

---

# Travel Guide Tokio

Megacity der Superlative

---

<b>02</b>	Kurzüberblick	<b>08</b>	Shopping in Tokio	<b>14</b>	GEO-Tipp
<b>02</b>	Japan	<b>08</b>	Restaurants	<b>15</b>	24 Stunden in ...
<b>03</b>	Etikette	<b>09</b>	Nachtleben	<b>17</b>	Die große Reise
<b>04</b>	Gesundheit	<b>11</b>	Veranstaltungen		
<b>05</b>	Telefon & Internet	<b>13</b>	Hotels		
<b>05</b>	Top 10 Sehenswürdigkeiten	<b>14</b>	Crewtipp		

© Getty Images/iStockphoto





## Kurzüberblick

### Tokio: Megacity der Superlative

Japans Hauptstadt scheint nach Superlativen zu streben: Im Stadtgebiet leben etwa neun Millionen Menschen, zusammen mit Yokohama, Kawasaki und Saitama bildet Tokio mit mehr als 37 Millionen Einwohnern eine der größten Metropolregionen der Welt. Im Stadtteil Shinjuku steht der größte Bahnhof der Welt; Tokio hat die größten Einkaufszentren, die verrücktesten Einkaufsviertel, die schrillste Mode und die neuesten elektronischen Geräte. Neben all den modernen Errungenschaften findet man auch Zeugnisse des alten Edo, so der Name der Stadt bis Mitte des 19. Jahrhunderts. Dazu zählen der Sensō-ji-Tempel in Asakusa und großzügige Grünflächen, die man rund um den Kaiserpalast oder im Ueno-Park findet.

Wer die markanten Aussichtstürme der Mega-City besucht, etwa den spektakulären Fernsehturm Skytree, bekommt eine Ahnung von der Ausdehnung der Mega-City. Doch nur wer Spaziergänge durch die so unterschiedlichen Quartiere wie das Elektronik- und Animeviertel Akihabara, das luxuriöse Ginza oder über den berühmten Tsukiji-Fischmarkt unternimmt, spürt die Magie dieser lebendigen Metropole hautnah.



## Japan

### Allgemeine Informationen

#### Überblick

Japan ist derart facettenreich, dass es sich nur schwer beschreiben lässt. Die wimmelnden Großstädte sind ultramodern, zukunftsweisende technische Neuerungen gehören hier weit früher zum Alltag als anderswo. Doch gleichzeitig findet man überall auch lebendige Spuren des traditionellen Japan mit seinen Zen-Steingärten, Tempeln und Schreinen, seinen uralten Traditionen und Zeremonien.

Auch landschaftlich ist Japan faszinierend und abwechslungsreich. Höhepunkte sind der Fujijama, der vulkanischen Ursprungs ist, und die Kiefernwälder der Koya-Berge.

#### Geographie

Japan liegt etwa 160 km vom asiatischen Festland entfernt und besteht aus einer Inselkette, die der asiatischen Ostküste vorgelagert ist. Die Hauptinseln (Nord nach Süd) sind Hokkaidō, Honshū, Shikoku und Kyushū; dazu kommen mehr als 6000 kleine Inseln.

Japan ist sehr bergig, etwa drei Viertel des Landes bestehen aus Hügel- und Bergland. Mehrere Bergketten verlaufen von Hokkaidō im Norden nach Kyushū im Süden. Die Japanischen Alpen verlaufen in nord-südlicher Richtung durch die Mitte der Insel Honshū.

Der höchste Berg ist mit 3776 m der Fuji-san (Fujijama). Er ist einer von über 200 Vulkanen, von denen 36 in den letzten hundert Jahren noch aktiv waren.

Die Tiefebene liegen hauptsächlich in Küstennähe, dort haben sich die Ballungsgebiete entwickelt.

#### Allgemeinwissen

##### Fakten

Bevölkerung: 127,06 Millionen (Schätzung 2015)

Bevölkerungsdichte (pro qkm): 337

Hauptstadt: Tokio.

Einwohner: 9.233.460 (Schätzung 2015).

### **Sprache**

Japanisch. Englisch als Geschäfts- und Fremdsprache.

### **Währung**

Japanischer Yen.

Währungskürzel: ¥, JPY (ISO-Code). Banknoten sind in den Werten von 10.000, 5000, 2000 und 1000 ¥ im Umlauf. Münzen in den Werten von 500, 100, 50, 10, 5 und 1 ¥.

### **Elektrizität**

100 V, 60 Hz im Westen (Osaka). 100 V, 50 Hz im Osten (Tokyo). Zweipolige Flachstecker. Adapter sind erforderlich.

## **Feiertage**

Nachfolgend sind die Feiertage für den Zeitraum Januar 2018 bis Dezember 2019 aufgelistet.

Zusätzlich zu den gesetzlichen Feiertagen gibt es weitere, regional unterschiedliche Gedenk- und Festtage.

### **2018**

Neujahr: 1. Januar 2018

Tag der Erwachsenen: 8. Januar 2018

Tag der Staatsgründung: 11. Februar 2018

Zusätzlicher Feiertag: 12. Februar 2018

Frühjahrs-Tag- und Nachtgleiche: 21. März 2018

Showa-Tag: 29. April 2018

Zusätzlicher Feiertag: 30. April 2018

Verfassungsgedenktag: 3. Mai 2018

Tag des Grüns: 4. Mai 2018

Kindertag: 5. Mai 2018

Tag der Meeres: 16. Juli 2018

Tag des Berges: 11. August 2018

Tag des Respekts vor dem Alter: 17. September 2018

Herbst-Tag- und Nachtgleiche: 23. September 2018

Zusätzlicher Feiertag: 24. September 2018

Gesundheits- und Sporttag: 8. Oktober 2018

Kulturtag: 3. November 2018

Tag des Dankes für die Arbeit: 23. November 2018

Geburtstag des Kaisers: 23. Dezember 2018

Zusätzlicher Feiertag: 24. Dezember 2018

**2019** Neujahr: 1. Januar 2019 Tag der Erwachsenen: 14. Januar 2019 Tag der Staatsgründung: 11. Februar 2019 Frühjahrs-Tag- und Nachtgleiche: 21. März 2019 Showa-Tag: 29. April 2019 Verfassungsgedenktag: 3. Mai 2019 Tag des Grüns: 4. Mai 2019 Kindertag: 5. Mai 2019 Zusätzlicher Feiertag: 6. Mai 2019 Tag der Meeres: 15. Juli 2019 Tag des Berges: 11. August 2019 Tag des Respekts vor dem Alter: 16. September 2019 Herbst-Tag- und Nachtgleiche: 23. September 2019 Gesundheits- und Sporttag: 14. Oktober 2019 Kulturtag: 3. November 2019 Zusätzlicher Feiertag: 4. November 2019 Tag des Dankes für die Arbeit: 23. November 2019 Geburtstag des Kaisers: 23. Dezember 2019 Alle Angaben ohne Gewähr.



## **Etikette**

### **Verhaltensregeln für Japan**

#### **Verhaltensregeln**

Höfliches und korrektes Benehmen wird erwartet. Die japanischen Höflichkeitsregeln weichen zwar in vieler Hinsicht von den europäischen ab, Japaner sind sich jedoch dieses Unterschieds bewusst und akzeptieren, dass Ausländer nicht alle Sitten und Gebräuche kennen. Es gilt als unhöflich, „Nein“ zu sagen. Ein vages „Ja“ bedeutet aber nicht unbedingt Zustimmung.

Gäste werden selten in Privathäuser eingeladen, da dies stets eine formelle Angelegenheit ist. Hinzu kommt, dass Privatwohnungen in Japan in der Regel zu klein sind, um Gäste zu empfangen. Zur Begrüßung verbeugt man sich. Die höfliche Nachsilbe „San“ sollte bei der Anrede japanischer Männer und Frauen benutzt werden.

