# Piccola Guida del Giappone

Ente Nazionale del Turismo Giapponese

Japan JNTO

# Benvenuti in Giappone

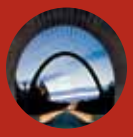
Aprite un atlante e date uno sguardo alla vasta regione costituita dall'Asia e dal Pacifico. Quasi esattamente al centro vedrete l'arcipelago giapponese che si estende da nord a sud lungo la costa orientale del continente asiatico. Il Giappone ha affascinato un numero incalcolabile di avventurieri fin da quando Marco Polo, nel tredicesimo secolo, fece scoprire al mondo "Cipango, il paese dai tetti d'oro". Sebbene il Giappone dei nostri giorni non sia più l'eldorado del passato, il "Nuovo Cipango" esercita ancora un fascino irresistibile: una grande varietà culturale e una natura ricca di spunti d'ispirazione, il cui fascino è accentuato da un ventaglio di colori che si trasformano al variare delle stagioni, esaltandone ancor più la bellezza. Senza contare, naturalmente, il calore dell'ospitalità dei giapponesi. Tutto questo fa del Giappone un paese sempre più popolare e una destinazione turistica facilmente raggiungibile da tutti gli angoli del globo. Una destinazione che, con una spesa ragionevole, chiunque può apprezzare, accompagnato dalla piacevole sensazione di trovarsi in un luogo totalmente sicuro.

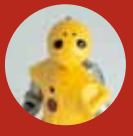
Qui il passato abbraccia il futuro. È su questa terra che essi si fondono. Durante tutta la sua storia, sin dai tempi antichi e per tutto il medioevo, il Giappone ha assorbito tutto ciò che proveniva dalle culture più avanzate del continente asiatico. Più tardi, dalla seconda metà del XIX secolo, ha cominciato ad adottare anche elementi della civiltà occidentale. Assimilando costantemente tutte queste influenze straniere, la civiltà giapponese ha arricchito la propria cultura indigena di profondità e dimensioni nuove. La raffinatezza degli oggetti e dei concetti "orientali" e la tecnologia d'avanguardia che si è sviluppata di pari passo con l'ultramoderno stile di vita urbano del Giappone contemporaneo si sono integrate armoniosamente, fornendo la testimonianza migliore della lunga e ricca storia giapponese.

Bello, rilassante, nostalgico, profondo, moderno, affascinante, eccitante, succulento, ricco di storia e di cultura, basta chiedere! Giappone, Giappone, Giappone! Quale aspetto volete scoprire? Il Giappone vi aspetta e vi offre un'ospitalità autentica e piena di calore. Sì! Benvenuti nella nostra terra, benvenuti in Giappone!

# Indice


| | |
|---|---|
| Bellezze e attrattive del Giappone | 2 |
| Alla scoperta del Giappone | 10 |
| Tokyo e dintorni | 10 |
| Kyoto e Nara | 12 |
| Chubu | 14 |
| Kansai | 16 |
| Il Mare Interno / Shikoku | 17 |
| Chugoku | 18 |
| Tohoku | 19 |
| Kyushu / Okinawa | 20 |
| Hokkaido | 22 |
| Consigli per i viaggiatori con budget limitato | 23 |
| Quattro stagioni di festival e manifestazioni | 24 |
| Svaghi e divertimenti | 28 |
| Trasporti | 34 |
| Esempi di itinerari in treno | 36 |
| Gli alloggi | 38 |
| La cucina | 40 |
| Servizi turistici | 41 |
| Vademecum per il viaggio in Giappone | 42 |
| Carta del Giappone | 45 |





La quintessenza della cultura giapponese...

# Santuari, Templi e Giardini

Templi con tetti d'oro, templi di una semplicità pura, santuari immersi nella tranquillità più totale e giardini di una raffinatezza assoluta… Che cosa preferite?

**Tempio Kinkakuji:**
«... Mio padre, che era un sacerdote buddista venuto dalle campagne, parsimonioso con le parole, mi diceva spesso che niente, in questo mondo terreno, poteva eguagliare lo splendore del Kinkakuji.» (estratto da Il *Padiglione d'Oro*, romanzo del celebre scrittore Yukio Mishima)

**Il Grande Budda di Kamakura:**
Questa statua del Grande Budda è un simbolo dell'antica capitale Kamakura conosciuto in tutto il mondo.

**Il Giardino Est:**
Questo tradizionale giardino giapponese, situato entro le mura del Palazzo Imperiale, è aperto al pubblico. L'ingresso è libero.

Sontuosi templi buddisti situati a breve distanza da altri edifici sacri che incarnano la quintessenza di un'eleganza architettonica discreta, scevra di elementi decorativi; santuari scintoisti maestosi e sereni, occultati nella verde penombra di un bosco… Troverete tutto questo in Giappone. Spuntano dai luoghi più impensabili, alcuni si nascondono nelle città più grandi come Tokyo e Osaka. La maggior parte di essi risale a quasi mille anni fa. Lo Scintoismo, l'antica religione indigena ancora ben radicata nel territorio giapponese, è incentrato sul culto degli antenati e sull'armonia con la natura, e coesiste con il Buddismo che, giunto dal continente asiatico nel sesto secolo, insegna il risveglio spirituale e la salvezza derivante dalla rinuncia e dall'ascesi. Lo Shinto e il Buddismo costituiscono due filosofie fondamentali per i giapponesi contemporanei e rappresentano da sempre una fonte d'ispirazione culturale ed estetica.

Tralasciando per un momento gli edifici in senso stretto e osservando le immagini buddiste che si trovano al loro interno e i giardini dei templi, ci si rende conto che essi costituiscono di per sé delle splendide opere d'arte. I giardini giapponesi sono famosi in tutto il mondo per la raffinatezza ineguagliabile con cui la natura viene riprodotta in tutto il suo splendore entro uno spazio limitato. Sedetevi sulla veranda di un edificio sacro e dimenticate il tempo perdendovi nella contemplazione del giardino. Non c'è niente di più semplice, a questo punto, che dimenticare la realtà e assaporare la squisita lentezza che assume lo scorrere delle ore. Fin dai tempi antichi, i pellegrinaggi ai templi e ai santuari hanno costituito una pratica molto apprezzata dai giapponesi e in realtà sono stati i precursori del turismo moderno. È un'esperienza eccezionale che vale la pena di assaporare. (Troverete informazioni più approfondite sui giardini a pagina 29.)

**Tempio Ryoanji:**
Il Ryoanji è famoso per il suo "giardino secco", meglio conosciuto con il nome di "giardino di pietra", in cui le rocce e la sabbia bianca sono disposte in modo da formare una rappresentazione simbolica della natura.

# Natura e Paesaggi rurali

**La campagna nipponica è ricca di quei paesaggi "alla giapponese" che sono ormai quasi luoghi comuni nell'immaginario occidentale.**

Godetevi la tranquillità di una passeggiata in campagna e scoprite la leggendaria ospitalità giapponese.

**Matsushima:**
Questa pittoresca baia, uno dei tre scorci più famosi del Giappone, è costellata da più di 260 isolotti che sembrano letteralmente galleggiare sull'acqua.

**Shirakawa-go:**
Questo paesino, che sorge nel cuore delle montagne, è famoso per le sue fattorie in stile "gassho-zukuri" (*case di paglia*), tipiche di questa regione.

A poche ore di automobile o di treno dalle principali metropoli, vi ritroverete in un mondo completamente diverso: immaginate di essere in un ambiente rurale dove è sufficiente volgere lo sguardo per ammirare la vegetazione lussureggiante che ricopre le pendici e le cime dei monti. Che ne direste di visitare una piccola comunità nascosta tra le montagne più isolate o un villaggio di pescatori in riva al mare? Una gita in campagna vi riempirà di serenità, soprattutto se per voi viaggiare vuol dire allontanarsi da tutto ciò che già si conosce per immergersi in un mondo ancora sconosciuto, andando alla scoperta di un popolo nel suo ambiente naturale.

La coltura del riso è stata introdotta in Giappone più di 2000 anni fa. Da allora, naturalmente, la società e l'industria giapponesi si sono notevolmente sviluppate, ma la risicoltura è rimasta un'attività di vitale importanza per il paese. All'inizio dell'estate le giovani piante, sistemate in file ben distinte nei campi coperti di acqua, conferiscono alle risaie un delicato colore verde. Quando giunge l'autunno, i campi vengono drenati e si trasformano in tappeti dorati man mano che il raccolto matura. L'intero paese si ricopre allora di questi paesaggi suggestivi che evocano con nostalgia un Giappone di tempi lontani.

L'agricoltura offre al Giappone riso in abbondanza, nonché altri prodotti agricoli, ma l'arcipelago trae sostentamento anche dalle ricchezze del mare e delle montagne. I festival locali, gli spettacoli teatrali e l'artigianato, per non parlare della gastronomia, ricca di sapori per noi del tutto sconosciuti, si combinano per farvi vivere un'esperienza entusiasmante e assolutamente indimenticabile. Ma ciò che vi colpirà più di ogni altra cosa sarà l'ospitalità sincera che incontrerete ovunque.

**Onsen di Jigokudani:**
Le scimmie selvatiche adorano venire a giocare nel "rotemburo", la vasca all'aperto di questi originalissimi onsen.

**Risaie a terrazza "Tanada":**
Questo tipo di risaia è stato concepito in modo da ricavare il maggior numero possibile di appezzamenti su un terreno montagnoso. Ne risulta un paesaggio ricco di elementi nostalgici che ricorda il Giappone antico.

**Il Monte Fuji:**
Non c'è alcun dubbio che questa cima dall'aspetto così elegante sia una delle attrattive più apprezzate del paese e una tappa assolutamente inevitabile per tutti coloro che mettono piede sul suolo giapponese.

**Il mercato di Tsukiji Jogai:**
Questo mercato, dedicato ai prodotti ittici e agricoli, si sviluppa intorno all'entrata del Mercato all'ingrosso del centro di Tokyo, nel quartiere di Tsukiji.

**Cucina Kaiseki:**
Originariamente costituita da un pasto leggero servito prima della cerimonia del tè, la cucina kaiseki si è sviluppata fino a formare un menu completo tra i più raffinati.

**Il mercato Nishiki:**
Meglio conosciuto come "cucina di Kyoto", l'antica capitale, questo mercato è composto da circa 140 bancarelle che si snodano le une accanto alle altre ai lati di un viale lungo 400 metri.

# Mercati all'aperto e specialità gastronomiche

**Assaporate i prodotti migliori e più freschi che arrivano direttamente dal mare e dalle montagne e gustate le delizie della vera cucina giapponese nei luoghi stessi della sua alchimia.**

Di passaggio in un paese straniero, vorrete senz'altro sperimentare l'"autentica" cucina del posto. Il modo migliore per farlo, avvicinandosi il più possibile al "gusto giapponese", è senza dubbio visitare i mercati locali. Un mercato brulicante di gente è il luogo ideale per scoprire la straordinaria varietà di cibi e di ingredienti esotici proposti agli acquirenti. Il solo guardare è già un piacere; comprare è un piacere più grande ancora, senza nemmeno spendere somme eccessive! Mangiare, poi, è l'esperienza culinaria più incredibile che possiate fare, naturalmente tra le bancarelle. Tutto questo renderà la vostra visita al mercato uno dei momenti più entusiasmanti del vostro viaggio!

In Giappone, soprattutto nelle grandi città, i ristoranti propongono tutte le cucine del mondo. Potrete mangiare qualsiasi cosa vorrete, dalla cucina italiana o francese agli hamburger americani, dai cibi dell'America Latina alla vasta scelta gastronomica di ogni paese dell'Asia. Ma per un viaggiatore che arriva dall'altra parte del mondo, non c'è cosa più ricercata della vera cucina locale. La cucina giapponese è un vero e proprio caleidoscopio di sapori, che vi offre allo stesso tempo un pasto a base di "kaiseki-ryori" nei ristoranti più lussuosi e raffinati, gli imperdibili "sushi", "sashimi", "tempura" e "sukiyaki", le varietà di pasta "soba" e "ramen", ancora più tradizionali, e i deliziosi "yakitori" e "robata-yaki". Vi state chiedendo cos'hanno in comune tutti questi piatti? Sono sani e dietetici, oltre ad essere preparati con ingredienti freschissimi. Il loro sapore? Nulla di più squisito. Grazie alle ottime condizioni igieniche, il Giappone, ancora una volta, offre il meglio.

(Troverete informazioni più approfondite a pagina 40.)

**Sushi:**
Pesce tagliato fine, crostacei o altri prodotti ittici ricoprono polpettine di riso insaporite con aceto.

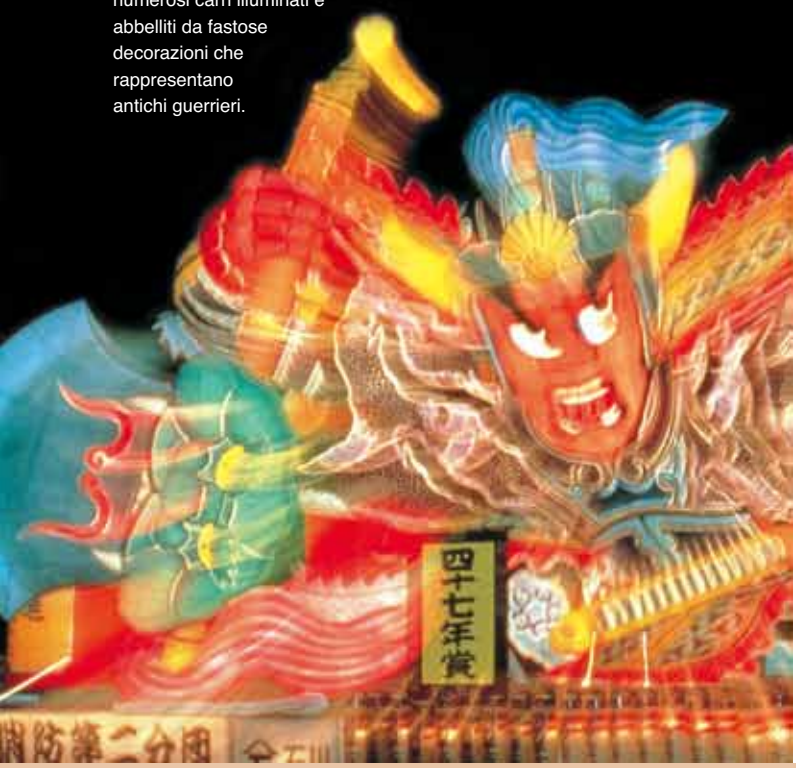
# Festival e manifestazioni

Fatevi coinvolgere dall'atmosfera effervescente di una "matsuri", uno dei tantissimi festival giapponesi! Sarete contagiati dalla febbre della festa prima ancora di rendervene cont

Commovente, affascinante, magnifico… In ogni angolo del Giappone le comunità festeggiano con festival e manifestazioni il passaggio da una stagione all'altra. Quasi ogni giorno, in qualche parte del Giappone, è probabile che si stia celebrando un festival, una "matsuri". Molti di essi hanno origine dallo Scintoismo e dal Buddismo, ma altre manifestazioni, come la Festa della Neve e gli spettacoli di fuochi d'artificio, sono organizzate in modo magistrale sia per la popolazione locale che per i viaggiatori di passaggio.

Sin dall'antichità, i giapponesi hanno attribuito ai vari elementi della natura poteri spirituali e sacri, venerandoli come divinità, o "kami". È proprio questa credenza nell'incarnazione del divino in tutto ciò che esiste ad essere considerata all'origine dello Scintoismo. Le "matsuri", le cui radici affondano nello Scintoismo, vengono celebrate per rendere omaggio alle divinità e per comunicare con esse, chiedendo raccolti abbondanti e benessere economico, o pregando affinché la comunità e ognuno dei suoi membri possano trascorrere un anno pieno di serenità e prosperità.

**Nebuta Matsuri:**
Durante questo festival, per le strade del paese sfilano numerosi carri illuminati e abbelliti da fastose decorazioni che rappresentano antichi guerrieri.



Ogni stagione è caratterizzata dal suo ciclo di "matsuri", i festival colorati, e dalle sue manifestazioni. Entrerete nel vero spirito del Giappone solo scoprendo i suoi festival.

**Awa Odori:**
Questo famoso festival di danze folcloristiche si svolge a Tokushima, nell'isola di Shikoku.

Solo chi ha già partecipato a un festival giapponese può capire la meraviglia e l'entusiasmo che si prova nell'assistervi. Consultate subito il calendario e non esitate: buttatevi!
(Per informazioni più dettagliate, consultate le pagine 24~27.)

**Gion Matsuri:**
Questo festival annuncia l'arrivo dell'estate a Kyoto. Il culmine della festa è una processione di giganteschi carri su ruote.

**Sanja Matsuri:**
La Sanja Matsuri, il più peculiare tra i festival di Tokyo, è caratterizzata da una sfilata di "mikoshi", reliquiari trasportati a mano.

# Musei e gallerie d'arte...

## Potreste vivere un'emozione che non avete mai provato...

Il Giappone è un paradiso per gli amanti dell'arte! Venite a vivere questa esperienza!

