

# 东 京

2011年蚂蜂窝网站最新提供  
自助旅行全攻略

与富士山下的樱花一起浪漫



富士山 樱花 迪斯尼乐园 歌舞伎 寿司 地铁 相扑 温泉

东京是日本的首都，全称东京都，是日本的政治、经济、文化中心，是日本的海陆空交通的枢纽，是现代化国际都市和世界著名旅游城市之一。听说东京的交通设施很发达，地上有不知道几层的高架桥，地下有不知道多少层的轻轨电车，还想看看传说中的子弹头列车，当然，在欣赏完了富士山下的樱花后，不要忘了品尝机器猫最喜欢吃的铜锣烧。

# 东京必游4处

## 东京迪士尼度假区

东京迪士尼度假区包括东京迪士尼乐园及东京迪士尼海洋两大游乐园，前者有七个主题区乐园和多姿多彩的娱乐表演，后者是充满冒险与创想的大海，也是迪士尼之首度以“海”为主题的主题乐园，

## 富士山

这座被日本人奉为“圣岳”的山峰自781年有文字记载以来，共喷发了18次，最后一次喷发是在1707年，此后休眠至今。

## 明治神宫

明治神宫是为供奉明治天皇及昭宪皇太后而修建的神宫，每年的6月中旬，大片菖蒲竞相开放，成为神宫一大景致。宫内的殿堂都用桧木建成，雕梁画栋皆谨严华美，很值得观赏。

## 上野公园

上野公园是东京最大的公园，上野公园是东京最著名的赏樱胜地。园内樱花数目多达1200棵。风过之处，落樱雨下，十分壮观。



## 目录

东京迪士尼度假区	15
富士山	17
皇宫	17
明治神宫	17
浅草寺	18
上野公园	18
台场	19
箱根	19
新宿新苑	20
银座	20
东京塔	20
新宿	20
推荐线路	21

**荐** 精华体验 ..... 22-25

蚂蜂窝温馨提示：

更多精彩攻略等你下载：  
日本 北海道 韩国 朝鲜

# 解读东京 Tokyo

东京是日本的首都，也是世界上最大的城市之一。它位于本州关东平原南端，东南濒临东京湾，通连太平洋。其行政区划为“都”，下辖23个特别区、1郡、26市、7町、8村以及伊豆群岛、小笠原群岛。面积2187平方公里，人口1200万左右。东京也是日本商业、金融中心。在很多亚洲年轻人的眼里，东京是一座充满活力和时代感的城市，它总是走在流行的最前线。流行音乐、偶像电视剧、Walkman、MD、手机、化妆品、电子游戏、厚底鞋以及前卫的化妆，这一切年轻人的最爱，都从这里开始。

银座、新宿、池袋、涩谷这些东京最繁华地区的地名，成为时尚年轻人心目中圣经宝典般的名字。有法国香榭大道之称台场则是时下日本最富人气休闲度假区。坐着东京四通八达的新干线，能迅速穿越东京的东西南北，来到多摩地区欣赏国家公园的秋叶红枫；或穿过日本最大的平原——关东平原，欣赏富士山的圣洁美景。东京的樱花早已在鲁迅的文章中为大家所熟知。每年3-4月的樱花季节，东京樱花开遍，从上野公园、新宿御苑，到千鸟之渊、隅田公园，无处不是赏樱胜地。

东京的繁华中，还流传着古老的日本传统。虽然不像京都那样古朴优雅，却无疑是一座繁华大都市中最难能可贵的风景。东京三大祭至今为民众所衷心流传；相扑、歌舞伎、能剧等传统技艺在东京都有举足轻重的地位。



## 最佳旅游季节：

春秋两季，如东京最美的两件衣裳，春天赏樱，秋日观枫，最惬意不过。

东京的春天是属于樱花的，国人早已对鲁迅笔下上野的樱花风情熟悉不已，此时该去看看那开得灿烂如霞的“樱花前线”。从新宿御苑到千鸟之渊，看日本人坐在樱花树下吃樱吟唱，尝一口樱花糕，喝一口清酒，浪漫和飘逸全都一股脑醉到心里！

秋天也很不错，城中各个著名庭园的枫树都变红了，全城红霞似火，点缀着幽静的古典庭院，散步小径，别有一番情致。



哈哈豆  
帅哥

他在蚂蜂窝的永久地址：

[www.mafengwo.cn/u/319139.html](http://www.mafengwo.cn/u/319139.html)

“去了东京两次，感觉日本还是一个很适合生活居住的地方，尽管白天的时候街道上总是熙熙攘攘，人声鼎沸，但是当夜幕降临之后还是能够发现到那一份恬静。”



By：哈哈豆  
从东京的电车站里，俯瞰银座景色

# 旅行路上



## 《逸飞视觉》丛书“视觉都市”之一——《东京》

《逸飞视觉》的作者是来自中国当地著名的艺术家之一的陈逸飞先生，丛书第一套“视觉都市”共分四册，即《伦敦》、《米兰》、《布鲁塞尔》和《东京》，陈逸飞先生以一位艺术家的眼光和品位，引领读者从时尚设计、现代艺术和人文角度，对这四座最具时代潮流感的国际大都市，进行了一次非同寻常的寻找和发现之旅。

本书通过现场采访获得的第一手资讯，从时尚、设计、艺术的角度，去重新发现这座城市，从中感受到对美和未知事物无限追求所激发的创造力，促使它们不断地更新自我；活力、灵感和源于深厚文化的底蕴，映衬着这座城市的时尚节奏，成为做激动人心的魅力所在。如果你安坐家中，这套书可以帮助你做一次不寻常的视觉之旅；如果你想出游，那么相信这套书将成为一种最独特的FASHIONMAP。当然，去东京旅游，首先要抛开历史，东京审判是会影响心情滴！（注：左图中“TOKYO”是封面，其余是插图）

引用此书的部分目录：

逸飞的选择  
东京，有距离的爱  
日本设计系统  
Cube：个性玩具发源地

……  
东京的戏梦人生  
宫崎骏：漫漫画路，惟我独尊  
东京有私心的爱：10个名额



## 去东京路上推荐的音乐——《富士山下》

提起日本，很多人想到富士山和樱花，想起郭富城的《浪漫樱花》、电影《东京爱情故事》，但《浪漫樱花》过于激情与奔放，尤其是那句“SAKUR, ……”，Sakur就是樱花的意思。那就来首关于富士山的《富士山下》，由陈奕迅演唱，歌词写得不错，唯美而有故事性，细细品味吧还是！

### 《富士山下》

作曲：Christopher Chak(泽日生)；填词：林夕  
编曲：陈珀、C.Y. Kong；监制：Alvin Leong  
演唱：陈奕迅 所在专辑：《what's going on 2nd edition》

拦路雨偏似雪花  
饮泣的你冻吗  
这风楼我给你磨到有襟花  
连调了职也不怕  
怎么始终牵挂  
苦心选中今天想车你回家  
原谅我不再送花  
伤口应要结疤  
花瓣铺满心里坟场才害怕  
如若你非我不嫁  
彼此终必火化  
一生一世等一天需要代价  
情人节不要说穿  
只敢抚你发端  
这种姿态可会令你更心酸  
留在汽车里取暖  
应该怎么规劝  
怎么可以将手腕忍痛划损  
人活到几岁算短  
失恋只有更短  
归家需要几里路谁能预算

忘掉我跟你恩怨  
樱花开了几转  
东京之旅一早比一世遥远  
靠拥抱亦难为你拥有  
谁都只得那双手  
靠拥抱亦难任你拥有  
要拥有必先懂失去怎接受  
曾沿着雪路浪游  
为何为好事泪流  
谁能凭爱意要富士山私有  
何不把悲哀感觉  
假设是来自你虚构  
试管里找不到它染污眼眸  
前尘硬化像石头  
随缘地抛下便逃走  
我绝不罕有  
往街里绕过一周  
我便化乌有  
你还嫌不够  
我把这陈年风楼  
送赠你解咒

By：细雨

建议有机会一定要去富士山，远观即可，走太近多少会有些失望的。

## 小贴士

### 准备物品：

日本天气阴晴不定，常备一把伞；出门旅游一些药品是必备的：如果您有需要长期服用的药物，请随身携带；您应该在行囊中必备的药品包括：感冒通、昏晕宁、息斯敏、黄连素、创可贴等。旅程中就餐很难准时，由于日本当地生活指数较高，最好自备一些零食，以便饥饿时有东西吃。如春天去最好戴口罩，如果是冬天下雪还要带墨镜、帽子，勿穿高跟鞋，日本温泉多，要享用，最好自相关用品。

### 交通：

在日本，车辆都是靠左行驶的，这点与中国刚好相反，请初到日本的游客务必注意，在过马路时一定要车辆的行驶方向，不要弄错。

### 消费：

在日本消费时一般不能还价，特别是在百货店里，以标出的价格购买东西是一种被普遍接受的规矩，如果顾客非要坚持还价，可能会遭到冷遇。不过，日本消费中是没有付小费的习惯的，因为在帐单中已经包括了所有的服务费用，所以顾客就不必再多此一举了。



# 护照与签证



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国籍和身份的合法证件。

如何办理护照的:

1、携带本人身份证或者户口簿到户口所在地派出所、公安分县局出入境管理部门、北京市公安局出入境管理处或者参团旅行社领取《中国公民因私出国(境)申请审批表》(以下简称“申请表”)

2、填写申请表。

3、提交申请。提交申请时必须携带下列材料:

A、本人身份证或者户口簿原件和户口簿首页、本人资料页、变更页及身份证的复印件。

B、填写完整的申请表原件。

C、符合要求的彩色照片一张。

4、领取护照。北京市公安局出入境管理处受理申请后, 审批、制作和签发护照的时间是14个工作日。领取护照时, 须携带本人身份证或者户口簿、领取护照《回执》和200元工本费。凡在《回执》上标明取证日期3个月后没有领取证件的公安局出入境管理处将予以销毁。

备注:

北京市公安局出入境管理处地址: 东城区安定门东大街2号

海淀受理点: 海淀区阜成路67号

朝阳受理点: 朝阳区京广中心商务楼二层

接待时间: 星期一至星期六(法定节假日除外) 8:30至16:30

咨询电话: 84020101

网址: [eservice.beijing.gov.cn](http://eservice.beijing.gov.cn)

港中旅国际旅行社有限公司证照部咨询电话: 010-85183131-8611



中国公民因私护照

## 日本签证

签证 (visa) 是一个国家的主权机关在本国或外国公民所持的护照或其他旅行证件上的签注、盖印, 以表示允许其出入本国国境或者经过国境的手续, 也可以说是颁发给他们的一项签注式的证明。签证一般都签注在护照上, 也有的签注在代替护照的其他旅行证件上, 有的还颁发另纸签证。

去日本观光旅游, 往往由日本外务省签发逗留期限为90天的“临时滞在者签证”。个人申请时必须由本人亲自去日本大使馆或领事馆办理, 并且需要在日亲属或朋友的邀请函和身分保证以及经济担保等, 但审查严格, 往往不易成功; 如果是跟团的团体旅游观光, 则可由旅行团代为办理申请, 相对要轻松很多。签证时需提交以下文件: 1、因私护照正本(有效期半年以上); 2、本人工作单位名称、地址、电话及营业执照复印件; 3、填写日本入境签证申请书一式二份; 4、日本邀请单位出具的“招聘保证书”一式五份(一份原件, 四份复印件); 5、大一寸照片九张(4.5平方公分); 6、申请者需所在单位出具的担保函, 内容除了担保准时回国及不违反日本国法律外, 还须写明如有违反, 担保单位需负担必须的费用及有关责任; 7、提供不可分割的关系并保证如期回国。

### 日本驻中国上海总领事馆信息

地址: 上海市万山路8号

电话: 总机: (021) 5257-4766, 签证专用: (021) 5257-4768

传真: 021-6278-8988

受理时间: 签证受理 星期一至星期五 上午 09:00~12:00

签证发放 星期一至星期五 下午 14:00~17:00

网址: [http://www.shanghai.cn.emb-japan.go.jp/cn/index\\_cn.htm](http://www.shanghai.cn.emb-japan.go.jp/cn/index_cn.htm)