Beim Betreten einer japanischen Wohnung oder eines Ryokan zieht man die Schuhe aus, die Schuhspitzen sollten zur Eingangstür zeigen. Tischmanieren sind wichtig, obwohl ein japanischer Gastgeber dem westlichen Gast gegenüber sehr tolerant sein wird. Man sollte sich jedoch mit den wichtigsten Tischmanieren vertraut machen und Essstäbchen benutzen. Es ist üblich, dem Gastgeber ein kleines Geschenk mitzubringen. Geschäftsleute sollten den japanischen Geschäftspartnern ebenfalls ein Geschenk überreichen.

Nichtraucherzonen sind ausgeschildert.

Trinkgeld wird nicht erwartet. Für besondere Dienste oder als Anerkennung können Geldgeschenke gemacht werden. Man sollte aber niemals eine Handvoll Kleingeld überreichen, sondern spezielle Briefumschläge für Geldgeschenke kaufen.



## Gesundheit Gesundheit

**Notrufnummer:** 119

Landesweit besteht von April bis Oktober das Übertragungsrisiko von Borreliose/Lymekrankheit durch Zecken, v. a. in Gräsern, Sträuchern und im Unterholz. Schutz bieten hautbedeckende Kleidung und insektenabweisende Mittel.

Fleckfieber wird durch Läuse übertragen. Um sich zu schützen, sollte man regelmäßige Körper- und Kleiderhygiene betreiben. Nur in seltenen Fällen sollte eine Impfung erwogen werden.

Es kommt immer wieder zu Ausbrüchen der Hand-, Fuß- und Mundkrankheit (HFMD). Um das Ansteckungsrisiko zu minimieren, sollte man sich regelmäßig die Hände waschen und den Kontakt mit Erkrankten vermeiden.

Hepatitis A und Hepatitis B kommen landesweit vor. Eine Hepatitis-A-Schutzimpfung wird generell empfohlen. Die Impfung gegen Hepatitis B sollte bei längerem Aufenthalt und engem Kontakt zur einheimischen Bevölkerung sowie allgemein bei Kindern und Jugendlichen erfolgen.

Erhöhtes Ansteckungsrisiko für Japanische Enzephalitis besteht von Juni bis September vor allem in den ländlichen Gebieten.

Sinnvoll ist eine kombinierte Impfung gegen Masern, Mumps und Röteln (MMR) für Reisende, die einen längeren Aufenthalt planen und keinen ausreichenden Impfschutz besitzen oder die Krankheiten nicht als Kind durchgemacht haben.

### Lufthansa Vertragsarzt

Dr. Seez, Peter  
Tokyo Medical & Surgical Clinic  
Mori Bldg. 32 / 3-4-30 Shiba-koen  
Minato-ku  
Tokyo 105

Japan  
Tel. +81-3-34363028

Bitte beachten Sie, dass Lufthansa keine Kosten und Verantwortung für die Behandlung übernimmt.



## Telefon & Internet

### Telefon/Mobiltelefon

**Vorwahl:** +81

#### Mobiltelefon

Mobilfunknetze funktionieren mit anderen Standards als international üblich. Die meisten Smartphone-Modelle mit 3G- und 4G-Standard funktionieren jedoch. An den Flughäfen kann man ersatzweise ein Prepaid-Handy kaufen oder ein Handy mieten. Wer ein Sim-Lock-freies, relativ neues Mobiltelefon benutzt, kann eine SIM-Karte in den Mobilfunkläden oder Automaten an den Flughäfen kaufen. Mobilfunkanbieter für ausländische Besucher sind u. a. bemobile (bmobile.ne.jp), Softbank Mobile (softbank-rental.jp/e/) und NTT DOCOMO (nttdocomo.co.jp).

#### Internet

Internet gibt es fast überall in Japan. In Tokio und anderen größeren Städten gibt es noch Internetcafés, doch die meisten Japaner nutzen das Internet mobil. Viele Hotels bieten ihren Gästen Internetzugang via WiFi. Außerdem gibt es zahlreiche kostenfreie öffentliche WiFi-Netze in Bahnhöfen, Flughäfen, Touristeninformationen und Einkaufszentren.



## Top 10 Sehenswürdigkeiten

### Top 10 Sehenswürdigkeiten in Tokio

#### Skytree

Das 634 Meter hohe Bauwerk ist der höchste Fernsehturm der Welt. Er wurde 2012 eröffnet und gilt inzwischen als eine der Hauptattraktionen Tokios. Auf 350 und auf 450 Meter Höhe gibt es je eine Aussichtsplattform, die eine 360-Grad-Panorama-Sicht über das scheinbar endlose Häusermeer bis zum Fuji bieten. Für noch mehr spektakuläre Ausblicke hat die obere Plattform zusätzlich einen Glasboden. Um lange Wartezeiten beim Einlass zu vermeiden, sollte man vorab ein Ticket über die Internetseite des Skytree buchen.

1-1-2 Oshiage, Sumida-ku  
131-0045 Tokio  
Japan  
Tel: 03 5302 3470

Öffnungszeiten:  
Täglich 08:00 - 22:00  
  
[www.tokyo-skytree.jp](http://www.tokyo-skytree.jp)

#### Tsukiji-Fischmarkt

Auf dem Tsukiji-Marktgelände werden täglich etwa 2500 Tonnen Fisch und Meeresfrüchte gehandelt, dazu andere Lebensmittel und Waren des täglichen Bedarfs. Der Markt ist in erster Linie für Händler gedacht, doch hat er sich dank seiner malerischen Retro-Atmosphäre zur Top-Sehenswürdigkeit entwickelt. Am frühen Morgen herrscht der meiste Betrieb, aber auch gegen Mittag lohnt sich ein Besuch noch, und sei es, um frische Fischspezialitäten an den zahlreichen Ständen zu probieren. Tokio-Reisende sollten einen Besuch nicht aufschieben: Ein Umzug in moderne Hallen ist für Ende 2016 geplant.

5-2-1 Tsukiji, Chūō-ku  
104-0045 Tokio

Öffnungszeiten:  
Mo-Sa sowie jeden zweiten Mittwoch

Japan  
Tel: 03 3542 1111

5:00-15:00 (Außenmarkt)

[www.tsukiji.or.jp](http://www.tsukiji.or.jp)

## Nationalmuseum Tokio

Das Nationalmuseum ist das größte Museum Japans, gelegen im Ueno-Park im historischen und kulturellen Zentrum Tokios. Die etwa 90.000 Exponate, in sechs Galerien präsentiert, illustrieren Kultur und Geschichte des Landes von der Jōmon-Zeit (etwa 10.000 bis 300 v. Chr.) bis in die Gegenwart. Als besonders sehenswert gilt die Ausstellung zu den Höhepunkten japanischer Kunst in der Honkan-Galerie. Um die Exponate besser konservieren zu können, werden sie regelmäßig ausgetauscht, so dass sich die Ausstellungen ständig verändern.

13-9 Uenokoen, Taitō-ku  
105-7090 Tokio  
Japan  
Tel: 03 3822 1111

Öffnungszeiten:  
Di-So 09:30-17:00

[www.tnm.jp](http://www.tnm.jp)

## Tokyo Metropolitan Museum of Art (Städtisches Kunstmuseum)

Dieses Museum liegt im Ueno-Park, ebenso wie das Nationalmuseum, das Nationalmuseum der Naturwissenschaften, das Nationalmuseum für Westliche Kunst, das Shitamachi-Museum und der Zoo. In dem 2012 nach umfangreichen Modernisierungen wiedereröffneten Bau finden spektakuläre, international kuratierte Ausstellungen statt, die in Kooperation mit renommierten Museen wie dem British Museum und dem Louvre entstehen. Zusätzlich ist in den sechs Galerien Platz für die Präsentation moderner, zeitgenössischer und auch experimenteller Kunst.