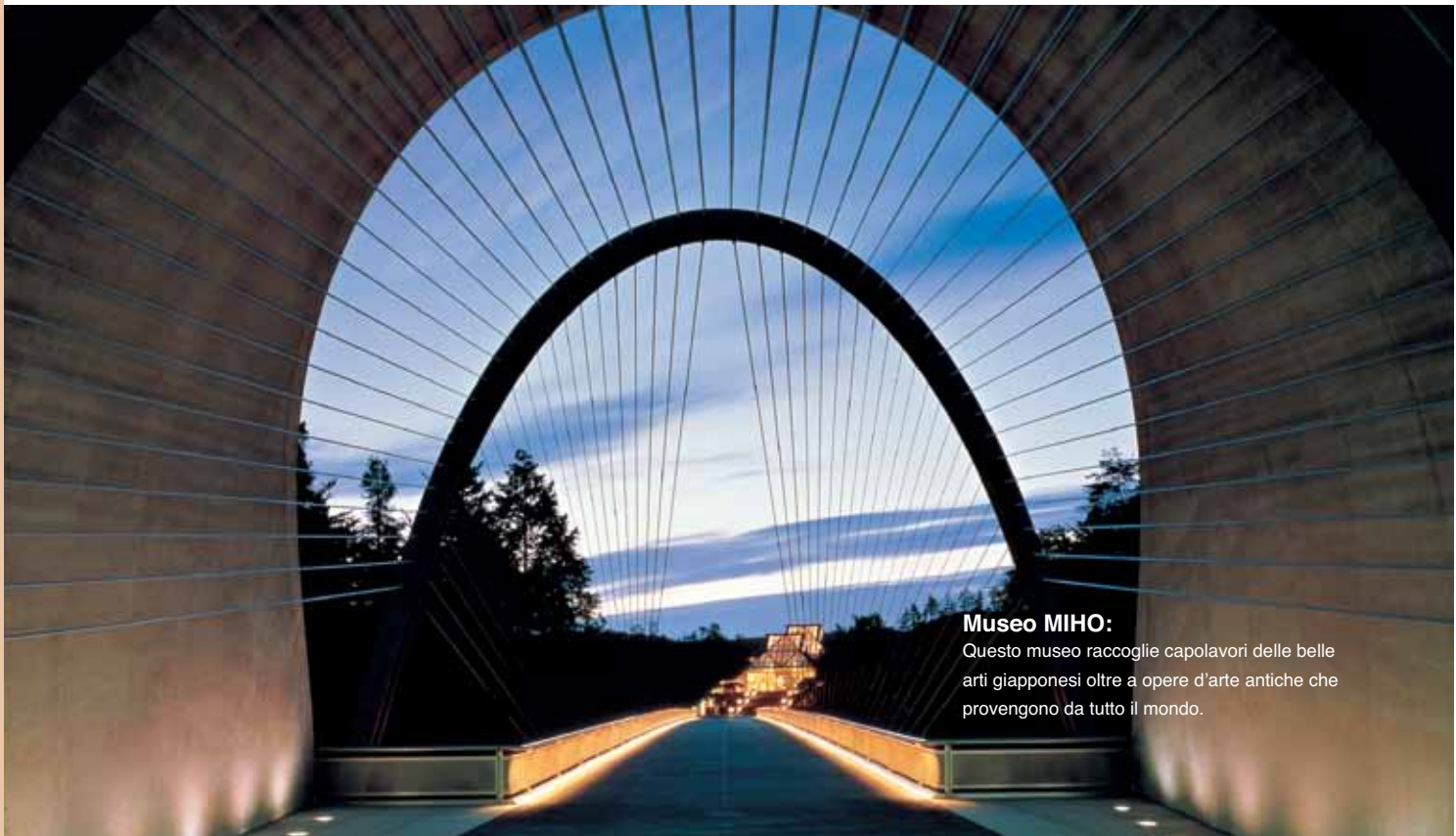
**Museo Nazionale di Tokyo:**
Il più grande museo del Giappone, vanta una collezione di più di 80.000 pezzi.

Le meraviglie della natura risplendono di una bellezza, diversa ad ogni stagione, che durante i secoli ha infuso nei giapponesi un senso dell'estetica molto particolare. L'arte e l'artigianato giapponesi, famosi per la loro bellezza raffinata, sono caratterizzati dalla delicatezza delle forme e dalla cura del dettaglio. L'arte giapponese, sviluppatasi nel corso di più di 1000 anni, comprende una vastissima gamma di generi che vanno dalla pittura, con i famosi "ukiyo-e", i quali hanno esercitato una profonda influenza sugli impressionisti francesi, alle rappresentazioni serene di un Budda dal viso sempre benevolo, alle lacche, alle ceramiche e ai tessuti dell'artigianato tradizionale o alle armature e alle spade degli antichi guerrieri, fino ad arrivare alle espressioni artistiche più moderne.

Non c'è da stupirsi, quindi, se il Giappone è disseminato di musei di tutti i tipi. Quale che sia la regione che visiterete, vi troverete, svoltato l'angolo, davanti a un museo o una galleria in cui sono esposte opere tipiche dell'arte locale. Nei musei avrete spesso la possibilità di ammirare immagini buddiste dichiarate tesori nazionali, che di solito vengono gelosamente custodite all'interno dei templi. Il Giappone vi farà aprire gli occhi su un universo estetico a voi ancora sconosciuto. Il ricordo più profondo che porterete per sempre con voi dal paese del Sol Levante sarà probabilmente il segno che l'arte giapponese lascerà dentro di voi…
(A pagina 28 troverete un elenco di musei.)

**Galleria dell'Artigianato Giapponese:**
Questo museo, situato all'interno di una casa tradizionale, espone oggetti di artigianato antico.

**Museo Hiroshige di Tokaido:**
La collezione esposta in questo museo comprende principalmente le opere di Utagawa Hiroshige, uno dei più grandi maestri della stampa ukiyo-e.



**Museo MIHO:**
Questo museo raccoglie capolavori delle belle arti giapponesi oltre a opere d'arte antiche che provengono da tutto il mondo.

**Kabuki:**
Il Kabuki, le cui origini risalgono a quattro secoli fa, è un genere teatrale che riunisce commedia e dramma, danza e musica.

**Ikebana:**
Il significato intrinseco di queste composizioni floreali è la creazione di un mondo dominato da un'autentica armonia fra tre unità che simboleggiano il cielo, la terra e l'uomo.

© Japan Sumo Association

**Sumo:**
Quest'arte marziale, le cui origini risalgono all'antichità del Giappone, un tempo era un rito basato sul cerimoniale scintoista. Ancora oggi conserva buona parte di questo meraviglioso rituale.

# Arti tradizionali dello spettacolo e Arti dell'effimero

Dai genitori ai figli, dai figli ai nipoti...
Le arti teatrali tradizionali e i gesti ancestrali dell'ikebana e della cerimonia del tè si tramandano di generazione in generazione.

Assimilate fino in fondo lo spirito della cultura giapponese.

Il Giappone è un vero e proprio scrigno di tesori traboccante di arti tradizionali dello spettacolo, di cui può senza dubbio vantarsi davanti al mondo intero. Prendete ad esempio il teatro Kabuki: inscenato su un palcoscenico dai colori sgargianti, riesce a toccare l'animo di ogni spettatore, sia esso giapponese o straniero. Il teatro No, estremamente stilizzato, è profondamente imbevuto del mistero dello "yugen", un valore estetico nel senso più assoluto che si basa sulla bellezza profonda e raffinata che va oltre le parole e le forme concrete. Il Bunraku, un teatro di marionette, è la rappresentazione meravigliosa e vibrante dei conflitti esistenti tra gli ideali etici imposti e le realtà dell'amore e dell'esistenza, come pure della danza delle emozioni di uomini e donne del popolo. L'azione è accompagnata dalle note dei "shamisen", strumenti a tre corde, e dal canto epico del "joruri".

Quelle che si potrebbero chiamare le "arti tradizionali dell'effimero", come la cerimonia del tè o la composizione floreale, l'"ikebana", sono molto di più di una semplice ricerca della perfezione artistica. Sono "vie" spirituali che conducono alla padronanza dei valori tradizionali del "wabi" (la bellezza dell'austerità) e del "sabi" (l'eleganza e la serenità di un tempo passato). Vi sono moltissimi luoghi in cui potrete cimentarvi nella cerimonia del tè, nell'ikebana o in un'altra di queste arti dell'effimero. Avrete persino la possibilità di imparare a indossare un kimono senza alcun aiuto. Provate questa esperienza, potreste scoprire una parte della vostra personalità che non conoscevate…
(Troverete informazioni più dettagliate a pagina 29.)

**Noh:**
È la forma più antica di teatro musicale giapponese; le prime opere teatrali del Noh risalgono al XIV secolo.

# Architettura

**Il primo edificio è una struttura in legno eretta circa 1400 anni fa. Il secondo, in cemento armato, è stato costruito da appena un anno. Questi due edifici sono eccezionali esempi di un'architettura che è l'orgoglio del Giappone.**

Dove si trova la struttura in legno più antica al mondo? E dove la più grande? Ebbene sì, si trovano entrambe in Giappone. La prima è il Tempio Horyuji, costruito nel 607, e la seconda è il Tempio Todaiji (quello che si può ammirare oggi è stato ricostruito nel 1709 ed è alto 57 metri). Gli edifici buddisti giapponesi hanno sviluppato e conservato caratteristiche architettoniche proprie, sebbene per molto tempo abbiano subito l'influenza della Cina. Nel corso del vostro viaggio in Giappone vedrete moltissimi esempi di questi splendidi edifici tradizionali nelle antiche capitali di Nara, Kyoto e Kamakura.

Tra la seconda metà del XVI secolo e la fine del XVII, i signori feudali del Giappone fecero a gara per dimostrare il loro potere costruendo magnifici castelli. L'esempio più famoso che ci resta di questa "gara di costruttori" è l'elegante Castello di Himeji. Tuttavia, gli edifici tradizionali non sono i soli testimoni della maestria architettonica del Giappone. L'architettura occidentale moderna ha esercitato una profonda influenza nell'arcipelago a partire dalla seconda metà del XIX secolo. Ma bisogna considerare prima di tutto che per i giapponesi la bellezza di un edificio, sia esso antico o moderno, si esprime solo se è in perfetta armonia con il suo ambiente naturale.

Le forme e i materiali che caratterizzano la modernità sono senza dubbio diversi da quelli utilizzati in passato, ma la tradizionale esigenza di costruire in armonia con la natura è stata tramandata fino ad oggi e si esprime in capolavori concepiti dagli architetti contemporanei. L'architettura giapponese moderna è considerata l'espressione di una grande originalità e può essere così stimolante che la si potrebbe descrivere come "il prodotto di un'esperienza evolutiva". Confrontate l'antico ed il nuovo dell'universo architettonico giapponese. Le sorprendenti scoperte che farete lasceranno in voi un'impronta indelebile.

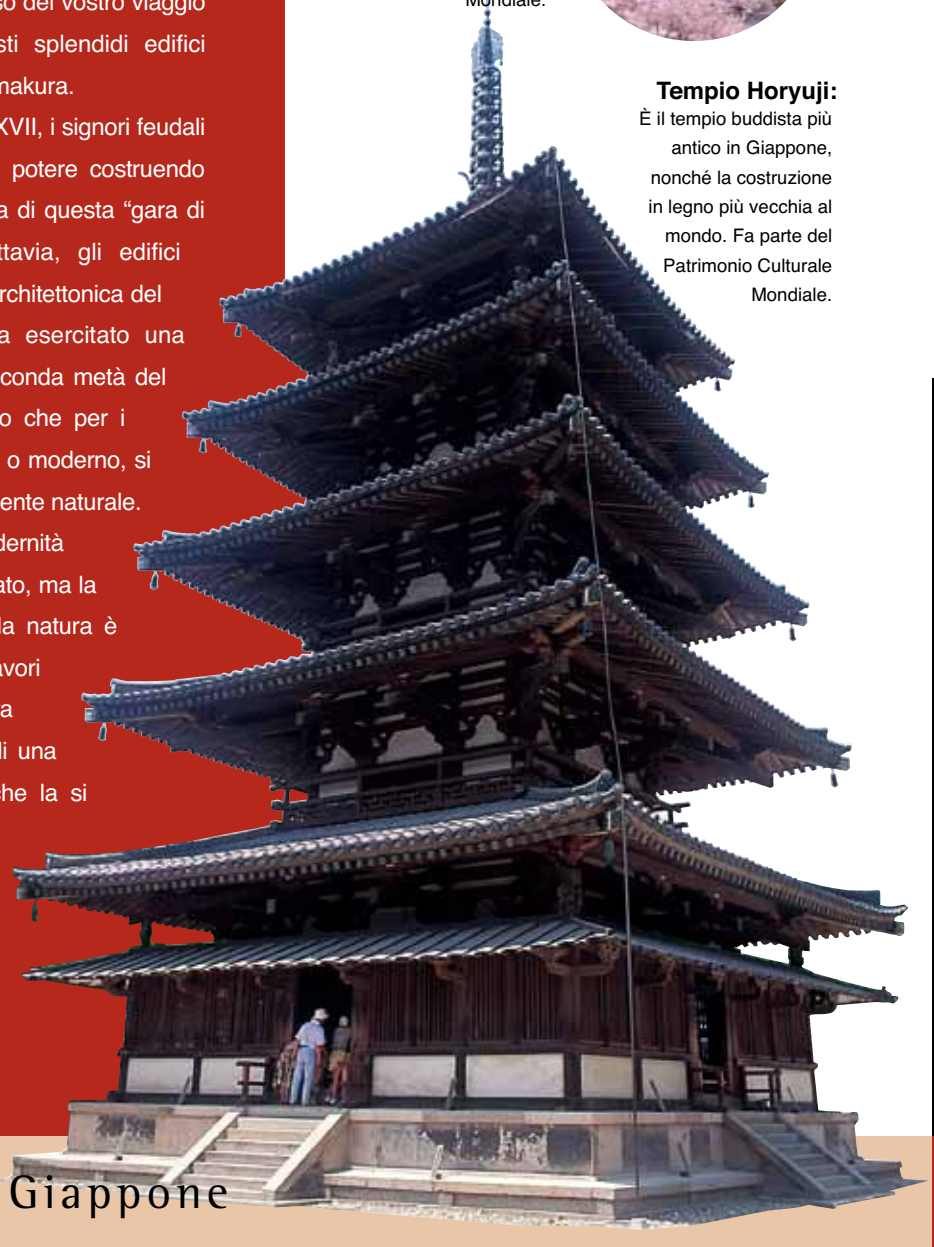
**Awaji Yumebutai:**
Il complesso di Awaji Yumebutai è stato concepito da Tadao Ando in base al tema della "creazione della foresta perduta della vostra dimora".

**Museo d'Arte Contemporanea di Naoshima:**
Questo museo d'arte moderna sorge su una collina dell'isola di Naoshima. Anch'esso è stato concepito da Tadao Ando.

**Municipio di Tokyo:**
Le due torri gemelle del municipio di Tokyo dominano il quartiere Shinjuku. L'edificio è stato progettato da Kenzo Tange.

**Castello di Himeji:**
Soprannominato "Castello dell'Airone Bianco", è un tesoro nazionale ed è stato classificato tra i beni del Patrimonio Culturale Mondiale.

**Tempio Horyuji:**
È il tempio buddista più antico in Giappone, nonché la costruzione in legno più vecchia al mondo. Fa parte del Patrimonio Culturale Mondiale.



# Alta tecnologia

## Cercate d'immaginare il possibile risultato dell'equazione: alta tecnologia x cultura x arte. Ogni aspettativa di vedere apparire qualcosa di avvincente è lecita.

Elettronica, tecnologie informatiche, tecnologie ambientali o di risparmio energetico, scienze biologiche, ecc. Il secolo appena iniziato sarà probabilmente caratterizzato dallo sviluppo di innumerevoli tecnologie d'avanguardia. Il Giappone è al primo posto nel mondo in molti settori tecnologici di fondamentale importanza ed ha al suo attivo molti successi nel campo della ricerca e dello sviluppo. Esempi recenti di alta tecnologia includono i micro telefoni cellulari con televisione incorporata e i robot umanoidi, come Wakamaru e Asimo.

Allo stesso tempo, le società leader nei propri settori inaugurano sale d'esposizione e musei in cui presentano le ultime innovazioni tecnologiche. Si tratta di luoghi aperti al pubblico, molto spesso con ingresso gratuito, istituiti allo scopo di presentare al massimo numero possibile di consumatori gli ultimi risultati ottenuti da queste società nei campi della ricerca e dello sviluppo. Le iniziative e le mostre sono concepite in modo ingegnoso per avvicinare il visitatore alla tecnologia più avanzata in modo divertente, fantasioso e facilmente comprensibile, trasformando questi luoghi in splendidi centri ricreativi.

Non bisogna dimenticare le numerose sottoculture che sono estremamente attive in Giappone. I film d'animazione, i "manga" e i videogiochi suscitano già l'interesse di milioni di appassionati in tutto il mondo. Il Giappone vanta una tradizione culturale ricchissima, ma anche la sua cultura contemporanea può stimolare il vostro interesse e allo stesso tempo soddisfare la vostra curiosità.

