

# Inhalt

Vorwort	4
Hinweise zur Benutzung des Reisehandbuchs	5
Die Regionen im Überblick	14

## 1 Tokyo und Umgebung

### Tokyo

Stadtbild Tokyos	19	nordöstliches Kyoto	163
Geschichte	22	Higashiyama –	
Wirtschaft	25	östliches Kyoto	166
Zentral-Tokyo	25	Arashiyama –	
Shibuya/Harajuku	35	westliches Kyoto	174
Shinjuku	41	Südliches Kyoto	177
Ueno	47	Nördliche Umgebung von	
Asakusa	54	Kyoto – Kurama und Ōhara	180
Roppongi	59	Praktische Tipps	183
Akihabara	64	Kyoto-Präfektur	201
Ryōgoku	67	<b>Biwa-See</b>	203
Odaiba	69	Ōtsu	204
Tokyo Tower, Tokyo-Bucht und Shiodome	71	Hikone	204
Shinagawa	74	Mt. Hira	205
Allgemeine Praktische Tipps	77	<b>Osaka</b>	206

### Tokyos Umgebung – Kantō

Kamakura	92	Minami/Shinsaibashi	212
Kawasaki	101	Yodoyabashi	217
Yokohama	101	Tennōji, Tsuruhashi, Sumiyoshi	217
Mt. Fuji	113	Rund um Osaka-jō	220
Hakone	119	Die Bucht von Osaka	220
Chichibu-Tama Kai Nationalpark	124	Der EXPO-70-Gedächtnispark	222
Nikkō	126	Śüdlich von Osaka – Sakai	224
		Praktische Tipps	224
		<b>Nara</b>	236
		Nara-Präfektur	245



## Kansai

Narita	134
Hitachi	135
Inselketten Tokyos	136

4

5

14

140

<b>Kobe</b>	<b>248</b>	<b>Akiu Onsen</b>	<b>336</b>
In der Umgebung Kobes	257	Sakunami Onsen	337
<b>Himeji</b>	<b>258</b>	<b>Aizu-Wakamatsu</b>	<b>337</b>
<b>Takarazuka</b>	<b>260</b>	<b>Bandai-Asahi-Nationalpark</b>	<b>339</b>
<b>Kōyasan</b>	<b>260</b>	<b>Yamagata</b>	<b>342</b>
Wakayama-Halbinsel	268	<b>Dewa San-zan</b>	<b>345</b>
<b>Ise-Shima</b>	<b>271</b>	<b>Zaō-san</b>	<b>346</b>
		Morioka	347
		Berg Iwate und Shizukuishi-Skigebiet	349
<b>3 Zentral-Honshū</b>	<b>276</b>	<b>Sanriku Fukkō</b> <b>Nationalpark</b>	<b>350</b>
<b>Nagoya</b>	<b>279</b>	<b>Hiraizumi</b>	<b>351</b>
Nagoyas Umgebung	285	<b>Towada-Hachimantai-</b> <b>Nationalpark</b>	<b>353</b>
<b>Gifu</b>	<b>287</b>	<b>Akita</b>	<b>357</b>
Takayama	287	Oga-Quasi-Nationalpark	358
Shirakawagō	293	<b>Kakunodate</b>	
Mino	295	und Tazawa-See	<b>359</b>
<b>Nagano und Umgebung</b>	<b>296</b>	<b>Aomori</b>	<b>360</b>
Nagano	296	Hakkōda-san	362
Togakushi	302	<b>Hirosaki</b>	<b>363</b>
Matsushiro	303	Shirakami-Sanchi	364
Die olympischen Skigebiete von Nagano	303		
Matsumoto	308		
Wanderzentren			
Kamikōchi und Norikura	310	<b>5 Hokkaidō</b>	<b>370</b>
Karuizawa	312		
Kiso	313	<b>Sapporo</b>	<b>375</b>
<b>Alpenroute Tateyama – Kurobe</b>	<b>314</b>	Shikotsu-Tōya-	
<b>Kanazawa und Noto-Halbinsel</b>	<b>316</b>	Nationalpark	<b>382</b>
Kanazawa	316	<b>Hakodate</b>	<b>384</b>
Noto-Halbinsel	318	Ōnuma	386
<b>Niigata</b>	<b>319</b>	<b>Asahikawa</b>	<b>386</b>
<b>Sado-Insel</b>	<b>320</b>	Daisetsuzan-	
		Nationalpark	388
		<b>Wakkanai</b>	<b>391</b>
		Rishiri-Rebun-	
		Sarobetsu-Nationalpark	392
<b>4 Nord-Honshū (Tōhoku)</b>	<b>324</b>	<b>Abashiri</b>	<b>394</b>
<b>Sendai</b>	<b>328</b>	<b>Akan-Nationalpark</b>	<b>396</b>
Matsushima	334	<b>Kushiro</b>	<b>399</b>
		Shiretoko	401

