

<b>VORWORT</b>	9
<b>I. STADT UND LEUTE</b>	10
<b>Tōkyō 東京 in Kürze</b>	11
Tōkyō auf einen Blick	13
Orientierung	14
<b>Historischer Überblick</b>	16
Zeittafel zur Geschichte Japans	16
Vor- und Frühgeschichte	18
Abstammung mit Fragezeichen 18 • Jōmon-Kultur 18 • Yayoi-Kultur 18	
Altertum	19
Yamato (Kofun)-Zeit 19 • Nara-Zeit 20 • Heian-Zeit 21	
Japanisches Mittelalter	21
Kamakura-Zeit 21 • Muromachi (Ashikaga)-Zeit 22 • Azuchi-Momoyama-Zeit 22 • Edo (Tokugawa)-Zeit 23	
Moderne	26
Meiji-Zeit 26 • Taishō-Zeit 26 • Shōwa-Zeit 27 • Heisei-Zeit 28	
<b>Landschaftlicher Überblick</b>	30
Geografie und Geologie	30
Honshū 31 • Hokkaidō 32 • Kyūshū 32 • Shikoku 32 •	
Die Willkür der Natur 32	
Klima und Reisezeit	34
Flora und Fauna	35
Die Pflanzenwelt 36 • Die Tierwelt 36	
Umweltsituation	38
<b>Gesellschaftlicher Überblick</b>	39
Die Bevölkerung	39
Minderheiten 39	
Die japanische Sprache	41
Das Bildungswesen	42
Schulen 42 • Hochschulen 43	
Politik und Verwaltung	43
Religion und Philosophie	44
Shintō 45 • Buddhismus 45 • Konfuzianismus 47 • Daoismus 48 •	
Christentum 48	
<b>Wirtschaftlicher Überblick</b>	49
Industrie und Wirtschaftswunder	49
Landwirtschaft und Fischerei	51
<b>Kultureller Überblick</b>	51
Architektur	51
Tempel und Schreine 52 • Japanische Burgen 52 •	
Moderne Architektur 52	

<b>Bildende Kunst und Kunsthandwerk</b>	54
Traditionelle Malerei 54 • Holzschnitt – Ukiyo-e 55 • Kalligrafie 56 • Plastik 56 • Moderne Kunstszene 57 • Kunsthandwerk 57	
<b>Essen und Trinken</b>	58
Hochburgen des guten Geschmacks 59 • Zubereitungsformen und Gerichte 66 • Getränke 70	
<b>Film</b>	72
Anime 74	
<b>Literatur</b>	75
Japanische Comics – Manga 76	
<b>Musik</b>	77
Musikinstrumente 78	
<b>Natur und Ästhetik</b>	78
Gartenarchitektur 79 • Ikebana 79 • Bonsai 80	
<b>Sport</b>	80
Kampfsportarten 81	
<b>Tanz und Theater</b>	83
<b>Traditionelle Medizin</b>	85
Alternative Heilmethoden – Reiki und Shiatsu 85	
<b>Tun und Lassen – eine Frage der Mentalität</b>	86
<b>Typisch Japanisch</b>	87
Egimono 87 • Geisha 87 • Geta, Zōri und Tabi 88 • Go 89 • Hanabi 89 • Hanami 89 • Hanko 90 • Karaoke 90 • Kimono und Yukata 91 • O-mamori und andere Glücksbringer 91 • Origami 92 • Pachinko 92 • Sentō und Onsen 92 • Teezeremonie 93	

## 2. TÖKYŌ ALS REISEZIEL 94

<b>Allgemeine Reisetipps von A–Z</b>	95
<b>Unterkünfte in Tōkyō/Kyōto und Umgebung</b>	121
<b>Die Grünen Seiten:</b>	
<b>Das kostet Sie der Aufenthalt in Tōkyō/Kyōto</b>	133

## 3. TÖKYŌ ENTDECKEN 136

<b>Tourenvorschläge</b>	137
Tōkyō in drei Tagen	137
Tōkyō und Umgebung in fünf Tagen	137
Tōkyō und Umgebung in acht Tagen	138
<b>Tōkyōs Stadtkern</b>	138
Chiyoda-ku 千代田区	138
Redaktionstipps 138	
Kaiserpalast und Umgebung 138 • Nördlich der Kaiserresidenz 144 • Nordöstlich der Kaiserresidenz 145 • Östlich der	