**Wakamaru:**
È il robot creato dalla Mitsubishi Heavy Industries Ltd., ispirandosi al concetto di 'vivere in famiglia'. Questo robot comunica spontaneamente con le persone e esegue vari servizi. Non è in vendita, ma è esposto al M's Square, a Shinagawa.

© TCVB

**MEGA WEB:**
"Guardare, guidare e vivere l'automobile". Il salone della mostra MegaWeb della Toyota offre un fantastico ambiente di gioco diviso in tre padiglioni, in cui troverete anche due circuiti per provare le auto.

© Museo d'Arte Ghibli

**Museo Ghibli, Mitaka:**
Il museo è stato progettato da Hayao Miyazaki, il più famoso creatore di cartoni animati giapponese, conosciuto per aver vinto il premio 'Spirited Away'. È consigliata la prenotazione su appuntamento. http://www.ghibli-museum.jp/. Per informazioni sui biglietti, si veda: http://www.jtbmt.com/sunrisetour/ (dal Giappone) e http://www.ghibli-museum.jp/ticket/overseas.html (dall'estero).

**Centro di Intercomunicazione NTT o ICC:**
Dedicato al tema della "comunicazione", l'ICC offre una serie impressionante di attrazioni, tra le quali una mostra di arte mediatica basata sulle tecnologie elettroniche più avanzate.

**ASIMO:**
Questo robot umanoide è stato creato utilizzando le tecnologie più avanzate. Lavora come interprete al fianco dei membri del personale (vale a dire, veri esseri umani) del Museo Nazionale delle Scienze e della Tecnologia di Tokyo.

ASIMO

# Tokyo e dintorni

Tokyo è indubbiamente la metropoli più affascinante dell'Asia. Qui le tradizioni dei secoli passati coesistono con gli elementi in continua evoluzione della cultura urbana più moderna, ed entrambi sono l'espressione di una vitalità e di un'energia molto particolari.

Shibuya, Tokyo

Il **Palazzo imperiale**, conosciuto un tempo come il "Castello di Edo", è ancora circondato dai profondi fossati scavati all'epoca della sua costruzione. Il muro di cinta è interrotto a intervalli regolari da maestose porte e antiche torri di guardia. Il Nijubashi, un elegante ponte a due archi, conduce all'ingresso principale, aperto al pubblico in occasioni speciali. Il Giardino Est (Higashi Gyoen), un tempo occupato da un torrione, è abbellito da una vegetazione rigogliosa che

Palazzo imperiale

lo rende un luogo ideale per il rilassamento in ogni stagione.

Nella zona ovest di Tokyo si trova il quartiere di **Marunouchi**, il più esteso distretto d'affari del Giappone. Qui, i vecchi edifici sono stati sostituiti dai nuovi, attraenti complessi di uffici, negozi e ristoranti, che richiamano numerosi visitatori.

A circa dieci minuti di cammino si raggiunge il quartiere **Ginza**, famoso in tutto il mondo per l'eleganza dei negozi e lo sfavillio delle insegne multicolori.

Lasciatevi alle spalle la confusione di Ginza e di Yurakucho e dirigetevi verso l'ampio quartiere di **Ueno** dove vi attende il parco omonimo, il più grande della capitale. Dall'inizio di aprile, il giardino si trasforma in un paradiso di ciliegi in fiore: gli alberi si tingono di un delicato color rosa e attirano una folla di persone che vengono qui per una passeggiata o per un picnic. Il parco, che ospita numerosi musei di vario tipo, forma un grande centro artistico e culturale.

**Akihabara**, il distretto dell'elettronica più grande e famoso nel mondo, è stato soprannominato 'la Mecca degli *Otaku*', o anche detti fan dei cartoni animati e dei video giochi. Vi sono molti negozi di manga, costumi e figure di cartoni animati.

Se volete fare un tuffo nella Tokyo di una volta, non c'è nulla di meglio del quartiere di **Asakusa**. Le sue numerose stradine sono fiancheggiate da vecchie case e botteghe che vendono articoli tradizionali, dai kimono ai pettini fabbricati a mano. Il **Tempio Kannon di Asakusa**, attorno al quale si concentrano i negozietti e le bancarelle, è il luogo ideale per fare incetta di souvenir.

A **Shinjuku**, nella parte occidentale e più moderna della città, i bar e i locali notturni si affiancano ai grandi magazzini e ai negozi in cui vi sarà proposto uno shopping raffinato e sofisticato. In questa zona così frenetica, il **Parco Nazionale di Shinjuku Gyoen** vi sembrerà un'oasi di pace. Nel quartiere di Hatsudai, a pochi passi, troverete il complesso della **Tokyo Opera City**, un teatro d'opera di altissimo livello.

**Shibuya**, vicino al tranquillo **Santuario Meiji** e a **Harajuku** e **Aoyama**, i quartieri più alla moda della città, è il luogo ideale per chi desidera fare acquisti e svagarsi allo stesso tempo. Molto frequentato, in particolare dai giovani più "in" della capitale, Shibuya è il centro da cui passano tutte le innovazioni della città e dove nasce e si diffonde continuamente la "cultura giovanile". È il centro della moda e dell'arte internazionale, che di questo luogo hanno fatto la loro vetrina. Sedersi sulla terrazza di un bar e sorseggiare una bevanda osservando il viavai dei passanti sarà un piacere a cui non potrete resistere.

Il quartiere di **Roppongi**, conosciuto presso i visitatori da tutto il mondo per i locali notturni, si sta rapidamente sviluppando anche come centro culturale ed artistico, con la **Tokyo Middletown**, il **National Art Center Tokyo** and **Roppongi Hills**.

**Odaiba**, costruita su una zona bonificata del porto di Tokyo, presenta un grande centro commerciale e l'Ooedo-Onsen Monogatari, entusiasmante parco dei divertimenti con sorgenti termali.

Rainbow Bridge, nel quartiere di Odaiba

## Escursioni nei dintorni di Tokyo

**Tokyo Disney Resort**®, il parco a tema più amato dai giapponesi, è raggiungibile dalla stazione di Maihama, a 17 minuti di treno dalla stazione di Tokyo.

**Yokohama**, la seconda città per grandezza del Giappone, è stata tra le prime ad aprirsi ai residenti stranieri durante la Restaurazione Meiji (1868-1912). Oggi è un centro portuale brulicante di attività, caratterizzato da numerosi edifici storici e dal grande **Giardino Sankeien**. Il "**Minato Mirai 21**", situato in riva al mare, è un polo d'attrazione per le giovani generazioni. Qui potrete fare un gradevole shopping, magari prendendovi una pausa per godervi un'eccezionale esperienza culinaria. Il quartiere cinese di Yokohama, **China Town**, ospita anch'esso

numerosi ristoranti di ottimo livello.

**Kamakura**, a un'ora di treno da Tokyo, è una piccola e tranquilla cittadina costiera caratterizzata da numerosi templi immersi in un'atmosfera ovattata. La presenza del governo feudale, che insediò qui i suoi quartieri nel 1192, ha lasciato un patrimonio storico di grande importanza.

Naturalmente, però, la maggior parte dei visitatori sono attirati a Kamakura dal **Grande Budda** di bronzo. Questo impressionante "Daibutsu" è un gigante alto 11,4 metri e pesante 122 tonnellate, seduto in meditazione nella posizione del loto sotto la volta celeste.

A pochi passi dalla stazione di Kamakura sorgono il **Santuario di Tsurugaoka Hachimangu** e molti altri templi buddisti, semplici o imponenti, che fiancheggiano le vie del quartiere. Passeggiando senza fretta tra queste vie vi sentirete scivolare dolcemente nel XII secolo, nel periodo di maggior splendore di Kamakura. In ogni tempio di cui varcherete la soglia, sarete accolti da splendidi fiori.

Yokohama

**Hakone**, raggiungibile in un'ora e 30 minuti di treno dalla stazione di Shinjuku, a Tokyo, è una località di villeggiatura famosa per le sorgenti termali ed incastonata tra le splendide montagne del Parco Nazionale di Fuji-Hakone-Izu. Una delle attrazioni più interessanti è il **Museo all'aria aperta**, dove potrete ammirare centinaia di sculture. Sarà impossibile resistere alla tentazione di immergervi in una delle tantissime sorgenti termali; se poi deciderete di prendere parte ad una delle crociere organizzate sul **Lago Ashi**, avrete la possibilità di ammirare il Monte Fuji da una prospettiva inedita e paesaggi davvero magici. A **Owakudani** vi sorprenderà la vista dei tantissimi getti di vapore acqueo e zolfo che fuoriescono dalle spaccature nascoste tra le rocce.

Il **Monte Fuji**, che raggiunge i 3.776 metri di altezza, è la cima più alta del Giappone ma ne è soprattutto il simbolo più famoso. Durante i mesi di luglio e agosto costituisce un luogo ideale per le scalate, ma è anche una zona naturalistica che offre una vasta gamma di possibilità di svago. L'area del Monte Fuji comprende, a nord, il distretto dei **Cinque Laghi del Monte Fuji**, dove potrete dedicarvi a escursioni, gite in barca, pesca, campeggio o picnic.

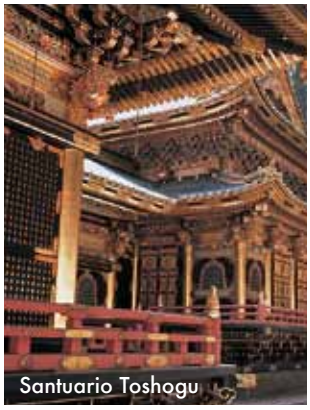
La **penisola di Izu**, a sud di Hakone, è una meta molto apprezzata per le sue stazioni termali. La catena montuosa di Amagi, con le sue innumerevoli sorgenti calde e le sue cascate, costituisce la spina dorsale della penisola.

Le **sette isole di Izu** sono uno splendido luogo di villeggiatura caratterizzato da magnifici paesaggi marini e da una stupefacente conformazione vulcanica. L'**isola di Oshima** è una delle più apprezzate e dista soltanto 2 ore e 20 di traghetto da Tokyo, il che consente di scoprirla con un'escursione giornaliera.

L'**onsen di Kusatsu** è una delle stazioni termali più conosciute del Giappone; si trova a meno di quattro ore da Tokyo, a cui è collegato con una linea diretta di autobus. L'acqua minerale delle terme, abbastanza acida da sciogliere una moneta da 1 ¥ in una settimana, è straordinariamente efficace.

**Nikko**, a due ore di treno da Tokyo, è un luogo di straordinaria bellezza naturale, nonché sede di uno dei capolavori architettonici del Giappone che non bisogna assolutamente perdere. Il **Santuario Toshogu**, che ospita il mausoleo del fondatore dello shogunato dei Tokugawa, è il punto centrale della città. Il complesso di edifici, caratterizzati da una grande complessità decorativa e da colori di rara vivacità, è di una bellezza insolita per il Giappone.

Lago Ashi e Monte Fuji


Santuario Toshogu

## Onsen

Il Giappone è come una gigantesca spugna impregnata d'acqua bollente, una vera e propria distesa di sorgenti calde. Se ne contano circa 1.800, attorno alle quali, nel corso degli ultimi venti secoli, sono stati costruiti gli onsen (stazioni termali), che rappresentano passatempi preferiti dai giapponesi. Le terme offrono una quantità sbalorditiva di modi per fare una delle esperienze apparentemente più banali: immergersi in acque minerali calde. Immergetevi nella vasca di un onsen: sarà un'esperienza indimenticabile.

Siti iscritti nella Lista del Patrimonio Mondiale dell'UNESCO

- Santuari e templi di Nikko [Tochigi]

# Kyoto e Nara

Le due antiche capitali, che custodiscono tesori inestimabili e tradizioni mai decadute, sembrano non essere state scalfite dal trascorrere del tempo. Gli antichi templi e le vie tradizionali in cui l'aria profuma di serenità corrispondono proprio all'immagine di quel Giappone che avete sempre sognato.

Maiko © Città di Kyoto

**Kyoto** è stata la capitale del Giappone per più di mille anni e in quel periodo ha dato luogo alle massime espressioni dell'arte, della cultura, della religione e delle idee. In treno super-veloce Shinkansen arriverete da Tokyo a Kyoto in 2 ore e 40 minuti; la città si trova a 1 ora e 15 minuti dall'Aeroporto Internazionale di Kansai, vicino a Osaka.

Nel centro di Kyoto troverete il Palazzo imperiale, famoso perché rappresenta la quintessenza della semplicità architettonica. (N.B.: per visitarlo è necessario prenotare, presentando il passaporto, 20 minuti prima del tour delle 10 e/o delle 14.) Vicino al palazzo si erge il **Castello Nijo**, caratterizzato da un'architettura più elaborata, dimora dello Shogun Tokugawa Ieyasu in occasione delle sue rare visite alla città.

Tempio Kiyomizu

**Gion Corner**, nelle vicinanze di Shijo-Kawaramachi, è il luogo ideale per scoprire il teatro e le arti tradizionali giapponesi. I ristoranti in stile antico, abbelliti da squisite decorazioni, sottolineano l'atmosfera raffinata che l'intero quartiere emana. All'interno del settore di Higashiyama, il **Tempio Sanjusangendo** si distingue per le sue 1001 statue in legno dorato di Kannon, la dea della misericordia. Il **Tempio Kiyomizu** è famoso per la sua struttura sostenuta da palafitte di legno; esso domina una splendida valle e offre una vista magnifica della città. Il **Tempio Ginkakuji**, il Padiglione d'argento, deve la sua fama alla sua incantevole architettura e ai giardini paesaggistici minimalisti.

La **villa imperiale di Katsura**, situata nei quartieri occidentali di Kyoto, è considerata uno dei gioielli più preziosi dell'architettura e del giardino paesaggistico tradizionale giapponese. La **villa imperiale di Shugakuin** è stata costruita nel XVII secolo dallo shogunato dei Tokugawa come luogo di ritiro per l'Imperatore Go-Mizuno. Per visitare questi due luoghi è necessario ottenere un permesso presso l'Agenzia della Casa imperiale. Presentate domanda con il maggior anticipo possibile.

**Arashiyama**, a 20 minuti di treno dal centro di Kyoto, ospita numerosissimi templi e botteghe. Apprezzerete sicuramente una visita a piedi o in bicicletta; nei giorni di bel tempo potrete fare una stupenda passeggiata.

È nella parte occidentale di Kyoto che troverete l'eldorado dei turisti: i **Templi Kinkakuji** e **Ryoanji**. Lo sfavillante Kinkakuji, soprannominano il Padiglione d'Oro, è in netto contrasto con il Ryoanji, il cui giardino di pietre e di sabbia bianca incarna l'essenza stessa della semplicità.

Arashiyama

**Nara**, situata a 42 km a sud di Kyoto, è una delle antiche capitali del Giappone e, come Kyoto, fu culla dell'arte, della letteratura e della cultura giapponesi; oggi è un centro di sviluppo industriale.

Le attrazioni di maggior interesse per i turisti sono concentrate intorno alla stazione di Nara. Nel **Parco di Nara**, meglio conosciuto come il "Parco dei cervi", potrete vedere gli eleganti animali addomesticati giocare in completa libertà.

A occidente si trova il **Tempio Kofukuji**, costruito nel 710. Nella Casa del Tesoro Nazionale sono esposte numerose statue buddiste di grande valore; all'interno del muro di cinta si erge una pagoda a cinque piani che si riflette nelle acque dello stagno Sarusawa.

Il **Museo Nazionale di Nara** ospita un'importante collezione d'arte buddista che comprende pezzi caratteristici di ognuno dei periodi della sua storia.

Ma probabilmente il monumento antico più famoso della città è il **Tempio Todaiji**, che ospita il Grande Budda di Nara. Il Daibutsu-den, dove è conservata la statua di bronzo, è la costruzione in legno più grande del mondo.

Tempio Todaiji

Un altro luogo molto frequentato dai turisti è il **Grande Santuario Kasuga**, eretto nel 768, uno dei santuari scintoisti più famosi del Giappone. Gli edifici dipinti di rosso vermiglio creano un contrasto sorprendente ma bellissimo con la vegetazione circostante. 1.800 lanterne di pietra sono disposte lungo il muro di cinta del santuario e un migliaio di lanterne di metallo sono appese nei suoi corridoi.

Il **Tempio Horyuji**, a 45 minuti di treno dalla stazione di Nara, non è soltanto un complesso di straordinaria bellezza, ma anche uno dei luoghi di culto più importanti del Giappone. Si tratta del più antico tempio del paese rimasto intatto: è stato eretto nel 607. Formato da una quarantina di edifici, rappresenta la struttura in legno più antica al mondo.

