

VORWORT	9
I. STADT UND LEUTE	10
Tōkyō 東京 in Kürze	11
Tōkyō auf einen Blick	13
Orientierung	14
Historischer Überblick	16
Zeittafel zur Geschichte Japans	16
Vor- und Frühgeschichte	18
Abstammung mit Fragezeichen 18 • Jōmon-Kultur 18 • Yayoi-Kultur 18	
Altägypten	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	
Landschaftlicher Überblick	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
Gesellschaftlicher Überblick	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	
Wirtschaftlicher Überblick	49
Industrie und Wirtschaftswunder	49
Landwirtschaft und Fischerei	51
Kultureller Überblick	51
Architektur	51
Tempel und Schreine 52 • Japanische Burgen 52 • Moderne Architektur 52	

Überblick

Stadtbesichtigung

Bildende Kunst und Kunsthandwerk	54
Traditionelle Malerei 54 • Holzschnitt – Ukiyo-e 55 • Kalligrafie 56 •	
Plastik 56 • Moderne Kunstszene 57 • Kunsthandwerk 57	
Essen und Trinken	58
Hochburgen des guten Geschmacks 59 •	
Zubereitungsformen und Gerichte 66 • Getränke 70	
Film	72
Anime 74	
Literatur	75
Japanische Comics – Manga 76	
Musik	77
Musikinstrumente 78	
Natur und Ästhetik	78
Gartenarchitektur 79 • Ikebana 79 • Bonsai 80	
Sport	80
Kampfsportarten 81	
Tanz und Theater	83
Traditionelle Medizin	85
Alternative Heilmethoden – Reiki und Shiatsu 85	
Tun und Lassen – eine Frage der Mentalität	86
Typisch Japanisch	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. TŌKYŌ ALS REISEZIEL	94
Allgemeine Reisetipps von A–Z	95
Unterkünfte in Tōkyō/Kyōto und Umgebung	121
Die Grünen Seiten:	
Das kostet Sie der Aufenthalt in Tōkyō/Kyōto	133
3. TŌKYŌ ENTDECKEN	136
Tourenvorschläge	137
Tōkyō in drei Tagen	137
Tōkyō und Umgebung in fünf Tagen	137
Tōkyō und Umgebung in acht Tagen	138
Tōkyōs Stadtkern	138
Chiyoda-ku 千代田区	138
Redaktionstipps 138	
Kaiserpalast und Umgebung 138 • Nördlich der Kaiser-	
residenz 144 • Nordöstlich der Kaiserresidenz 145 • Östlich der	

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

Tōkyōs Osten	158
Chūō-ku 中央区	158
Redaktionstipps 158	
Ginza 銀座 158 • Nordöstlich der Ginza – Kyōbashi und Nihonbashi 163 • Südlich der Ginza – Tsukiji 166	
Kōtō-ku 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	
Sumida-ku 墨田区	176
Redaktionstipps 176	
Stadion Ryōgoku Kokugikan mit Sumō Museum 176 • Edo-Tōkyō Museum 180 • Ekō-in-Tempel 181 • Feuerwerksmuseum, Sumō-Fotomuseum, Tabi Museum 182 • Nō-Masken-Museum 182 • Kobayashi-Puppenmuseum 182	
Taitō-ku 台東区	184
Redaktionstipps 184	
Asakusabashi und Yanagibashi 184 • Asakusa 184 • Ueno 192 • Yanaka, Nezu und Sendagi – „Yanesen“ 199	
Tōkyōs Norden	208
Bunkyō-ku 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	
Toshima-ku 豊島区	213
Redaktionstipps 213	
Ikebukuro 213 • Sugamo 217	
Tōkyōs Westen	219
Shinjuku-ku 新宿区	219
Redaktionstipps 219	
Higashi-Shinjuku – Shopping und Vergnügen 221 • Nishi-Shinjuku 224 • Ein anderes Shinjuku – Kagurazaka 227	
Shibuya-ku 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	
Tōkyōs Süden	247
Minato-ku 港区	247
Redaktionstipps 247	