# Exkurse

## Tokyo und Umgebung

Sânja Matsuri	55
Kultureller Wandel in Tokyo	57
Tokyo für Anime- und Manga-Fans	65
Business hautnah in Tokyo	71
Shônan-Brise und Strandleben	99
Gyû-nabe	101
Yokohamas lokale Spezialität	111
Yuba	131
Nikkôs Kunstgewerbe	132

## Kansai

Geisha und Maiko erleben	152
Das Friedensmuseum der Ritsumeikan-Universität	159
Zazen – Zen-Praxis in Kyoto	160
Wilde Affen in Kyoto – der Affenberg Iwata-jama	176
Uji-Tee	180
Genji monogatari" – Romangeschichte in Uji	181
Sich als Maiko kleiden	185
Die großen Festivals in Kyoto	194
Papier vom Feinsten in Kurotani	200
Ausflug zum heiligen Berg Hiei und zum Enryakuji-Tempel	202
Exotisch – Funazushi	203
Wasserstadt Osaka	221
Osaka und Roboter	223

Kansai International Airport – Wunder der Architektur	227
---	-----

Das erste Kapselhotel der Welt in Osaka	228
---	-----

Osâka Gourmet	230
---------------	-----

Das erste Sushi-Karussell der Welt	231
------------------------------------	-----

Misono	232
--------	-----

Danjiri Matsuri	234
-----------------	-----

## Zentral-Honshû

Jigokudani – wilde Affen in heißen Quellen	304
Onsen in und um Nagano	305
Teehäuser	312
Schnee oder Rock in Naeba	317

## Nörd-Honshû

Erdbeben, Tsunami, Fukushima – und die Folgen	340
Tourismus nach dem Tsunami	343
Nyûto Onsen	361

## Hokkaidô

Nördliches Territorium – die Kurilen	405
--------------------------------------	-----

## West-Honshû

Im Friedensmuseum von Hiroshima	418
Streit um Takeshima	435

## Shikoku

88-Tempel-Rundweg (Shikoku Hachijûhachikasho Meguri)	452
--	-----

## 6 West-Honshû

410

Hiroshima	414	Onomichi	427
Insel Miyajima	423	Okayama	428
Fukuyama und Onomichi	427	Kurashiki	431
Fukuyama	427	Matsue und Shimane-Präfektur	433
		Matsue	433
		Shimane-Präfektur	434
		Tottori und Daisen	436

# 7 Shikoku

<b>Okinawa und die Inseln im Südwesten</b>	
Uchinäguchi	552
Nuchisugui – die Küche Okinawas	555
Musik auf Okinawa	562
Karate	568
<b>Vor der Reise</b>	
Günstig reisen	596
<b>Praktische Tipps A-Z</b>	
Japan zu Hause – Touristen besuchen	
ganz normale Familien	622
Pachinko	628
Sicherheit nach Fukushima	636
Sumo	640
Love Hotel	648
Etikette in Japan	651
<b>Land und Natur</b>	
Was tun bei einem Erdbeben?	665
Sexy Japan	688
Buddhismus und Malerei	700
Verhalten in Tempelanlagen	703
Selbstmord in Japan	704
Omiyage-Kultur	707
Blumenstecken – Kadō	718
Tottori	436
Daisen	437
<b>Hagi, Tsuwano,</b>	
Akiyoshi-Plateau	438
Hagi	438
Tsuwano	440
Akiyoshi-Plateau	441

<b>Takamatsu</b>	446
Kotohira	456
<b>Matsuyama</b>	457
Uchiko	462
Uwajima	463
<b>Shimanami Kaidō</b>	464
<b>Seto-Naikai</b>	470
Awaji-shima	470
Shōdo-shima	470
Nao-shima	471
<b>Tokushima</b>	473
Naruto	474
Iya-Tal, Yoshino und	
Tsurugisan-Quasi-Nationalpark	475
Surferstrand Ikumi Beach	475
<b>Kōchi</b>	475
Shimanto	478
Ashizuri-Uwakai-Nationalpark	479

# 8 Kyūshū

<b>Fukuoka</b>	485
Dazaifu	495
Shikanoshima	495
<b>Saga</b>	496
<b>Karatsu</b>	496
Yobuko	497
<b>Arita</b>	497
Imari	
und Okawachiymama	498
<b>Nagasaki</b>	498
<b>Vulkan Unzen</b>	506
<b>Gotō-Inseln</b>	507
<b>Iki und Tsushima</b>	508
<b>Beppu</b>	508
Yufuin	514
<b>Kumamoto</b>	515
Hitoyoshi	521

# Karten

<b>Tokyo-Verkehrsnetz:</b>	
vordere Umschlagklappe	
<b>Übersicht Japan:</b>	
hintere Umschlagklappe	
<b>Die Regionen im Überblick</b>	
	<b>15</b>

## Übersichtskarten

Fuji-San	
Hakone	
Hokkaido	
Kansai	
Kii-Halbinsel	
Kyūshū	
Mt. Aso	
Nagano-Präfektur	
Nord-Honshū	
Okinawa	
Okinawa und die Inseln der Umgebung	
Shikoku	
Shikoku – Tempelübersicht	
Shimanami Kaidō	
Shirakami Sanchi	
Shiretoko	
Tokyo Umgebung	
Towada-Hachimantai Nationalpark	
West-Honshū	
Yakushima	
Zentral-Honshū	

