

# Inhalt

Vorwort	4
Hinweise zur Benutzung dieses Reiseführers	5
Exkursverzeichnis	8
Kartenverzeichnis	12
Routenvorschläge	14
Die Regionen im Überblick	16

## Tokyo und Umgebung 18

<b>Tokyo</b>	<b>20</b>
Stadtbild Tokyos	21
Geschichte	24
Wirtschaft	27
Zentral-Tokyo	27
Shibuya/Harajuku	37
Shinjuku	43
Ueno	49
Asakusa	55
Roppongi	61
Akihabara	68
Ryōgoku	69
Odaiba	71
Tokyo Tower, Tokyo-Bucht und Shiodome	74
Shinagawa	76
Allgemeine Praktische Tipps	79

<b>Tokyos Umgebung – Kantō</b>	<b>94</b>
Kamakura	94
Kawasaki	103
Yokohama	103
Mt. Fuji	115
Hakone	122
Chichibu-Tama Kai Nationalpark	126
Nikkō	128

Narita	136
Hitachi	137
Inselketten Tokyos	138

## Kansai 140

<b>Kyoto</b>	<b>145</b>
Orientierung	145
Geschichte	148
Industrie	149
Zentral-Kyoto	149
Nördliches Kyoto	159
Old Canal – nordöstliches Kyoto	165
Higashiyama – östliches Kyoto	168
Arashiyama – westliches Kyoto	176
Südliches Kyoto	179
Nördliche Umgebung von Kyoto – Kurama und Ōhara	182
Praktische Tipps	185
Kyoto-Präfektur	203
<b>Biwa-See</b>	<b>205</b>
Ōtsu	206
Hikone	206
Mt. Hira	207
<b>Osaka</b>	<b>208</b>
Geschichte	209
Orientierung	211
Kita/Umeda	211
Minami/Shinsaibashi	214
Yodoyabashi	219
Tennōji und Shinsekai	219
Rund um Osaka-jō	222
Die Bucht von Osaka	222
Der EXPO-70-Gedächtnispark	224
Südlich von Osaka – Sakai	226
Praktische Tipps	226
<b>Nara</b>	<b>238</b>
Nara-Präfektur	247

<b>Kobe</b>	<b>250</b>	<b>Akiu Onsen</b>	<b>338</b>
In der Umgebung Kobes	259	<b>Sakunami Onsen</b>	<b>339</b>
<b>Himeji</b>	<b>260</b>	<b>Aizu-Wakamatsu</b>	<b>339</b>
<b>Takarazuka</b>	<b>262</b>	<b>Bandai-Asahi-Nationalpark</b>	<b>341</b>
<b>Kōyasan</b>	<b>262</b>	<b>Yamagata</b>	<b>344</b>
Wakayama-Halbinsel	270	<b>Dewa San-zan</b>	<b>347</b>
<b>Ise-Shima</b>	<b>273</b>	<b>Zaō-san</b>	<b>348</b>
<b>Toba</b>	<b>274</b>	<b>Morioka</b>	<b>349</b>

## **Zentral-Honshū 276**

<b>Nagoya</b>	<b>281</b>	<b>Towada-Hachimantai-Nationalpark</b>	<b>355</b>
Nagoyas Umgebung	287	<b>Hiraizumi</b>	<b>353</b>
<b>Gifu</b>	<b>289</b>	<b>Akita</b>	<b>359</b>
Takayama	289	Oga-Quasi-Nationalpark	360
Shirakawagō	295	<b>Kakunodate und Tazawa-See</b>	<b>361</b>
Mino	297	<b>Aomori</b>	<b>362</b>
<b>Nagano und Umgebung</b>	<b>298</b>	Hakkōda-san	364
Nagano	298	<b>Hirosaki</b>	<b>365</b>
Togakushi	304	<b>Shirakami-Sanchi</b>	<b>366</b>
Matsushiro	305		
Die olympischen Skigebiete von Nagano	305		
Matsumoto	310		
Wanderzentren Kamikōchi, Norikura	312		
Karuizawa	314		
Kiso	315		
<b>Alpenroute Tateyama – Kurobe</b>	<b>316</b>		
<b>Kanazawa und Noto-Halbinsel</b>	<b>318</b>		
Kanazawa	318		
Noto-Halbinsel	320		
<b>Niigata</b>	<b>320</b>		
<b>Sado-Insel</b>	<b>322</b>		

## **Nord-Honshū (Tōhoku) 324**

<b>Sendai</b>	<b>330</b>		
<b>Matsushima</b>	<b>336</b>		

## **Hokkaidō 370**

<b>Sapporo</b>	<b>377</b>
Shikotsu-Tōya-Nationalpark	384
<b>Hakodate</b>	<b>386</b>
Ōnuma	388
<b>Asahikawa</b>	<b>388</b>
Daisetsuzan-Nationalpark	390
<b>Wakkanai</b>	<b>393</b>
Rishiri-Rebun-Sarobetsu-Nationalpark	394
<b>Abashiri</b>	<b>396</b>
<b>Akan-Nationalpark</b>	<b>398</b>
<b>Kushiro</b>	<b>401</b>
<b>Shiretoko</b>	<b>403</b>