**Siti iscritti nella Lista del Patrimonio Mondiale dell'UNESCO**

- **Monumenti storici dell'antica Kyoto (città di Kyoto, Uji e Otsu) tra i quali il Tempio Kinkakuji e 16 altri templi e santuari.**
- **Monumenti buddisti di Horyuji [Nara].**
- **Monumenti storici dell'antica Nara tra cui il Tempio Todaiji e altri 7 templi e santuari.**

**Da ricordare**

## Il Giappone, paese del turismo sicuro

Il Giappone è famoso per la sicurezza che regna nelle strade delle sue città, ma per comprendere fino in fondo quanto questa affermazione sia vicina alla realtà, dovete avventurarvi nel paese stesso. Le donne possono andare in giro da sole un po' ovunque, a qualsiasi ora del giorno e della notte. Non è raro vedere bambini che prendono da soli la metropolitana e dormire sui treni è quasi uno sport nazionale! Una giacca o una borsa lasciati sul tavolo di un bar o di un ristorante in attesa del loro proprietario non preoccupano né tentano nessuno. Tutti gli abitanti o quasi vi possono raccontare di quella volta che hanno perduto il portafogli e la polizia gliel'ha riportato, o è stato ritrovato qualche giorno più tardi nello stesso luogo, senza che fosse stata sottratta nemmeno una moneta. Naturalmente, questo non significa che potete dimenticare le regole base della sicurezza. Il buon senso vale in Giappone come in qualunque altro paese. Fate attenzione alle vostre cose e a ciò che succede intorno a voi. Ma niente ansia, in Giappone si viaggia in tutta sicurezza!

Tempio Yakushiji

Parco di Nara

# Chubu

La regione di Chubu si trova quasi esattamente nel centro geografico del Giappone. Qui troverete le cime slanciate delle "Alpi giapponesi", il litorale del Mare del Giappone dove sopravvivono ancora alcuni degli stili di vita tradizionali più antichi del paese e la costa del Pacifico, dove sorgono industrie tra le più avanzate. La regione presenta una straordinaria ricchezza per ognuno di questi aspetti.

Kanazawa

## Nagoya e dintorni

**Nagoya**, la quarta città del Giappone, si trova a 366 km da Tokyo, da cui è raggiungibile in 1 ora e 50 minuti di treno super-veloce Shinkansen, oppure in 1 ora da Shin-Osaka. Nagoya è un'antica città fortificata, attraversata da un fitto reticolo di strade e di viali. Questa zona è il cuore dell'industria della porcellana, delle lacche, dei "shibori-zome", delle stoffe annodate, legate e dipinte, e di tantissimi altri tipi di arte e artigianato. Vicino al centro città si trova il **Castello di Nagoya**, che originariamente fu una delle residenze e il quartier generale del clan dei Tokugawa. Il Museo d'Arte Tokugawa vale sicuramente una visita per la sua collezione di circa 10.000 opere ed oggetti appartenuti alla famiglia Tokugawa.

Nei dintorni di Nagoya si trovano vari centri di produzione della ceramica. **Seto**, a 30 minuti di treno da Nagoya, è una delle più importanti città del Giappone per la produzione della ceramica ed è molto famosa per le terrecotte e i forni di

Castello di Nagoya

cottura. Troverete ovunque negozietti o laboratori in cui vi sarà data la possibilità di cimentarvi nella fabbricazione di una terracotta. I piatti, venduti a prezzi ragionevoli, sono souvenir molto apprezzati dal turista di passaggio. **Tokoname**, a 40 minuti di treno da Nagoya, è ormai da tempo conosciuta per l'originalità della sua ceramica Tokoname-yaki.

Il castello dalle mura bianche, la fortezza più antica esistente in Giappone, ha reso celebre **Inuyama**, situata a 30 minuti di treno da Nagoya.

Il **Museo Meiji-mura**, a circa 1 ora di autobus da Nagoya, è un impressionante museo all'aria aperta in cui potrete ammirare edifici risalenti all'era Meiji (1868-1912).

## Escursioni con partenza da Nagoya

Il **Parco Nazionale di Ise-Shima** ospita il Grande Santuario di Ise, ma anche numerosi luoghi di pesca delle perle disseminati lungo il suo splendido litorale.

Il **Grande Santuario di Ise**, che si trova a circa 1 ora e 30 minuti di treno da Nagoya, è il santuario scintoista più venerato del Giappone. Il complesso principale viene completamente ricostruito ogni 20 anni.

**Toba**, a 20 minuti di treno o a 40 minuti di autobus dalla stazione di Ise, è una città portuale famosa per i suoi "**scogli uniti**", due isolotti collegati da una corda lunghissima, uno dei luoghi di venerazione più sacri dell'arcipelago. Non dimenticate di fare un giro sull'**isola delle perle di Mikimoto**, il luogo in cui le perle sono state coltivate per la prima volta.

**Takayama**, a 2 ore e 10 minuti di treno super-rapido da Nagoya, è un'antica città fortificata situata in una valle nel cuore delle Alpi giapponesi. Takayama ha conservato molta dell'atmosfera del Giappone antico. La città è di per sé un vero e proprio museo, dove ogni strada o vicolo nasconde una curiosità da scoprire. Ospita un numero elevatissimo di piccoli musei dedicati alle arti tradizionali, a testimonianza della ricchissima tradizione cittadina nel campo dell'artigianato artistico.

Un viaggio in autobus di 40 minuti vi porterà a **Shirakawa-go, un paesino di montagna**. Immerso in un paesaggio rurale che sembra uscito direttamente dall'antichità giapponese, Shirakawa-go è famoso per le sue cascine tradizionali dal tetto di paglia in stile "gassho-zukuri". Alcune di esse, trasformate in piccoli alberghi a gestione famigliare, offrono la possibilità di pernottamento.

Pesca con i cormorani

## Altre regioni

Le **Alpi giapponesi** sono costituite da una catena di cime vulcaniche che si estendono da nord a sud attraverso la parte centrale e più vasta di Honshu. Per la loro bellezza e struttura irregolare sono state spesso paragonate alle Alpi europee. La parte settentrionale costituisce il centro del **Parco Nazionale di Chubu-Sangaku (Alpi giapponesi)**.

**Nagano** è diventata famosa in tutto il mondo da quando nel 1998 ha ospitato i Giochi Olimpici Invernali. In inverno le sue montagne offrono fantastiche piste da sci e, in estate, il clima fresco del luogo è ideale per passeggiate ed escursioni.

Il **Tempio Zenkoji**, situato nel centro di Nagano, è stato uno dei primi in cui si è sviluppata la fede buddista ed è un luogo di grande venerazione da 1400 anni. L'edificio principale, dalla struttura imponente, è annoverato tra i tesori nazionali.

Tempio Zenkoji

Il torrione principale del **Castello di Matsumoto** è stato soprannominato il "Castello del corvo" per il colore nero delle sue mura. Il castello è stato costruito all'epoca delle guerre civili, il che spiega la semplicità delle sue decorazioni, ciononostante emana una bellezza semplice e mascolina.

**Kanazawa**, a 3 ore di treno super-rapido da Nagoya o da Osaka, in passato era una piazzaforte e ancora oggi conserva l'atmosfera dell'inizio dell'epoca feudale.

Il teatro Noh, la cerimonia del tè e le composizioni floreali, forme d'arte tuttora molto diffuse tra gli abitanti della città, sono il risultato di un lungo periodo di pace che risparmiò i loro antenati tra il XVII e il XIX secolo, permettendo ad essi di dedicarsi ad attività diverse dalla guerra. Il **Parco Kenrokuen**, creato nel 1822, si trova in pieno centro città. Si tratta di uno dei tre giardini paesaggistici più belli del Giappone, insieme al Giardino Kairakuen di Mito e al Korakuen di Okayama.

Un viaggio in treno di un'ora e mezza partendo da Kanazawa e passando per Fukui vi porterà al **Tempio Eiheiji**, famoso per essere stato uno dei centri della setta Soto del Buddismo Zen.

Fu fondato dal sacerdote Dogen (1200-1253), che dalla Cina portò in Giappone i precetti del Buddismo Zen.

A nord-est di Kanazawa, la **penisola di Noto** forma un prolungamento nel Mare del Giappone. Il suo litorale è caratterizzato da paesaggi molto diversi. La costa esterna presenta un aspetto irregolare, sfrangiato, mentre la costa interna è punteggiata da baie e calette, alcune delle quali ospitano villaggi di pescatori molto pittoreschi.

La **strada alpina Tateyama Kurobe** offre paesaggi montani di bellezza indescrivibile. Partendo dalla stazione di Tateyama, nella Prefettura di Toyama e servita dalla linea ferroviaria locale la Toyama-Chiho, la strada si snoda come un serpente attraverso la parte settentrionale delle Alpi, terminando a Omachi, nella Prefettura di Nagano. Prendendo la funicolare, la funivia, l'autobus o il filobus, potrete ammirare un magnifico panorama da un'altitudine di 3.000 metri.

Litorale del Mare del Giappone

La Prefettura di **Niigata**, situata a 1 o 2 ore da Tokyo, è una delle regioni più innevate del mondo e durante tutto l'inverno è meta frequentatissima dagli amanti dello sci.

L'**isola di Sado**, a 1 ora di aliscafo da Niigata, è la quinta isola del Giappone. Qui troverete numerose piccole aziende risicole immerse nella natura tra le due catene montuose parallele dell'isola.

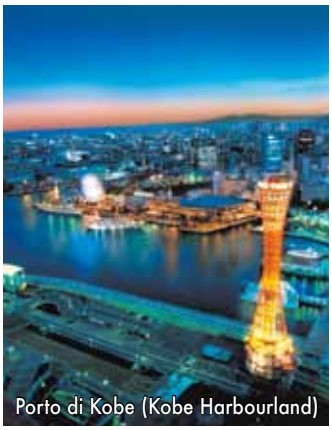
Strada di montagna Tateyama Kurobe

**Siti iscritti nella Lista del Patrimonio Mondiale dell'UNESCO**

- **Villaggi storici di Shirakawa-go e di Gokayama [Gifu, Toyama]**

# Kansai

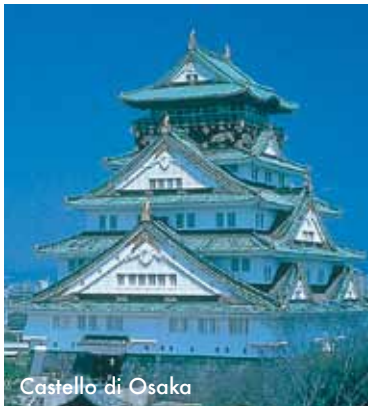
La regione di Kansai, capitale del commercio sin dai tempi più remoti, è sempre stata una zona fiorente. Questa prosperità le conferisce ancora oggi una vitalità e un'energia particolari, che creano un'atmosfera davvero speciale che coinvolge ogni visitatore.


Porto di Kobe (Kobe Harbourland)
©Kobe Convention & Visitors Association

**Osaka**, a 3 ore di treno super-veloce Shinkansen o a 1 ora di aereo da Tokyo, è la terza città del Giappone e il centro industriale e commerciale della parte occidentale del paese. Situata alle foci del Fiume Yodo che si getta nella Baia di Osaka, la città è caratterizzata da un fitto reticolo di canali che si intrecciano al di sotto delle sue strade animate e che hanno avuto un ruolo molto importante nello sviluppo della città.

Città antica e metropoli moderna allo stesso tempo, Osaka ha il privilegio di avere visto nascere il teatro delle marionette Bunraku. La **baia di Osaka** è un luogo assolutamente da visitare, in quanto è un emergente centro di attrazioni alla moda, tra cui l'acquario di Osaka, il **Kaiyukan**, e l'**Universal Studios Japan**, un parco a tema che riproduce l'atmosfera di Hollywood e molto altro ancora.

Se doveste scegliere un luogo soltanto da visitare, la vostra scelta dovrebbe assolutamente cadere sul **Castello di Osaka**, un tempo il più importante del Giappone, che fu costruito nel 1586 da Toyotomi Hideyoshi. La fortezza attuale, che s'innalza su cinque piani, è una copia dell'edificio originale e conserva moltissimi documenti e oggetti d'arte la cui storia è legata direttamente alla famiglia Toyotomi e all'Osaka di un tempo.


Castello di Osaka

**Nakanoshima**, costruita su un piccolo delta tra due bracci del Fiume Yodo, è il centro amministrativo della città. Al suo confine si trova il **Santuario Temmangu**, dedicato a Michizane Sugawara, un illustre erudito. A due passi troverete la strada commerciale Tenjinbashi, che per molto tempo ha prosperato grazie ai pellegrini e ai visitatori del santuario che vi si fermavano per rifocillarsi. I negozi, che si susseguono per tutta la via, offrono uno scorcio dello stile di vita degli abitanti del quartiere.

Se avete voglia di svagarvi o di fare qualche acquisto, scegliete i quartieri di **Umeda** e **Namba**. Umeda, che si estende intorno alla stazione omonima, ospita numerose gallerie sotterranee di stile decisamente moderno che ogni giorno vengono invase da visitatori e acquirenti. Orgogliosa della sua fama di "kuidaore" (il piacere epicureo di godere senza limiti delle delizie della tavola), Osaka è certamente il luogo giusto per i buongustai. Dovete assolutamente provare i piatti più apprezzati della cucina locale come lo "yaki-niku" (carne alla griglia), il "fugu-nabe" (spezzatino di pesce palla), il "kushi-katsu" (spiedini di maiale e di cipolle fritti), il "sushi", naturalmente, ed il "tako-yaki" (polpette cotte al forno e farcite con un pezzetto di polipo fatto cuocere in un brodo). Questi piatti sono solo alcuni esempi di una varietà gastronomica assolutamente eccezionale.

**Kobe**, a 30 minuti di treno da Osaka, è un porto marittimo di primaria importanza sviluppatosi molto velocemente dall'inizio della Restaurazione Meiji, nel 1868. Costruita su colline, Kobe è caratterizzata da innumerevoli stradine che si snodano, salendo e scendendo, lungo i contrafforti di Rokko, che fanno da sfondo alla città e nei quali è consigliabile perdersi.

La **Torre del porto di Kobe**, alta 108 metri, si illumina in modo spettacolare quando cala la sera. Dall'altro lato si trova Harborland, costruita di recente sulla riva del mare. Il quartiere brulica di gente a passeggio, che, una volta sopraggiunta la notte, viene ad ammirare il panorama illuminato di questa grande città portuale.

Le cascate del Nachi

Un'altra tappa da non perdere nella parte occidentale del Giappone è la città di Himeji. Il **Castello di Himeji**※ è uno dei più belli di tutto l'arcipelago. Con i suoi cunicoli e labirinti che un tempo rendevano le mura inespugnabili e con il suo tenue colore alabastro (le mura intonacate di gesso e gli edifici originari), il castello è un tesoro nazionale assolutamente da scoprire.

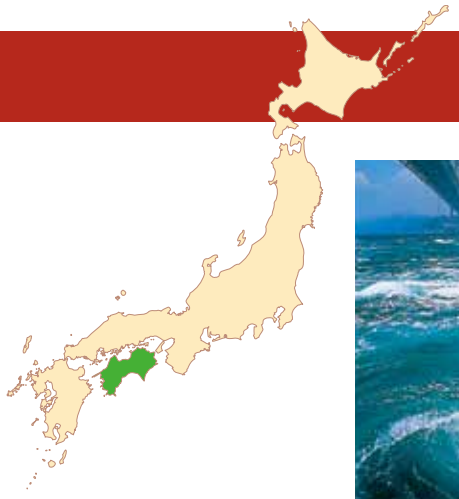
※Il Castello di Himeji sarà sottoposto a restauri da aprile 2010 a marzo 2014. Il torrione principale resterà chiuso dal 12 aprile 2010 fino ai primi mesi del 2011 e vedrà alcune limitazioni all'accesso anche nel 2014.

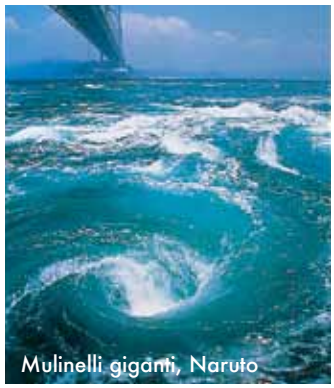
Se volete vivere un'altra esperienza indimenticabile e unica, fate una sosta al monastero situato sulla vetta del **Monte Koya**, a 2 ore di treno da Osaka. Fondato nell'816 da Kobo Daishi, il principale esponente del buddismo Shingon, il monastero riunisce più di 120 templi, 53 dei quali offrono pernottamento e pasti vegetariani a prezzi ragionevoli. Ogni anno, un milione di pellegrini vengono al monastero per dedicarsi al raccoglimento spirituale.

Sito iscritto nella Lista del Patrimonio Mondiale dell'UNESCO

**Castello di Himeji** [Hyogo]
**I luoghi sacri e i percorsi dei pellegrinaggi sulla montagna Wakayama.**[Wakayama]

# Il Mare Interno / Shikoku




Mulinelli giganti, Naruto

La strada di "Shimanami-kaido", inaugurata di recente, collega le isole principali di Honshu e Shikoku con sette magnifici ponti. L'itinerario che attraversa il Mare Interno è caratterizzato dal susseguirsi di stupendi paesaggi, intervallati da scorci di un mare color azzurro turchino punteggiato di barche e navi di ogni dimensione e disseminato di pittoreschi isolotti.