8-36 Uenokoen, Taitō-ku  
110-0007 Tokio  
Japan  
Tel: 03 3823 6921

Öffnungszeiten:  
Di-So 9:30-17:30 sowie am zweiten und vierten Montag eines Monats; geschlossen vom 6. bis 15. Juli sowie vom 21. bis 28. Dezember

[www.tobikan.jp](http://www.tobikan.jp)

## Kaiserpalast Östliche Gärten

Das riesige Areal rund um den Kaiserpalast ist ein Ruhepol mitten in der Millionenstadt. Die Östlichen Gärten (Higashi Gyoen) sind das ganze Jahr über für Besucher zugänglich, aber während der Kirschblüte im Frühling ist der Anblick besonders prächtig. Zu besichtigen sind zudem Reste der Shogunats-Anlage sowie das Sannomaru Shozokan (The Museum of the Imperial Collections).

1-1 Chiyoda-ku  
100-0001 Tokio  
Japan

Öffnungszeiten:  
Di-Do, Sa/So 9-17 Uhr, im Winter 9-16 Uhr

[www.kunaicho.go.jp](http://www.kunaicho.go.jp)

## Sensō-ji

Diesen bedeutenden Tempel, auch bekannt als Asakusa-Kannon, besuchen jährlich mehr als 30 Millionen Menschen. Sein Kaminarimon-Tor mit der etwa vier Meter hohen roten Laterne ist das Wahrzeichen des historischen Tokio. Tritt man hindurch, führt eine von Souvenirläden gesäumte Straße zum Tempelbezirk, in dessen Haupthalle die Statue von Kannon, der Göttin der Barmherzigkeit, aufbewahrt wird. Auf dem Gelände sind außerdem u. a. der Asakusa-Junja-

Schrein und das Nitenmon-Tor zu besichtigen.

2-3-1 Asakusa, Taitō-ku  
111-0032 Tokio  
Japan  
Tel: 03 3842 0181  
[www.senso-ji.jp](http://www.senso-ji.jp)

## Akihabara

In Akihabara, dem größten Einkaufsviertel des Landes für Elektronik, findet die Liebe der Japaner für alles Technische, Bunte und Schrille ihren Ausdruck. Farbenprächtige, unablässig blinkende Neonreklamen werben für große Elektronikkaufhäuser und Gebrauchtgüterläden. In „Electric Town“ findet man auf Mangas spezialisierte Buchhandlungen neben Meido-Cafés, in denen als Comic-Figuren kostümierte Service-Mitarbeiter die Gäste begrüßen. Hier tummeln sich die Anime-Begeisterten, womöglich auf dem Weg zum Tokyo Anime Center (Akihabara UDX Building), dem wichtigsten Veranstaltungs- und Ausstellungsort der Szene.

Akihabara, Taitō-ku  
Tokio  
Japan  
[www.akiba.or.jp](http://www.akiba.or.jp)

## Shibuya-Kreuzung

Hier entstehen die Bilder von Tokio als überfüllter Metropole, wo Menschenmassen sich über den von Werbeplakaten und Neonreklamen gesäumten Platz schieben. An der bekannten Kreuzung am Bahnhof Shibuya überqueren angeblich etwa 15.000 Fußgänger pro Ampelphase die Straße. Von hier aus erreicht man auch das Szeneviertel Harajuku, wo die entscheidenden Modetrends gesetzt werden. Am Bahnhof steht die Statue des treuen Hundes Hachikō, die gern als Treffpunkt genutzt wird.

Shibuya-ku  
Tokio  
Japan

## Ghibli-Museum

Das Ghibli-Museum in Mitaka gehört zur erfolgreichen Filmproduktionsgesellschaft gleichen Namens, gegründet u. a. vom Anime-Meister Hayao Miyazaki. Zu den bekanntesten Produktionen gehören „Prinzessin Mononoke“ (1997) und „Chihiros Reise ins Zauberland“ (2001). Das Museum zeigt Ausstellungen von Entwürfen und Modellen. Dazu verfügt es über einen Kinosaal, in dem Kurzfilme des Studios gezeigt werden. Ein Tipp: Eintrittskarten müssen rechtzeitig vorab (am besten mehrere Wochen vor dem geplanten Besuch) online gekauft werden; Hinweise dazu finden sich auf der Internetseite des Museums.

1-1-83 Shimorenjaku, Mitaka-shi  
181-0013 Tokio  
Japan  
Tel: 0570 055 777  
Öffnungszeiten:  
Mi-Mo 10:00-18:00  
[www.ghibli-museum.jp](http://www.ghibli-museum.jp)

## Advertising Museum Tokyo

Dieses Museum bietet einen faszinierenden Einblick in die Veränderungen der japanischen Werbewelt. Die Dauerausstellung zeigt in sieben thematisch angeordneten Galerien u. a. Werke der Edo-Periode, der Vor- und Nachkriegsära und beschreibt den Einfluss technischer Neuerungen auf die Werbung. Zusätzlich werden Wechselausstellungen gezeigt, etwa zu preisgekrönten Arbeiten aus dem In- und Ausland. Zum Museum gehört auch eine Fachbibliothek.

Caretta Shiodome B1F-B2F  
1-8-2 Higashi-Shinbashi  
Minato-ku  
105-7090 Tokio  
Japan  
Tel: 03 6218 2500

Öffnungszeiten:  
Di-Fr 11:00-18:30, Sa 11:00-16:30  
  
[www.admt.jp](http://www.admt.jp)



## Shopping in Tokio

### Einkufen in Tokio

#### Wichtigste Einkaufsmeilen

Tokio-Besucher sollten reichlich Zeit zum Bummeln und Einkaufen mitbringen: So bunt wie hier ist die Shopping-Welt nirgendwo sonst, und jedes Stadtviertel hat mindestens ein großes Einkaufszentrum. Obwohl man also fast alles fast überall bekommt, haben die Quartiere ihre Besonderheiten: In Aoyama und an der Omotesandō befinden sich die Geschäfte der Modedesigner wie Issey Miyake oder Yohji Yamamoto. Junge Mode und günstigere Ware findet man in Shibuya. Akihabara ist eines der größten Einkaufsviertel für Elektronik, außerdem die erste Anlaufstelle für Anime- und Mangabegeisterte. Asakusa gilt als gute Adresse für traditionelles japanisches Kunsthandwerk und andere Souvenirs. Ein Bummel durch Ginza ist (fast) ein Muss, denn in diesem luxuriösen Einkaufs- und Vergnügungsviertel gibt es jede Menge Kaufhäuser und Boutiquen sowie Restaurants, Cafés und Bars. An Sonn- und Feiertagen wird die Hauptstraße Chuo-dori ab Mittags für den Autoverkehr gesperrt, so dass die Fußgängermassen die riesigen Kreuzungen für sich haben.

#### Märkte

Flohmärkte sind in Tokyo äußerst beliebt – an fast jedem Wochenende findet in mindestens einem Stadtteil einer statt. Veranstaltungsorte sind oft Parks, darunter der Meiji-Park, der Shinjuku-Chuo-Park oder der Yoyogi-Park, oder an Schreinen wie dem Tōgō-Schrein in Harajuku oder dem Tomioka-Hachimangu-Schrein in Kōtō. Nicht alle finden jedoch an jedem Wochenende statt, einige nur bei trockenem Wetter. Einer der bekanntesten Antik- und Flohmärkte ist der Setagaya Boroichi, der jedoch nur einmal Mitte Dezember und einmal Mitte Januar stattfindet.