### 日本驻华大使馆

地址: 北京市建国门外日坛路7号

邮编: 100600

电话: 010-6532-2361、010-6532-4625

### 日本驻华领事部

地址: 北京市东三环北路北京南银大厦2楼

邮编: 100027

电话: 010-6410-6970~6974

传真: 010-6410-6975

### 广州领事馆

地址: 广州市环市东路368号花园大厦

TEL: 020-83343009 (代表)、83343090 (签证)

### 沈阳领事馆

地址: 沈阳市和平区十四纬路50号

电话: 024-2322-7490

传真: 024-2322-2394

邮编: 110003

### 大连办事处

地址: 辽宁省大连市西岗区中山路147号 森茂大厦3楼

电话: 0411-83704077

### 重庆领事馆

地址: 重庆市渝中区民生路283号重庆宾馆商务大厦14楼

邮编: 400010

电话: (023)6373-3585

传真: (023)6373-3589

### 香港领事馆

地址: 香港中环康乐广场八号交易广场第一期四十六至四十七楼。

电话: (852)2522-1184

传真: (852)2868-0156



日本签证样本

# 当地特色

## 樱花

樱花绽放最盛时有一种极其灿烂而凄婉的美丽，因为其芳华最盛之日也是花瓣飘零之时。主要的樱花品种有八重樱、吉野樱、大山樱、晚樱等等。

### 樱花节日

日本政府把每年的3月15日至4月15日定为“樱花节”。在东京最大的公园上野公园中，每年此时都要举办“樱花祭”。从早到晚，不分昼夜，欣赏“夜樱”的美丽。花季到来时，粉红色的花朵堆云聚雾，绵延不断，景象十分壮观。

**推荐景点：**上野公园、新宿御苑、千鸟之渊、隅田公园。

## 歌舞伎

歌舞伎是日本最具有代表性的古典舞台戏剧。它于江户时代(1615年至1865年)作为大众艺术而诞生。歌舞伎三字分别代表歌曲、舞蹈、演技。不同的时代有不同的表现手法。歌舞伎独特的特征是：押韵的台词、奇妙的舞蹈、悦耳的音乐、豪华的服饰、多彩的妆粉以及其他精心设计的饰物。最令人惊讶的是女角色都是由男人扮演的。日本歌舞伎的经典之作有《忠臣藏》、《镜狮子》等。

## 能

“能”起源于14世纪，是日本最古老的一种戏曲。“能”的表演节奏十分缓慢，他通过演员表演动作的细微差异，来表现其内涵。这种戏剧与歌舞伎一样，所有的演员均为男性。

**观看地点：**“能”除了在国立能乐堂(Tel: 3423-1331)举办演出之外，还有几所“能”戏曲学校，均在其东京所在的剧场举办演出。

## 宝冢歌剧

这是一种引人入胜、极具浪漫特色的讽刺歌剧。于2001年重新装璜开幕的宝冢剧院东京本馆，演员全部为女性，深受女性观众的喜爱。

**观看地点：**从JR/地铁线的有乐町车站出去后，立刻就能看到一座醒目的粉红色建筑物，这就是宝冢歌剧院。

## 相扑

所谓相扑(sumo)是指两人在土表中角力的格斗技。将对手扳倒或推出土表外便为胜者。一般人只要提及相扑就会自然而然认为它是日本的国技。其实虽然相扑在日本文献中最早可溯及至距今约一千三百多年前。但直至明治四十二年(1909年)时日本才将相扑定位在“国技”这个地位上的。可以到秋叶原附近的两国去，那里既有国技馆，还有许多相扑选手所属的部屋(俱乐部)，每个部屋都有自己的名号与标志。

### 观看相扑比赛：

**地点：**在Kokugikan举行

**时间：**每年的1月，3月和9月都会连续举行15天，时间从09:00-18:00，顶级高手的比赛在15:30。

**购票：**可以在Ticket Pia(电话: 0570/02-9999)购买。你也可以直接在Kokugikan票务中心购买，时间是比赛期间的每天上午09:00。相扑比赛的票价在无保留席位2,100日元到良好的预留席位8,200日元之间。

**交通：**站台: Ryogoku, 然后步行一分钟。

**地址：**1-3-28 Yokoami, Sumida-ku

**电话：**03/3623-5111

## 棒球

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。图为东京巨蛋棒球比赛场，也是一个有名的观光场所。平时没有比赛时，这里也会举行大型演唱会。

这里有两个职业联赛：**中央联赛和太平洋联赛**，从每年的4月一直进行到10月，最后在日本最终的季后赛上汇合。

**观看地点：**在东京，主队是Yomiuri Giants，他们在Tokyo Dome(电话: 03/5800-9999；站台: Korakuen)内训练，还有一支队伍是在Jingu Stadium(电话: 03/3404-8999；站台: Gaenmae)训练的Yakult Swallows。东京附近的其他队伍还有在干叶的Chiba Marine Stadium的Chiba Lotte Marines(电话: 043/296-8900)。

**交通：**站台: Korakuen。

**费用：**Tokyo Dome和Jingu Stadium的价格现在外场的无保留席位1,800日元到主席台后面的席位6,000日元之间。票通常会在比赛前两周的周五开始预售，可以在Ticket Pia(电话: 0570/02-9999)购买，除了Giants，因为它的票只能在Tokyo Dome购买。





# 交通

## 到达与离开

### 航空

东京共有4个机场，其中最大的是成田机场和羽田机场。从中国前往东京，一般都在成田国际机场降落，而羽田国际机场目前主要面向日本国内和韩国的一些航班。北京到东京国际飞行时间约3小时30分钟。

**成田国际机场：**位于东京附近的千叶，距东京60公里。从成田机场可以乘坐机场巴士、出租车、JR（有轨电车）等交通工具前往市区。其中机场巴士和出租车都在候机楼发车，出租车票价较贵，去东京大概需要1万5千日元。机场巴士车票为3000日元/人，15分钟一班，乘机场巴士直达东京站、东京迪士尼、银座、羽田、池袋、新宿等地区，但需时间较长。

在第一和第二候机楼地下设有JR站点，有成田特快（缩写为N'EX）和京成特快两种列车全天候服务，每30分钟一班。其中成田特快列车速度较快，有“横滨”、“大船”、“新宿”、“池袋”、“大宫”等五条线路途经东京站，票价为2910日元，而“京成特快”速度较慢，但是发车次数更多，每20分钟一班。

**羽田机场：**即东京国际机场，和成田机场比较起来，离东京市区较近，对游客来说也比较方便。

**利木津巴士(Limousine Bus)**从羽田机场到东京市中心约需60分钟车程，停靠站有赤坂、池袋、品川、银座、新宿等。票价为1200日元。车站位于机场国内线区1楼；东京(Mono Rail)线从羽田机场到终点滨松町约需22分钟车程，下车后可再转乘JR山手线抵达想去的目的地。票价为470日元。车站位于机场国内线区的B1；京滨特快电车(Keihin Kyuko)从羽田机场到东京市中心约需14分钟车程，票价为400日元。本电车与JR山手线品川站相连接，转车也十分方便。

### 铁路

东京为日本六大铁路干线交汇点，分别是新干线、东海道本线、东北本线、中央本线、常磐线与总武线。东京有20多条铁路呈放射状通往全国各地，四通八达，可与本州、九州等地联运。

### 公路

**长途巴士：**在日本长途巴士一般都是傍晚出发早上到达，费用又比飞机和新干线便宜，座位是可调整任意角度的活动软座，因此十分舒适。从东京乘坐长途公共汽车可以直达青森、秋田、仙台、新潟、长野、名古屋、金泽、京都、大阪、奈良、神户、广岛、博多等城市和地区。



By: 哈哈豆  
乘上回往东京的列车

## 区内交通

### 出租车

当计程车(TAXI)前挡风玻璃左下角位置上信号灯显示为红色时，则表示这辆计程车(TAXI)可以搭乘。东京出租车票价是按乘车距离和乘坐时间算出的，塞车时的等候时间也在计费范围之内，起步价为660日元(2公里内)，以后每行驶274米加收80日元。晚23:00至凌晨05:00的时间段内费用加收30%。小型、中型车的出租汽车，定员是4人。左部后面的门是自动门，乘客不用自己打开。车费是到达后支付。

### 公交车

**公车巴士：**连接银座与台场这些超人气景点的快速巴士每20-30分钟发车。此车由东京站出发，跨越彩虹大桥。由于采用座席定员制(45人)，每位乘客都能坐着欣赏沿路美景。还有很多优惠，比如持有都营交通的一日乘车券则降价为100日元，乘车日若为生日则免费等等。

行车路线：东京站丸之内南口~银座4丁目~台场  
营业时间：8:00~20:00 周六，周日及节假日期间为9:00开始。  
车 票：成人300日元；儿童150日元（乘车时付款）

**乘车地点：**  
东京站乘车地 东京站丸之内南口旁（千代田区丸之内2-7附近）  
银座4丁目乘车地 地铁银座站A6出口旁（中央区银座4-7附近）  
台场乘车地 百合鸥线台场站旁

### 汽车租赁

想租赁汽车时，最好事先打电话预订。汽车租赁公司的营业时间大部分是早上8点至晚上8点。领取汽车时需要驾驶执照（包括国际执照）。汽车以6小时、12小时和24小时的单位租赁。汽油在租赁时是装满的。还车时要装满油或向租赁公司支付汽油的钱。收费因租赁公司和所租的汽车大小而不同。一般大概是10000日元可借普通的汽车24小时。在首都内，首都高速公路和大的干线经常堵车。首都高速公路的收费是普通汽车700日元，大型车1400日元。收费在收费处支付。

### 其他

**JR线(Japan Railway Line)：**有轨电车是东京市内最重要的交通工具，有山手线、京滨东北线、中央线、京叶线、总武线等线路，以山手线最为重要。山手线不到5分钟就有一班车发出，把品川、涩谷、新宿、池袋、田端、上野等地连成一圈。京滨东北线速度较快，与横滨、大宫、大船等地相连。中央线是一条东西走向的线路，途经神田、御茶水、四谷、新宿等地。各条路线上行驶的车辆颜色都不同，山手线为绿色、中央线快速车为橙色、中央慢行车及总武线为黄色、京滨东北线为蓝色，京叶线为红色。JR票价为3公里内130日元，3公里外的依次为150日元、160日元。JR车票可在每个车站内的自动售票机上购买。

**地铁：**共有13条路线，包括已有60年历史的银座线；二战后开通的丸内线；年青人街、六本木及筑地两地来往的是日比谷线；东西线可达迪斯尼乐园；另外有千代田线、有乐町线、半藏门线、浅草线、三田线、及新宿线等。银座线为橙色，千代田线为绿色。东京地铁线路图

**换车：**一般情况下，在团线或者都营线之间换车时，可以不必走出剪票口。但是，也有先走出剪票口再换车的车站。这时，如果选择自动剪票口出站的话，尽管还没有到达所买车票的目的地，但是，有可能车票就留在自动剪票机内不再吐出。因此，在换车时，请利用有人的剪票口，向工作人员出示车票后再出站。或者从橙色的剪票口出站。（但必须在30分钟以内换车）





By: 日出  
新干线的车身深深卧在站台里

## 几种交通票

### 北海道、东日本Pass

售价为10,000日元，可在JR北海道及JR东日本车站的绿色售票窗口买到。每个Pass的使用期间为连续5天，可任意乘搭JR北海道及JR东日本的列车。同样在春、夏、冬季假期使用。

### JR Pass

如果不是在学校假期时段旅行，则可以选择“JR Pass”，可在出发之前购买，适用于全国的JR列车及巴士，7天的价钱是28,300日元，而14天的价钱则是45,100日元。

### 青春18车票

日本在每年的春、夏、冬学校假期，都会推出一种名为“青春18车票”，这种车票非常便宜，一套5张11,500日元，1张可以使用1日，即平均2,300日元就可乘坐由东京至大阪或东京至九州等列车。但这种车票只适用于普通列车及快速列车。新干线、特急等列车就不通用。“青春18车票”在全国JR车站的绿色售票窗口有售。