Il **Mare Interno**, Seto-Naikai in giapponese, è delimitato dalle tre isole principali di Honshu, Shikoku e Kyushu. La traversata tra le isole di Honshu e Shikoku è diventata estremamente semplice e piacevole grazie alla costruzione dei sette ponti tra cui ricordiamo il Seto Ohashi, l'Akashi-kaikyo Ohashi e la Shimanami-kaido. L'isola di Shikoku è collegata da battelli e traghetti che partono dalle città di Osaka, Kobe, Hiroshima, Onomichi e Wakayama.

Strada di "Shimanami-kaido"

Il Mare Interno, che offre stupendi paesaggi marini e gode di un clima temperato, è caratterizzato da acque armoniose e tranquille, la cui superficie è punteggiata da più di 600 isole disseminate su 8.200 chilometri quadrati. Non c'è nulla di più piacevole di una passeggiata a piedi o in bicicletta lungo la "**Shimanami-kaido**", una strada lunga 60 chilometri, ideale per chi desideri assaporare fino in fondo la bellezza del panorama. La "Shimanami-kaido", che con i suoi sette ponti collega sei isole più piccole situate tra Honshu e Shikoku, offre panorami stupendi. Il paesaggio costiero, molto vario, è un interessante susseguirsi di porticcioli, villaggi di pescatori, saline e cascinali adagiati sui dolci pendii delle isole.

È possibile raggiungere il **Villaggio Culturale di Naoshima**, sull'**isola di Naoshima** nel Mare Interno, in 1 ora e 30 minuti di treno, auto o traghetto da Okayama. Il "villaggio" ospita un bel museo d'arte contemporanea e la sua architettura s'inserisce armoniosamente nel tranquillo ambiente naturale dell'isola.

L'**isola di Shikoku** è suddivisa in quattro prefetture, le cui capitali sono antiche città fortificate. Le bellezze naturali, costituite dalla pittoresca costa del Mare Interno e dalla costa più movimentata dell'Oceano Pacifico, ne accentuano il fascino dal punto di vista turistico. Raggiungere l'isola è oggi molto semplice grazie a una linea diretta di autobus che collega le città principali della regione di Kansai a quelle di Shikoku.

**Takamatsu**, a 1 ora di treno da Okayama, è il punto di accesso principale per chi arriva da Honshu e punto di partenza molto comodo per viaggiare attraverso l'isola. Vi sono moltissimi luoghi da visitare a Takamatsu. Il **Parco Ritsurin**, per esempio, è uno dei giardini tradizionali più belli della regione. È stato progettato circa 350 anni fa sul luogo dove sorgeva la residenza del clan Matsudaira.

Parco Ritsurin

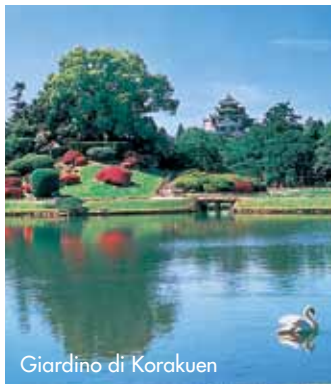
**Matsuyama**, la più grande città di Shikoku, è a 2 ore e 40 minuti di treno super-rapido da Takamatsu o a 1 ora di battello da Hiroshima o Kure. Il **Castello di Matsuyama** è uno dei meglio conservati del paese. La **stazione termale di Dogo**, a 20 minuti di treno da Matsuyama, è una delle più antiche del Giappone.

**Kochi**, a 2 ore e 20 minuti di treno super-rapido da Takamatsu, è la capitale della prefettura che si estende lungo la costa meridionale e centrale di Shikoku e in cui sono molto sviluppate la pesca e l'agricoltura. La sua costa sud-occidentale è diventata un parco nazionale in cui è possibile svolgere numerose attività quali le immersioni subacquee e l'osservazione delle balene.

Si può raggiungere la Prefettura di **Tokushima** partendo da Kansai in poco più di 2 ore e 30 minuti tramite una linea di autobus diretta. La sua capitale, Tokushima, è famosa per il festival danzante Awa-Odori che si svolge ogni estate. **Naruto**, a 40 minuti di treno dalla città, è celebre per i mulinelli giganti che gorgogliano nello stretto di Naruto. Se desiderate vedere più da vicino questi affascinanti mulinelli, potete prenotare un'escursione su un battello da diporto.

# Chugoku

La regione di Chugoku è disseminata di cittadine e paesini tranquilli e incantevoli. Tra il mare e la montagna si nascondono piccoli villaggi di pescatori. È questo il luogo ideale se siete alla ricerca di paesaggi dall'atmosfera nostalgica che rievocano il Giappone antico.


Giardino di Korakuen

Chugoku, situata all'estremità occidentale dell'isola di Honshu, è suddivisa in due territori: Sanyo, la costa del Mare Interno, e San-in, la costa del Mare del Giappone.

Da **Okayama**, a 1 ora di treno super-veloce Shinkansen da Shin-Osaka, si entra nella regione di Chugoku e si raggiunge facilmente l'isola di Shikoku. L'attrazione più importante del luogo è il **Giardino di Korakuen**. Fiorito in tutte le stagioni dell'anno, esso è un capolavoro paesaggistico creato nel 1700 dal signore feudale che all'epoca era a capo del clan Okayama e che trascorse 14 lunghi anni a perfezionare la propria opera.

**Kurashiki**, cittadina in cui le testimonianze del passato, perfettamente conservate, si mescolano in modo armonioso con gli elementi del presente, si trova a 15 minuti di treno da Okayama. Camminando senza fretta nelle viuzze strette del vecchio quartiere dei commercianti, osservando le case dai tetti di paglia e i canali fiancheggiati dai salici, vi sentirete pervasi dell'atmosfera di questa incantevole città. A Kurashiki vi sono svariati musei. Tra questi, molto interessante è la **Galleria d'Arte Ohara**, che vanta una splendida collezione di pitture e sculture famose in tutto il mondo nonché straordinari pezzi dell'artigianato giapponese e capolavori dell'arte antica orientale.

**Hiroshima**, un'antica città fortificata, si trova a 1 ora e 40 minuti di treno super-veloce Shinkansen da Shin-Osaka. La città odierna è stata ricostruita in seguito al bombardamento atomico della seconda guerra mondiale. Situato all'interno del **Parco della Pace**, il Museo Memoriale della Pace espone un'importante collezione di fotografie e oggetti che testimoniano la catastrofe. Qui la Fiamma della Pace arde di fronte al Cenotafio della Pace e arderà fino a che tutte le armi nucleari non scompariranno.

Miyajima

A 25 minuti di treno da Hiroshima e a 10 minuti di battello da Miyajima-guchi si trovano **l'isola di Miyajima** e il **Santuario Itsukushima**, entrambi da non perdere. L'intera isola, con una superficie di 30 chilometri quadrati, è stata classificata dal governo come Sito Storico Speciale e Luogo Panoramico Speciale. Gli edifici del santuario sono collegati gli uni agli altri da corridoi che si snodano sopra la superficie dell'acqua; nei momenti di alta marea, l'intera struttura sembra galleggiare sul mare. Il torii in legno rosso canfora che emerge dalle acque è l'emblema del santuario. Qui, durante tutto l'anno, si tengono numerosi festival, il più spettacolare dei quali è il Kangen-sai che si svolge in luglio e agosto. In occasione di questo festival, la divinità Itsukushima viene caricata su un battello con cui compie un viaggio di una giornata verso i santuari del Mare Interno. Durante tutto il festival viene suonata musica sacra con alcuni strumenti giapponesi antichi.

**Hagi** (stazione di Higashi-Hagi), a 1 ora e 10 minuti di autobus dalla stazione di Shin-Yamaguchi, è un'antica piazzaforte ricca di storia. La città ha visto nascere numerosi samurai che hanno avuto un ruolo molto importante nella Restaurazione Meiji. Le residenze di questi antichi guerrieri, i templi e i santuari sono numerosissimi sia all'interno che nei dintorni della città, caratterizzata da un'atmosfera tranquilla e raffinata. Una semplice passeggiata tra le quiete stradine vi regalerà ricordi unici. Hagi è famosa anche per la sua ceramica in stile Hagi-yaki.

**Tottori**, situata a 4 ore e 20 minuti di treno super-rapido da Osaka, è il capoluogo della Prefettura di Tottori. La città è famosa per le sue dune di sabbia, che si trovano 5 chilometri più a nord, all'interno del **Parco Nazionale di San-in Kaigan**. È consigliabile andare a vedere le dune di mattino presto, così da poter ammirare le incredibili forme che la pioggia e il vento hanno creato sulla loro superficie durante la notte.

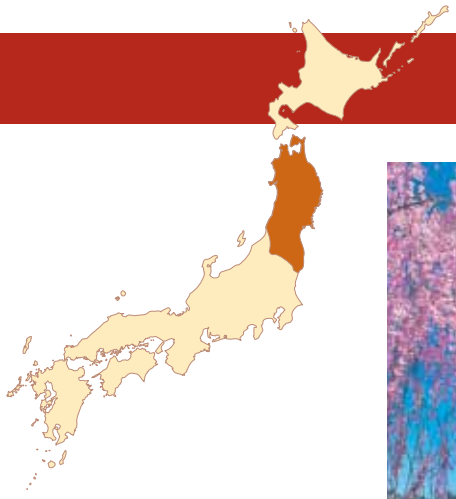
**Matsue**, a 2 ore di treno super-rapido da Tottori, si trova nel punto d'incontro tra la Laguna di Nakaumi e il Lago Shinji. La città è allo stesso tempo punto nevralgico della regione e meta turistica, nonché capoluogo della Prefettura di Shimane. Matsue è anche il cuore della Provincia di Izumo, luogo prediletto della mitologia giapponese.

Il **Santuario Izumo Taisha**, a 10 minuti di treno dalla stazione di Izumoshi, è famoso per il suo stile architettonico ed è uno dei santuari più antichi del Giappone. Forte di un'eredità storica di svariate centinaia di anni, l'imponente santuario si erge in tutto il suo solenne splendore. La divinità che risiede al suo interno è conosciuta in ogni angolo del paese per il suo potere di portare la felicità nel matrimonio ed è quindi meta di pellegrinaggio per moltissime giovani donne.

**Siti iscritti nella Lista del Patrimonio Mondiale dell'UNESCO**

- Parco della Pace di Hiroshima (Cupola di Genbaku) [Hiroshima]
- Santuario Shinto Itsukushima [Hiroshima]
- Miniera d'argento di Iwami Ginzan e il suo paesaggio [Shimane].

# Tohoku



La regione di Tohoku offre molti svaghi e attrazioni. Il panorama è bucolico, l'atmosfera è ricca profonda e la natura variopinta fa da cornice alla gentilezza e alla semplicità dei suoi abitanti e ai festival spettacolari che si susseguono durante la stagione estiva e che portano una ventata di entusiasmo ed energia. Ma molte altre cose vi aspettano durante il vostro soggiorno.

Tohoku è la regione settentrionale di Honshu, la principale isola del Giappone. In questa zona il clima è sempre piacevolmente fresco e le temperature estive sono di 10°C inferiori rispetto a quelle del sud-ovest. Ovunque vi sono sorgenti calde che attirano da tutto il Giappone moltissimi amanti degli "onsen". Tutte le sorgenti sono famose per le loro proprietà curative sin dai tempi più remoti.

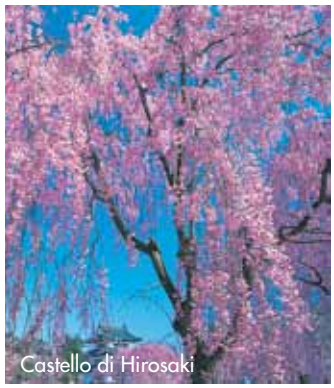
Stabilimento termale di Nyuto, Akita

La città di passaggio per raggiungere la zona della costa del Pacifico è **Sendai**, situata a 2 ore di treno super-veloce Shinkansen da Tokyo. È una base di partenza per **Matsushima**, che da qui dista soli 40 minuti di treno. Con la sua baia costellata di centinaia di isolotti, Matsushima è annoverata fra i tre luoghi più belli del Giappone. Per poter ammirare meglio il paesaggio, l'ideale è fare un'escursione in battello attorno alla baia.

**Hiraizumi**, a 1 ora e 30 minuti di treno da Sendai, è stata costruita sul modello di Kyoto. Essa ospita il **Tempio Chusonji**, eretto nel 1109. Il Konjikido del tempio, o sala dorata, le cui pareti erano originariamente ricoperte di lacca nera e foglie d'oro, custodisce 11 rappresentazioni del Budda.

**Aomori**, a 1 ora di rapido da Hachinohe o Hachinohe stessa, a 3 ore di treno Shinkansen da Tokyo, sono una base di partenza per il **Lago Towada** e la **Valle Oirase**, che si trovano nel cuore del **Parco Nazionale di Towada-Hachimantai**. Il Lago Towada, situato esattamente al centro del parco, è uno dei più pittoreschi del Giappone. Lungo la sua riva orientale si estende per 14 chilometri la Valle Oirase. Una passeggiata lungo i sentieri tortuosi della gola, circondata da fitti boschi, permette di godersi il clima fresco e il panorama delle acque trasparenti e delle innumerevoli cascate che caratterizzano il paesaggio.A dicembre 2010 è prevista l'attivazione di un prolungamento della tratta dello Shinkansen da Hachinoe ad Aomori.

Passando per Aomori, tappa fondamentale sono le **antiche rovine di Sannai-Maruyama**, a 30 minuti di autobus dal centro. Queste rovine, risalenti a un periodo compreso tra 4000 e 5500 anni fa, rappresentano uno dei siti archeologici più grandi del Giappone in cui potrete ammirare i resti delle comunità dell'era Jomon. Alcune riproduzioni di oggetti recuperati dalle rovine di antiche residenze sono esposte al pubblico. Il Festival Nebuta, che si svolge nel mese di agosto, attira folle di visitatori da tutto il paese.



Castello di Hirosaki

**Hirosaki** si trova a 30 minuti di treno super-rapido da Aomori. Ogni anno, all'inizio di maggio, il **Castello di Hirosaki** e i suoi dintorni si risvegliano dal torpore invernale in un tripudio di fiori, ricoprendosi interamente dei petali rosa dei circa 5000 ciliegi.

Le **montagne di Shirakami-Sanchi**, che si estendono oltre i confini della prefettura tra Aomori e Akita, sono ricoperte da una vasta foresta di faggi millenari e costituiscono una riserva naturale ancora incontaminata. È possibile fare una passeggiata seguendo il percorso "Mini Shirakami", situato nelle vicinanze.

La città di **Akita**, raggiungibile in 4 ore da Tokyo, festeggia in agosto il festival di Kanto, un altro avvenimento tra i più importanti di Tohoku.

**Kakunodate**, a 45 minuti di treno super-veloce Shinkansen da Akita, è una città storica dove esistono ancora numerose residenze di samurai e antiche botteghe. Le residenze sono state trasformate in musei e ristoranti, allo scopo di dare al visitatore la possibilità di conoscere da vicino lo stile di vita del Giappone antico.

La Prefettura di Yamagata, situata a circa 3 ore di treno super-veloce Shinkansen da Tokyo, è ricca di onsen e in inverno offre la possibilità di sciare sulle pendici del **Monte Zao**. L'**Okama**, il cratere dello Zao, è un lago dall'atmosfera mistica e dalle acque verde smeraldo. È una meta da non perdere.

"Okama" del Monte Zao

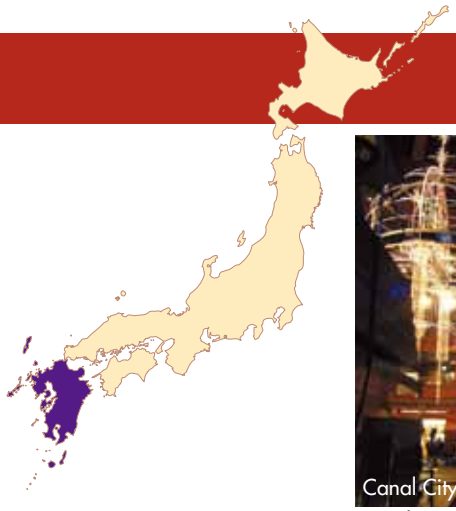
**Aizu Wakamatsu**, la cittadella fortificata del Castello di Tsuruga, si trova a circa 2 ore e 30 minuti di treno super-veloce Shinkansen o treno super-rapido JR da Tokyo. Nelle vicinanze, il **Monte Bandai** e il **Lago Inawashiro** offrono, durante l'inverno, rinomate piste da sci.