Es gibt auch Lebensmittelmärkte, u. a. den Außenmarkt des Tsukiji-Großmarkts, wo es nicht nur, aber auch viel Fisch zu kaufen gibt. Auch auf dem täglich stattfindenden Ameyoko Market (zwischen Ueno- und Okachimachi-Bahnhof) werden neben Waren des täglichen Bedarfs auch Fisch, Obst und Gemüse angeboten.

#### Einkaufszentren

Zu den größten Einkaufszentren in Tokio gehören das Roppongi Hills ([roppongihills.com](http://roppongihills.com)), das Lalaport Tokyo Bay ([tokyobay.lalaport.net](http://tokyobay.lalaport.net)) und das Tokyo Solamachi am Fuße des Tokyo Skytree ([tokyo-solamachi.jp](http://tokyo-solamachi.jp)) sowie das Kite Marunouchi im JP Tower ([jptower-kite.jp](http://jptower-kite.jp)) am Bahnhof Tokio.



## Restaurants

### Restaurants in Tokio

In Tokio soll es insgesamt etwa 160.000 Speiselokale geben, darunter sind mehr mit Michelin-Sternen ausgezeichnete Restaurants als in jeder anderen Stadt der Welt. Restaurantbesuche sind in Tokio recht teuer, eine günstige Alternative sind die Ramen-Bars, die Nudelsuppen in allerlei Variationen anbieten. Landestypische Snacks bekommt man auch in den japanischen Fast-Food-Ketten oder auf Märkten wie dem Tsukiji-Fischgroßmarkt.

### Sukiyabashi Jiro Honten

Dieses Restaurant des Sushi-Meisters Jiro Ono ist nicht leicht zu finden, denn es



ist im Untergeschoss einer U-Bahn-Station untergebracht. Das winzige Restaurant ist mit drei Michelin-Sternen ausgezeichnet und gilt als eines der besten Sushi-Lokale überhaupt. Eine Reservierung ist unbedingt erforderlich und etwa vier Wochen im Voraus möglich.

B1F, Tsukamoto Sogyo Building      Preisniveau: Teuer  
4-2-15 Ginza, Chuo-ku  
104-0061 Tokio  
Japan

### Usukifugu Yamadaya

Hier wird u. a. Fugu serviert, der japanische Kugelfisch. Für dessen Zubereitung müssen Köche eine spezielle Lizenz erwerben, denn unsachgemäß zubereitet ist Kugelfisch hochgiftig. In diesem mit drei Michelin-Sternen ausgezeichneten Restaurant bekommt man auch andere exzellente Fisch- und Meeresfrüchtespezialitäten. Zu empfehlen ist deshalb das Degustationsmenü.

4-11-14 Nishiazabu, Minato-ku      Preisniveau: Gehoben  
106-0031 Tokio  
Japan

### Sushibun

Dies ist eines der bekannten Sushi-Lokale auf dem Tsukiji-Fischmarkt. Es hat nur 12 Sitzplätze, so dass die Warteschlange oft bis weit nach draußen reicht. Gäste sollten dem Küchenchef vertrauen und „omakase“ bestellen, das Tagesgericht, das meist aus einem Dutzend Teile Sushi und einer Miso-Suppe besteht.

5 Chome-2-1 Tsukiji      Preisniveau: Moderat  
Chūō, Tokio  
Japan

### Tsunahachi Rin

Hier bekommt man vor allem Tempura, die frittierten Teigtaschen, mit unterschiedlichsten Füllungen und Dips serviert. Es gibt mehrere Tsunahachi-Restaurants in Tokio, u. a. in Ginza, Ikebukuro und dieses am Shinjuku-JR-Bahnhof.

3-38-1 Shinjuku, Shinjuku-ku      Preisniveau: Günstig  
160-0022 Tokio  
Japan

### Ippudo

Ippudo unterhält viele Niederlassungen in Japan, in Tokio finden sie sich u. a. in Ginza und – diese hier – in Shibuya. Serviert werden Nudeln in einer bemerkenswert schmackhaften Brühe, zusätzlich kann man Garnierungen wie Bohnensprossen bestellen. Man ist auf ausländische Besucher eingerichtet und bietet auch eine englischsprachige Speisekarte.

1-3-13 Hiroo, Shibuya-ku      Preisniveau: Günstig  
150-0012 Tokio  
Japan



## Nachtleben Nightlife in Tokio

Als Zentrum des Tokioter Nachtlebens gilt das Viertel Roppongi, wo viele

Ausländer wohnen und die Szene sich besonders bunt präsentiert. In Shibuya trifft sich junges Publikum in den schrillen und angesagten Bars und Clubs. Besuche in Karaoke-Bars gehören noch immer zum festen Bestandteil des Nachtlebens – ein althergebrachter Spaß vor allem für Gruppen. Die traditionellen Formen des japanischen Theaters Nō und Kyōgen werden ebenso wie Bunraku, das Puppen- und Gesangsspiel, in mehreren Theatern gepflegt. Riesige Kinopaläste und Konzerthallen bieten stets internationales Programm. Wer von Stadtbesichtigungen und Museumsbesuchen tagsüber zu erschöpft ist für ein anspruchsvolles Nachtleben, kann in einem der Izakaya, der Kneipen, das japanische Alltagsleben betrachten.

## Warayakiya

Ein typisches Izakaya in Roppongi: Hier gibt es sie noch, die Young Urban Professionals, die sich zum Feierabendbier in der Kneipe treffen. Auf der schicken, verglasten Veranda kann man auch vorzüglich essen. Spezialität des Hauses sind Gerichte, die spektakulär auf Strohfeuer in der offenen Küche gegart werden.

1F, Roppongi Go Dee Building  
6-8-8 Roppongi, Minato-ku  
106-0032 Tokio  
Japan

## Gonpachi

Gonpachi unterhält mehrere Izakaya in Tokio. Diese Filiale im Edo-Stil könnte Besuchern bekannt vorkommen, denn sie diente als Kulisse in Quentin Tarantinos Film „Kill Bill“ (2003). Sie ist herrlich altmodisch ausgestattet mit viel dunklem Holz und bietet neben toller Atmosphäre auch eine exzellente Küche.

1F, 2F, 1-13-11, Nishi-Azabu, Minato-ku  
106-0031 Tokio  
Japan

## ageHa

Club, Disco und Konzerthalle in einem: Ins ageHa mit seinen Bühnen, Dancefloors, Lounges und einem Pool strömen an manchen Tagen bis zu 5000 Besucher. Von der Roppongi-dōri fährt ein kostenloser Shuttlebus (bis etwa 4.30 Uhr).

2-2-10 Shinkiba, Koto-ku  
136-0082 Tokio  
Japan

## Womb

Dies ist die beste Adresse für Electronic Music, ausgestattet mit überdimensionierter Spiegelkugel, bestem Sound-System und Platz für mehr als 1000 Besucher. Man erreicht ihn nach etwa fünf Minuten Fußweg über die als „Love Hotel Hill“ bekannte Dogenzaka in Shibuya.

2-16 Maruyamacho, Shibuya-ku  
150-0044 Tokio  
Japan

## Club Quattro

Es gibt mehrere Club-Quattro-Konzerthallen in Japan, diese hier liegt mitten in Shibuya (U-Bahn-Ausgang Hachiko) und bietet etwa 1000 Besuchern Platz. Hier

spielen japanische und internationale Rock- und Pop-Bands.

