㉗ 涩谷东急酒店 Shibuya Tokyo Inn	东京都涩谷区涩谷 1 丁目 24-10 +81-03-3498-0109	<input type="checkbox"/>
㉘ 涩谷青山樱花饭店 Sakura Fleur Aoyama Hotel	东京都涩谷区涩谷 2-14-15	<input type="checkbox"/>
㉙ Century Southern Tower	东京都涩谷区代代木 2-2-1	<input type="checkbox"/>
㉚ 新宿华盛顿酒店 Shinjuku Washington Hotel	东京都新宿区西新宿 3-2-9 +81-03-3343-3111	<input type="checkbox"/>
新宿公园酒店	东京都新宿区 +81-03-3352-2733	<input type="checkbox"/>
㉛ 东京国际青年旅舍 Tokyo Central Youth Hotel	东京都新宿区神乐河岸 1-1 +81-03-3235-1107	<input type="checkbox"/>
Sutton Place Hotel	东京都台东区上野 7-8-23 +81-03-3842-2411	<input type="checkbox"/>
㉜ 樱花旅馆 Sakura Ryokan	东京都台东区上野 7-8-23 +81-03-3876-8118	<input type="checkbox"/>
东京旅馆	东京都台东区上野 7-8-23 +81-090-3876-8118	<input type="checkbox"/>
㉝ 大都市旅馆 Metropolitan Hotel	1-6-1 Nishi-Ikebukuro, Toshima-ku, Tokyo, 171-8505 Japan +81-03-3980-1111	<input type="checkbox"/>
House Ikebukuro	东京都丰岛区池袋 2-20-1 +81-03-3984-3399	<input type="checkbox"/>
貴美旅馆	36-8, 2chome, Ikebukuro, Toshima-ku, Tokyo, Japan 171-0014 +81-03-3971-3766	<input type="checkbox"/>
㉞ First Inn Kyobashi	日本中央區 2-6-16	<input type="checkbox"/>
㉟ Green Plaza Shinjuku Capsule Hotel	东京都新宿区 1-29-2 +81-03-3207-5411	<input type="checkbox"/>
㉟ Capsule Hotel Riverside	日本台东区 2-20-4 +81-03-3844-5117	<input type="checkbox"/>
㉟ Anago Tamai	东京都中央区日本桥中洲 10-7 +81-03-3272-3227	<input type="checkbox"/>
㉟ 伊豆荣	东京都台东区上野 2-12-22 +81-03-38310954	<input type="checkbox"/>
㉟ Tonchin	东京都丰岛区池袋大厦 1 楼 +81-03-3987-8556	<input type="checkbox"/>
无敌家	东京都丰岛区南池袋 1-17-1 +81-03-3982-7656	<input type="checkbox"/>
㉟ Ten-Ichi	东京都银座 6 丁目 +81-03-3571-1949	<input type="checkbox"/>



大黑家 Daikokuya	日本东京都台东区浅草 1-38-10 +81-03-3844-1111	<input type="checkbox"/>
⑩ 金太郎丼	东京都新宿区歌舞伎町 Sakura 通 1-1-13 +81-03-5272-1001	<input type="checkbox"/>
Sushi Zanmai	东京都中央区乐地 +81-03-3541-1117	<input type="checkbox"/>
Toraya Cafe	⑪ 东京都港区六本木 6-12-2 +81-03-5786-9811 ⑫ 东京都涩谷区神宫前 4-12-10 +81-03-5785-0533 ⑬ 东京都港区南青山 1 丁目 1-1 +81-03-5414-0141	<input type="checkbox"/>
⑭ 涩谷	位于东京的西南方，新宿下方	<input type="checkbox"/>
⑮ 新宿	位于东京的西北方	<input type="checkbox"/>
⑯ 池袋	位于东京西北偏北方	<input type="checkbox"/>
⑰ 银座	位于东京中央区内，东京的东南方	<input type="checkbox"/>
⑱ 秋叶原	位于东京上野区内，东京的东北方	<input type="checkbox"/>
⑲ 筑地鱼市	5-2-1 Tsukiji	<input type="checkbox"/>
⑳ 国国际馆	东京都墨田区横纲 1-3-28 +81-03-3623-5111	<input type="checkbox"/>
歌舞伎町	位于东京新宿区内，西武新宿站东侧，靖国通北面	<input type="checkbox"/>
箱根温泉	日本神奈川系西南部	<input type="checkbox"/>
㉑ 日中友好医院	东京都涩谷区代代木 1-38-5 +81-03-6276-9788	<input type="checkbox"/>

您可以在这里添加一些其他重要信息



更多相关路书下载 <http://www.mafengwo.cn/gonglve/>