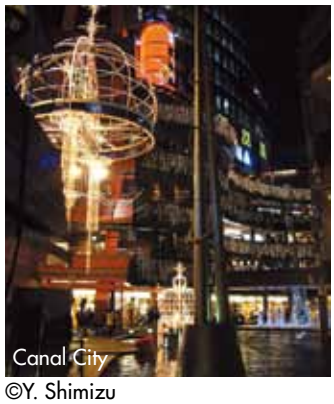
Siti iscritti nella Lista del Patrimonio Mondiale dell'UNESCO

•Monti Shirakami-Sanchi [Aomori e Akita]

# Kyushu / Okinawa

Kyushu, situata nella parte sud-occidentale dell'isola di Honshu, è caratterizzata da un clima temperato, una natura lussureggiante, sorgenti termali e formazioni vulcaniche dalle forme misteriose.




Canal City
©Y. Shimizu

Data la sua vicinanza alla Corea e alla Cina, a partire dal quarto secolo Kyushu è stata influenzata dalle culture più avanzate dei suoi vicini. Qui sono avvenuti i primi contatti con l'Occidente quando, nel XVI secolo, i portoghesi sbarcarono sull'isola.

**Fukuoka**, a 6 ore di treno super-veloce Shinkansen da Tokyo e a 3 ore da Shin-Osaka, è il punto di partenza ferroviario più comodo per scoprire Kyushu. Negli ultimi anni, la città è divenuta un centro strategico di scambi internazionali con il resto dell'Asia. L'interessante **Museo delle Arti Asiatiche di Fukuoka**, aperto nel 1999, rappresenta una vetrina del "presente" dell'Asia e vale senza dubbio una visita. Fukuoka è famosa per i tessuti di seta Hakata-ori e festeggia i festival di Hakata Dontaku e di Yamagasa. A **Dazaifu**, situata a 20 minuti di auto da Fukuoka, potrete ammirare moltissimi reperti archeologici dell'antica cultura di corte del Giappone.

La città di **Arita**, a circa 1 ora e 20 minuti da Hakata, è famosa per le ceramiche, la cui tradizione vanta una storia di circa 400 anni. Vi sono circa 150 fornaci nella zona.

Oura Catholic Church
©Associazione Internazionale del Turismo e Conferenze di Nagasaki

**Nagasaki** è la base di partenza per le visite a **Unzen**. La città è stata l'unico porto giapponese aperto al commercio estero dal governo shogunale dei Tokugawa, durante la chiusura del Giappone tra il 1639 e il 1859. Essa è stata anche il bersaglio della seconda bomba atomica lanciata sul Giappone durante la seconda guerra mondiale.

Le principali mete turistiche della città sono il **Tempio Sofukuji**, conosciuto anche con il nome di Tempio Cinese, la **Chiesa Cattolica Oura**, tesoro nazionale, e la **Glover Mansion**, casa in stile occidentale risalente al XIX secolo. Nagasaki è stata anche la città da cui Puccini ha tratto ispirazione per le scenografie della sua opera, Madama Butterfly.

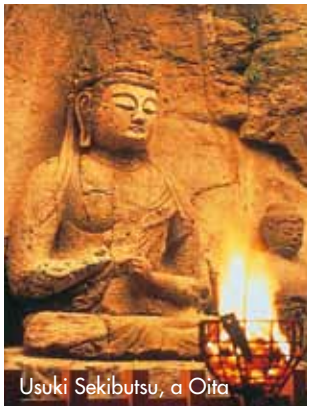
Il **Parco della Pace di Nagasaki** è stato creato per commemorare il luogo esatto dell'esplosione atomica avvenuta il 9 agosto 1945, tre giorni dopo quella di Hiroshima.

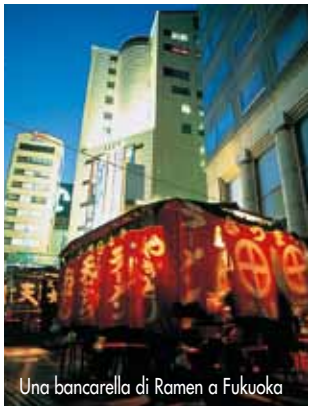
Unzen, raggiungibile in 2 ore da Nagasaki percorrendo un tragitto molto gradevole, offre sorgenti termali sia in montagna sia in riva al mare. Il **Monte Unzen**, un vulcano tuttora attivo, è formato da tre cime, la più alta delle quali è il **Fugendake** che raggiunge i 1360 metri. A **Shimabara** si ergeva l'omonimo **Castello** di cui resta solo il torrione ricostruito; al suo interno è stato allestito un museo in cui sono esposti registri e documenti sulla storia dei Cristiani della regione, che nel 1638 vissero qui gli ultimi atti della loro lotta contro la persecuzione dello shogunato.

**Kumamoto** si trova a 1 ora e 30 minuti* di treno super-rapido da Hakata e costituisce una meta d'interesse turistico per il suo **Castello Kumamoto** e per il **Parco Suizenji**. La città è situata al confine del **Parco Nazionale di Aso-Kuju**, che comprende diversi vulcani, tra cui il Monte Aso, con il cratere vulcanico più grande del mondo, e il Monte Kuju.

Monte Aso

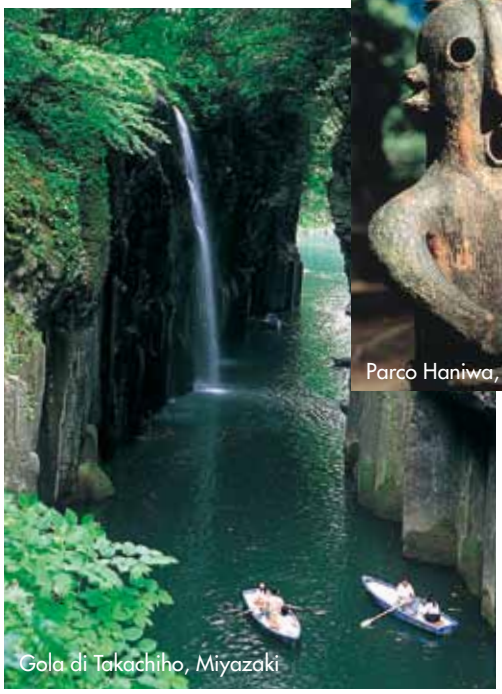
La **stazione termale di Beppu**, a 15 minuti di treno da **Oita**, si trova sulla costa orientale di Kyushu. È famosa per le sue vasche di fango ribollente, alcune delle quali, più attive, sono caratterizzate da bolle che scoppiano fragorosamente proiettando in aria getti di colore scuro. I numerosi impianti pubblici che permettono di accedere alle sorgenti termali dimostrano la grande notorietà del luogo. Provate diverse vasche, una dopo l'altra, ed apprezzerete la varietà delle acque di queste sorgenti.


Usuki Sekibutsu, a Oita


Una bancarella di Ramen a Fukuoka

**Miyazaki**, a 3 ore e 20 minuti※ di treno super-rapido da Oita, è un luogo di villeggiatura molto frequentato. Il **Parco Seminazionale Nichinan Kaigan**, che si estende per circa 100 chilometri lungo la costa meridionale di Miyazaki, è la principale attrazione turistica della zona. È tuttavia l'**isola di Aoshima**, un minuscolo isolotto coperto da una densa vegetazione di "biro" e di palme di betel, ad attirare il maggior numero di visitatori.

Parco Haniwa, Miyazaki


Gola di Takachiho, Miyazaki

**Kagoshima** si trova a 2 ore e 20 minuti※ di treno super-rapido da Miyazaki. La città è ricca di splendidi panorami, di siti storici e di sorgenti termali ed è dominata dal **Sakurajima**, un vulcano attivo.

A un'ora di treno dalla stazione di Nishi-Kagoshima si trova **Ibusuki**, una delle stazioni termali di sorgenti termali più frequentate del Giappone. Situata all'estremità meridionale della Penisola di Satsuma, deve la sua popolarità alla splendida spiaggia di sabbia bianca e alla lussureggiante vegetazione subtropicale. Il bagno di sabbia, un'esperienza che potrete fare solo qui, è un metodo di rilassamento estremamente efficace.

Sull'**isola di Yakushima**, a 40 minuti d'aereo dall'aeroporto di Kagoshima, potrete inoltrarvi in una fitta foresta vergine di cedri secolari "Yaku-sugi". Potrete inoltre rilassarvi grazie alle numerosissime attività all'aria aperta, tra le quali, per esempio, l'arrampicata, il trekking, il canottaggio o l'ecoturismo.

Bagni di sabbia calda a Ibusuki

Meraviglioso paesaggio marino a Okinawa

L'isola di **Okinawa**, la più famosa di questo arcipelago, è situata a 2 ore e 30 minuti di aereo da Tokyo e a 2 ore e 15 minuti da Osaka (Itami). È una delle mete più apprezzate dai turisti per la sua storia, le scogliere di corallo, il mare color smeraldo, il cielo terso e la vegetazione subtropicale. Le isole sono state restituite al Giappone nel 1972, dopo essere state possedimento degli Stati Uniti dalla seconda guerra mondiale. Il **Santuario Naminoue**, consacrato a tre divinità che, nella mitologia giapponese, sono gli antenati della famiglia imperiale, è una delle attrazioni turistiche principali di **Naha**, capoluogo della prefettura. Altre due mete interessanti sono il **Tempio Sogenji**, eretto più di 450 anni fa e tomba degli antichi re di Okinawa della Dinastia Ryukyu, e il **Shurei-no-mon**, o Porta della Cortesia, la seconda porta del **Castello di Shuri**, costruito durante il regno del Re Shosei. Il Parco **Seminazionale di Okinawa Senseki (antichi campi di battaglia)**, ospita monumenti alla memoria delle 200.000 vittime della seconda guerra mondiale.

Alcune isole più piccole intorno a quella principale sono circondate da acque cristalline e da splendide

※Nella primavera del 2011 è prevista l'attivazione della tratta del treno Kyushu Sin-Kansen tra Hakata e Shin-Yatsushiro.

Specialità culinarie di Kumamoto

Immersioni, Okinawa

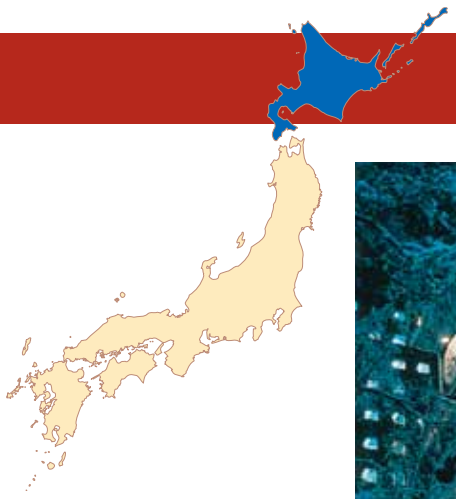
©Klaus Stiefel & Piranha Divers Okinawa

**Siti iscritti nella Lista del Patrimonio Mondiale dell'UNESCO**

- Isola di Yakushima [Kagoshima]
- Siti di Gusuku e proprietà annesse al Regno dei Ryukyu [Okinawa]

# Hokkaido

Hokkaido è un paradiso naturale. Rimarrete incantati dai suoi paesaggi, dalle montagne, dalle pianure, dai fiumi e dai laghi, dal mare e dai cieli azzurri.



Torre dell'Orologio

L'isola di Hokkaido, la più settentrionale del Giappone, è stata occupata a partire dal XVIII secolo e oggi, come in passato, è ricca di bellezze naturali.

**Sapporo** è la città di arrivo a Hokkaido di tutti i voli provenienti da Tokyo e Osaka, ed è anche il centro culturale, economico e politico dell'isola. La città è percorsa da un reticolo di strade diritte che creano uno scacchiere urbano.

Il cuore pulsante della città è il **Parco Odori**, sempre molto fiorito e dove ogni anno, in febbraio, si svolge il Festival della Neve di Sapporo che attira folle di spettatori. Il monumento storico di Sapporo, la **Torre dell'Orologio**, è affiancato ad un museo che ripercorre la storia della città. La **stazione termale di Jozankei** è situata poco distante da Sapporo e costituisce un luogo di sosta per chi vuole fare un'escursione in giornata.

Former Hokkaido Government Office Building in Sapporo

Il **Lago Shikotsu**, a 1 ora e 20 minuti di autobus da Sapporo, è uno splendido specchio d'acqua formatosi all'interno di un cratere vulcanico e circondato da ripide falesie. Le sue acque sono di un colore blu intenso e, durante l'inverno, non ghiacciano mai.

Il Lago Toya, formatosi in un cratere di forma circolare, è molto affascinante. Al centro vi sono quattro isolotti boscosi, le Isole Nakanoshima.

**Hakodate** è raggiungibile in treno passando per Aomori e costituisce un'altra meta turistica di Hokkaido. È una città portuale dominata dal vicino **Monte Hakodate**, dal quale si può godere una bellissima vista notturna della città. La fortezza Goryokaku, a forma di stella, è una delle attrattive principali della città. Il mercato del mattino, con i suoi acquirenti e visitatori, con le 360 bancarelle e botteghe che offrono pesce e verdura fresca, brulica di vita e di attrazioni e vale sicuramente una visita.

In 1 ora e trenta minuti, un treno super-rapido che parte da Sapporo conduce a **Asahikawa**, città situata nella parte centrale di Hokkaido. In un'altra ora, viaggiando su un treno locale, si giunge a **Furano**, famosa per i suoi campi di lavanda in fiore all'inizio dell'estate. Splendide macchie fiorite di narcisi, lavanda e cosmee formano vaste distese ondulate dal vento.

Guidare attraverso i campi in fiore di Furano è un piacere apprezzato da tutti, indipendentemente dall'età, e un'esperienza veramente indimenticabile.

**Kushiro**, la città più grande della parte orientale di Hokkaido, si trova a 4 ore di treno super-rapido da Sapporo.

La zona orientale di Hokkaido è caratterizzata da una natura ancora incontaminata e disseminata di laghi cristallini. Passando da questa zona, non potete non visitare le **Paludi di** Kushiro, ricche di flora e fauna selvatiche. Una discesa in canoa del Fiume Kushiro, che attraversa questi affascinanti acquitrini, sarà un'esperienza grandiosa.

Furano

**Hokkaido**, terra ricca di verde, offre agli amanti della natura una gamma completa di attività all'aria aperta. Dall'osservazione dei delfini e delle balene, al rafting, all'equitazione, passando per le passeggiate tra i boschi e i voli in mongolfiera, a Hokkaido non c'è nulla che non possiate fare.

Piaceri dello sci

Rafting

Siti iscritti nella Lista del Patrimonio Mondiale dell'UNESCO.

- Shiretoko [Hokkaido]

# Consigli per i viaggiatori con budget limitato

**Attenzione!**

Qui di seguito riportiamo alcuni consigli per coloro che dispongono di un budget limitato per scoprire il Giappone.

## Trasporti

La tessera di viaggio **Japan Rail Pass** della rete JR (Japan Railways) offre un eccellente rapporto qualità/prezzo e risulta molto comoda per i turisti che desiderano spostarsi in Giappone. Vi consigliamo in particolare la tessera di validità settimanale, il "Japan Rail Pass 7 Days". Con un costo che equivale a un biglietto di andata e ritorno Tokyo-Kyoto in treno super-veloce Shinkansen, questa tessera consente di effettuare in una settimana un numero di viaggi illimitato sulle linee della rete JR in tutto il Giappone.

Nei centri urbani più importanti come Tokyo e Osaka troverete le **tessere di viaggio giornaliere "1-day Pass"** od altri tipi di biglietti simili a tariffa ridotta. Questi titoli di viaggio consentono di effettuare un numero illimitato di spostamenti entro un periodo di tempo determinato, utilizzando le principali reti di trasporto locale. Offrendo il vantaggio di non dover comprare un biglietto ogni volta che si decide di spostarsi con i mezzi pubblici, queste tessere risultano molto comode per i viaggiatori che desiderano muoversi all'interno di una determinata regione e per un periodo di tempo limitato. Informazioni più dettagliate sono riportate nelle pagine 36 e 37.

## Welcome Card (Tessera Culturale)

Questa tessera, che viene consegnata insieme a una guida concepita appositamente per il turista straniero in visita in Giappone, permette di ottenere sconti e servizi specifici presso gallerie d'arte, musei, negozi e centri commerciali, ristoranti e hotel, nonché riduzioni sul prezzo dei trasporti e delle escursioni. Viene chiamata anche Tessera di Benvenuto o *Welcome Card*. In alcuni luoghi è inoltre possibile ottenere sconti presentando, in luogo della tessera, la pagina stampata di un sito internet.

La tessera, di cui esistono più versioni, è attualmente disponibile nelle province di **Tokyo**(Handy Guide e Mappa), e **Kagawa**, come pure nelle aree del **Tohoku del Nord**, di **Narita**, del **Monte Fuji**, del **Tokai**, di **Kobe**, **Kita-Kyushu** e **Fukuoka**. Potete ritirarla gratuitamente presso i centri d'informazione turistica delle varie località e molte versioni sono disponibili sul sito dell'Ente Nazionale del Turismo Giapponese **(http://www. jnto.go.jp/eng/arrange/essential/wel come.html)**.