32-13 Udagawacho, Shibuya-ku  
150-0042 Tokio  
Japan



## Veranstaltungen Alle Events in Tokio

### Shogatsu (Neujahr)

Nach den Bōnenkai-Partys, die dazu dienen, das alte Jahr zu vergessen und das neue Jahr mit einem kompletten Neustart zu beginnen, ist Neujahr in Japan ein wichtiger Feiertag. Anders als im Westen ist es in Japan wichtiger, den Sonnenaufgang zu sehen als zu beobachten, wie der Uhrzeiger von 23:59 Uhr auf 00:00 Uhr springt. Üblich sind Dekorationen aus Kiefernholz und Bambus. Und der traditionelle Besuch eines Schreins gehört auch dazu.

**1. Januar 2018**

Website

Ort: Schreine in der ganzen Stadt, aber ganz besonders der Asakusa-jinja und Meiji Shrein

### Dezome-shiki (Parade der Feuerwehrmänner zu Neujahr)

Feuerwehrmänner in Kostümen aus der Edo-Zeit zeigen zirkusreife Kunststücke auf der Spitze von Leitern aus Bambus, um die ganze Stadt an die Wichtigkeit der Brandprävention zu erinnern. Es ist ein ungewöhnlicher Mix aus Akrobatik und den Themen Gesundheit und Sicherheit. Dennoch gibt es dafür gute Gründe. Der Feuerwehrverein Tokios wurde 1557 gegründet, als ein riesiges Feuer im alten Tokio, das größtenteils aus Holz bestand, immensen Schaden anrichtete und über 100000 Menschen tötete. Die Parade der Feuerwehren startet vor dem Ueno Toshogu Schrein.

**1. - 6. Januar 2018**

Website

Ort: Tokyo Big Sight, Ueno Park

### Fest zur Kirschbaumblüte

Es ist nicht nur der Traum aller Touristen, es ist ein echtes Wunder. Familien picknicken unter den blühenden Kirschbäumen – und nichts hält die Touristen davon ab, sich ihnen anzuschließen. Der Ueno-Park in Tokio gehört zu den beliebtesten Orten, um ein Meer aus Kirschblüten von Ende März bis Anfang April zu bewundern. Man sollte dort unbedingt mit Freunden einen Drink, und den Blick auf die festliche Atmosphäre der, in die Bäume gehängten Laternen genießen.

**März - April 2018**

Ort: Parks in der ganzen Stadt, aber besonders der Ueno-Park und der Chidorigafuchi-Park

### Kanda Matsuri (Kanda Festival)

Um eine aufwendige Zurschaustellung von Schreinen und Umzugswagen zu sehen, muss man dem dreitägigen Festival zu Ehren der Gottheiten des Kanda Myōjin- Schreins beiwohnen. Die Anbeter der Gottheiten tragen bei der Parade mit Gold verzierte Mikoshi (tragbare Schreine) durch die Straßen. Es ist eins der drei größten Festivals in Japan. Erfreuen Sie sich am Temperament der Edokko, die

bekanntlich wissen, wie man feiert. In geraden Jahren wird das Festival allerdings kleiner gehalten als in ungeraden, wenn die Hauptfeste stattfinden.

**Mai 2018**

Website

Ort: Kanda Myōjin- Schrein

**Asakusa Sanja Matsuri (Sanja-Festival)**

Im Mai findet an einem der größten Schreine in Tokio eines der größten Festivals Japans statt. Tausende von Menschen kommen, um zu sehen wie die Mikoshi (tragbare Schreine) auf den Schultern von Männern, Frauen und Kindern durch die Straßen schwanken. Seien Sie nicht überrascht, wenn das Schwanken plötzlich wie ein absichtlicher Ruck aussieht! Solch ein Ruck soll die Macht der Götter vergrößern.

**17. - 20. Mai 2018**

Website

Ort: Asakusa-Schrein

**Sanno Matsuri (Sanno-Festival)**

Auch das Sanno-Festival ist ein großes Festival mit Paraden, bei denen tragbare Schreine durch die Straßen schwanken. Das Fest unterscheidet sich von den anderen großen Festivals dadurch, dass bei diesem Fest ein Phönix zu sehen ist sowie Fabelwesen, die Tengu heißen und Ungeheuer darstellen. Diese Kreaturen mit ihren roten Gesichtern und langen Nasen haben übernatürliche Kräfte, aber sie haben ganz offensichtlich nichts mit Pinocchio zu tun. Bei diesem Fest spielen auch Blumenschmuck und japanischer Tee eine große Rolle.

**Juni 2018**[www.hiejinja.net/en/](http://www.hiejinja.net/en/)

Ort: Hie-Schrein, Nagata-Cho

**Sumida Hanabi (Sumida Feuerwerk-Festival)**

Die größte und spektakulärste Feuerwerk-Show von Tokio spielt sich über dem Fluss Sumida ab, um jenen Menschen zu gedenken, die während der großen Hungersnot in der Edo-Zeit starben. Eine Stunde lang werden von den Flussufern aus unzählige Raketen in den Himmel von Tokio geschossen, was das spektakulärste Feuerwerk in ganz Japan ergibt. Verkaufsstände und Kiosks bieten heißen Sake und japanische Spezialitäten an und tragen zur lebendigen Partyatmosphäre bei.

**28. Juli 2018**

Ort: An zwei Orten am Fluss Sumida

**Das Oeshiki-Fest**

Bis zu 350.000 Menschen versammeln sich, um einem buddhistischen Festumzug beizuwohnen, der aus 3000 Teilnehmern besteht, die Laternen und großen Papierschmuck zum Honmon-ji-Tempel tragen. Das Oeshiki-Fest wird in ganz Japan gefeiert, um dem großartigen, buddhistischen Priester Nichiren (1222-1282) aus dem 13. Jahrhundert zu gedenken. Das Oeshiki-Fest am Honmon-ji-Tempel ist das repräsentativste, weil sich das Grab von Nichiren in diesem Tempel befindet.

**11. - 13. Oktober 2018**

Ort: Honmonji Tempel

## Automesse Tokio

Die große Automesse von Tokio stellt die Automobile der nächsten Generation vor und präsentiert die sozialen Systeme, mit denen diese interagieren. Erwarten Sie inmitten unzähliger Autos viele Informationen über Sonnenenergie und niedrigen CO<sup>2</sup>-Ausstoß.

**Oktober - November 2018**

[www.tokyo-motorshow.com/en/](http://www.tokyo-motorshow.com/en/)

Ort: Tokyo Big Sight

## Internationales Film-Festival von Tokio

Dieses außergewöhnliche Spektakel, das in Japan jährlich stattfindet, wird in der Metropole in Ikebukuro abgehalten. Erwarten Sie eine internationale Show, die Sie lange nicht vergessen werden.

**Oktober - November 2018**

[www.tiff-jp.net/en](http://www.tiff-jp.net/en)

Ort: Ikebukuro

## Akogishi-Fest

Das Akogishi-Fest ehrt die 47 treuen Gefolgsleute aus Ako. Sie sind die Hauptakteure eines Dramas, das auf ein reales Ereignis im Jahr 1703 zurückgeht, bei dem 47 Samurai den Tod ihres Herrn rächten, indem sie seinen Feind töteten. Seitdem wurde dieses Ereignis immer wieder in Form einer 'Joruri' (eine gesungene Erzählung) sowohl in Kabuki auf die Bühne gebracht als auch in Kinofilmen und in TV-Dramen gezeigt. Dies ist eine der beliebtesten Legenden in Japan.