用JR的Suica(Suica定期卡)、私营铁路21个公司共用的Pass Net，就可以不用买票，把卡插入自动检票机就可以上下车-换车，是非常方便的卡。Pass Net有1000日元、3000日元、5000日元的3种，卡上会记载使用履历，所以余额一目了然。Suica是预付式的卡，如果余额变少可以充值继续使用同一张卡。在车站的售卡机可以确认余额，如果需要还可以充值。

此外，全国铁路周游券是仅来日本旅游的人可以购买的特别企划乘车券。可以乘坐新干线，车票很优惠打得折扣多，所以很适合那些想从东京前往其他县的旅游者。

## 住宿

东京可以说是一个“宾馆之城”。到东京住宿，游客选择的余地很大，可以挑选到适合自己的住处。价格在7,000-40,000日元/日之间。收费价格较低的有旅馆和国际青年旅社。旅馆之间的差异也很大，平均在4000日元/日左右。国际青年旅社则最适合背包客，收费在3000多日元/日左右。目前，东京有大约4家国际青年旅社供游客选择。

**青年旅社(Youth Hotels)：**日本大约有420家青年旅馆，有些开放给一般旅客使用，另外的则必须是国际青年旅馆联盟的会员才能住宿。如果是非会员，可在东京青年旅馆协会申请一个600日元的WELCOME STAMP。以上的住宿设施有很实惠的价格，且无年龄的限制。欲知详细情形，可电话询问日本青年旅社协会，电话(03)3288-1417。

日式旅店：可体验在日式“榻榻米”房间内休息的异国风情。这类旅馆在房间的面积、客房服务、以及旅店设施和房费价格等方面，有很大的差异。东京的高级豪华旅馆（仅仅只有几家）的房费价格约为35,000日元左右，其中包括免费提供一次晚餐（套餐）和由鱼肴、大米饭和豆酱汤搭配在一起的套餐早餐服务。在上野和浅草地区，有一些家庭个体经营的私人小旅馆，住宿费价格为每人4,000日元左右。但在这类旅馆内，通常都没有设置单独的卫浴设备。



By: 陈芳  
感谢傅桑，给我们定了交通如此便利的地方，……

## 青年旅社推荐

### 东京国际青年旅馆

每人每晚3850日元。四人宿舍。有幕围和小台灯，有单独的带锁储物柜。公共浴室，带隔间，另有公共大浴盆，晚上泡一会非常解乏。有宵禁，11点锁门、熄灯；早上6点宵禁解除，7点早餐（早餐需提前预约并多交钱）。工作人员精通英语。非常友好和乐于助人。

交通位置：JR总武线饭田桥站。西口出去右手边，CENTRAL PLAZA的十八层。从车站走过去只要2分钟，不需经过小巷或暗处，非常安全和方便。饭田桥站是有JR铁路、都营地下铁等四条铁路的大站，交通非常方便。从这里去新宿，15分钟；去涉谷，20分钟；去东京站，20分钟……总之是去哪里都快得让人觉得太幸福的地点。

### 浅草樱花旅馆

樱花旅馆不仅仅价格便宜，而且交通便利。是为所有来日本东京旅行的背包旅行者新建的宿泊场所。没有出入时间限制，前台和大厅24小时营业；会说英语的员工24小时值班；办理入住手续从下午1点开始，退房手续不得晚于上午11点；所有的早餐一律315日元（自助餐），就餐时间：早上6点到上午11点。此外24小时向您提供咖啡茶饮，160日元/位，通过安全录像和最新的卡式门锁系统保证您的安全；行李保管服务，出租自行车服务。

集体宿舍式房间2940日元/床（含税），双人式房间8295日元/间（含税）；4人式房间11760日元/间（含税），都有空调和带锁的保险箱，适合独自、情侣、小团体的驴友。公共设施有网吧，厨房，热水，电梯，洗衣机，卫生间。

### Backpackers Matushima Hotel

Backpackers Matushima Hotel是东京最著名最有趣的结识世界各地背包族朋友的旅馆，位于东京市中心，在上野和浅草之间，另外距离东京各观光景点很近。我们的宗旨是以上乘的服务为前来东京参观的背包族和游客提供便利，适合学生，志愿者，游客，团体游客等各种旅行者，环境优美，在您探索东京的同时，也可以在我们大型的多文化大厅内结交五湖四海的新朋好友。

设施：空调，个人卫生间，免费上网，保险箱，烤肉设备，接受信用卡，无宵禁，洗衣间等  
价格：10人混合同约20\$

# 餐饮

东京饮食的最大特色是应有尽有，身为国际化的大都市，日本各地的美食和世界各地的代表性菜肴在东京都可以品尝到。在东京比较具有代表性的料理主要有寿司、“生鱼片”、涮锅、串烧、各式盖浇米饭、拉面、“天麸罗”、“荞麦面条”、“日式杂烩（ODEN）”“香蒲烧烤（KABAYAKI）”，此外，还有“泥鳅锅”和“河鱼料理”等。品尝一下这些正宗的日本料理也不枉到东京一趟。

**东京的口味：**又被称为江户口味，多为世代相传的传统口味。江户口味是指以在东京湾内捕获的鱼类为材料做成的菜肴风味。在江户时代，东京湾就叫做“江户前”。1603年（庆长8年），德川家康定幕府于此地，开八百八町以后，“江户前”的料理便以所谓的下町（庶民街区）为中心发展起来，直至现在。

**“天麸罗”：**据说是由葡萄牙语的tempero或者tempora的发音讹化而来的。将虾、墨鱼、鲜鱼等鱼以及各种蔬菜等裹上小麦面粉后用油煎炸。

**“寿司”：**文化7年(1810)，在本所横刚首次出现手握寿司，从此作为江户前的寿司一直到现在。醋味小饭团上面加上切成小片的各类新鲜海鲜（金枪鱼、虾、墨鱼等）和甜味烤蛋等的饭团，亦称作为寿司。另外将黄瓜和卤菜等放入中央、形成细长圆柱形后用紫菜包卷的饭团称为卷寿司。

**生鱼片：**将各类新鲜的鱼类，切成一口大小的薄片，沾上酱油和芥末后生吃。

**荞麦面条：**元禄时代（1688~1703年），就为江户的人们所喜爱，发展成为一种为江户代表性的口味。有汤面、冷面等不同吃法。

**日式火锅：**在安放在餐桌上的特制铁锅中，放入薄牛肉片、各种蔬菜、豆腐和带甜味的调料汁后边煮烤边吃。

**费用：**

一般：餐饮费用根据用餐地点和所点饭菜的内容的不同会有所差别。已成为“日本餐馆协会”会员的高级餐馆，或者酒店内的餐厅等，其一顿晚餐约需人均5000日元以上。而且，这些餐馆除了消费税（5%）之外，还须另外支付服务费（10-15%）。

如果想节省餐食费用，可以去百货商店内的餐馆或者高层大楼地下街等的餐馆，1000日元 - 2000日元左右可以吃到美味可口的餐食。这些餐馆一般不需要小费或服务费用，但大多没有英文菜单，点菜的时候可以参考餐馆入口处陈列的塑料样品。

经济型：在“家庭餐馆”可以用便宜的价格吃到欧美菜或日本料理。在专门连锁店、超市的新鲜食品柜或便利店等，各种专供带回旅店享用的盒饭也丰富齐全。当然还有很多快餐店可供选择。

## 餐馆推荐：

### 伊豆菜本店

介绍：创立于江户时期的传统鳗鱼料理铺，距今已有260年的历史。招牌料理是蒲烧鳗鱼饭。

地址：东京都台东区上野2-12-22

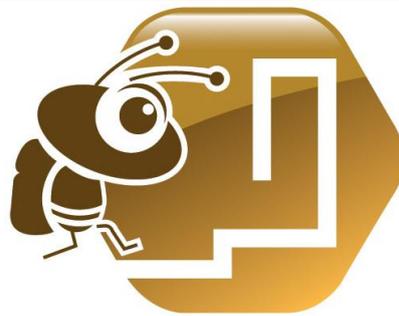
### 浅草——大黑家

介绍：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，其浓厚的香味会在您口中荡漾。最有人气的要数两只炸虾和芝虾与干贝的组合-天妇罗大碗盖饭。

地址：通过雷门，走到仲见世通的一半处，向左一拐便是一家别

### 九段下——寿司政

介绍：这家店的柯哈达（一种在日本近海产的鱼）和其幼鱼馨柯很有名。寿司什锦也常被客人称赞成“用眼睛欣赏的料理”。在这家店鲜为人知的名菜是在乌贼中装入寿司饭的“印笼卷”。



By : breeze



By : 日出



By : breeze

小饭馆，据说日本天皇来过。

## 日本饮食习惯

日本人通常使用筷子，桌上的摆放应该是饭碗在左边，筷子平放在前，日本教育孩子吃饭时右手拿筷子，左手端饭碗或汤碗，并直接用碗喝汤。

饭前人们都说，“Itadakimasu”，意为，“承领”；饭后还要说，“Gochiso-samadeshita”，意为“享用美食餐了”，用来表示对该餐的感谢。日本的冷面都是放在竹制盘上，用筷子夹起一口的数量，放在冷汤里进食。有些餐馆不放汤匙。

日本人习惯拿起碗来喝汤。吃面的时候都会发出声音。如果是一群人去喝酒的话，第一杯要等大家举杯说“干杯”后才喝的。

# 购物

东京百货店比较集中的地区有**池袋、新宿、涩谷以及银座**四大地区。银座和新宿的主街道每到星期天就禁止车辆通行，成为步行者的天堂，街上到处都是卖艺或演奏的街头艺术家和出售各种手工制品的小贩。

还有就是以卖电器著名的**秋叶原**、以旧书市著名的**神保町**、以水产批发著名的**筑地中央批发市场**、以便宜货著称的**上野横町**。

## 特色商品

颇有人气的日产商品有照相机、摄影机、随身听、钟表等精密器材，还有和服、珍珠、竹编工艺品、版画、日本娃娃等传统工艺品。可在各地的专营店，也可在都市的百货商店购买。

## 服饰

涩谷、代官山及青山是东京的三个主要特色街头时装店聚集地，是由一些流行性较强的店家构成的年轻人的购物天堂。

**鞋、化妆品、饰品和小家电**是东京购物的四大热点。游客可在东京大商场内挑选双漂亮舒适的靴子，价格在1000元人民币左右。在东京可买到资生堂的最新产品，比在香港、北京上市要早半年以上。

邻近上野车站有条打着“价廉物美”招牌的商业街，阿目横。街上大约集中着五百多家各类商铺，出售商品包括海鲜、南北货、鞋类、化妆品、衣服等。在日本东京JR中野站出口对马路有条商业街，商业街里有各种各样的商店。服装，化妆，电器，电脑，金银首饰，二手名牌等等，应有尽有。

## 推荐商品

1、刨刀：含税价格约105日元/把（折合人民币7元左右），用来送给妈妈婆婆阿姨之类的特别实用，用途：刨水果皮、土豆、黄瓜，特点：皮薄、快速。

2、嘉娜宝美肌精面膜：每盒含税约600日元/盒（内含6片），（折合人民币约42块一盒）有各种类型的：美白、深层美白、保湿、大豆精华等。效果奇好，日本的化妆品大多在药局有售。

3、指甲钳：日本钢质量很好，因此指甲钳非常好用，一般在388 - 630日元/把左右。

4、精美的点心：日本的点心手信样式非常好看，各种糯米团子（日本称“果子”）非常可爱，有的做成便当形状、有的做成鸡蛋形状、有的做成富士山形状。价格在500 - 1050日元左右。

5、明治（MEIJI）巧克力或MARY'S巧克力：日本巧克力口味不是很甜，但是口感非常细腻。明治巧克力大约在210日元左右，玛丽巧克力大约在1050日元左右。

6、袜子：日本的丝袜以不脱丝著称，及膝袜也非常“卡娃依”，丝袜比较贵一些在525日元 - 2000日元不等，及膝袜大约在350日元 - 550日元值得购买。

## 推荐场所

### 银座

东京市中心日本皇宮附近的银座是全城最繁华的闹市区。这是由一条主街、几条横街组成的街区，其中心是东西长约1公里的大街，它把从一丁目到八丁目之间的地区紧紧连接起来，即所谓“银座八丁”。在这里，集中了许多专卖店、百货商店、夜总会等。入夜，五光十色的霓虹灯变幻多端，另有一番“夜银座”景色。