## Mangiare

Mangiare in Giappone non è poi così caro come si crede, anche se, come accade nella maggior parte dei paesi, quando si è in viaggio i costi per i pranzi e le cene sono un po' più elevati. Potrete trovare ottimi menu a prezzi ragionevoli se seguirete questi consigli:

● Nei dintorni delle stazioni si trovano spesso moltissimi **fast food** che propongono piatti a buon mercato in un'atmosfera tradizionale. Lasciando da parte sandwich e hamburger, troverete ovunque ristoranti specializzati in "gyudon" (piatti a base di riso ricoperti da fette di manzo e cipolla saltate),tendon" (ciotole di riso con tempura), e noodles (soba o udon).

Questi ristorantini propongono generalmente piatti a meno di 500 ¥. Alcuni locali offrono menu di "prima colazione" ancora più abbordabili.

● I quartieri commerciali, d'affari o di divertimenti pullulano di ristoranti che propongono, **durante la settimana**, menu per il **pranzo** a prezzi compresi tra i 600 e i 900 ¥. Troverete una vasta offerta di menu a base di piatti occidentali o tipicamente giapponesi. Il pranzo viene generalmente servito tra le 11 e le 14.

● Il **sushi** non è molto caro in Giappone, tranne che in alcuni ristoranti di gran lusso. I "kaiten-zushi" (locali che servono su nastri scorrevoli piccoli piatti, ciascuno dei quali contenente diversi tipi di sushi) lo propongono a partire da 100 ¥ al piatto. In altri ristoranti, un menu a base di sushi costa circa 1.500 ¥ a persona. I pranzi a base di sushi vengono proposti a partire da circa 800 ¥.

● Il piano interrato dei centri commerciali è generalmente riservato al reparto alimentari ed offre una vasta scelta di **piatti da asporto**, molto gustosi ed economici. Basterà sceglierne uno o due e gustarsi il proprio pasto in un parco dei dintorni.

## Fare shopping

● Il numero dei punti vendita "**Tutto a 100 ¥**" è in costante aumento. In questi negozi, situati vicino alle stazioni e nei quartieri commerciali, troverete una vasta scelta di articoli, dai prodotti alimentari agli oggetti d'uso quotidiano, venduti a prezzo unico. Potrete anche acquistare piccoli souvenir, come ad esempio piatti giapponesi.

● Se siete degli appassionati di elettronica, il quartiere di **Akihabara** a Tokyo è il luogo per voi. Qui troverete una varietà impressionante di apparecchi elettronici destinati al grande pubblico. Prendendo il treno e scendendo alla stazione di Akihabara, situata sulla linea Yamanote della rete JR, vi ritroverete in mezzo a centinaia di negozi, sia all'ingrosso che al dettaglio, che si susseguono ininterrottamente.

● I negozi giapponesi al dettaglio, in particolare i centri commerciali, due volte all'anno propongono importanti **promozioni e offerte speciali** sugli articoli di stagione quali l'abbigliamento o su prodotti vari a prezzi veramente interessanti. Se avrete la fortuna di visitare uno di questi negozi durante il periodo dei saldi, rimarrete stupefatti dall'elevatissimo numero di cartellini che indicano sconti dal 30 al 50%. Generalmente i periodi dei saldi sono i mesi di gennaio e luglio.

# Quattro stagioni di festival e manifestazioni

Gran parte dell'arcipelago giapponese si trova in una zona temperata e il suo clima è caratterizzato da quattro stagioni ben distinte. Questa particolarità climatica è da sempre fonte di divertimento di ogni tipo, soprattutto grazie ai caratteristici festival giapponesi. Ve n'è praticamente uno al giorno, per tutto l'anno e in diverse località; ne abbiamo scelti alcuni tra i numerosissimi che hanno luogo nel paese del Sol Levante.

## LA PRIMAVERA — l'inebriante fioritura dei susini e dei ciliegi

Ciliegi in fiore

A partire dai primi giorni di marzo, all'inizio della fioritura dei susini, fino alle ultime giornate di maggio, quando gli ultimi petali dei fiori di ciliegio si posano sul terreno, nel nord del paese la primavera segna l'inizio di un momento di rinascita e di celebrazione della natura e dell'uomo.

Qui primavera è sinonimo di fiori, un arcobaleno mozzafiato di colori e forme. La fioritura delle camelie, degli iris, del loto e dei fiori di brassica inonda il paese di profumi, e i festival servono a celebrare queste meraviglie della natura.

## Festival e manifestazioni

**Dal 1° al 14 marzo** Omizutori è il festival delle acque sacre del Tempio Todaiji, a Nara. Il solenne rituale, celebrato tra guizzanti fiamme di torce di pino,raggiunge il suo apice la notte del giorno 12.

**3 marzo** Hina Matsuri, la Festa delle Bambole, viene celebrata in tutto il paese, soprattutto dalle bambine, e per l'occasione ogni casa viene decorata con bambole in miniatura.
**15 marzo:** Otaue Matsuri, festival del Santuario Kasuga, a Nara. Si mettono in scena danze tradizionali che risalgono a migliaia di anni fa.
**Metà marzo (per 15 giorni)** Secondo torneo di Sumo, a Osaka.
**Dal 1° al 30 aprile** Miyako Odori o Danza dei Ciliegi a Kyoto, durante la quale le giovani Maiko, aspiranti geishe, si esibiscono in danze tradizionali giapponesi.
**8 aprile** Festa dei Fiori, detta Hana Matsuri, a commemorazione della nascita di Budda in tutti i templi del paese.
**14 e 15 aprile** Takayama Matsuri del Santuario di Hie, a Takayama, carri sontuosamente decorati in corteo.
**16 e 17 aprile** Yayoi Matsuri del santuario Futarasan, a Nikko, anch'essa con sfilata di carri decorati.
**3 e 4 maggio** Una parata di divinità leggendarie a cavallo contraddistingue l'Hakata Dontaku a Fukuoka.
**Dal 3 al 5 maggio** Battaglia di aquiloni a Hamamatsu, durante

Takayama Matsuri

la quale i concorrenti fanno librare nell'aria giganteschi aquiloni tentando di tagliare il filo di quelli dei loro avversari.
**5 maggio** Festa dei bambini, si appendono carpe di tessuto multicolore che oscillano alla brezza di primavera.
**11 maggio** Pesca del cormorano sul Fiume Nagara, a Gifu (fino al 15 ottobre)
**15 maggio** L'Aoi Matsuri o Festival "della malvarosa", a Kyoto, ripropone una ricostruzione storica del periodo Heian.
**Metà maggio (per 15 giorni)** Terzo torneo di Sumo, a Tokyo
**Metà maggio** Kanda Matsuri nel Santuario Kanda Myojin a Tokyo (si svolge tutti gli anni dispari). Decine di mikoshi, santuari portati a mano, vengono fatti sfilare per le strade.
**17 e 18 maggio** Grande Festival del Santuario Toshogu di Nikko, il cui momento più significativo è caratterizzato da una processione spettacolare di oltre mille uomini in armatura da samurai.

Aoi Matsuri

**3a domenica di maggio** Lungo il Fiume Oi, a Kyoto, si svolge Mifune Matsuri, un corteo di imbarcazioni antiche.
**3° fine settimana di maggio** Sanja Matsuri, Festival del santuario di Asakusa, stupisce con una serie di tre imponenti e oltre 100 piccoli santuari portati a mano.

## L'ESTATE — il piacere di immergersi nella natura

L'estate, che vede il paese tingersi di verde, è la stagione in cui viene piantato il riso. Il verde delle foglie di ciliegi, aceri, querce e noccioli che popolano i boschi di montagna contrasta con le tinte più scure dei pini e il verde chiaro delle leggere canne di bambù che oscillano dolcemente.

L'estate è anche la stagione dei fuochi d'artificio, che illuminano i cieli notturni rendendoli variopinti.

In Giappone l'estate culmina con grandi festival, ricchi di danze tradizionali e con la «Bon odori», i cui balli ipnotizzano gli abitanti stessi ma anche i visitatori di passaggio e i turisti più fortunati.

## Festival e manifestazioni

**Metà giugno** Sanno Matsuri del Santuario di Hie, a Tokyo, è costituito da una processione di mikoshi (santuari portati a mano) attraverso le strade affollate del quartiere Akasaka.
**2° sabato di giugno** La festa del cavallo, Chagu-chagu Umakko, si svolge a Morioka, dove gli animali vengono bardati a festa con una moltitudine di colori.
**7 luglio** Tanabata, o Festa delle Stelle, in tutto il Giappone.
**Metà luglio (per 15 giorni)** Quarto torneo di Sumo a Nagoya.

Kanto Matsuri a Akita
©Yasufumi Nishi

**Dal 13 al 15** luglio (in varie località nel mese di agosto). L'O-Bon, o Festa dei Morti, viene celebrata in tutto il Paese.
Si commemorano i defunti con riti religiosi e si cerca di comunicare con le loro anime attraverso le tradizionali danze della Bon odori.
**14 luglio** Himatsuri del santuario Nachi, o Festa del Fuoco, si svolge a Nachi-Katsuura, dove sacerdoti in veste bianca portano in processione 12 torce gigantesche.

Spettacolo pirotecnico sul Fiume Sumida a Tokyo

**Dal 1° al 15 luglio** La festa dell'Hakata Gion Yamagasa a Fukuoka culmina il 15, giornata in cui ha luogo una parata di carri allegorici giganteschi.
**16 e 17 luglio** IlGion Matsuri, il festival più importante di Kyoto, risale al IX secolo. Una sfilata di carri sontuosamente ornati con dipinti e stoffe attraversa le strade principali.
**Ultimo sabato di luglio** Grande spettacolo pirotecnico sul Fiume Sumida, a Tokyo.
**Luglio o agosto**
Il festival della musica di Kangensai nel santuario Itsukushima di Hiroshima delizia l'udito con musiche balli di corte.
**24 e 25 luglio** Il Tenjin Matsuri del santuario Temmangu di Osaka è invece un corteo galleggiante di imbarcazioni con a bordo i mikoshi (santuari portati a mano) sul fiume Okawa.
**Dal 1° al 7 agosto** Il Nebuta Matsuri di Aomori (dal 2 al 7 agosto) e il Neputa Matsuri di Hirosaki (dal 1° al 7 agosto) sono caratterizzate da cortei di carri illuminati con fantocci di cartapesta raffiguranti guerrieri, animali o scene leggendarie.
**Dal 3 al 6 agosto** Il Kanto Matsuri di Akita propone una parata di lunghe canne di bambù, su ognuna delle quali sono appese una miriade di lanterne accese di lanterne accese.
**Dal 5 al 7 agosto** Hanagasa Matsuri a Yamagata, tradizionale parata di migliaia di persone che ballano per le strade indossando cappelli di paglia tradizionali decorati con fiori finti.
**Dal 12 al 15 agosto** Festival di balli tradizionali Awa Odori nella città di Tokushima, che risuona giorno e notte di canti e danze folcloristiche.
**16 agosto** A Daimonji si accendono fuochi sulle colline intorno a Kyoto per festeggiare la fine dell'O-Bon.

Hanagasa Matsuri

# Quattro stagioni di festival e manifestazioni

## L'AUTUNNO — tempo di mietitura e di natura dorata e purpurea

Mentre l'estate si attarda nel mese di settembre, ad ottobre in Giappone fa capolino la stagione dalle temperature frizzanti, l'autunno.

In autunno il paese danza in un vortice di foglie cangianti, dagli accesi toni purpurei, dorati, bronzei e gialli, illuminando montagne e colline e ricoprendole con un manto di colori. È anche la stagione della mietitura: nelle zone rurali, le risaie s'indorano, il grano è pronto per essere mietuto e i campi per essere sarchiati. In tutto il paese si susseguono festival e avvenimenti sportivi e culturali.

Sono in tantissimi ad assistere alle innumerevoli esposizioni di crisantemi che hanno luogo in tutto il paese.

Monte Fuji

## Festival e manifestazioni

**16 settembre** Yabusame, esibizione di arcieri a cavallo, presso il santuario di Tsurugaoka Hachimangu a Kamakura.
**Metà settembre (per 15 giorni)** Quinto torneo di Sumo, a Tokyo.
**Dal 7 al 9 ottobre** Una danza di draghi di origine cinese ha reso noto il Kunchi Festival del santuario di Suwa a Nagasaki.
**9 e 10 ottobre** Il Takayama Matsuri del santuario Hachimangu è rinomata per la sua sfilata di carri allegorici.
**Metà ottobre** Festival della città di Nagoya; l'evento principale è costituito da un corteo di signori feudali per le strade del centro.
**14 e 15 ottobre** Il Kenka Matsuri del santuario di Matsubara, a Himeji, raggiunge il proprio apice il 15 ottobre.
**Da metà ottobre a metà novembre** Esposizioni di crisantemi presso il santuario Meiji e il Tempio Kannon di Asakusa a Tokyo.
**17 ottobre** Festival d'autunno del santuario Toshogu, a Nikko, con sfilata di palanchini scortati da soldati in armatura.
**22 ottobre** Jidai Matsuri, presso il santuario Heian a Kyoto, è uno dei 3 maggiori festival dell'antica capitale e commemora le diverse epoche da essa attraversate.
**22 ottobre** La Festa del fuoco di Kurama, presso il santuario Yuki, a Kyoto, è caratterizzata da lunghe fiaccolate che salgono verso il santuario.
**Dal 2 al 4 novembre** L'Okunchi del santuario Karatsu di Saga è celebre per la sua parata di carri colorati.
**3 novembre** Daimyo Gyoretsu a Hakone, una fedele riproduzione di una sfilata di signori feudali.
**Metà novembre** Tori-no-ichi, o Festa dei rastrelli presso il santuario Otori nella regione di Kanto.

Jidai Matsuri

**Metà novembre (per 15 giorni)** Sesto torneo di Sumo, a Fukuoka.
**15 novembre** Shichi-go-san (7-5-3), la giornata dedicata alle visite al santuario da parte dei bambini di 3, 5 e 7 anni, che vi si recano per rendere grazie alle divinità e per ottenere salute e protezione.

Shichi-go-san (7-5-3)

Ponte di Kintaikyo, Yamaguchi

## L'INVERNO — la stagione con tutti i piaceri della neve

Ad eccezione dell'estremo nord, in Giappone gli inverni non sono particolarmente rigidi e spesso il freddo è lenito da un meraviglioso sole splendente e da cieli di un azzurro intenso.

D'altra parte, nelle regioni del nord si può assistere a numerosi festival con protagonisti incontrastati la neve e il ghiaccio. Sia i turisti che gli stessi abitanti del luogo rimangono affascinati dalle enormi sculture di ghiaccio e si lasciano trasportare dall'incanto delle manifestazioni tradizionali contadine, tipiche di questa stagione.

Numerose fiere e manifestazioni hanno luogo in tutto il Giappone durante il periodo delle vacanze per l'Anno Nuovo, le giornate più importanti dell'anno per i giapponesi.

## Festival e manifestazioni

**Dal 15 al 18 dicembre** L'On-matsuri del santuario Kasuga di Nara con una processione di personaggi provenienti dal passato.
**Dal 17 al 19 dicembre** "Fiera del volano" Hagoita-ichi al Tempio Kannon di Asakusa a Tokyo.
**31 dicembre** Okera Mairi al santuario Yasaka di Kyoto. Si tratta di una cerimonia durante la quale si accende un fuoco sacro.
**31 dicembre** Namahage nella penisola di Oga, nella Prefettura di Akita. Uomini travestiti da demoni vanno di casa in casa e i bambini si divertono a gridare di terrore di fronte alle maschere ghignanti.
**1° gennaio** Giorno di Capodanno. Dal 1° al 3 gennaio, la maggior parte degli uffici, fabbriche ed esercizi commerciali in genere rimangono chiusi. La famiglie festeggiano l'anno nuovo con pranzi a base di pietanze pregiate, indossando abiti festivi (tradizionali kimono o vestiti eleganti in stile occidentale) e recandosi al tempio o al santuario implorando fortuna e benessere per l'anno che sta iniziando.

Giorno di Capodanno

**6 gennaio** Dezomeshiki, la parata di inizio anno dei pompieri di Tokyo, con acrobati mozzafiato in vetta a scale di bambù.
**Metà gennaio (per 15 giorni)** Primo torneo di Sumo, a Tokyo.
**Vigilia della Festa degli Adulti** Cerimonia intorno ad un falò, celebrata sul Monte Wakakusayama, a Nara.
**Inizio febbraio (per 7 giorni)** Festival della neve a Sapporo, nell'isola di Hokkaido. Si tratta del festival della neve più famoso in Giappone, ricchissimo di sculture di ghiaccio mastodontiche e curate nei minimi particolari.
**Inizio o metà febbraio** Festival della neve ad Asahikawa, Abashiri e in altre città di Hokkaido.
**3 o 4 febbraio** Il Setsubun, o Festa del lancio dei fagioli, viene osservato nei principali templi del paese.
**3 o 4 febbraio** Festival delle Lanterne presso il santuario di Kasuga a Nara.
**15 e 16 febbraio** Kamakura Matsuri a Yokote, nella Prefettura di Akita. In questa occasione vengono erette abitazioni fatte di neve che dovrebbero proteggere la Divinità dell'Acqua.
**16 e 17 febbraio** Bonden Festival di Yokote, nella Prefettura di Akita. Dozzine di Bonten, che raffigurano simbolicamente il Dio della Creatività, vengono portati in processione da giovani uomini.
**3° sabato di febbraio** Eyo o Hadaka Matsuri (Naked festival) presso il Tempio Saidaiji, a Okayama.