**14. Dezember 2018**

Ort: Sengaku-ji-Tempel

## Hagoita-Ichi (Battledore Messe)

Die Hagoita-Ichi (Battledore Messe) ist eine Messe, die jährlich im Sensō-ji-Tempel in Asakusa stattfindet. An den Ständen kann man alle Größen und Formen von Hagoitas kaufen – schön dekorierte Holzschläger –, die als Glücksbringer dienen. Früher wurden sie für eine Spielvariante des Badmintons eingesetzt. Seit jeher werden sie mit bunten Porträts von Kabuki-Schauspielern dekoriert, aber heutzutage prangen auf den Hagoitas auch Pop-Stars oder Manga-Figuren.

**Dezember 2018**

Website

Ort: Sensō-ji-Tempel



## Hotels Hotels in Tokio

Eine passende Hotelunterkunft in Tokio zu finden ist ein kleines Kunststück. Zwar gibt es viele Zimmer in Luxus- und besseren Mittelklassehotels, aber sucht man günstige Alternativen zum Beispiel in den Business-Hotels oder plant Übernachtungen in einem Ryokan, den einfachen Unterkünften im traditionellen Stil mit Tatami-Matten und Futons, am besten gar verkehrsgünstig gelegen in einem Viertel seiner Wahl – dann wird es schwierig. Wer ein volles Tagesprogramm hat, wenig Komfort braucht oder ohnehin nur eine Nacht bleibt, kann überlegen, auf ein Kapsel-Hotel auszuweichen. Hier werden nur Schlafkabinen vermietet, das Gepäck wird außerhalb davon in Schließfächern untergebracht.

### Park Hyatt Tokyo

Dieses Fünfsternen-Luxushotel ist in den oberen 14 der insgesamt 52 Etagen des Shinjuku Park Towers untergebracht. Aus allen 177 Zimmern hat man eine atemberaubende Aussicht auf die Stadt. Das Hotel wurde international bekannt als Drehort des US-Erfolgsfilms „Lost in Translation“ (2003) mit Bill Murray und Scarlett Johansson.

3-7-1-2 Nishi Shinjuku, Shinjuku-ku      Preisklasse: Gehoben  
163-1055 Tokio  
Japan

### The Peninsula Tokyo

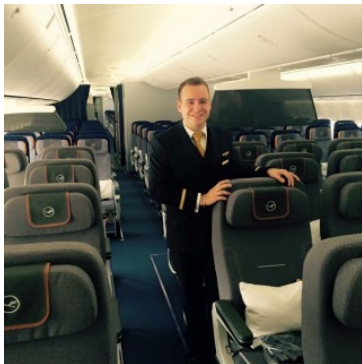
Peninsula-Luxus, das sind geräumige Zimmer mit schnörkellos-edlem Interieur in hellen Farben, dazu wie Marmor- und Natursteinbäder sowie jeder erdenkliche Service vom Rolls-Royce- und Tesla-Fuhrpark bis zur exklusiven Peninsula Academy. Auch die Lage an der Kreuzung Harumi Dori/ Naka Dori gegenüber dem Kaiserpalast und Hibiya Park ist erstklassig.

1-8-1 Uramachi, Chiyoda-ku      Preisklasse: Gehoben  
100-0006 Tokio  
Japan



### Crewtipp Mein Tokio

Mein absoluter Lieblingsort in Tokio ist Shinjuku. Man bekommt dort nicht nur Sushi in allen Varianten, sondern auch super-leckere Yakitori (Fleischspieße). Danach genieße ich das ausgefallene Nachtleben in Karaoke Bars und J-Pop-Clubs.



© Deutsche Lufthansa AG



### GEO-Tipp Tokio für Bücherwürmer

powered by **GEO**

#### Tokio für Bücherwürmer

Bücherstapel und -regale auf dem Bürgersteig: Im Tokioter Viertel Jinbōchō nutzen dutzende Antiquariate jeden freien Platz. Nachts werden die Bücher nur mit Planen abgedeckt - schließlich ist dies die sicherste Hauptstadt der Welt. Jinbōchō ist ein Traum für jeden Bücherfreund – selbst ohne Japanischkenntnisse: Viele der alten Schriftstücke begeistern allein mit ihrer Schönheit.

**Mehr auf GEO.de**

<http://www.geo.de/GEO/reisen/reiseideen/tokio-reisen-im-reich-der-zeichen-61527.html>

**24 Stunden in ...  
Tokio**

© Fotolia

**09:00 Uhr – Aufwachen im Boutique Hotel Niwa Tokyo**

Für Tokio braucht man einen Plan. Und bequeme Schuhe. Die Stadt ist schlichtweg zu trubelig, zu stickig, zu gigantisch, um einfach drauflos zu schlendern. Wir bereiten unsere Tagesroute in den komfortablen Betten des Boutique Hotel Niwa Tokyo vor. Die Zimmer sind nicht sehr groß – natürlich, wir sind schließlich in Tokio, die Nutzung jedes Quadratmeters ist durchdacht. Das Design lehnt sich an die traditionelle japanische Ästhetik an: viel Holz, helle Farben, alles ist geradlinig-puristisch gehalten, die Fenster sind mit den typischen, mit japanischem Papier bespannten, verschiebbaren Holzrahmen verkleidet. Das Hotel ist ein Juwel mit kleinem Garten und Dachterrasse, versteckt in einer ruhigen Straße im weniger touristischen, preiswerteren Norden der Stadt, einen dreiminütigen Weg von der zentralen Bahn-Linie Chūō entfernt. Wir lernen: Eine gute Anbindung ist in der größten Metropolregion der Welt viel wert.

1-1-16 Misakicho, Chiyoda

[hotelniwa.jp/](http://hotelniwa.jp/)

Tokio

Japan

Tel. +81-3-3293-2228

**11:00 Uhr – Sehen und gesehen werden in Shibuya**

Auch wenn es für den großgewachsenen Europäer in einigen Bekleidungsgeschäften etwas schwierig werden kann, die passende Größe zu finden: Ein Besuch des weltberühmten Shopping-Viertels ist ein absolutes Muss. Hier schlägt das Herz der trendigen, konsumfreudigen japanischen Gesellschaft. Am besten legt man diesen Programmpunkt in die erste Tageshälfte, wenn man noch über die nötigen Energiereserven verfügt. Denn hier gilt: aussteigen an der Bahn-Station Harajuku und sich einfach von den Menschenmassen mitreißen lassen. Alle Luxusmarken der Welt scheinen auf der Straße Omotesandō mit mindestens einem eigenen Shop vertreten, von Comme des Garçons bis Isabel Marant. In einer Nachbarstraße findet man ausschließlich Sneakers-Läden, in der nächsten reiht sich ein Manga-Geschäft ans andere, dazwischen immer wieder moderne, imposante Architektur, wie die sehenswerte, von dem niederländischen Büro MVRDV entworfene Luxus-Mall The Gyré. Eine Straße sollte man auf keinen Fall verpassen: die als „Cat Street“ bekannte Fußgängerzone, die wie ein Catwalk funktioniert. Hier trifft sich, wer es extravagant mag. Je schriller das Outfit ist, desto

besser. Wir empfehlen: Sich mit einem Matcha-Tee auf die Terrasse des exzellenten Coffee-Shops The Roastery setzen und das Schaulaufen genießen.