银座大街的两旁是百货公司，最有名的有三越、松屋、松坂屋、高岛屋等。还有像御木本的珍珠店、天堂堂的珠宝店、资生堂的化妆品都很有名。

### 秋叶原

是一条电器街，位于东京东区的下町，坐国铁山手线和地铁日比谷线均能到达。这里从音响到电脑，从最新式的收录机到最豪华的电视、冰箱，以及厨房电气用具及各种电气用品的零件，只要是电器就都可以买到，价格也较便宜。秋叶原街共有500多家电器商店，几乎都在销售日本各电器公司生产的各种家电产品。整条街上每天都是乐声悠扬，人声鼎沸。

### 原宿

原宿街是日本首都东京的一条非常古老的街道，也很有名。最明显的特点是这里每天都聚集着许多青年男女，他们都穿着最时髦的服装，就像是在举行五彩缤纷的流行时装展览会。原宿是购物、游园和夜间娱乐的“混合体”。素有东京体育城之称的代代木体育中心，就在原宿车站附近。

### 太阳城

位于东京西北的池袋区，是一大商业建筑群，被称为“大城市中的小城市”。

阳光城集吃、住、游、购、娱于一体，有国际会场、国际商业信息中心，水族馆、博物馆、美术馆、剧场、展览厅、体育馆、游泳池、饭店及220多家商店，成为东京的中心区之一。

### 八重洲地下商场

现在，日本全国已有地下街60余条。在众多的地下街中，最著名的就是八重洲地下商店街。它地处东京站旁，有4条地铁通达，每天经过这里的流动人数高达45万人次。



By : allul



By : 哈哈豆

一个是银座，这里有最为集中的奢侈品专卖店，而且规模全部都很大，这里的地价为日本之最，也是东京的商业中心区。



无色（北京）

美女

她在蚂蜂窝的永久地址：

[www.mafengwo.cn/u/10027.html](http://www.mafengwo.cn/u/10027.html)

“我个人最感兴趣的有2个地方，银座的sony展示厅和三鹰之森美术馆，有时间也可以去逛逛~前者有sony最新的电子产品可以体验试用，可以感受一下最炫的视听感受和游戏乐趣，……”



# 娱乐

东京有许多令人流连忘返的娱乐场所，其中**东京迪士尼度假区**堪称是亚洲最大的娱乐场所。如果要去看电影，最好选择“电影日”去，除了1月和12月都是在1日以外，其他各月的第一个星期三都是电影日。此外，在东京的日子一定要去歌舞伎座看一场表演。

如果想看日本著名的**相扑比赛**，可以到秋叶原附近的两国去，那里既有国技馆，还有许多相扑选手所属的部屋（俱乐部），每个部屋都有自己的名号与标志。

要享受五光十色的夜生活，银座、新宿是最佳的选择，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。

再者，选择泡温泉也是种不错的享受。日本有3000所以上的温泉住宿设施。日本自古以来，为了要治疗生病或治伤或消除疲劳而常去洗温泉，进行“汤治”。于2003年在东京市区开馆的“大江户温泉物语”，将温泉和娱乐结合在一起，称为“丰岛园庭的汤（日文）”。更有越来越著名的伊豆半岛，将温泉和海水，自然风光和人文环境结合在一起，成为东京的温泉胜地。日本的温泉只泡一次的话，是没有办法充份体会的。请寻找自己喜爱的温泉，一边享受被热情款待之心，一边享受日本之旅，想必一定会还想再访日本的。

还有一项最独特的娱乐，就是造访日本时，如果恰巧碰上“江户三大祭”的举行，那可就千万不要错过了。那是在日本最繁华的都市中感受流传至今的日本传统祭典绝佳机会，十分地难能可贵。如果是碰上三年才一次的“深川八幡祭”，那就是一辈子难以忘却的经历了！



By: 竹竿PanDa  
台场附近的彩虹大桥挺好看的

# 节日

## 东京三大祭典

江户三大祭指的是“山王祭”、“神田祭”、“深川八幡祭”这三大祭。但有时会加上“三社祭”来取代“深川八幡祭”。

“山王祭”：在赤阪、日枝神社的祭会是以每年6月15日的例大祭为主要看点，于6月10-15日期间举行。因祭会是隔年举行的关系。当轮为主祭会年时，还会与其他地区如大田乐、民族舞蹈大会等相关的活动一起举行，热闹非凡。

场所：日枝神社 东京都千代田区永田町2-10-5

交通：营团地铁千代田线[国会议事堂前]站（出口5）步行5分钟；营团地铁银座线、南北线[溜池山王]站（出口7）步行3分钟

“神田祭”：神田神社的祭会从江户时代开始即为江户两大祭会之一。以每年的5月1日为主举行盛大的祭会。此祭会期间，是以太鼓嘉年华及抬神轿，在街道上缓步前进的方式将气氛抬升到个高潮。主要的大祭会则为隔年举行。

场所：神田神社（神田明神）东京都千代田区外神田2-16-2

交通：JR、地铁丸之内线/御茶之水站步行5分钟 地铁千代田线新御茶之水站步行3分钟

“深川八幡祭”：深川八幡祭为三年一次的大祭会。大约在接近8月15日左右的星期六、日举行。祭会的举行中，会有大约40多左右的神轿，在街道上缓步前进。因为是夏日祭会的关系，在神轿两旁观看的人们会准备水泼在抬神轿的人身上，因此亦称为“泼水祭会”呢！

场所：深川八幡宫 东京都江东区富冈1-20-3

交通：地铁东西线/门前仲町站步行5分钟

“三社祭”：位于浅草寺境内的浅草神社祭会于每年的5月17日及18日左右的周末举行。大约有100多左右的神轿，在街道上缓步前进将祭会的气氛炒热。据称在此期间中来参观的访客们高达200多万人呢！

场所：浅草神社 东京都台东区浅草2-3-1

交通：地铁银座线、都营浅草线、东武伊势崎线到浅草站步行2分钟

# 卫生与治安

## 卫生

1.日本的自来水在国内任何地方都是可以直接饮用的。矿泉水在超级市场和方便商店等处很容易买得到。

2.卫生间全部是水洗型。卫生间内有“音姬”的按钮，可以掩盖声音。

3.请将垃圾分类放入相应的垃圾箱。

## 治安

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、任何地方必须随身携带，不可放在行李箱（包）内，以防不测；外出活动宜结伴同行，切勿擅自活动，以防意外；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。



By: 哈豆豆

# 货币兑换

日本的货币单位是日元(即日文中的“円”)。日元的硬币有1元、5元、50元、100元、500元五种。日元的纸币有1,000元、2,000元、5,000元和1万元四种。无论何种通货货币都可以携带进入如本。但是如果携带的是100万日元以上的,或者是与其等值的支票或有价证券时,则必须向海关申报。

在外汇兑换银行或者其它法定的外汇现金兑换处都可以将外币兑换成日元。在主要的国际机场,也有为旅客提供货币兑换服务的外汇兑换窗口。人民币对日元汇率约为1:14,但是,外汇的兑换率是随外汇市场行情的波动每天都有变动的。



## 银联

为方便中国观光客人的购物和消费,可以直接在店内使用中国银联卡的店铺增多。在大阪心斋桥购物一条街、大阪国际机场等有“银联”标识的商店,可以用银联卡刷卡消费。具体请见:<http://www.osaka-info.jp/ch/ginren/index.php>。日本邮储、三菱东京日联银行等机构的3万3千多台ATM可以使用银联卡提取日元现金。

## 信用卡

AMERICAN EXPRESS、VISA、DINERS CARD和MASTER CARD等国际性的信用卡,在旅行支票能使用的地方,这些信用卡也能照样使用。

## 自动取款机(ATM)

一般在日本全国的城市里都能使用,大部分的ATM只能在银行营业的时间段内使用。城市里,平日18:00-20:00,有些地方的ATM或许还能使用(但是周末的时候大多数的地方只营业到星期六上午为止)。

## 税金

在日本,无论您消费了什么,日本政府都要征收您支付额5%的消费税。

# 风俗禁忌

去日本人家中作客,必须在门厅前换鞋;平时注意节约用水。

日本人对守时的要求很严格,人们都认为不该因为迟到而浪费别人的时间,如果因为某种原因不可避免地迟到时,必须要打电话告诉对方。有专门的女性车厢,平时男乘客也可以使用,但在上班高峰期只能女性乘坐,主要是为了防骚扰。

日本人之间打招呼:基本上是以鞠躬来表示的。从一般性行礼到上身至90度的鞠躬。

自己:表示“那是我”、“我吗?”等意思时,用食指指着自己的鼻子。

日本人大多数信奉神道和佛教,他们不喜欢紫色,认为紫色是悲伤的色调;最忌讳绿色,认为绿色是不祥之色。

日本人忌讳3人一起“合影”,他们认为中间被左右两人夹着,这是不幸的预兆。

日本人忌讳荷花,认为荷花是丧花。日本人喜欢的图案是松、竹、梅、鸭子、乌龟等。

不吉利的数字:日本人忌讳“4”和“9”。有的旅馆房间号没有13、4、9这几个数。

接触他人的身体,在日本被认为是失礼的行为。

允许抽烟,但嚼口香糖不行。别人没吃,自己独自吃东西,也被视为失礼。

在日本,访问别人家庭时,窥视厨房是不礼貌的行为。

吃饭或喝汤时,不可以将饭碗或汤碗放在桌上,要用手拿起碗进食。

不能把筷子插在盛满饭的碗上。

吃鱼时不要将鱼刺直接放在桌子上,请放在盘子里。

对于各类服务员(售货员、饭店的服务员等)应给予相应的尊敬。

在进行寺庙和神社的参拜时,需要保持安静!

在各类观光设施内、商店内、车内或者步行时不得饮食。

日本的酒店小而精致,但是按人头算的,一个人入住和2个人入住,价格不一样。

## 简单的旅行用语

- |              |        |            |
|--------------|--------|------------|
| 1. 你好        | こんにちは  | 空你七哇       |
| 2. 谢谢        | ありがとう  | 阿里嘎头       |
| 3. 对不起       | すみません  | 斯米马森       |
| 4. 再见        | さよなら   | 萨要 - 那拉    |
| 5. 我吃了(饭前用语) | いただきます | 已他答ki马斯    |
| 6. 好吃        | 美味しいです | 哦 - 西 - 爹斯 |

# 通讯及电源

**手机:** 因为信号形式的不同,中国的手机在日本不能使用。在机场可以租用手机,250日元/天。

**国际电话:** 在表示有“国际和国内电话”字样的公共电话,可以直接拨通国际电话。这种电话不是到处都有,但是可以在机场,饭店和其他主要设施内找到直拨,可以使用电话号码通过电话公司连续。请注意:使用一般电话卡打国际电话时,仅限于机场使用。在市内则仅能使用100元日币打国际电话;或是在便利商店购买国际电话预付卡。酒店内部的电话均可拨打国际电话。010(国际电话转接号码)+86(国号)+对方电话号码(国内省市的区号中的开头的0不需要) 例如:010-86-21-6380-\*\*\*\*

**信用卡拨号:** 在表示有“国际和国内电话”字样的公共电话,可以使用信用卡。请先投入100日元硬币(在你打完电话后将退还给你)然后输入接续号码。

**电源:** 日本的电压是100伏的。频率有两种,东日本的频率是50Hz;在包括名古屋、京都和大阪在内的西日本的频率是60Hz。使用自带的电吹风、旅行用电熨斗和电剃刀之类的电器用品时,这些电器应该是可以调节电压的,否则您就得另外带上变压器。国内很多电器,如手机,相机在这里可以使用。



# 东京五日行程建议



## 线路特色

既能探访日本风光、美食，也能尽情享受缤纷欢乐的游乐项目！

## 线路详情

### D1：先到新宿一带逛逛。

新宿是东京都极具代表性的地区之一。在东口方面有多家大型百货公司和热闹的街道，在西口方面有超高层摩登大楼的大型电器店。现在最热门的地区是发展快速的南口和大久保站附近的韩国城。可以稍微逛一下百货大概到7:30关门，最晚的车是00:00出发。