Kaiserresidenz – Marunouchi 149 • Südlich der Kaiserresidenz 151 •  
Westlich der Kaiserresidenz 154

<b>Tōkyōs Osten</b>	158
<b>Chūō-ku</b> 中央区	158
Redaktionstipps 158	
Ginza 銀座 158 • Nordöstlich der Ginza – Kyōbashi und Nihonbashi 163 • Südlich der Ginza – Tsukiji 166	
<b>Kōtō-ku</b> 江東区	172
Redaktionstipps 172	
Tomioka Hachiman-gū 172 • Tempel Fukagawa Fudōson 173 • Tōkyō Museum of Contemporary Art 174 • Kiyosumi-Garten 174 • Bashō-Gedenkstätte 175	
<b>Sumida-ku</b> 墨田区	176
Redaktionstipps 176	
Stadion Ryōgoku Kokugikan mit Sumō Museum 176 • Edo-Tōkyō Museum 180 • Ekō-in-Tempel 181 • Feuerwerk-museum, Sumō-Foto-museum, Tabi Museum 182 • Nō-Masken-Museum 182 • Kobayashi-Puppenmuseum 182	
<b>Taitō-ku</b> 台東区	184
Redaktionstipps 184	
Asakusabashi und Yanagibashi 184 • Asakusa 184 • Ueno 192 • Yanaka, Nezu und Sendagi – „Yanesen“ 199	
<b>Tōkyōs Norden</b>	208
<b>Bunkyo-ku</b> 文京区	208
Redaktionstipps 208	
Akamon 208 • Tōkyō Dōme City 209 • Kōdōkan 210 • Koishikawa Kōrakuen 211 • Botanischer Garten Koishikawa und Rikugien 211 • Tempel Gokoku-ji 211 • St.-Marien-Kathedrale 212	
<b>Toshima-ku</b> 豊島区	213
Redaktionstipps 213	
Ikebukuro 213 • Sugamo 217	
<b>Tōkyōs Westen</b>	219
<b>Shinjuku-ku</b> 新宿区	219
Redaktionstipps 219	
Higashi-Shinjuku – Shopping und Vergnügen 221 • Nishi-Shinjuku 224 • Ein anderes Shinjuku – Kagurazaka 227	
<b>Shibuya-ku</b> 渋谷区	233
Redaktionstipps 233	
Um den Bahnhof Shibuya 233 • Jenseits von Trubel und Kommerz 236 • Yoyogi Park 237 • Harajuku 239 • Omotesandō-dōri 239 • Nördlich des Yoyogi Parks 241 • Daikanyama 241	
<b>Tōkyōs Süden</b>	247
<b>Minato-ku</b> 港区	247
Redaktionstipps 247	

Die Viertel Shinbashi, Kaigan und Shiba-Kōen	247 • Roppongi	252 •
Die Viertel Azabu, Akasaka und Aoyama	255	
<b>Meguro-ku</b> 目黒区		262
Redaktionstipps	262	
Yebisu Garden Place	262 • Tōkyō Metropolitan Museum of Photo-	
graphy	264 • Château Restaurant Joël Robuchon	264 • Meguro
Museum of Art	265 • Tōkyō Metropolitan Teien Art Museum	265 •
Institute of Nature Study	265 • Meguro Parasitological Museum	266
<b>Shinagawa-ku</b> 品川区		268
Redaktionstipps	268	
Tempel Sengaku-ji	268 • Sony Archives	269 • Hara Museum
Tennōzu Isle	270 • Die Schreine Shinagawa-jinja und Ebara-jinja	270 •
Shinagawa Aquarium und Shinagawa Kumin Park	272	

<b>Odaiba</b> お台場	273
Redaktionstipps	273
<b>Arbeits- und Vergnügungseiland</b>	273
Rainbow Bridge	275 • Aqua City und Fuji-TV Building
Schiffs- und Wissenschaftsmuseum	276 • Aussichtsplattform und
Spaßbad	277 • Palette Town
Messegelände	278