5-10-1, Jingumae, Shibuya                      [gyre-omotesando.com/](http://gyre-omotesando.com/)  
Tokio  
Japan

### 16:00 Uhr – Kontrastprogramm in Yanaka

Nach all dem Trubel finden wir etwas Entspannung im historischen Viertel Yanaka. Der Bezirk überstand das schwere Erdbeben von 1923, hier scheint der Puls Tokios tatsächlich etwas langsamer zu gehen. Am besten mietet man sich ein Fahrrad, z. B. bei Tokyobike, um die für seine kleinen Werkstätten, Keramikläden und Galerien bekannte Gegend zu erkunden. Ein Highlight ist das 1945 gegründete Geschäft Matsunoya, das auch das Vorbild für die Lifestyle-Kette Muji sein könnte. Der Betreiber Hiroshi Matsuno reist durchs ganze Land, um Alltagsprodukte wie Körbe, Lampen und Besen bei unbekannten, oft traditionellen Handwerksbetrieben zu finden. Ähnlich wie bei Muji werden auch bei Matsunoya keine Markennamen genannt. Wir lassen uns treiben und entdecken die Yanaka Beer Hall. Im Erdgeschoss eines traditionellen japanischen Holzhauses, von denen es hier einige gibt, werden in der urigen Stube verschiedene Ales und Lager serviert, alle stammen von lokalen Brauereien, dazu gibt es warme und kalte Snacks. Im ersten Stock sind wenige Quadratmeter große Boutiquen lokaler Modemarken zu finden, eine Bäckerei und ein Geschäft für japanische Spezialitäten liegen etwas versteckt im Hinterhof. Ein idyllischer Ort, ideal zum Verweilen.

2-15-6 Ueno Sakuragi, Taito 110-0002  
Tokio  
Japan  
Tel. +81-3-5834-2381

### 19:00 Uhr – Speisen im Trubel von Ueno

Per Fahrrad oder zu Fuß geht es weiter in Richtung Bahnhof Ueno, durch den weitläufigen Ueno-Park, vorbei an einigen Museen wie dem sehr sehenswerten Nationalmuseum Tokio, das die weltweit größte Sammlung japanischer Kunst beherbergt. Das Ziel ist die quirlige Gegend rund um die Einkaufsstraße Ameyoko. Hier locken Dutzende Straßenimbisse, junge Menschen sitzen auf Hockern an Klapptischen, Stimmen wabern durch die Gassen, Leuchtreklamen blinken in Neonfarben, die kulinarischen Angebote der Straßenstände reichen von Sushi über Yakitori-Spieße bis zu Tempura. Jetzt muss man sich nur noch entscheiden – und einen freien Platz finden.

13-9 Uenokoen, Taitō-ku                      [www.tnm.jp/](http://www.tnm.jp/)  
105-7090 Tokio  
Japan  
Tel: 03 3822 1111

### 22:00 Uhr – Auf den Spuren von Bill und Scarlett

Wir haben uns vorbereitet und vor dem Abflug zu Hause noch einmal Sofia Coppolas Meisterwerk „Lost in Translation“ aus dem Jahr 2003 gesehen. Und genau deshalb ist das jetzt nötig: Wir kehren in eine der zahlreichen Skybars der Stadt ein. Es muss aber nicht der Tresen der eleganten, aber auch oft überfüllten New York Bar im Park Hyatt Hotel sein, an dem schon die Schauspieler Bill Murray und Scarlett Johansson saßen. Im 33. Stock des Prince Hotel residiert der ebenso empfehlenswerte Sky Lounge Stellar Garden. Bei einem Sake versuchen wir, die Ausmaße dieser verrückten Metropole zu erfassen – und scheitern vergnügt.



The Prince Park Tower Tokyo  
4-8-1 Shibakoen, Minato  
Tokio  
Japan  
Tel. +81-3-5400-1154

[www.princehotels.com/en/](http://www.princehotels.com/en/)



## Die große Reise Potpourri der Welten



### Die große Reise: Von Tokio nach Osaka

© Enno Kapitza

Japan polarisiert. Wer von Tokio nach Osaka reist, erhält Einblicke in eine fremde Kultur, erlebt Gegensätze, trifft auf faszinierende Menschen und Bräuche. Ein Roadmovie über ein abgetauchtes Frauenkollektiv, eine stille Bonsai-Schule im grellen Tokio, einen experimentierfreudigen Feuerwerksmeister und zwei Verkleidungskünstlerinnen aus Holland.



### Tag 1 – Tokio: Natur in Form

© Enno Kapitza

Eine halbe Stunde braucht man in Tokio, um von der größten Kreuzung der Welt aus in eine grüne Oase der Ruhe einzutauchen. Am Shibuya-Crossing öffnen sich die Taxiüren automatisch für uns, die Fahrerin trägt weiße Handschuhe und Chauffeurmütze. Nach kurzer Fahrt stehen wir in einem Innenhof zwischen Hunderten von Bonsai. Ein Bach plätschert in einen Teich, in dem Zierkarpfen ihre Kreise ziehen. Sensei Kunio Kobayashi schenkt grünen Tee ein. Seit 1976 arbeitet er mit Bonsai, heute zählt der 67-Jährige zu den großen Meistern weltweit. Er unterrichtet die Kunst, Bonsai zu formen. Fast täglich kommen Besucher: Japaner, Italiener, Australier. Einige Schüler stehen konzentriert vor feinen Ästen, ihre Scheren fest in der Hand. Auf eine Tafel hat Kobayashi mit Kreide einen Bonsai gemalt. Er besteht aus drei Elementen: Stand, Topf und Baum.

Im Idealfall soll er Harmonie zwischen Natur und Mensch ausdrücken – im Miniaturformat. Kobayashi seufzt. „Einen guten Schüler zu formen, ist schwieriger als einen guten Bonsai.“ Der Meister zeigt uns seine schönsten Bäume, einer ist 800 Jahre alt und kostet ein Vermögen. „Liebe ist die Grundlage“, erklärt Kobayashi, „jeden Tag muss man sich viele Stunden mit einem Bonsai beschäftigen.“ Seinen Schülern sagt er: „Schaut kein Fernsehen, schaut auf euren Baum.“ Kobayashi geht zu einem kleinen Altar, auf dem Boden liegt ein vertrockneter Baum – der Friedhof. „Bonsai spüren, wenn man sie vernachlässigt“, sagt er und schließt die Augen. Von weit weg weht der Lärm der Millionenmetropole über die Mauern. Leise bittet Kobayashi seinen toten Bonsai

um Verzeihung.



## Tag 2 – Tokio bis Matsumoto: Meister des Feuers

© Enno Kapitza

Der Fuji liegt in den Wolken, nur seine schneebedeckte Spitze ragt heraus. Aus Lautsprechern mahnt eine monotone Frauenstimme vom Band: „Fahren Sie vorsichtig, es hat in letzter Zeit viele Unfälle gegeben, fahren Sie langsam.“ Wir sitzen vor einer Raststätte und löffeln Nudelsuppe mit Berggemüse.

Tokio haben wir über die Ringautobahn, nachts oft Schauplatz illegaler Wettrennen, hinter uns gelassen. Die Landschaft wird hügeliger, die Luft frischer, die Blätter leuchten rotbraun in der Sonne. „Kōyō“ nennen Japaner die Herbstlaubzeit und zelebrieren sie wie die Blüten im Frühjahr mit verschiedenen Festen. Hiroto Kamijoo lebt von solchen Feiern. Der 55-Jährige kniet mit seinem Sohn Rioji vor einer Schwarzpulverkugel und reißt ein Streichholz an. Ein lauter Knall, durch dichte Rauchschwaden brennen sich fünf Schichten Pulver, jede in einer anderen Farbe.

Herr Kamijoo sieht zufrieden aus. „Ich habe schon als Junge gern Feuerwerke am Himmel gesehen“, erzählt er, „irgendwann möchte man das dann selber machen.“ Seit mehr als 30 Jahren zündet er liebend gern kleine Bomben an; er war einer von zwölf Feuerwerksmeistern, die Raketen zum Abschluss der Olympischen Winterspiele 1998 in Nagano in die Luft jagen durften. Sechs Mitarbeiter füllen im Lager die Kugeln mit Pulver, je größer der Durchmesser, desto spektakulärer der Effekt. Doppelte Stahltüren, dicke Mauern, ein Wachdienst rund um die Uhr. Das nächste Haus liegt einen halben Kilometer entfernt. 20 000 Bomben basteln sein Team und er Jahr für Jahr in Handarbeit zusammen. Macht ihm das Spaß? „Habt ihr’s etwa gemerkt?“, fragt Herr Kamijoo zurück und grinst breit.



