

Land und Leute

Tōkyō und Kantō

Tōhoku und Hokkaidō

Chūbu

Kansai

Chūgoku und Shikoku

Kyūshū und Okinawa

Sprachführer

Reisetipps von A bis Z

Anhang

| | |
|---------------------------------|----|
| Vorwort | 11 |
| Hinweise zur Benutzung | 12 |
| Das Wichtigste in Kürze | 13 |
| Besondere Erlebnisse | 14 |
| UNESCO-Welterbestätten | 15 |
| | |
| Land und Leute | 16 |
| Japan im Überblick | 18 |
| Geografie | 19 |
| Gebirge | 19 |
| Klima | 24 |
| Tier- und Pflanzenwelt | 27 |
| Natur- und Umweltschutz | 29 |
| Geschichte | 32 |
| Frühgeschichte | 32 |
| Altägypten | 35 |
| Mittelalter | 40 |
| Edo-Zeit | 44 |
| Meiji-Zeit | 47 |
| Politik und Regierung | 54 |
| Regierung und Verwaltung | 54 |
| Staatssymbole | 57 |
| Das Kaiserhaus | 58 |
| Wirtschaft | 59 |
| Infrastruktur | 60 |
| Rohstoffmangel schafft Qualität | 61 |
| Sei ein Teil der Firma! | 63 |
| Die japanische Arbeitswelt | 64 |
| Landwirtschaft | 66 |
| Bildung | 69 |
| Kindergarten | 69 |
| Schulalltag | 70 |
| Uni, College und Berufsschule | 72 |
| Gesellschaft | 75 |
| Drinnen oder draußen? | 75 |
| Arbeit | 76 |
| Frauen und Familie | 79 |
| Minderheiten | 82 |

| | |
|----------------------------------|-----|
| Feste im Jahresrhythmus | 85 |
| Feste im Leben eines Japaners | 93 |
| Freizeit und Vergnügen | 97 |
| | |
| Religionen | 101 |
| Shintō | 103 |
| Buddhismus | 106 |
| Konfuzianismus | 110 |
| Christentum | 112 |
| | |
| Kunst und Kultur | 113 |
| Malerei und Holzschnittdrucke | 113 |
| Keramik | 116 |
| Architektur | 118 |
| Gartengestaltung | 122 |
| Literatur | 126 |
| Theaterwelt | 131 |
| Die japanische Sprache | 136 |
| Japanische Küche | 140 |
| | |
| Unterwegs in Japan | 145 |
| Reisen mit dem Flugzeug | 145 |
| Reisen mit der Bahn | 145 |
| Überlandbusse | 147 |
| Mietwagen | 148 |
| Unterwegs in der Stadt | 148 |
| Übernachtung | 151 |
| | |
| Tōkyō und Kantō | 154 |
| Tōkyō | 156 |
| Tōkyō gestern und heute | 157 |
| Tōkyō rund ums Jahr | 158 |
| | |
| Rings um den Kaiserlichen Palast | 159 |
| Kaiserlicher Palast | 159 |
| Yasukuni-Schrein | 162 |
| Ginza | 162 |
| Nihonbashi | 164 |
| | |
| Die untere Stadt, Shitamachi | 165 |
| Ueno | 165 |
| Asakusa | 168 |
| Akihabara | 174 |
| Ryōgoku | 176 |

| | |
|--|------------|
| Trendiger Westen und moderner Süden | 181 |
| Shinjuku | 181 |
| Shibuya | 184 |
| Roppongi | 188 |
| Shinagawa | 194 |
| Odaiba | 195 |
| Tōkyō-Informationen | 198 |
| Kantō | 208 |
| Yokohama | 208 |
| Kamakura | 216 |
| Narita | 222 |
| Mito | 223 |
| Nikkō | 224 |
| Oku Nikkō | 229 |
| Tōhoku und Hokkaidō | 232 |
| Tōhoku | 234 |
| Aizu Wakamatsu | 236 |
| Sendai | 239 |
| Pinieninseln Matsushima | 244 |
| Yamadera | 247 |
| Yamagata Zao Onsen | 247 |
| Dewa Sanzan | 247 |
| Sakata | 249 |
| Hiraizumi | 251 |
| Tōno | 253 |
| Kakunodate | 257 |
| See Towada | 260 |
| Hirosaki | 260 |
| Shirakami Sanchi | 263 |
| Osore-zan | 264 |
| Hokkaidō | 267 |
| Geschichte Hokkaidōs | 268 |
| Hakodate | 268 |
| Sapporo | 271 |
| Otaru | 276 |
| Nationalpark Shikotsu-Toya | 276 |
| Nationalpark Daisetsuzan | 277 |
| Abashiri | 277 |
| Akan-Nationalpark | 279 |

| | |
|--------------------------------|-----|
| Kushiro-Shitsugen-Nationalpark | 281 |
| Shiretoko-Nationalpark | 281 |
| Inseln Rishiri und Rebun | 283 |