晚餐：江户风味日式寿喜锅

### D2：今天可以去东京有名的台场。

台场是一个由人工填海而成的岛屿，是目前东京超人气的大游乐区。购物、用餐、美食广场和游乐园等应有尽有，还有大型的温泉馆。您可以在里面消磨一天，里面著名的丰田汽车博览馆、天幕维纳斯商城等令人眼花缭乱的去处，肯定会让您乐不思蜀。彩虹大桥和大摩天轮上可以欣赏360度台场全区的精彩夜景。

### D3：前往著名的背倚富士山的“箱根芦之湖”，乘坐游船饱览堪与瑞士媲美的富士山之湖光山色，然后再前往“大涌谷”参观。

大涌谷是个古老的火山口，人称大地狱，峡谷及地面裂缝有浓厚而热的硫磺蒸气冒出，有些地方的温泉还会冒出水泡。如果天气晴朗，能见度高，您于此观赏富士山的山色。而后前往东京(车程约2小时)，到达后前往“银座商业百货街”，领略一下繁华时尚的商业气息。

早餐：酒店内 午餐：箱根风味定食 晚餐：日式料理或中华料理

### D4：今天迪斯尼一日游！早餐后，搭乘轨道交通前往迪士尼游乐场，您可自由选择以下其中任意一个乐园游玩：

#### (A) 迪士尼乐园(TOKYO DISNEY LAND)

该乐园占地25万坪，是成人与小孩梦幻中的天堂，可与白雪公主、米老鼠、唐老鸭一同遨游童话世界、明日世界、魅惑世界、宇宙世界等。

#### (B) 迪士尼海洋世界(TOKYO DISNEY SEA)

充满跨越国界融和卡通与现实的“迪士尼海洋乐园”，整个乐园犹如坐落在海上，您可搭乘蒸气船游乐七个主题海港，一同进入紧张、探险、冒险的惊奇、惊喜之旅！

早餐：酒店内 午餐：日式拉面 晚餐：日式烤肉料理

### D5：先去参观皇宫，再游览电器街—秋叶原

早餐后，前往参观皇宫外观，皇宫是日本天皇居住的皇宫，而目前的皇宫是以前江户城的旧址，城郭外面有广阔的护城河围绕四周。再前往日本著名的电器街—秋叶原，此地是日本著名的电器街，这里有许多高科技电脑产品和一般家电电器的卖场。

## 3天2夜畅游东京迪斯尼度假区

## 线路特色

不妨利用3日魔法护照，如此不仅能够畅游东京迪斯尼乐园以及东京迪斯尼海洋，第3天还可自由穿梭2个乐园！

## 线路详情

### D1：东京迪斯尼海洋

上午：地中海港湾——失落河三角洲——拿“快速通行”券——美人鱼礁湖——美人鱼礁湖剧场观看音乐剧“海底世界”

午餐：在前往神秘岛探险的途中可以买到排行NO.1的小吃“大肉包”，价格399日元。

下午：地心探险——地中海港湾去观看两点半的墨西哥传奇——情人甜点吃可口的糖果、饼干——搭乘威尼斯刚朵拉游船，享受运河之旅

住宿：东京迪斯尼海洋观景大饭店

晚餐：在海洋观景大饭店的“美景厅”品尝精致的意大利餐，同时可以欣赏在地中海港湾上演的梦幻水火传奇“BraviSEAmo”。

### D2：东京迪斯尼乐园

上午：乐园情报，揭示板确认游乐设施的等候时间——探险乐园——西部乐园，先取得巨雷山的“快速通行”券

午餐：到动物天地的莎拉奶奶的厨房用餐。

下午：露天舞台纽奥良剧场去观赏“美妮 噢！美妮”——在记载的时段内返回西部乐园——明日乐园去体验巴斯光年的星际历险——逛逛商业城伊克斯皮儿莉

### D3：东京迪斯尼海洋和东京迪斯尼乐园

上午：失落河三角洲——游玩印第安琼斯冒险旅程：水晶骷髅头魔宫水晶骷髅头魔宫——丛林音乐舞台欣赏神秘节奏

度假区内的交通路线：从东京迪斯尼海洋，可搭乘“迪斯尼度假区线”，搭乘环绕东京迪斯尼度假区的单轨电车到东京迪斯尼乐园。

下午：东京迪斯尼乐园，可别错过三点开演的日间大游行“欢腾”——卡通城——辉儿杜儿路儿好时光——看电子大游行“梦之光”



By：谷颖



谷颖（北京）

美女

她在蚂蜂窝的永久地址：

[www.mafengwo.cn/u/2097754.html](http://www.mafengwo.cn/u/2097754.html)

“其实里面的游戏项目并不像想象的那么刺激，只是童话般的装饰让你进入一个卡通世界。印象最深的是幽灵公馆，去那里可以体验一下哈利波特的魔法世界。还有迪斯尼卖的饼干超好吃，味道很细腻。遗憾的是夜景没照几张，因为当时照相机设置有问题，找的都是黑蒙蒙的。”



# 东京迪士尼度假区



东京迪士尼度假区(Disneyland)离东京有10公里,是日本仿造美国的迪士尼乐园修建的游乐场,于1983年4月开幕,其宗旨是集历史知识、童话故事、自然风光和现代科学之大成,寓知识于娱乐,力求各个年龄层次的人都能在此找到乐趣。

东京迪士尼度假区包括东京迪士尼乐园及东京迪士尼海洋两大游乐园,前者有七个主题区乐园和多姿多彩的娱乐表演,后者是充满冒险与创想的大海,也是迪士尼之首度以“海”为主题的主题乐园。

## 迪士尼乐园(TOKYO DISNEY LAND)

该乐园占地25万坪,是成人与小孩梦幻中的天堂,可与白雪公主、米老鼠、唐老鸭一同遨游童话世界、明日世界、魅惑世界、宇宙世界等。这里有灰姑娘的城堡、海盗船及非洲丛林探险、巨雷山、鬼屋、小小世界、太空山、魔法师的王国等,老少咸宜的娱乐设施;而午后时分,华丽的花车以及各个耳熟能详的卡通人物游行于街头大汇演,必让您置身其中,重拾童年的欢乐;并带给您终生甜美的回忆。晚上可观赏迪斯耐夜间千变万化的魅力:游行或烟火激光表演(若遇天气不佳,游行与烟火表演会取消)。

世界市集—往日情怀的美国街道,这个从商店、餐厅到银行样样俱全的小镇,重现了20世纪初的美国街市。

### 探险乐园--冒险与神奇的世界

南国的浪漫、鸟儿的歌声...当您以为来到怡然融乐的世界时,当心危机正潜伏四周!瞧,热带丛林中的毒蛇猛兽以及黑暗海路上的加勒比海盗们正虎视眈眈在等候着您!

### 西部乐园--西部拓荒时代的美国

巨雷山下,美国河缓缓流淌,汽笛声随风飘扬,有时还会听见无人驾驶的疯狂采矿车快速通过的轰鸣!当然,西部小苏的酒吧也是拓荒者聚集欢闹的不二场所。

### 动物天地--可爱小动们的故乡

还记得迪斯尼经典电影“南部之歌”中可爱的小动物们吗?沿着美国河域及陡峻的飞溅山坡,处处可见这些小家伙们温馨可爱的小窝。

### 梦幻乐园--梦想与童话的世界

灰姑娘城堡—东京迪斯尼乐园的象征—优雅的耸立于五彩缤纷的梦幻乐园。白雪公主、小飞侠、小木偶...快加入您最喜爱的童话人物行列,一起畅游如梦似幻的故事王国!

### 卡通城--米奇与其伙伴们居住的城市

世界上最幸福的城市,莫过于迪斯尼卡通人物所居住的地方!来,穿过色彩鲜艳、朝气蓬勃的街坊,到米奇、美妮、唐老鸭等卡通人物的家去做做客吧!

### 明日乐园--宇宙与未来的世界

在未来的都市里,机器人、火箭已成为是日常生活的工具。您可以自由自在的遨游星际,体验宇宙的无限可能。对了,可别忘了参加年度“最佳发明家”的颁奖典礼哦!



By: 谷颖

## 迪士尼海洋世界(TOKYO DISNEY SEA)

充满跨越国界融和卡通与现实的“迪斯尼海洋乐园”,整个乐园犹如坐落在海上,您可搭乘蒸气船游乐七个主题海港,一同进入紧张、探险、冒险的惊奇、惊喜之旅!园内有:浓浓南欧风、古老地中海港镇、百老汇剧场、美国海滨、惊喜的发现都港、消失的加勒比海三角洲、坠入东方夜谭、阿拉伯海岸寻梦乐&可爱的美人鱼礁世界等。

### 地中海港湾

南欧海港是东京迪斯尼海洋之旅的起点。地中海沿岸的渔村有风格独特的商店及餐厅;威尼斯有刚多拉游船;大航海时代的要塞,更是充满文艺复兴时期的精华。

### 发现港

在这个超越时空的海港,气象观测飞机,带人飞向狂乱的暴风眼。

### 美国海滨

20世纪初叶的美国,感受当年吹着移民风的纽约之朝气,以及小渔村鳕鱼岬之温情。

### 神秘岛

时光倒转回到1870年代,在南太平洋的某个火山岛里,隐藏着尼默船长的秘密基地。名科幻小说家儒勒·凡尔纳的创想世界,探险之旅即将开始。

### 美人鱼礁湖

小美人鱼艾莉儿的“海底世界”多姿多彩、热闹非凡。

### 失落河三角洲

化身为1930年代的探险家,沿着中美洲的加勒比海岸前往被覆盖隐藏在密林中的古代遗迹。

### 阿拉伯海岸

这个由神灯精灵魔法变出来的王国宛若天方夜谭的世界,充满神秘的异国情调。跟随沙漠商队骑着奇禽异兽远行、或加入辛巴达的行列到七海探险,或者观赏精灵的爆笑剧场也不错!



By: 竹竿PanDa  
小朋友身穿的雨衣,想买件自己穿,但后来错过了

## “迪士尼快速通行”券

不想浪费宝贵时间排队？别担心，可以利用“迪士尼快速通行”券。“快速通行”发券处位于游乐设施的入口处。请将护照券插入“快速通行”发券机内，即可免费获得一张快速通行券。首先，请将护照券插入特定游乐设施的“快速通行”发券机，免费领取“快速通行”券。然后可先游玩别的景点，再于指定时段内返回。凡持快速通行券者，请从“Fastpass”专用入口进场。没有取得快速通行券者，请照常在“Standby”入口处排队等候进场。

### 可利用“快速通行”券的设施：

东京迪士尼乐园：巨雷山、飞溅山、小熊维尼猎蜜记、微缩世界探险！、太空山、巴斯光年的星际历险、幽灵公馆

东京迪士尼海洋：风暴骑士、地心探险之旅、海底两万里、美人鱼礁湖剧场、印第安琼斯®冒险旅程：水晶骷髅头魔宫、神灯剧场、忿怒双神、惊魂古塔



## 门票

东京迪士尼乐园及东京迪士尼海洋的价格相同，只要凭当日票券即可一票玩到底。(同1天内不可同时游玩两座乐园)。

票券种类 全票(满18岁以上者) 学生票(12岁-17岁) 儿童票(4岁-11岁)  
 一日护照 5,800日元 5,000日元 3,900日元  
 敬老护照 5,100日元

如想游玩两乐园，建议购买超值的连日护照。

票券种类 全票(满18岁以上者) 学生票(12岁-17岁) 儿童票(4岁-11岁)  
 两日护照 10,000日元 8,800日元 6,900日元  
 三日魔法护照 12,900日元 11,500日元 8,900日元  
 四日魔法护照 15,000日元 13,500日元 10,500日元

### 迪士尼度假区交通

电车：J R 京叶线“舞滨站”下车或地铁东西线“浦安站”下车，换乘巴士约25分

巴士：从东西线浦安站搭直达巴士约18分钟；从横滨站(东口)乘直达巴士约60分；从新宿站(新南口)乘直达巴士约60分；从成田机场乘直达巴士约50分；从羽田机场乘直达巴士约50分；

汽车：利用首都高速湾岸线，从浦安交流道出口约5分。

电话：045-683-3777 (东京迪士尼度假区资讯中心)，  
 045-683-3333 (东京迪士尼度假区预约中心)