## Tag 3 – Matsumoto: Roher Fisch und Heilwasser

© Enno Kapitza

Am Morgen empfängt uns Mikoko Nakajo, Hausherrin eines Ryokan am Fuße der japanischen Alpen. Kilometerlange Holzleitungen verbinden das 120 Jahre alte Gasthaus mit Thermalquellen in den Bergen. „Angst habe ich nur vor einem Erdbeben, das die Rohre zerstört“, sagt Nakajo. Unter hohen Decken hängen Zweige, Kalligrafien schmücken die Wände, die Gäste schlafen auf Futons. Nur automatisch beheizte Klobrillen und Flachbildfernseher erinnern an das 21. Jahrhundert. Draußen dampfen die Onsen, mineralische Becken mit heilender Wirkung, jeden Monat überprüft ihr Mann die Qualität. Sie selbst sei keine Freundin der Quellen, sagt Frau Nakajo und lächelt höflich: „Zu heiß und zu viele Menschen.“ Ausländische Besucher bleiben oft länger, um zu entspannen, Einheimische meist nur für eine Nacht.

„Für uns Japaner ist es schwer, loszulassen“, erklärt Nakajo, „Urlaub machen nur wenige.“ Sie selbst reist gern, vor allem nach Baden-Württemberg, ihre Kinder haben dort studiert. Sie liebt deutsche Häuser, Standuhren, Kirchenglocken. Nur mit der lokalen Küche hatte sie ihre Probleme: „Diese riesigen Portionen, schrecklich, solche Knödel!“, ruft sie und formt mit den Händen einen Fußball. Ihr Mann und sie seien mit dem Taxi regelmäßig zum Essen nach Frankreich gefahren. Ein Gongschlag unterbricht sie. Punkt 18 Uhr, die Gäste knien sich in Kimonos und Hausschuhen vor die niedrigen Esstische. Ihr Ryokan ist bekannt für seine hohe japanische Küche: Edelfisch mit Rogen im Bauch, roher Oktopus in Seetang, Yuba-Rollen aus Sojamilchhaut, Seeigel, eingelegte Pilze. Frau Nakajo guckt verzückt.



---

#### Tag 4 – Matsumoto bis Wajima: Die alte Frau und das Meer

© Enno Kapitza

Nach einem fischreichen Frühstück stehen wir im Hafen von Wajima. Ein paar Kutter laufen noch ein, aber der größte Teil der Flotte liegt vertäut und entladen am Pier. Die Luft riecht salzig und nach Schiffsdiesel, Möwen kämpfen um Krabbenreste, es nieselt. Harue Aochi schaut aufs Meer. Die Strömungen weiß sie präzise zu lesen, sie kennt die Wellen und den Wind. Das ganze Jahr über geht die 64-Jährige in der See ihrer Arbeit nach.

Aochi ist eine der rund 200 Ama, der Muscheltaucherinnen von Noto, einer Halbinsel im Japanischen Meer. Noch knapp 1000 solcher Taucherinnen gibt es im gesamten Land. Nach dem Zweiten Weltkrieg kehrten nur wenige Männer nach Noto zurück, viele von ihnen waren nicht mehr in der Lage zu arbeiten. Ihre Frauen mussten die Familien ernähren, sie gingen fischen oder tauchten nach Muscheln und Schnecken. Mit acht anderen Ama und einem Kapitän fährt Aochi jeden Morgen hinaus, je nach Wetter zu verschiedenen Inseln vor der Küste. Seit 40 Jahren sammelt sie Abalone- und Turbanschnecken vom Meeresgrund. Auf dem Fischmarkt kosten die Delikatessen bis zu 10 000 Yen das Kilo, umgerechnet rund 80 Euro. Zwischen 20 und 30 Kilo bringen die Taucherinnen an einem guten Tag an Bord.

Die Frauen bilden ein Kollektiv. Den Gewinn teilen sie gleichberechtigt auf, unabhängig davon, wie viele Muscheln und Schnecken jede Ama gesammelt hat. Auch wer krank ausfällt, erhält weiter seinen Anteil. „Die jungen Frauen tauchen tiefer und holen mehr als die älteren“, erklärt Aochi, „aber irgendwann sind auch sie alt und profitieren von den jungen.“ Von Generation zu Generation werden die Ama ausgebildet. Ihre Mutter brachte Aochi das Handwerk unter Wasser bei und zeigte ihr die guten Stellen; Aochi wiederum schulte ihre jüngere Cousine, mit der sie nun taucht.

Bis zu 18 Meter tief gehen die Frauen ohne Sauerstoffflasche hinunter, zwei Minuten lang können sie die Luft anhalten. Sie tauchen immer zu zweit. Abwechselnd bleibt eine oben und hält Ausschau, während unten die Partnerin die Körbe füllt. Sie verständigen sich mit Zeichensprache, nur Frauen üben den Beruf aus. „Männer sind zu ungeduldig“, sagt Aochi und lächelt, „sie frieren schnell, weil sie kein Körperfett haben.“ Ihr Mann steht neben ihr, zwei Köpfe kleiner und um einiges schlanker.



---

**Tag 5 – Wajima bis Osaka:  
Zwei Lolitas in der Ferne**

© Enno Kapitzka

An der Küste fahren wir nach Südwesten entlang vieler Pagoden-Dörfer, Reisterrassen und felsiger Strände. Ab und an kommt uns ein Rennradfahrer entgegen, sonst sind die Straßen meist leer. Viele Japaner sehnen sich nach einem naturverbundenen, einfachen Leben auf dem Land, fernab von städtischer Enge und Hektik. Nicht so Leyla Cavusoglu. Die Niederländerin ist wegen der Städte gekommen. „Die Secondhand-Läden in Osaka sind toll“, sagt die 30-Jährige und klimpert mit den aufgeklebten Wimpern.

Sie ist auf der Suche nach neuer Lolita-Mode, einer Abwandlung des „Cosplay“. Der Verkleidungstrend kam mit dem Manga-Boom in den neunziger Jahren nach Europa. „Im Cosplay spielt man eine andere Rolle, als Lolita bleibt man sein eigener Charakter“, erklärt Leyla, heute im schwarz-roten Kostüm. Ihre Freundin Danchelle Heijnen, 23, posiert bis zur Haarschleife in Blau-Rosa, rund 1000 Euro kostet ihr Dress.

Sie stehen in einem Hello-Kitty-Shop, draußen schieben sich dicht gedrängt Menschen durch die Einkaufspassagen am „Glico-Man“, einer von vielen grellen Werbetafeln und Wahrzeichen im Ausgeviertel Dotonbori. Jugendliche posieren für Fotos, Geschäftsleute in Anzügen sitzen in Sushi-Bars, die Mädchen tragen hohe Stiefel zu kurzen Röcken, ihre iPhones hängen wie Schmuck um den Hals.

Aus einem Gamecenter dröhnt Soundchaos, Jungs tanzen zu blitzschnell wechselnden Leuchtmustern, der Freitagabend blendet in Neon. Die beiden Lolitas sind noch auf eine Party eingeladen. Sie verschwinden in der Menschenmenge, Leyla dreht sich noch einmal um, ihre Handtasche fliegt einen Halbkreis, als sie zum Abschied ruft: „Ich liebe Japan!“