## West-Honshū

### Hiroshima

Insel Miyajima

### Fukuyama und Onomichi

Fukuyama

**410**

**416**

425

**429**

429

Onomichi

**Okayama**

**Kurashiki**

**Matsue und Shimane-Präfektur**

Matsue

Shimane-Präfektur

**Tottori und Daisen**

429

**430**

**433**

**435**

435

436

**438**

## Shikoku

444

<b>Takamatsu</b>	<b>448</b>
Kotohira	458
<b>Matsuyama</b>	<b>459</b>
Uchiko	464
Uwajima	465
<b>Shimanami Kaidō</b>	<b>466</b>
<b>Seto-Naikai</b>	<b>472</b>
Awaji-shima	472
Shōdo-shima	472
Nao-shima	473
<b>Tokushima</b>	<b>475</b>
Naruto	476
Iya-Tal, Yoshino und Tsurugisan-Quasi-Nationalpark	477
Surferstrand Ikumi Beach	477
<b>Kōchi</b>	<b>477</b>
Shimanto	480
Ashizuri-Uwakai-Nationalpark	481

## Kyūshū

482

<b>Fukuoka</b>	<b>487</b>
Dazaifu	497
Shikanoshima	497
<b>Saga</b>	<b>498</b>
<b>Karatsu</b>	<b>498</b>
Yobuko	499
<b>Arita</b>	<b>499</b>
Imari und Okawachiyama	500
<b>Nagasaki</b>	<b>500</b>
<b>Vulkan Unzen</b>	<b>508</b>
<b>Gotō-Inseln</b>	<b>509</b>
<b>Iki und Tsushima</b>	<b>510</b>
<b>Beppu</b>	<b>511</b>
Yufuin	516
<b>Kumamoto</b>	<b>517</b>
Hitoyoshi	523

Tottori	438
Daisen	439
<b>Hagi, Tsuwano, Akiyoshi-Plateau</b>	<b>440</b>
Hagi	440
Tsuwano	442
Akiyoshi-Plateau	443

<b>Mt. Aso</b>	<b>523</b>	<b>Reisetipps A–Z</b>	<b>582</b>
Kurokawa Onsen	528		
<b>Miyazaki</b>	<b>529</b>		
Takachiho	530	Ankunft	584
Nichinan-Kaigan- Küste	531	Anreise	587
Kirishima- Nationalpark	532	Ausrüstung	590
<b>Kagoshima</b>	<b>533</b>	Autofahren	591
Chiran	540	Camping	593
Ibusuki	540	Diplomatische Vertretungen	593
<b>Yakushima</b>	<b>540</b>	Einkaufen und Souvenirs	594
<b>Tanegashima</b>	<b>547</b>	Ein- und Ausreisebestimmungen	597
		Elektrizität	599
		Essen und Trinken	599
		Feste und Feiertage	607
		Fotografieren	612
		Geldfragen	612
		Gesundheitsvorsorge	617
		Hygiene	617
		Informationsstellen	617
		Internet-Cafés	618
		Japan im Internet	618
		Mit Kindern unterwegs	619
		Kleidung	619
		Klima und Reisezeit	620
		Lernen und Arbeiten, Kurse	622
		Maße und Gewichte	623
		Medizinische Versorgung	623
		Menschen	
		mit Behinderung auf Reisen	624
		Nachtleben	624
		Notfälle	628
		Öffnungszeiten	629
		Orientierung	630
		Post	631
		Radfahren	631
		Reiseanbieter	632
		Reiseveranstalter in Japan	633
		Sicherheit	633
		Sport und Erholung	635
		Sprache	641
		Telefonieren	642
		Touristenführer	644
		Uhrzeit	645
<b>Okinawa und die Inseln im Südwesten</b>	<b>548</b>		
Einleitung	551		
Geschichte	551		
Pflanzen- und Tierwelt	555		
<b>Okinawa</b>	<b>556</b>		
Religion und Kultur	556		
Orientierung	557		
Naha	560		
Okinawa – der Süden	567		
Okinawa – die Mitte	570		
Okinawa – der Norden	572		
<b>Die Inseln im Südwesten</b>	<b>574</b>		
Miyako-jima	574		
Ishigaki-jima	577		
Taketomi-jima	579		
Iriomote-jima	580		

Unterkunft	645	Staatssymbole	686
Verhaltenstipps	649	Medien	688
Verkehrsmittel	653	Wirtschaft	689
Versicherungen	661	Bildungs-	
Zeitungen und Zeitschriften	663	und Gesundheitswesen	693

## **Land und Leute 664 Menschen und Kultur 696**

<b>Land und Natur 666</b>	<b>Menschen und Kultur 696</b>
Geografie	666
Klima	669
Flora und Fauna	671
Umwelt- und Naturschutz	672
	Bevölkerung
	Religionen
	Alltagsleben
	Die Frau in der Gesellschaft
	Architektur
	Literatur
	Kunst
	Teezeremonie
	Musik und Theater
	Film
<b>Staat und Gesellschaft 674</b>	
Geschichte	674
Aktuelle Politik	685
Staat und Verwaltung	686

## **Anhang 724**

Glossar	726
Kleine Sprachhilfe	729
Reise-Gesundheitsinformationen	733
Register	741
Die Autoren	755