# 富士山



富士山在日语中的意思是“火山”，它海拔3776米，面积为90.76平方公里，屹立于本州中南部，跨静冈、山梨两县，东距东京80公里。这座被日本人奉为“圣岳”的山峰自781年有文字记载以来，共喷发了18次，最后一次喷发是在1707年，此后休眠至今。山顶上的两个火山口形成了两个美丽的火山湖，山麓处还有火山喷发后留下了千姿百态的山洞，有些仍在不断喷气。富岳风穴内的洞壁上则结满了钟乳石似的冰柱，被称为“万年雪”。

富士山四周有剑峰、白山岳、久须志岳、大日岳、伊豆岳、成就岳、驹岳和三岳等“富士八峰”。富士山有4个主要登山口，分别为富士宫口、须走口、御殿场口、富士吉田（河口湖）口，其中前三个在静冈县内。坐落在顶峰上的圣庙——久须志神社和浅间神社是富士箱根伊豆国立公园的主要风景区，也是游人常到之地。

富士山北麓有富士五湖，从东向西分别为山中湖、河口湖、西湖、精进湖和本栖湖，湖光山色十分宜人。河口湖中所映的富士山倒影，被称作富士山奇景之一。湖东南的忍野村，有涌池、镜池等8个池塘，总称“忍野八海”，与山中湖相通。南麓是一片辽阔的高原牧场，绿草如茵，牛羊成群。一年四季不但自然景色妩媚之至，且还有种种休闲活动的场所。夏季适于露营、游泳、钓鱼等，冬季则是滑雪滑冰的好场所。每年的7、8月间，日本人会竞相到此登山。据说，在山顶的火山湖中沐浴一下，能消灾免祸。

**看点：**从东京都厅观景台眺望，在天气晴好时，可以看到富士山的优美景色。

## 富士山

**交通：**东京的新宿车站乘JR中央线至大月车站，再转富士急行线，在富士吉田车站下车。



By：细雨

# 皇宫

日本皇宫是天皇的起居之地，位于东京中心千代田区，是天正十八年(公元1590年)由德川幕府第一代将军德川家康修筑。

这一处占地23000平方米的日本传统建筑，它有绿色的瓦顶、白色的墙壁和茶褐色的铜柱。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，丰明殿内有大厦会场，常御殿为天皇内宫。皇居门前由正门石桥和正门铁桥组成的就是著名的二重桥，是观赏皇居和拍照的最佳位置。此外，宫内还有花阴亭、观瀑亭、霜锦亭、茶室、皇灵殿、宝殿、神殿、旧御府图书馆等等。

**开放时间：**除了天皇生日等极个别几天外，皇宫是不开放的，大部分时间都只能在皇宫外围观看，拍照留念。

**交通：**从东京车站步行



By：breeze  
岸的一边是市区，一边是天皇住居

# 明治神宫



By：行云  
里面的院子

明治神宫是为供奉明治天皇及昭宪皇太后而修建的神宫，建于1915年至1920年，二战时被焚，1958年按原样重建，位于东京涩谷区。

神宫苑内种有各类树木10万余株，共计300多种。神宫内有南、北、西三条参拜甬道，从南面正道入内，道路两旁古树参天、野鸟飞鸣。神宫桥前的牌坊为日本之最。入内后有为昭宪皇太后特辟的御苑，面积有8万多平方米，苑内有各色花卉，特别是御苑南池旁的菖蒲田里，培育着150多种的菖蒲，每年的6月中旬，大片菖蒲竞相开放，成为神宫一大景致。宫内的殿堂都用桧木建成，雕梁画栋皆谨严华美，很值得观赏。每年的元旦和3月11日，日本各地都有许多人专程赶往神宫参拜。

**开发时间：**宝物殿：3月至10月：9：00-16：30，11月至2月：9：00-16：00  
神宫御苑：除6月外，为9：00-16：30，6月8：00-17：00

**门票：**明治神宫免票。宝物殿：500日元，儿童200日元。  
**神宫御苑：**500日元，儿童200日元。  
**到达方式：**乘山手线到原宿站下，右拐即到。  
或乘千代田线到明治神宫前站下。

# 浅草寺

浅草寺是东京都内最古老的寺庙，浅草寺本堂被称作观音堂，以其主梁的构型优美而著名，内部分为外阵和内阵。观音堂内阵中央有放置着本尊的宫殿，三面开门，是日本第一大的宫殿。

相传，在推古天皇三十六年(公元628年)，有两个渔民在宫户川捕鱼，捞起了一座高5.5厘米的金观音像，附近人家就集资修建了一座庙宇供奉这尊佛像，这就是浅草寺。其后该寺屡遭火灾，数次被毁。到江户初期，德川家康重建浅草寺，使它变成一座大寺院，并成为附近江户市民的游乐之地。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、观赏景点数不胜数。每年元旦前后，前来朝拜的香客，人山人海。

寺院的大门叫“雷门”，正式名称是“风雷神门”，是日本的门脸、浅草的象征。雷门是公元942年为祈求天下太平和五谷丰登而建造的。几经火灾焚毁，后于1960年重建。雷门正门入口处左右威风凛凛的风神和雷神二将，镇守着浅草寺。雷门最著名的要数门前悬挂的那盏巨大的灯笼，远远可见黑地白边的“雷门”二字，赫然醒目，着实为浅草寺增添不少气派。人们为了祈祷风调雨顺和五谷丰登而供拜这两座神，门内有长约140米的铺石参拜神道通向供奉观音像的正殿。作为了解日本民族文化的旅游名胜，来自世界各国的游客，络绎不绝。

寺西南角有一座五重塔，仅次于京都东寺的五重塔，为日本第二高塔。寺东北有浅草神社，造型典雅，雕刻优美。浅草有名目繁多的节日，一年四季都有庆祝活动。

**开放时间：**浅草寺正殿：夏季：6：00-17：00；冬季：6：30-17：00。

## 购物：仲见世商店街

浅草仲见世商店街是由雷门通向宝藏门及正殿的一条300余米长的参道。道路两侧是一排排自江户时代延续下来的大小店铺，出售日本最具特色的各式各样的旅游纪念品、民间工艺品、和服以及日本人喜食的小吃等。给亲朋好友捎带日本的礼物或纪念品回去送礼，建议在这里物色选购。

## 浅草寺

门票：免票

到达方式：乘坐东京地铁银座线到浅草站1号出口、或都营地铁浅草线到浅草站A4出口，步行即可。或在日之出栈桥搭乘水上巴士，全程约需40分钟。



By : allul

# 上野公园

上野公园是东京最大的公园，面积有52.5万平方米。这里原来是德川幕府的家庙和一些诸侯的私邸，1873年改为公园。

有“史迹和文化财物的宝库”之称的上野公园里，有宽永寺、德川家灵庙、东昭宫、清水堂、西乡隆盛铜像等古迹，这些江户和明治时代的建筑散落在苍松翠柏之中，与湖光山色十分相宜。其中，西乡隆盛铜像尤其受到日本人民的尊敬。西乡隆盛(1827~1877)在日本明治维新时期为江户城的不流血献城作出了巨大贡献。是日本人民心中的英雄。铜像于1898年由日本著名的雕刻家高村光云完成。

园内还有很多博物馆，有东京国立博物馆、国立科学博物馆、国立西洋美术馆、都立美术馆等等。园西北有上野动物园，饲养着九百多种珍禽异兽，在园内的大忍池内，终年栖息着大量野生的黑天鹅、大雁、鸳鸯、鸬鹚和野鸭。池畔还有一个水族馆，里面有五百多种水生动物。动物园边上建有牡丹园，种植了70多个品种3000多株牡丹。

上野公园是东京最著名的赏樱胜地。园内樱花数目多达1200棵。风过之处，落樱雨下，十分壮观。代表性的樱花品种“染井吉野”，因为是在1885年左右于上野公园所发掘而出的才得以将其美名遍传全国。每年樱花季节，都要在此举办隆重的“樱花祭”。到周末时，来赏樱的游客络绎不绝，直到夜晚。在夜灯映照下欣赏“夜樱”，别有一番动人滋味。

## 上野公园

门票：免费

开园时间：5:00 am-11:00 pm

亮灯时间：黄昏至8:00 pm

交通：JR线上野站(不忍口)步行1分钟



By : 细雨  
五月五日男孩节的鲤鱼旗

# 台场



位于东京都东南部东京湾的人造陆地上，是东京最新的娱乐场所集中地，受到人们，尤其是年轻人的青睐。台场的取名有这样一段由来：1853年，美国人贝利率船队来到日本，当时东京还称江户，由于防卫上的紧急需要，匆忙赶制了海上炮台设置在此御敌，从此这里便称为台场。

台场的中心是“台场水色之城”，建有购物中心，其中一条流行服装店街长约300米，另外还有采用了最新音响和映像设备的“大型综合电影院”，以及面积达1万5000平方米的日本最大的美食城，此外，还有可以参观走红电视节目制作过程的“富士电视台”等。

台场的新设施接二连三地建成，令人目不暇接，主要的观景点有“御台场海滨公园”，这座公园建在从新桥车站起跨过“彩虹大桥”，延伸到台场的新交通系统“百合鸥”的沿线，站在公园中，可以眺望“彩虹大桥”的雄姿。此外，还有“面向女士的主题公园”——“帕莱特城”，其内部装饰模仿18世纪欧洲的城市风格，容纳了140多家店铺。

## 看点：台场的夜景

台场夜景的特点在于满街的彩灯与大海的互相辉映，彩虹大桥的夜景是台场最具代表性的夜景景点之一。从台场海滨公园起，有一条长达近2公里的跨桥的散步路，夜晚散步于此，能尽情领略东京海湾区梦幻般的夜景。

饮食：在台场的购物中心和宾馆内，有很多深受情侣们喜欢的时髦的咖啡馆和西餐馆。有意大利风味的，有法国风味的……在这里用餐的同时，还可以尽情地眺望东京港的景色。

购物：商品一应俱全的大型购物中心：多彩城(阳光步行大道、维纳斯城堡)、东京海滨“迪克斯”、王子有明海滨商店街、AQUA CITY ODAIBA购物中心等。

交通：百合海鸚线“台场海滨公园站”徒步8分钟；乘水上巴士从“日之出栈桥”20分钟到“台场海滨公园”徒步5分钟。



美丽的夜景

# 箱根

箱根是日本著名的温泉之乡、疗养胜地，位于神奈川县西南部，距东京90公里。

40万年前，箱根一带曾经是熔岩四溅的火山口，现在这里却翠峰环拱、溪流潺潺，景色十分优美。碧波粼粼的芦湖为火山湖，面积有7平方公里，最深处达45米，湖水清澈湛蓝。在晴天时泛舟湖上，还能看到终年积雪的富士山，淡青色湖水中倒映出富士山的景象被称为是“白扇倒悬东海天”，因为富士山的形状酷似倒悬的白扇。大涌谷是两千年来晨烟不绝的火山遗迹，高山半腰终日白烟缭绕，远望如白云出岫，也是箱根的奇景之一。

箱根的温泉久享盛名，这里有著名的“箱根七汤”，就是七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，可以观赏透迤的溪谷和优美的湖光山色，实在不可错过。

交通：东京的新宿车站乘火车约1.5小时可达。

## 注意与禁忌

- 高龄者或者动脉硬化、心脏病、高血压患者，请回避温泉浴。
- 各种急性疾病患者，尤其是发烧患者，请回避温泉浴。
- 长途旅行后不要马上洗温泉，要做适当休息后再进行温泉浴。
- 空腹时和饭后应避免洗温泉，以避免引起贫血和消化不良。
- 大量饮酒后不可马上入浴，以防摔倒或出现溺水等其它危险。

## 最佳温泉入浴方法

### 温泉入浴礼仪：

- 温泉是公共场所，入浴者应遵守入浴规则，以便皆能享受温泉之乐。
- 进入浴池前，要先在池外将身体冲洗干净。
- 请不要将毛巾带进温泉池内，可放在浴池边或褶起来放在头顶上。
- 请不要在温泉池内洗头或洗身体，不可在温泉池内使用香皂或洗发液。
- 请不要在温泉池内大声喧哗，打闹，游泳或奔跑，应保持安静。
- 请不要将温泉浴室内的吹风机、化妆品、梳子等带出浴室。

