

# Inhalt

Vorwort	4	Mt. Fuji	140
Kartenverzeichnis	10	Hakone	151
Steckbrief Japan	11	Nikkō	160
Hinweise zur Benutzung	12	Yuba	165
Die Regionen im Überblick	14	<i>Nikkōs Kunstgewerbe</i>	168
Reise Know-how Basiswissen	16	Inselketten Tokyos	169
Reiserouten und Touren	18		
Japan: Zu jeder Zeit	20	<b>2 Kansai</b>	<b>176</b>
Fünf gigantische Naturerlebnisse	22	Überblick	179
Fünf Orte für Kunstfreunde	23	Kyoto	182
Fünf großartige historische Stätten	24	Orientierung	183
Fünf interessante Onsen-Resorts	25	Geschichte	184
		Industrie	186
		Zentral-Kyoto	186
		<i>Geisha-Kultur erleben</i>	194
		Nördliches Kyoto	197
		<i>Das Friedensmuseum</i>	
		<i>der Ritsumeikan-Universität</i>	201
		<i>Zazen – Zen-Praxis in Kyoto</i>	202
		Old Canal –	
		nordöstliches Kyoto	205
		Higashiyama – östliches Kyoto	207
		Arashiyama – westliches Kyoto	214
		<i>Wilde Affen in Kyoto –</i>	
		<i>der Affenberg Iwata-jama</i>	218
		Südliches Kyoto	221
		Nördliche Umgebung von	
		Kyoto – Kurama und Ōhara	223
		„ <i>Genji monogatari</i> “ –	
		<i>Romangeschichte in Uji</i>	223
		Praktische Tipps	225
		<i>Sich als Maiko kleiden</i>	227
		<i>Die großen Festivals in Kyoto</i>	236
		<i>Papier vom Feinsten in Kurotani</i>	242
		Kinosaki Onsen	245
		<i>Ausflug zum heiligen Berg Hiei</i>	
		<i>und zum Enryakuji-Tempel</i>	246
		Biwa-See	247
		Ōtsu	247
		Hikone	247
		<i>Exotisch – Funazushi</i>	249
<b>1 Tokyo und Umgebung</b>	<b>26</b>		
Tokyo – Japans Hauptstadt	28		
Stadtbild	29		
Geschichte	32		
Wirtschaft	35		
Zentral-Tokyo	38		
Shibuya, Harajuku und Aoyama	49		
Shinjuku	59		
Ueno und Yanaka	65		
Akihabara	73		
Ryōgoku	74		
Asakusa	77		
<i>Sanja Matsuri</i>	79		
Roppongi und Umgebung	83		
<i>Tokyo für Anime- und Manga-Fans</i>	89		
Odaiba und Tokyo-Bucht	92		
<i>Odaiba im Wandel</i>	93		
Allgemeine Praktische Tipps	96		
<i>Teezeremonie, Kochkurse</i>			
<i>und Ikebana-Kurse</i>	106		
Tokyos Umgebung – Kantō	117		
Kamakura	117		
Yokohama	127		

Osaka	250	Matsumoto	352
Geschichte	250	Wanderzentren Kamikōchi und Norikura	354
Orientierung	253	<i>Jigokudani – wilde Affen in heißen Quellen</i>	356
Kita/Umeda	253	Karuizawa	357
Minami/Namba und Shinsaibashi	257	Alpenroute Tateyama – Kurobe	358
Tennōji	263	<i>Schnee oder Rock in Naeba</i>	359
Shinsekai	265	Kanazawa	360
Rund um Osaka-jō	266	Sado-Insel	364
Die Bucht von Osaka	267		
Der EXPO-70-Gedächtnispark	269		
<i>Osaka und Roboter</i>	269		
Praktische Tipps	270		
<i>Kansai International Airport – Wunder der Architektur</i>	273		
<i>Das erste Kapselhotel der Welt steht in Osaka</i>	274		
<i>Osaka Gourmet</i>	276		
<i>Das erste Sushi-Karussell der Welt</i>	277		
<i>Misono – Nachtleben in Deep Osaka</i>	279		
<i>Danjiri Matsuri</i>	282		
Nara	283		
Nara-Präfektur	296		
Asuka	296		
Yoshino- und Ōmine-Gegend	297		
Kobe	298		
Himeji	310		
Kōyasan	313		
Kii-Halbinsel	321		
Ise-Shima	325		
Toba	327		

### **3 Zentral-Honshū**

**328**

Überblick	331
Nagoya	332
Nagoyas Umgebung	339
Gifu	339
Takayama	339
Shirakawagō	345
Nagano und Umgebung	346
Nagano	346
<i>Onsen in und um Nagano</i>	351

### **4 Nord-Honshū (Tōhoku)**

**366**

Überblick	369
Sendai	371
Akiu Onsen	376
Dewa San-zan	377
<i>Erdbeben, Tsunami, Fukushima – und die Folgen</i>	378
Hiraizumi	380
<i>Tourismus nach dem Tsunami</i>	382
Towada-Hachimantai-Nationalpark	383
Kakunodate und Tazawa-See	387
<i>Nyūtō Onsen</i>	388
Hirosaki	389
<i>Sannai Maruyama Relic</i>	390
Shirakami-Sanchi	392

### **5 Hokkaidō**

**396**

Überblick	398
Sapporo	403
Shikotsu-Tōya-Nationalpark	408
Hakodate	410
Asahikawa	412
Daisetsuzan-Nationalpark	414
Wakkanai	416
Rishiri-Rebun- Sarobetsu-Nationalpark	417
Abashiri	420

Akan-Nationalpark	422
Kushiro	425
Shiretoko	426
<i>Nordliches Territorium – die Kurilen</i>	431