Chūbu

| | |
|---------------------------------------|-----|
| Die Mitte Japans | 286 |
| Izu-Halbinsel | 287 |
| Der Berg Fuji | 293 |
| Nagoya | 297 |
| Seki | 301 |
| Ise | 302 |
| Futami | 305 |
| Perleninsel Mikimoto | 305 |
| Richtung Norden entlang der Nakasendō | 306 |
| Nagano | 309 |
| Matsumoto | 310 |
| Gero Onsen | 312 |
| Takayama | 314 |
| Kamikōchi | 318 |
| Shirakawago und Gokayama | 319 |
| Eihei-ji | 323 |
| Kanazawa | 324 |
| Halbinsel Noto | 331 |

Kansai

| | |
|----------------------------|-----|
| Das Herz Japans | 332 |
| Kyōto | 334 |
| Im Osten und Norden Kyōtos | 335 |
| Im Westen Kyōtos | 336 |
| Im Zentrum Kyōtos | 342 |
| Uji | 347 |
| Enryaku-ji | 355 |
| Westliche Halbinsel Kii | 356 |
| Nara | 358 |
| Berg Kōya | 358 |
| Ōsaka | 367 |
| Kōbe | 370 |
| Takarazuka | 378 |
| Himeji | 381 |
| | 383 |

| | |
|-----------------------------|-----|
| Chūgoku und Shikoku | 384 |
| Chūgoku | 386 |
| Okayama | 387 |
| Bizen | 389 |
| Kurashiki | 390 |
| Hiroshima | 391 |
| Miyajima | 394 |
| Hagi | 396 |
| Tsuwano | 397 |
| Matsue | 397 |
| Izumo | 400 |
| Adachi-Museum | 402 |
| Am Japanischen Meer entlang | 402 |
| Shikoku | 404 |
| Takamatsu | 405 |
| Schrein Kotohira-gū | 407 |
| Zentsū-ji | 407 |
| Insel Naoshima | 408 |
| Tokushima | 408 |
| Naruto | 409 |
| Oboke und Koboke | 411 |
| Kōchi | 413 |
| Kap Ashizuri | 415 |
| Matsuyama | 416 |
| Tempel Ishite-ji | 420 |
| Uchiko | 421 |
| Uwajima | 421 |
| Kyūshū und Okinawa | 424 |
| Der Süden Japans | 426 |
| Kyūshū | 428 |
| Fukuoka | 428 |
| Dazaifu | 433 |
| Yanagawa | 435 |
| Arita, Imari und Karatsu | 435 |
| Nagasaki | 436 |
| Die Umgebung von Nagasaki | 443 |
| Kumamoto | 444 |
| Feuerland Kumamoto | 448 |
| Amakusa-Inseln | 450 |
| Beppu | 450 |

| | |
|--------------------------|-----|
| Miyazaki | 452 |
| Insel Aoshima | 454 |
| Takachiho | 455 |
| Kirishima | 456 |
| Kagoshima | 456 |
| Die Südwestlichen Inseln | 460 |

| | |
|------------------------|-----|
| Okinawa | 461 |
| Insel-Hopping | 462 |
| Naha auf Okinawa Hontō | 463 |
| Südlich von Naha | 467 |
| Nördlich von Naha | 468 |

| | |
|---------------------|-----|
| Sprachführer | 470 |
|---------------------|-----|

| | |
|-------------------------------|-----|
| Reisetipps von A bis Z | 483 |
|-------------------------------|-----|

| | |
|------------------------------|-----|
| Glossar | 493 |
| Japan im Internet | 495 |
| Literaturtipps | 495 |
| Über die Autorin, Danksagung | 497 |
| Ortsregister | 498 |
| Personen- und Sachregister | 504 |
| Bildnachweis | 509 |
| Kartenlegende und -register | 516 |

Essays

| | |
|---|-----|
| Was tun, wenn die Erde wackelt? | 22 |
| Große Liebe zu bunten Karpfen | 31 |
| Düsterer Schulalltag | 74 |
| Kimono | 92 |
| Geliebtes Bad | 152 |
| Hinter den Kulissen des Sanja-Festivals | 172 |
| Auf Bashōs Pfaden durchs Hinterland | 246 |
| Kappa, wilde Wassergeister des Nordens | 256 |
| Die großen Sommerfestivals des Nordens | 265 |
| Der Fuji ruft! | 295 |
| Ninja | 328 |
| Kyōtos süßer Zahn | 354 |
| Der Pilgerweg durch Shikoku | 423 |