## Stadtpläne

Beppu	
Fukuoka	
Himeji	
Hiroshima	
Kagoshima	
Kamakura	

Kamakura Umgebung	98
Kobe	250
Kōyasan	262
Kumamoto	516
Kyoto – Arashiyama	175
Kyoto – Downtown Shijō-Sanjō	150
Kyoto – Higashiyama	168
Kyoto – Kinkakuji	157
Kyoto – Old Canal	164
Kyoto – Übersicht	148
Matsuyama	458
Miyajima	424
Nagano	298
Nagasaki	500
Nagoya	280
Nara	238
Nikkō	128
Okinawa – Naha	560
Osaka – Namba, Shinsaibashi	214
Osaka – Tennōji	218
Osaka – Übersicht	208
Osaka – Umeda	210
Sapporo	374
Sendai	330
Shirakawagō	294
Takamatsu	448
Takayama	288
Tokyo – Übersicht	~20
Tokyo – Odaiba	70
Tokyo – Roppongi	60
Tokyo – Shibuya/Harajuku	36
Tokyo – Shinagawa	75
Tokyo – Shinjuku	42
Tokyo – Ueno, Yanaka	48
Tokyo – Zentral-Tokyo	26
Yokohama	104

## Thematische Karten

Region Fukushima: Evakuierungsgebiete	344
Kansai – Privatlinien und U-Bahn	144

<b>Mt. Aso</b>	
Kurokawa Onsen	
<b>Miyazaki</b>	
Takachiho	
Nichinan-Kaigan-	
Küste	
Kirishima-	
Nationalpark	
<b>Kagoshima</b>	
Chiran	
Ibusuki	
<b>Yakushima</b>	
<b>Tanegashima</b>	

<b>521</b>	<b>10</b>	<b>Vor der Reise</b>	<b>580</b>
526			
<b>526</b>			
528	Japan im Internet		582
	Diplomatische Vertretungen		582
529	Ein- und Ausreisebestimmungen		583
	Klima und Reisezeit		584
530	Reiseanbieter		584
<b>531</b>	Ausrüstung		586
538	Gesundheitsvorsorge		587
538	Menschen		
<b>538</b>	mit Behinderung auf Reisen		588
<b>545</b>	Anreise		588
	Geldfragen		592
	Versicherungen		595

## 9 Okinawa und die Inseln im Südwesten

Einleitung	
Geschichte	
Pflanzen- und Tierwelt	
<b>Okinawa</b>	
Religion und Kultur	
Orientierung	
Naha	
Okinawa – der Süden	
Okinawa – die Mitte	
Okinawa – der Norden	

<b>Die Inseln im Südwesten</b>	
Miyako-jima	
Ishigaki-jima	
Taketomi-jima	
Iriomote-jima	

<b>548</b>	<b>11</b>	<b>Reisetipps A-Z</b>	<b>598</b>
549	Ankunft		600
549	Autofahren		603
	Camping		605
553	Einkaufen und Souvenirs		606
	Elektrizität		609
	Essen und Trinken		609
<b>554</b>	Feste und Feiertage		616
	Fotografieren		621
554	Hygiene		621
555	Informationsstellen		623
558	Internet-Cafés		623
565	Mit Kindern unterwegs		623
568	Kleidung		624
570	Lernen und Arbeiten, Kurse		625
	Maße und Gewichte		626
	Medizinische Versorgung		626
	Nachtleben		627
<b>572</b>	Notfälle		630
	Öffnungszeiten		632
572	Orientierung		632
575	Post		633
576	Radfahren		634
577	Reiseveranstalter in Japan		635

Sicherheit	635	<b>Staat und Gesellschaft</b>	<b>672</b>
Sport und Erholung	637		
Sprache	642	Geschichte	672
Telefonieren	643	Aktuelle Politik	683
Touristenführer	645	Staat und Verwaltung	684
Uhrzeit	646	Staatssymbole	684
Unterkunft	646	Medien	686
Verhaltenstipps	650	Wirtschaft	687
Verkehrsmittel	654	Bildungs-	
Zeitungen und Zeitschriften	661	und Gesundheitswesen	691

<b>12 Land und Natur</b>	<b>662</b>	<b>Menschen und Kultur</b>	<b>694</b>
		Bevölkerung	694
Geografie	664	Religionen	696
Klima	667	Alltagsleben	706
Flora und Fauna	669	Die Frau in der Gesellschaft	708
Umwelt- und Naturschutz	670	Architektur	709
		Literatur	711
		Kunst	714
		Teezeremonie	716
		Musik und Theater	719
		Film	721

## **13 Anhang**

Glossar	724
Kleine Sprachhilfe	727
Reise-Gesundheitsinformationen	731
Register	734
Die Autoren	743