## West-Honshū 434

Überblick	436
Hiroshima	437
<i>Im Friedensmuseum von Hiroshima</i>	444
Insel Miyajima	448
Sandankyō	451
Onomichi	452
Okayama	453
Kurashiki	456
Matsue und Izumo	459
<i>Streit um Takeshima</i>	459
Tottori	461
Daisen	463
Hagi, Tsuwano, Akiyoshi-Plateau	463
Hagi	463
Tsuwano	465
Akiyoshi-Plateau	466



## 7 Shikoku 468

Überblick	470
<i>88-Tempel-Rundweg</i>	
<i>(Shikoku Hachijūhachikasho Meguri)</i>	474
Takamatsu	475
Kotohira	482
Matsuyama	483
<i>Stadt der Dichter</i>	483
Seto-Naikai	487
Shōdo-shima	488
Nao-shima	489
Shimanami Kaidō	491
Kōchi	497
Shimanto	499
Ashizuri-Uwakai-Nationalpark	500
Tatsukushi Marine Park	501



## Kyūshū 502

Überblick	505
Fukuoka	506
Fukuokas Umgebung	518
<i>Genkō-bōru</i>	519
Saga, Karatsu	520
Arita	522
Nagasaki	524
Vulkan Unzen	532
Iki und Tsushima	533
Beppu	534
Yufuin	540
Kumamoto	541
Mt. Aso	547
Kurokawa Onsen	552
Miyazaki	552
Takachiho	554
Aoshima	555
Kirishima-Nationalpark	557
Kagoshima	558
Satsuma-Halbinsel	565
Yakushima	566



## 9 Okinawa und die Inseln im Südwesten 574

Überblick	576
<i>Uchināguchi</i>	580
Okinawa	582
Religion und Kultur	582
Orientierung	583
<i>Nuchisugui – die Küche Okinawas</i>	583
Naha	585
<i>Musik auf Okinawa</i>	590
Okinawa – der Süden	591
Okinawa – die Mitte	594
<i>Karate</i>	594
Okinawa – der Norden	596

Die Inseln im Südwesten	598
Miyako-jima	598
Ishigaki-jima	601
Taketomi-jima	603
Iriomote-jima	604

## **10** Praktische Reisetipps A–Z **606**

Anreise	608	
Autofahren	613	
Barrierefreies Reisen	614	
Camping	615	
Einkaufen	615	
Ein- und Ausreisebestimmungen	618	
Elektrizität	619	
Essen und Trinken	620	
Feiertage, Feste und Events	627	
Geld	632	
<i>Gunstig reisen</i>	634	
Gesundheit	636	<i>Tätowierungen</i> 663
Information	638	<i>Nachtleben in Japan</i> 664
Mit Kindern unterwegs	639	Verkehrsmittel 666
Klima und Reisezeit	640	Zeit 673
Kommunikation unterwegs	641	
LGBT+	642	
Maße und Gewichte	642	
Notfälle	643	
Öffnungszeiten	644	
Orientierung und Landkarten	645	
Post	646	<i>Was tun bei einem Erdbeben?</i> 677
Rauchen	646	Klima 678
Reisegepäck und Ausrüstung	647	Flora und Fauna 681
Sicherheit	648	Umwelt- und Naturschutz 682
<i>Sicherheit nach Fukushima</i>	648	Staat und Gesellschaft 683
Sport und Aktivitäten	650	Geschichte 683
<i>Sumo</i>	652	Staat und Verwaltung 695
Sprache	655	Staatssymbole 696
<i>Lernen und Arbeiten in Japan</i>	656	
Unterkunft	657	
Verhaltenstipps	660	
<i>Pachinko</i>	660	

## **11** Land und Leute **674**

Land und Natur	676
Geografie	676
<i>Was tun bei einem Erdbeben?</i>	677
Klima	678
Flora und Fauna	681
Umwelt- und Naturschutz	682
Staat und Gesellschaft	683
Geschichte	683
Staat und Verwaltung	695
Staatssymbole	696

☒ Maiko, modern unterwegs

Medien	696
Wirtschaft	697
Bildungswesen	700
Gesundheitswesen	703
Menschen und Kultur	703
Bevölkerung	703
Sprache und Schrift	704
Religionen	705
<i>Buddhismus und Malerei</i>	711
<i>Zu Besuch in einer Tempelanlage</i>	712
<i>Selbstmord in Japan</i>	714
Alltagsleben	715
Die Frau in der Gesellschaft	716
<i>Omiyage-Kultur</i>	717
Architektur	718
Literatur	721
Kunst	724
Teezeremonie	726
Musik und Theater	728
<i>Blumenstecken – Kadō</i>	728
Film	731

## **12** Anhang

	<b>732</b>
Glossar	734
Kleine Sprachhilfe Japanisch	739
Register	750
Die Autoren	766
Schreiben Sie uns!	767

## Karten

Japan	Umschlagklappe hinten
Die Regionen im Überblick	15
Routenkarten	18, 19

### Übersichtskarten

Fuji-San	142
Hakone	152
Hokkaido	400
Izu Oshima	170
Kamakura Umgebung	122
Kansai	178
Kii-Halbinsel	322
Kyūshū	504
Miyako-jima	599
Mt. Aso	548
Nagano-Präfektur	347
Nao-shima	490
Nord-Honshū	368
Okinawa	584
Shikoku	470
Shikoku – Tempelübersicht	472
Shimanami Kaidō	492
Shirakami-Sanchi	392
Shiretoko	472
Südliche Inselgruppen	576
Tokyo und Umgebung	116
Towada-Hachimantai-Nationalpark	384
West-Honshū	438
Yaeyama	602
Yakushima	568
Zentral-Honshū	330

### Stadtpläne

Beppu	537
Fukuoka	508
Himeji	310
Hiroshima	442
Kagoshima	560