### 忌讳长时间的温泉浸泡：

入浴时间一般为一次浸泡5至10分钟左右，反复2至3次。水温低的温泉可在20至30分钟之间。因长时间的温泉浸泡会导致血管扩张、血压下降等所引起的贫血的症状出现，久泡为温泉入浴的禁忌。

浸泡的次数也不宜过多，每天的入浴次数应在2至3次之内，不宜频繁入浴。如入浴次数过多，将会导致体力消耗过大，反而引起疲劳，事与愿违。

### 沐浴之后：

入浴后无需再洗淋浴，用毛巾轻擦全身即可，这样温泉中的微量元素可留在皮肤上，并被吸收到体内，达到预期效果。

出浴后注意不要着凉，要穿好浴衣后回房间慢慢休息；出浴后应当多喝水或喝些饮料，以补充损失的水分。



By：哈哈豆

# 新宿御苑

东京地价之贵世人皆知，此等情境下，东京的公园和休闲地点之多之广，足以令人感叹。东京新宿区中心的新宿御苑，占地58.3万平方米，其内分区明晰，花木繁盛，是明治时代的代表性园林。每年樱花花季，由日本首相发出邀约的例行“赏樱会”就在新宿御苑举行。

新宿御苑之美，四季不休。日本的春天是烂漫樱花季节，早春2月，新宿御苑的寒樱便唤醒了日本人的赏樱心情，经3月而入4月，依次盛开的70多类樱花，分布于园内不同景致之间，或群樱衬以绿茵，或单株傍水而立，令新宿御苑成为赏樱人的天堂，直至赏完最晚开放的“八重红垂”，日本人一年一度的赏樱热情方逐渐平复。

纷扬樱花飘落之际，便是夏季的到来。在1906年建立之初原为日本皇家园林的新宿御苑，经2战后的重新规划，成为完美融合法式、日式和英式3种园林风格的大型公园。夏日清晨三两走过法国梧桐大道的人们，知道梧桐林荫透过的清晨阳光的明静；夏日中午徘徊于日本传统园林的人们，知道小桥流水和亭台楼榭的舒爽；夏日傍晚坐在英式草坪的人们，知道草坪一侧的高大树木轮廓的光晕。新宿御苑的2万多株树木，包括多科首植日本的树木，几乎都在夏季焕发着最为强盛的生命力，尽显新宿御苑的皇家大气。

秋季的新宿御苑，缤纷不输于春季。漫天的红叶引来观枫的如织人潮，10开始的菊花展更是令人期待。秋菊怒放之美，或以大胜、或以精胜、或以圆满为称、或以瘦异获赞，言之难尽，惟待亲见。

看过了冬日雪景，新宿御苑的温室亦需探访。超过2400多种的热带和亚热带植物繁盛于此，色彩之绚烂、香气之芬芳、园艺之出众，即使再多照片，也难以囊括其全貌。

**注意：**新宿御苑门票为自动售票，在售票机投币后即可拿到入园磁卡，入园时向检票机投入磁卡即可。

## 新宿御苑

门票：成人200日元；中小學生50日元  
交通：在丸之内线新宿御苑前站或总武线千谷站下车



盛开的樱花

# 银座

银座是东京最繁华的商业区，相传从前这一带是海，后来德川家康填海造地，这一块地方成为铸造银币的“银座役所”。明治三年(公元1870年)这里更名为“银座”。这里有“东京的心脏”之称。

银座大道全长一公里半，北起京桥、南至新桥，大道两旁的百货公司和各类商店鳞次栉比，专门销售高级商品。银座大道后街有很多饭店、小吃店、酒吧、夜总会。有买文具的百年老店伊东屋(Itoya)，日本第一间面包店——木村屋总本店。从1970年8月起，银座大道禁止一切车辆通行，成为步行商业街，街上有许多茶座，游客可以坐在街心饮茶聊天。入夜后，路边大厦上的霓虹灯变幻多端，构成了迷人的银座夜景。

**交通：**JR山手线有乐町车站。

# 新宿

新宿SUMITOMO被称为东京的副中心，位于市区西南部，是23区同近郊及邻县相连的交通要道。新宿大街上有许多著名的百货公司，如以墙面一般大的电子屏幕来引人注目的阿尔他大楼，丸井百货商店以及伊势丹公司和三越百货商店等。此外，还有众多电影院、酒吧、舞厅、餐厅。地面上建筑林立，地下也是热闹非凡。“西口地下街”、“小田急地下街”都是重要的购物区。新宿西口是一条相机街，从新机种到标准型相机应有尽有，吸引许多爱好者前来选购。

歌舞伎町是新宿著名的娱乐区，以“酷马剧场”为中心有各种娱乐饮食场所约2500家。还有15家电影院，又称“拉丁地区”。入夜，各种表演活动陆续登场，令人目不暇接。这里既有现代的流行、摇滚，也有古典音乐及歌舞伎演出。

**交通：**JR新宿站、京王线新宿站直达

# 东京塔

东京塔是日本最高的独立铁塔，高333米。铁塔由四脚支撑，为棱椎体，塔身被涂成一段一段的澄黄色和乳白色，鲜艳夺目。该塔上肩负着7个电视台、21个电视中转台及广播台的无线电发射任务。在高100米的地方，有一个二层楼高的展望台；在高250米的地方，有一个玻璃展望台，在此可以俯瞰东京全市。塔的下部为铁塔大楼，一楼为休息厅，二楼是商场，三楼是一个规模居远东第一的蜡像馆，四楼是近代科学馆和电视摄影棚。

**门票：**主气象台：成年人：¥820 (\$7.80)；儿童：¥460 (\$4.35)；  
顶层气象台：成年人：¥1,420 (\$13)；儿童：¥860 (\$8.15)。

**交通：**大江户线“赤羽桥站”赤羽桥口步行5分钟；日比谷线“神谷町站”1出口步行7分钟

**细细(香港)美女**  
她在蚂蜂窝的永久地址：  
[www.mafengwo.cn/u/143229.html](http://www.mafengwo.cn/u/143229.html)

“银座是东京最繁华的区域之一，光看街上的行人和国际品牌的旗舰店就觉得很有意思。当然更吸引我注意的是那些着传统和服的优雅女人们。本想拍张照片记录下来，可等我料理好一堆购物袋再伸进包里摸索出相机时，人都已经走远了，我又不好意思追上去，只好作罢。”





## 线路推荐：

### D1 北京-大阪

航班：北京首都机场乘坐国际航班，前往日本第二大城市-大阪。

### D2 大阪-京都

早餐后，大阪城公园,游览最繁华的商业中心 - 心斋桥商业街，乘车前往日本的千年古都-京都，参观古代将军府-金阁寺、欣赏日本西阵织和服会馆的和服表演，了解传统和服的织造工艺，平安神宫。

### D3 旅游车 京都-箱根

早餐后，游览箱根国立公园、芦之湖、远眺富士山美丽景色，登富士山五合目，平和公园，舍利白塔、大涌谷观赏火山口热气奔腾的喷泉及硫磺山的奇观。在箱根温泉酒店享用日式料理，在温泉酒店内享受温泉浴。

### D4 箱根-横滨-东京

早餐后，前往横滨，参观亚洲最大的唐人街-中华街，山下公园及21世纪未来港，之后乘车前往东京参观东京发地-浅草寺，游览极具日本特色的小商品街,秋叶原电器街购物,漫步于歌舞伎町。

### D5 东京

早餐后，皇居外苑(二重桥),之后前往市政府所在地新宿都厅，于45层展望台俯瞰东京的全景，于新宿参观繁华市景，前往台场公园游览，参观丰田汽车博物馆，之后前往东京迪斯尼乐园，晚上可欣赏焰火表演。

### D6 东京-北京

乘坐国际航班返回北京，结束愉快的日本之旅。加德满都：住THAMEL，太多选择，自己看好，如果很晚到达，可以先凑合一下，第2天吃饭的时候再找。

感谢以下蜂蜂：

哈哈豆 细雨 陈芳 日出 breeze 江南  
allul 无色 竹竿PanDa 谷颖 行云

希望越来越多的朋友支持蚂蜂窝攻略，如有批评建议，可留言给我们。更多精彩攻略，尽在  
[www.mafengwo.cn](http://www.mafengwo.cn) 等你免费下载！



# 贴士

## 关于交通

**lzg提示：**日本的交通主要是轨道方式，不管是东京市内还是近郊或是去其他城市。一般都可以到达。所以如果您要在日本停留3天以上的话，建议一下飞机在成田机场办个定值或可充值的乘车卡，方便的很。



By: 乖巧的惡魔  
东京地铁票

## 关于餐饮

**lzg提示：**在日本吃饭也比较方便，快餐店也比较多，如果时间紧张在超市里买个便当就能吃的很好。还可以帮你加热。我住的温泉酒店里在自动售货机里还可以买到热乎乎的炒米饭。日本的牛肉面最有名，池袋的一家著名“无敌家面馆”一碗一般都在90元人民币以上。门面很小，可是还要排队等候。

**melodyzee点评：**日本的餐馆都很小，但是每一家的装潢都很精致，很漂亮！此行最欣赏的就是：哪怕只有几平米的地方，日本人都会很细心的装饰好每一个小角落！

## 关于休闲

**lzg提示：**箱根温泉很有名的。当你乘坐巴士上山时，路旁星罗棋布各具特色的箱根汤温泉会让你看花了眼。在周末一定要预约的。到箱根除了要洗温泉，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呢。



By: lzg  
上：《杜拉拉升职记》拍摄用船；下：浅草寺芦之湖上的海盗船



路书编辑组

# 精华 体验

## 购物

### 关于购物

**lzg提示：**东京市区内我体会主要以观光购物为主。买电器要去秋叶原，新宿和池袋也有许多专营店。银座是世界名牌的总汇，价格也很昂贵，看看街景总可以吧！化妆品应该值得买一些，品种新，价格还不算太贵。临回国时在成田机场免税店就可以买到！

电器店里琳琅满目的商品。不过比国内价格差不了许多。倒是日文操作菜单的产品有明显的价格优势。英文和中文菜单的算国际款型所以不便宜，这是他们的经营之道。一般大的店都有中国留学生在那里打工，所以你不用发愁说不明白，只要注意找到她们。



By: 953367623Q  
秋叶原

## 秋叶原

**953367623Q点评：**提到秋叶原肯定首先让人想到的是电器和电子产品，那里的商店真可谓鳞次栉比，从知名的大商场到耳朵眼儿大的地方开的小店，似乎每一个角落都是店铺，感觉好像永远逛不完。除了电器和电子产品，那边还有许多玩具专卖店，像一些经典卡通玩偶，制作得十分精致，很有收藏价值哦。还有许多音像店，除了可以让你迅速感受日本音乐最新潮流和旋风的CD外，还有欧美、亚洲，世界各地的电影DVD和VIDEO。

喜爱图书和漫画的朋友还可以到附近的超大书店转转，感受一下日本的文化氛围。在秋叶原还经常会看到新近组建的乐队在马路边开演唱会，他们用心演绎着他们自己的作品，非常投入，常常让我驻足很久，觉得他们的音乐好棒表现力好强，也许在不久的将来就会非常走红。

在这里除了快餐店、咖啡店可以让你小憩片刻外，还有许多很不错的餐饮店，烧烤、日本料理、中华料理、韩国料理、意大利面，毫不夸张地说只要你想吃就能找到。吃过饭还可以和三五个好友一起去附近的卡拉OK尽情狂欢。这样一个秋叶原让我永远都逛不够，总是能在那里找到新鲜感。

秋叶原作为电器街王者的地位虽然衰落了，但动漫周边，游戏，这些日本新文化代表的地位还是不可动摇的。

# 购物

## 银座 (Ginza)

位置：东京

**青龙偃月点评：**银座大街，以银座四丁目十字路口为最繁华，横贯银座的中央大道往南通往新桥，往北则可达著名电器街秋叶原。银座的地价在世界上屈指可数，银座的物价为世界之最。银座既有百年老店，也有令人目不暇接的新潮店铺。

银座云集了著名的三越、高岛屋等大的高档商场。这些大商场内云集了许多世界顶级品牌，但价格不便宜就是了。商场中典型的日本化的东西非常多，许多都是日本自己的品牌，国产货较多。货品相对比较高档，品质、做工都比较精致。日本本土的衣饰，许多看起来一般，但穿起来就显示出其特色了，版型非常好、色彩纯正、不容易脱色。