## 4. AUSFLÜGE 280

<b>Tōkyō – weiter draußen</b>	281
Redaktionstipps	281
<b>Die östliche Tōkyō-Bucht</b>	281
Kasai Rinkai Park	281 • Tōkyō Disney Resort
<b>Im Westen – Kawasaki, Koganei, Setagaya und Mitaka</b>	283
Freilichtmuseum Nihon Minkaen	283 • Edo-Tōkyō Open Air
Architectural Museum	284 • Stadtteil Shimo-Kitazawa
Ghibli Museum in Mitaka	285 • Suginami Animation Museum
	285

<b>Kamakura</b> 鎌倉	286
Redaktionstipps	286
<b>Tempel Engaku-ji</b>	286
<b>Im Zentrum</b>	288
<b>Schrein Tsurugaoka Hachiman</b>	289
<b>Kōtoku-in</b>	290
<b>Tempel Hase-dera</b>	291

<b>Hakone</b> 箱根	293
Redaktionstipps	294
<b>Hakone als Ein- oder Zweitagestour</b>	294

<b>Wohnsitz der Götter – Japans heiliger Berg Fujisan</b> 富士山	300
Redaktionstipps	300
<b>Der Berg ruft</b>	301

Ausrüstung 301 •	
Aufstieg ab den fünften Stationen 302	
<b>Region der fünf Fuji-Seen</b>	303
<b>Nikkō</b> 日光	305
Redaktionstipps 305	
<b>Nikkō als Ein- oder Zweitagestour</b>	305
Nikkō san'nai 306 • In der Umgebung 309	
<b>Kyōto</b> 京都	313
Redaktionstipps 313	
<b>Kyōto auf einen Blick</b>	314
<b>Geschichte</b>	314
<b>In und um den Bahnhof – Minami-ku und Shimogyō-ku</b>	317
Bahnhof Kyōto 317 • Tempel Tō-ji 318 • Kyōto Tower 318 •	
Tempel Nishi Hongan-ji 319 • Kostüm-Museum 319 •	
Tempel Higashi Hongan-ji 321	
<b>Kyōtos Zentrum – Kamigyō-ku und Nakagyō-ku</b>	322
Kaiserpalast – Kyōto Goshō 322 • Nishijin-Textilzentrum 324 •	
Die Burg Nijō-jō 324 • Kyōto International Manga Museum 326 •	
Museum Kyōto 327 • Nishiki-Markt 327 • Pontocho 327	
<b>Kyōtos Südosten/Osten – Fushimi-ku, Higashiyama-ku und Sakyō-ku</b>	328
Schrein Fushimi Inari Taisha 328 • Tempel Sanjūsangendō 328 •	
Kyōto National Museum 330 • Tempel Kiyomizu-dera 330 • Zum	
Yasaka-Schrein und ins Viertel Gion 331 • Tempel Chion-in 333 •	
Im Okazaki Park 334 • Ginkaku-ji 335 • Philosophenweg 336	
<b>Kyōtos Nordwesten/Westen – Kita-ku, Ukyō-ku und Nishikyō-ku</b>	339
Tempel Kinkaku-ji 339 • Tempel Ryōan-ji 341 • Tempel Myōshin-ji	
341 • Tempel Ninna-ji 342 • Kaiserliche Villa Katsura-rikyū 342	
<b>Arashiyama</b>	343
Tempel Tenryū-ji 344 • Durch den Bambushain zum Tempel	
Jōjakkō-ji 344 • Iwatayama-Affenpark 345 • Romantische Zug- und	
Bootsfahrt 346	
<b>Kyōtos Umgebung: Nara</b> 奈良市	351
Redaktionstipps 351	
<b>Orientierung und Stadtverkehr</b>	352
<b>Naras Osten</b>	352
Tempel Kōfuku-ji und Nara Park 352 • Gartenanlage Isuien 355 •	
Tempel Tōdai-ji 355 • Schrein Kasuga Taisha 358 • Tempel Shin	
Yakushi-ji und Gangō-ji 358	
<b>Naras Westen</b>	359
Kaiserpalast Heijōkyū 359 • Tempel Tōshōdai-ji, Yakushi-ji	
und Hōryū-ji 359	
<b>Kyōtos Umgebung: Burg Himeji</b> 姫路城	362

**5. ANHANG**

366

Literaturtipps	367
Kleiner Sprachführer	369
Bildnachweis	373
Stichwortverzeichnis	374
Verzeichnis der Karten und Grafiken	380