Stadtbesichtigung

Die Viertel Shinbashi, Kaigan und Shiba-Kōen	247
Die Viertel Azabu, Akasaka und Aoyama	255
Meguro-ku 目黒区	262
Redaktionstipps 262	
Yebisu Garden Place 262 • Tōkyō Metropolitan Museum of Photography 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	
Shinagawa-ku 品川区	268
Redaktionstipps 268	
Tempel Sengaku-ji 268 • Sony Archives 269 • Hara Museum 270 • Tennōzu Isle 270 • Die Schreine Shinagawa-jinja und Ebara-jinja 270 • Shinagawa Aquarium und Shinagawa Kumin Park 272	
Odaiba お台場	273
Redaktionstipps 273	
Arbeits- und Vergnügungseiland	273
Rainbow Bridge 275 • Aqua City und Fuji-TV Building 275 • Schiffs- und Wissenschaftsmuseum 276 • Aussichtsplattform und Spaßbad 277 • Palette Town 277 • Messegelände 278	
4. AUSFLÜGE	
Tōkyō – weiter draußen	280
Redaktionstipps 281	
Die östliche Tōkyō-Bucht	281
Kasai Rinkai Park 281 • Tōkyō Disney Resort 282	
Im Westen – Kawasaki, Koganei, Setagaya und Mitaka	283
Freilichtmuseum Nihon Minkaen 283 • Edo-Tōkyō Open Air Architectural Museum 284 • Stadtteil Shimo-Kitazawa 284 • Ghibli Museum in Mitaka 285 • Suginami Animation Museum 285	
Kamakura 鎌倉	286
Redaktionstipps 286	
Tempel Engaku-ji	286
Im Zentrum	288
Schrein Tsurugaoka Hachiman	289
Kōtoku-in	290
Tempel Hase-dera	291
Hakone 箱根	293
Redaktionstipps 294	
Hakone als Ein- oder Zweitagetour	294
Wohnsitz der Götter – Japans heiliger Berg Fujisan 富士山	300
Redaktionstipps 300	
Der Berg ruft	301

Ausrüstung 301 •	
Aufstieg ab den fünften Stationen 302	
Region der fünf Fuji-Seen	303
Nikkō 日光	305
Redaktionstipps 305	
Nikkō als Ein- oder Zweitagestour	305
Nikkō san'nai 306 • In der Umgebung 309	
Kyōto 京都	313
Redaktionstipps 313	
Kyōto auf einen Blick	314
Geschichte	314
In und um den Bahnhof – Minami-ku und Shimogyō-ku	317
Bahnhof Kyōto 317 • Tempel Tō-ji 318 • Kyōto Tower 318 •	
Tempel Nishi Hongan-ji 319 • Kostüm-Museum 319 •	
Tempel Higashi Hongan-ji 321	
Kyōtos Zentrum – Kamigyō-ku und Nakagyō-ku	322
Kaiserpalast – Kyōto Gosho 322 • Nishijin-Textilzentrum 324 •	
Die Burg Nijō-jo 324 • Kyōto International Manga Museum 326 •	
Museum Kyōto 327 • Nishiki-Markt 327 • Pontochō 327	
Kyōtos Südosten/Osten – Fushimi-ku, Higashiyama-ku und Sakyō-ku	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	
Kyōtos Nordwesten/Westen – Kita-ku, Ukyō-ku und Nishikyō-ku	339
Tempel Kinkaku-ji 339 • Tempel Ryōan-ji 341 • Tempel Myōshin-ji 341 • Tempel Ninna-ji 342 • Kaiserliche Villa Katsura-rikyū 342	
Arashiyama	343
Tempel Tenryū-ji 344 • Durch den Bambushain zum Tempel Jōjakkō-ji 344 • Iwatayama-Affenpark 345 • Romantische Zug- und Bootsfahrt 346	
Kyōtos Umgebung: Nara 奈良市	351
Redaktionstipps 351	
Orientierung und Stadtverkehr	352
Naras Osten	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	
Naras Westen	359
Kaiserpalast Heijōkyū 359 • Tempel Tōshōdai-ji, Yakushi-ji und Hōryū-ji 359	
Kyōtos Umgebung: Burg Himeji 姫路城	362

5. ANHANG 366

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

Interessantes