**贴士：**各大场都可用银联并按当天人民币汇率结算，不收手续费，比信用卡划算方便。

## 博物馆

**青龙偃月点评：**博物馆是日本唯一一家创下吉尼斯世界纪录的大型玩具店，整整4层楼的商店，共有5万种商品，保证你有的看、有的玩，还能满载而归。



By : lzg  
银座的三角斑马线

## Abercrombie & Fitch

地址：银座步行街

**cece点评：**强烈推荐这家店，要排队进去的！！里面的店员全部都是帅哥美女！！都是精挑细选的！有些是混血！！！！里面不准拍照！不过只要进店，1楼混血帅哥跟你合照，有美女给你拿卡片机照相，送给你~~~GOOD~~~据闻这家店开张时，排队人数由街头排到街尾！！最最特别的是，里面的店员会跳舞，不过可能是跳得多，我去的时候只有2楼有店员跳舞，刚开张的时候11层楼都在跳！！都不是买东西还是看人了。我如果有了钱，我肯定会再来！！日本的公仔，贵到晕。

## 浅草寺购物街

**melodyzee点评：**在浅草寺没花多少，主要就是买了些零食、纪念品。不太记得总数了，不过每样零食大约100~500丹不等（8元~30元），纪念品（比如：冰箱贴、浅草寺特有小挂饰.....）大约每个800~1200丹（50元~80元）。其实，这些吃的和纪念品在其他地方也能买到，价钱也差不了多少，没必要非要在这买。

这趟日本之行，因为是自由行，所以略微贵一些，一个人大约3w左右，不过这是因人而异的。其实如果是跟团的话，会更便宜的！



# 精华 体验



By : melodyzee  
浅草寺的商品一条街

# 住宿

## 品川王子酒店

地址：“10-30 Takanawa 4-chome, Minato-ku, Tokyo, Japan 日本东京港区高轮10-30”  
电话：+ 81 3 34401111  
传真：+ 81 3 34417092  
价格：单人间，携程定价为400-500元

**lzg点评：**在日本已经很实惠了。而其就在JR地铁环线的站口。去市里去横滨、箱根及日本各个旅游景点都是必经之路。机票最好定往返的，当然越早越好！

## 日本东京王子饭店

网址：<http://www.princehotels.com/>  
地址：东京3-3-1 Shiba-koen, Minato-ku, Tokyo, 105-8560 Japan

**melodyzee点评：**日本的面积狭小，光从宾馆的面积就能看出来，很小。两人住一屋，都快错不开身了。但“麻雀虽小五脏俱全”，里面的设施俱全，环境整洁，服务周到，服务员态度极好，超耐心！总之日本的服务业发达绝不是吹的！

## SARDONYX

地址：东京中央区的八丁堀  
价格：3w2jpy/2晚

**乖巧的恶魔点评：**虽然有点小贵，进去后发现这一切还是值得的，房间的布置非常细致，景色呢，当然也是我非常喜欢的。酒店里有“日文/简繁体中文/韩文/英文”地图，而且都是免费的，还有各种旅游向导手册提供。酒店的大门是一个有弧度的自动门，阳光很好，不是大酒店，却十分温馨。大床房好舒服的，他们家的被子很软，床看上去不软，人躺上去呢就像陷进去一样，瞬间就睡着了。整个房间的色调搭配还挺商务的吧，简洁，细致，温馨。宾至如归名副其实。

# 景点

## 关于观光

**lzg提示**：要想了解日本的历史，还是要去附近的镰仓和箱根去看看。东京室内的皇宫也只看到的外表的皇宫建筑而已。浅草寺也是个值得看一下的地方，那里的求签拜佛的方式跟国内差不多，但是理念还是有区别。例如：寺里希望您的捐献应该是最小货币单位，而不是多多益善。喜欢工艺品的，在镰仓可以看一下著名的镰仓雕和竹器，还有箱根的寄木细工。介绍景点的生动详细的资料在各地铁站都可以免费拿到。

## 东京街头

**melodyzee点评**：东京的街道都很干净，在非上下班高峰期人很少，很安静。街边像这种喷泉、街心公园很多，很清爽的感觉。在东京街头看到“中国银行”，自豪！！！！



By : melodyzee  
街心公园

## 原宿 (Harajuku)

位置：出JR电车日本东京原宿车站竹下口穿竹下街，到明治大街一带，以及代代木公园、明治神宫一侧的出口至表参道大街一带的地区即是。

**青龙偃月点评**：原宿 (Harajuku) 是日本少男少女时装流行的发源地，时髦、大胆、创意！是年轻人或潮人一族模仿与表演的集中地，也是亚洲明星经常购买服装饰品的地方。俺也选了张扬的戒指，手链，礼帽，哈，也要时尚一会(礼帽只在日本戴，在国内就太另类了，呵呵)。

在原宿的代代木公园，每周六的下午便成为了年轻人的自由天地，奇装异服、超想像力怪异的头发、奇异的妆容构成了时尚的秀场，给人们带来了许多灵感。就像是看一场新新人类的大PARTY，尽情地唱歌、跳舞、豪吃。



By : 青龙偃月  
原宿一些舞会派对的服饰



路书编辑组

# 精华 体验



By : 青龙偃月  
迪士尼乐园门口花草拼成很大的米奇头像

## 东京迪士尼乐园

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

地址：日本东京都以东的千叶县浦安市舞滨

门票：(详询官网)一日游门票为5800日元/人。连日游门票又分为二日游、三日游、四日游三种，三岁以下儿童可享受免费。

交通：从东京东站搭乘JR京叶线、武藏野线在舞滨站南口下车；还可以从新宿车站(新南口)、横滨车站(东口)、川崎车站(东口)、(TamaPlaza)车站(北口)搭乘直达大巴到达；在东京地下铁浦安车站搭乘普通公车也可到达；从羽田机场和成田机场都有直达大巴可到迪士尼乐园。

自驾车可以沿着首都高速湾岸线，到达下浦安交流道出口后驾驶5分钟即到。

**青龙偃月点评**：迪士尼乐园有两个主题公园，东京迪士尼乐园\迪斯尼海上乐园。在迪士尼乐园玩耍两天也不觉得多，因为这是一个唤起了人们对梦幻和对未来的憧憬的乐园，能给孩子们带来更多的想象和期待。

**青龙偃月提示**：1. 东京迪士尼乐园入口处为各国游客准备了不同文字的《游园手册》凭门票可以领取。2. 迪士尼预约卷是通过乐园内设置的电脑系统进行联控的，在游戏区入口处有告示牌告知你可以预约的时间段。

**Chantal点评**：东京迪士尼乐园，充满欢乐气氛的一个地方！很满足，值得的。我觉得，去东京迪士尼乐园，虽然没有刺激的机动游戏，但是最主要是感受着那充满欢乐，温馨和谐的气氛，当你在这样的氛围下，自然而然就身心释放，轻松的感觉是平时充满工作压力的生活里所没有体会到的感受来的。假如各位朋友有机会的话，一定要亲身去感受东京迪士尼带来的欢乐哦！

**Chantal提示**：可能因为迪士尼是东京沿海的缘故吧，早晚的温差都很大，白天有太阳的时候，穿短袖觉得有点热，虽然是灿烂的阳光但风却很大，头发都被吹乱了。到了傍晚后，没了太阳风吹来显得有点寒意，我是庆幸带上了长袖外套，不然肯定冷得感冒啊。

### 米奇列车

**Chantal点评**：乐园入口处有可爱的米奇列车~好像是500円，坐上去不限次数的围着整个乐园兜一圈，只要你是没下车，哪怕你付一次钱坐到天黑。我没坐哦，因为不够时间啊。

### 维尼馆

**Chantal点评**：看到的样样都好喜欢啊~！可惜价格真的吓人的，舍不得买啊。而且有些都是made in China的。

# 景点

## 歌舞伎町

地址：位于日本东京都新宿区

**青龙偃月**点评：歌舞伎町是东京最著名的红灯区，是许多当地居民和外来游客夜生活的首选之地。东京的歌舞伎町建有许多历史悠久的传统剧院，是日本传统文化的汇集之地，日本色情文化与传统文化之间的密切关系是日本国家文化的独特之处。

歌舞伎町在日本也是黑帮最集中的地方，黑社会在这一带的事务所约有120处，在这一带的事务所约有120处，黑社会成员达1000多人。日本的黑社会是全世界唯一被它的政府默认的。



By: 青龙偃月  
歌舞伎町

## 浅草观音寺

网址：<http://www.senso-ji.jp/>

地址：位于东京都台东区、隅田川河西岸

**青龙偃月**点评：浅草作为东京的代表性老市区，至今仍然保留着浓郁的江户时代风情。江户时期这里曾经是剧场和杂技团鳞次比邻繁华热闹的欢乐街。浅草观音寺历史悠久，是东京最古老的寺院。在东京，浅草的观音寺是游人必到之处，是著名的旅游点。

最著名的要数寺院的正门前悬挂的那盏直径3.4米、高4米、重67公斤的大灯笼，醒目耀眼的“雷门”大灯笼，是该寺的标志。

进入里面，正殿前是宝藏门，浅草观音寺正殿内供奉着金观音像。天井上有著名画家川端龙子和堂本的印象画《龙之图》、《天人之图》和《教华之图》。除了游览“雷门”和正殿，还有五重塔、寺院，外面还有一座神社。

从雷门到宝藏门是一段石头铺的路，为参拜观音的必经之路，这就是著名的“仲见世”街，是东京最热闹的购物街之一，游客来自世界各地。约300米的街两旁挤满了100多家店铺，出售供神用品、江户玩具、舞蹈服装、和服、和式浴衣、不倒翁、扇子，还有东京名点小吃雷米花糖、人形烧、炸糕、煎饼、丸子。据说这些店铺中许多是百年老店，久负盛名。“人形烧”，是浅草最有名的点心。



By: 青龙偃月  
漂亮的浅草雷门纪念品



路书编辑组

# 精华

# 体验



By: melodyzee  
浅草寺

## 筑地市场竞价买鱼

地址：东京都中央区筑地的一个特殊的竞卖批发市场

**953367623Q**点评：如果说没有筑地市场日本人就没了活法了，虽然有点夸张，但是筑地市场绝对在日本社会里处于重要地位。这里也是世界最大的鱼市。虽然在东京有同样性质的市场有11所，但是筑地市场在这其中确实王者地位。在日本的饮食文化中，主要以鱼为主，而最大的鱼市——筑地市场也就成为了现在鱼市价格评定、流通的重要环节，所谓筑地的重要性就不言而喻了。

看点

- 1.看看日本人是怎么定价价（这是日本人一直保留的传统文文化）
- 2.看看有多少你吃过，但是没看到过的鱼。
- 3.最后，筑地市场里面店铺里的鱼，是最新鲜的，一定要吃个够（不过谈不上便宜）。

**953367623Q**提示：由于大量的外国游客来这里跟着耍猴一样的看日本人在这里为一条鱼争得面红耳赤。在去年的时候，日本鱼会就有意见了，停止了所有外国人的观光旅游，说他们的存在影响了正常市场的运营。有很多外国人，其实就是欧美人，在看到这个筑地场面之后，身体里“激情”的本能就释放出来了，在渔场内对鱼又是亲吻又是舔又是合影。虽然现在还在对外国人进行参观限制，但是主要还是特指欧美人，咱们如果去那里也没人管，只要别做怪异的举动。有机会来日本旅游，一定不要放过这个地方。

该部分感谢以下蜂蜂：

[lzg](#) [乖巧的恶魔](#) [melodyzee](#) [953367623Q](#)  
[青龙偃月](#) [cece](#) [Chantal](#)

希望越来越多的朋友支持蚂蜂窝攻略，如有批评建议可留言给我们。更多精彩攻略，尽在[www.mafengwo.cn](http://www.mafengwo.cn) 等你免费下载！