N.B.: Tutte le informazioni sono aggiornate al mese di luglio 2001 e potrebbero essere state modificate senza preavviso.

Paesaggio invernale nel nord del Giappone (Tempio Rinnoji, Miyagi)

Da ricordare

### Feste nazionalis

| | |
|---|---|
| **1° gennaio** | Capodanno |
| **2° lunedì di gennaio** | Festa degli Adulti |
| **11 febbraio** | Festa della Fondazione dello Stato |
| **21 marzo (o 20)** | Equinozio di Primavera |
| **29 aprile** | Festa dell'era Showa |
| **3 maggio** | Festa della Costituzione |
| **4 maggio** | Festa del Verde |
| **5 maggio** | Festa dei Bambini |
| **3° lunedì di luglio** | Festa del Mare |
| **3° lunedì di settembre** | Festa degli Anziani |
| **23 settembre (o 24)** | Equinozio d'Autunno |
| **2° lunedì di ottobre** | Festa dello Sport |
| **3 novembre** | Festa della Cultura |
| **23 novembre** | Festa del Lavoro |
| **23 dicembre** | Compleanno dell'Imperatore |

Note:
(1) Quando un giorno di festa cade di domenica, il lunedì successivo diventa automaticamente giorno festivo.
(2) Quando un giorno si trova fra due giorni festivi (ad eccezione delle domeniche e degli altri giorni festivi sopra menzionati) questo diviene automaticamente festivo.

## Riassumendo

Il Giappone offre una gamma completa di divertimenti, sia classici che moderni. Dall'ermetico simbolismo dell'estremo Oriente tipico del teatro Noh ai concerti di musica occidentale di tutti i generi, non manca nulla per intrattenervi durante il vostro soggiorno nell'arcipelago. Il ricchissimo patrimonio artistico del paese è stato conservato per centinaia di secoli nelle sale dei tesori dei templi e dei santuari, nonché nelle collezioni private della famiglia imperiale, dei Daimyo, i signori feudali, e dei ricchi mercanti. Sta ora al pubblico venirlo a scoprire nei numerosi musei pubblici e privati.

## I musei e le gallerie d'arte

La lunga storia del Giappone, di cui ci restano numerose testimonianze, e le sue importanti opere artistiche, sono ampiamente esposte nei numerosi musei del paese. Senza dubbio i ritrovamenti archeologici e i capolavori delle arti e dell'artigianato rappresentano dei preziosi microcosmi della quintessenza dello spirito giapponese che permeano il paese e la sua popolazione.

Si può dire che i musei più belli del Giappone siano i musei nazionali, primo fra tutti il **Museo Nazionale di Tokyo**, istituito nel 1872 e situato all'interno del Parco di Ueno. La sua collezione, di notevole entità, offre una visione d'insieme della storia dell'arte tradizionale giapponese e, allo stesso tempo, ospita mostre storiche e scientifiche.

Il **Museo Nazionale d'Arte Moderna**, a Tokyo, presenta una cronologia di capolavori giapponesi moderni di belle arti.

Il **Centro Nazionale d'Arte di Tokyo** vanta il più grande spazio espositivo del Giappone con una vasta collezione.Il **Museo Nazionale di Kyoto** era inizialmente dedicato alle pitture, alle sculture e ad altri tesori provenienti dai templi dei dintorni. Oggi custodisce esempi dell'arte giapponese dei vari periodi storici.

Il **Museo Nazionale di Nara** è particolarmente noto per la sua collezione di sculture buddiste.

Tokyo ospita numerosi musei, sia privati sia pubblici, in cui sono conservati pezzi di valore inestimabile delle belle arti tradizionali del Giappone. Per citare alcuni esempi, il **Museo d'Arte Goto** vanta nella sua collezione lo splendido "Rotolo del Racconto di Genji", un rotolo dipinto considerato tesoro nazionale; anche la **Collezione Hatakeyama** ospita bellissimi pezzi tipici della cerimonia del tè.il **Museo Nezu** vanta una splendida collezione di arte orientale e giapponese; Questi tre musei presentano anche un giardino giapponese, che consente ai visitatori di apprezzare superbi oggetti in un'atmosfera piacevolmente rilassante. Tra i musei da visitare, citiamo il **Museo d'Arte Idemitsu**, che espone una collezione di calligrafie, quadri e ceramiche provenienti sia dal Giappone che dalla Cina; il **Museo d'Arte Suntory**, che conserva oggetti d'arte antica che appartenevano allo stile di vita tradizionale; il **Museo d'Arte Yamatane**, dedicato alla pittura giapponese moderna e contemporanea; la **Galleria dell'Artigianato Giapponese**, specializzata in bellissimi pezzi d'artigianato, ceramiche e tessuti destinati all'uso quotidiano; infine il **Museo della Memoria Ukiyoe Ota** incentrato sulle stampe Ukiyoe.

Ukiyo-e, Museo Hiroshige di Tokaido

Accanto alle belle arti tradizionali, il Giappone ospita altri musei molto caratteristici. Il **Museo Edo-Tokyo** presenta la storia e gli stili di vita di Tokyo attraverso plastici di grandi dimensioni. **Museo d'Arte Teien di Tokyo** è un edificio in stile art déco, costruito nel 1933, che ospita collezioni provenienti da altri musei o da collezionisti privati.

Museo Edo-Tokyo

Nell'ambito delle belle arti contemporanee, il Giappone si è rivelato una straordinaria fonte di creatività per il resto del mondo. I musei d'arte contemporanea nipponici, infatti, non aspettano altro che essere scoperti da visitatori interessati agli stili di vita, alle correnti di pensiero o ai mezzi di comunicazione più avanzati del paese. Uno dei musei più grandi del Giappone, il Museo d'Arte **Contemporanea di Tokyo**, ospita una gamma completa di capolavori dell'arte contemporanea giapponese ed estera. La **Galleria d'Arte di Tokyo Opera City** è spesso la prima a organizzare mostre sulle nuove tendenze dell'arte contemporanea. Il **Museo Hara di Arte Contemporanea**, situato nel quartiere di Shinagawa, a Tokyo, è un elegante edificio in stile Bauhaus che conserva una ricca varietà di pezzi contemporanei. Nella Prefettura di Ibaraki, a nord di Tokyo, il **Centro d'Arte Contemporanea della Art Tower Mito** è famoso per la particolarità delle sue mostre d'arte contemporanea.

Il **Museo d'Arte Tokugawa** di Nagoya è specializzato nei costumi del teatro Noh, nelle spade, nelle armature e in altri cimeli dei samurai.

Il **Museo Hiroshige di Tokaido** è situato nella Prefettura di Shizuoka. La sua collezione, dedicata al lavoro di Hiroshige Utagawa, uno fra i più grandi pittori di stampe Ukiyoe, raccoglie più di 1.300 incisioni su legno.

Nell'ambito delle belle arti tradizionali della regione del Kansai, degno di nota è il **Museo d'Arte Fujita**, a Osaka, famoso per la sua importante collezione di belle arti antiche e aperto al pubblico solo in primavera e in autunno. Molto conosciuti sono anche il **Museo Municipale delle Ceramiche Orientali di Osaka**, che custodisce, tra le altre, ceramiche antiche di valore inestimabile provenienti dalla Cina e dalla

Corea, e il **Museo Municipale di Arte di Osaka** che ospita un'importante collezione di opere antiche delle belle arti di Cina e Giappone. Il **Museo d'Arte della Villa Oyamazaki**, a Kyoto, è un'imponente villa in cui sono esposti capolavori in ceramica in un'atmosfera distesa e raffinata. Il **Museo Miho**, nella Prefettura di Shiga, ospita capolavori delle belle arti giapponesi, e opere di arte antica provenienti da tutto il mondo. Si tenga a mente, tuttavia, che rimane chiuso durante l'inverno.

## I giardini

I giardini giapponesi, bellissime riproduzioni simboliche di paesaggi o ambienti marini create entro spazi di qualche centinaio di metri al massimo, sono famosi in tutto il mondo. Quest'arte, evolutasi inizialmente sotto l'egida di una classe dominante ispirata da un'ideale di raffinatezza estrema e dai principi del Buddismo e dello Scintoismo, si estrinseca attraverso l'idilliaco accostamento di piante, sabbia, acqua e rocce che celebrano le bellezze della natura in una composizione artistica dalla struttura perfetta. Attorno ai templi sorgono numerosi giardini, molti dei quali risalenti a centinaia di anni fa.

Kyoto è particolarmente ricca di giardini, tra i quali, degni di nota, quelli della **villa imperiale di Katsura**, dei **Templi Ginkakuji** e **Kinkakuji**, del **Castello Nijo** e del famoso giardino di pietra del **Tempio Ryoanji**.

A Tokyo, i giardini più belli sono quelli di **Higashi Gyoen**, **Hama Rikyu** e **Koishikawa Korakuen**, ma anche il grande parco pubblico di Shinjuku Gyoen che, in origine, era uno dei luoghi di riposo della famiglia imperiale.

Nelle altre zone del Giappone ricordiamo, tra i più importanti, il **Kenrokuen** di Kanazawa, nella Prefettura di Ishikawa, il **Kairakuen** nella Prefettura di Ibaraki, il **Korakuen** nella Prefettura di Okayama e il **Parco Ritsurin** nella Prefettura di Kagawa.

## Le arti teatrali classiche

Il teatro **Noh** giapponese è un genere d'arte teatrale particolarmente stilizzato che vanta ben 700 anni di storia. Caratterizzato da un simbolismo molto ricco, il Noh affonda le proprie radici negli antichi rituali scintoisti e viene rappresentato su un palcoscenico il cui tetto presenta la stessa struttura di un santuario. Gli attori indossano delle maschere e i loro movimenti, lentissimi ed estremamente stilizzati, creano un contrasto con la ricchezza dei costumi.

Questo genere di arte classica viene rappresentato principalmente al **Teatro Nazionale di Noh di Tokyo**, all'**Hosho Nohgakudo**, al **Kanze Nohgakudo** e al **Kita Nohgakudo**, sempre a Tokyo. Nella regione del Kansai, il Noh va in scena al **Kanze Kaikan** di Kyoto e al **Nohgaku Kaikan** di Osaka. Gli spettacoli di Noh sono forse ancora più suggestivi se rappresentati all'aria aperta sui palcoscenici illuminati dalle torce dei santuari.

Il teatro **Kabuki** è un genere teatrale giapponese di tradizione secolare. È caratterizzato da un trucco molto vistoso, costumi e scenografie di grande impatto e un'azione drammatica che unisce la danza ai combattimenti con le spade e, a volte, vede l'attore slanciarsi da e verso il palco passando su una pedana rialzata in mezzo al pubblico. (hanamichi).

A Tokyo, il luogo ideale per assistere alle rappresentazioni del teatro Kabuki è il **Kabuki-za**※, a Ginza, che programma spettacoli durante tutto l'anno. Sempre a Ginza, troverete anche lo **Shimbashi Embujo** e il Teatro Nazionale del Giappone, nei pressi del Palazzo imperiale, che a volte ospita tournée di compagnie teatrali.

※Il Teatro Kabuki-za resterà chiuso per ristrutturazione fino al 2013. In questo periodo gli spettacoli Kabuki si svolgeranno regolarmente presso i teatri indicati sopra.

Noh

Il **Bunraku** è un genere molto elaborato di teatro delle marionette: pupazzi in legno dal viso di porcellana, alti circa due terzi di un uomo, vengono guidati da tre marionettisti che li muovono seguendo la narrazione e le note di un accompagnamento musicale suonato con lo Shamisen. Il Bunraku viene rappresentato al Teatro Nazionale di Bunraku di Osaka e al Teatro Nazionale di Tokyo.

Kenrokuen, Kanazawa

© Ishikawa Prefecture Tourist Association and Kanazawa Convention Bureau

Danza giapponese

# Svaghi e divertimenti

## Le arti teatrali moderne

In molte città del Giappone potrete apprezzare allo stesso modo anche le arti teatrali moderne come l'**opera**, la **danza "Buto"**, le **commedie musicali**, gli **spettacoli teatrali** e i **balletti**. Tokyo, in particolare, ospita regolarmente spettacoli di artisti internazionali di primo piano e spesso è necessario prenotare i biglietti con larghissimo anticipo. La **Tokyo Opera City** è una sala attrezzata con le strumentazioni più moderne, ideale per ospitare concerti e opere. La **Compagnia Takarazuka**, una troupe di commedia musicale composta esclusivamente da giovani donne, attira sempre numerosi spettatori che rimangono incantati dalle loro brillanti rappresentazioni in cui anche i ruoli maschili sono recitati da donne. Il "Buto", riconosciuto e apprezzato a livello internazionale, colpisce il pubblico per le sue rappresentazioni avanguardistiche, uniche in Giappone.

Ikebana

Da ricordare

### Il costume tradizionale

Il **Kimono** è il costume tradizionale giapponese, oggi indossato principalmente nelle grandi occasioni. Sebbene talvolta venga considerato un abito poco pratico, dona alla persona che lo indossa una grazia e un'eleganza particolari.

Quando soggiornano in un ryokan, gli uomini e le donne giapponesi sono soliti indossare lo **yukata**, un kimono di cotone informale.

Non perdete l'occasione di concedervi questo semplice piacere quando passate in un ryokan, dove troverete sempre degli yukata a vostra disposizione.

Kaga-Yuzen, Ishikawa

## Le arti

Tra le arti dell'arcipelago, poche sono così tipicamente giapponesi come l'**Ikebana**, o l'arte della composizione floreale. Strettamente legata all'arte della cerimonia del tè del Buddismo, l'Ikebana pone l'accento sulla semplicità e la precisione delle forme, che vogliono simboleggiare i diversi aspetti della natura. Esistono numerose scuole di Ikebana, molte delle quali offrono corsi in lingua inglese.

L'arte del tè, o più precisamente la via del tè, la **Cha-no-yu**, è un culto estetico della raffinatezza dello spirito, e, in origine, era molto popolare fra la classe guerriera dominante. Oggi è possibile assistere e persino partecipare a dimostrazioni di Cha-no-yu in alcune principali scuole del paese e in alcuni hotel.

Cerimonia del tè

## Ceramiche e porcellane

Mano a mano che la cerimonia del tè prendeva piede, durante il periodo di Muromachi (1333-1573), si andavano diffondendo i centri di produzione della ceramica, ognuno dei quali aveva un suo stile particolare. Nel XVII secolo la città di Arita riuscì nel difficile intento di cuocere la porcellana, dando ulteriore impulso al dinamismo del settore del vasellame durante gli anni che seguirono. Tra i numerosi centri di produzione della ceramica, i più famosi sono **Mashiko** nella regione del Kanto, **Seto**, **Tokoname**, **Mino** e **Kutani** nella regione del Chubu, **Kiyomizu** e **Shigaraki** nella regione del Kansai, Bizen e Hagi nella regione del Chugoku e **Imari**, **Arita** e **Karatsu** nel Kyushu. In questi centri di produzione sono stati creati musei della ceramica, negozi specializzati e corsi di formazione al tornio durante i quali anche i principianti possono provare a ideare e modellare la loro creazione.

Centro artigianale di Noritake

# La vita notturna
## Giappone by night

La gamma di divertimenti offerti dalle città giapponesi è assai vasta e il turista può averne un assaggio scegliendo di partecipare ad un'escursione notturna. A Tokyo, i **Sunrise Tours** organizzati dal *Japan Travel Bureau* propongono escursioni serali a prezzi abbordabili. Il Night Life Tour offre una cena in stile giapponese a base di "sukiyaki", "tempura", "sashimi" o un menu vegetariano a vostra scelta presso un ristorante giapponese, e la possibilità di ammirare un meraviglioso panorama notturno da Roppingi Hills, a 250 metri di altezza. A Kyoto, partecipando allo **Special Night Tour**, sarete ospiti di una cerimonia del tè seguita da una cena a base di Tempura e da una serata al **Gion Corner**, dove potrete apprezzare vari generi di arti teatrali tradizionali.

Kyoto Kabu-renjo: "Miyako Odori"

## I locali notturni

In Giappone non mancano di certo i locali notturni. Tralasciando i numerosi bar in stile occidentale, potreste scegliere di passare la serata in un **Izakaya**, un pub in vero stile giapponese che serve birra, cocktail o sakè accompagnati da svariati piatti. I locali di questo tipo, i cui prezzi sono molto accessibili, rimangono aperti fino a notte inoltrata. Questi pub e l'allegria che solitamente regna al loro interno sono un'esperienza da non perdere.

"Izakaya", Pub in stile giapponese

Il **Karaoke**, diventato popolare anche in occidente oltre che in Giappone, è uno dei divertimenti notturni più apprezzati dai giapponesi. Generalmente, un locale di Karaoke è suddiviso in varie zone, ciascuna delle quali dispone dell'attrezzatura completa per cantare a ritmo di musica. Un gruppo può occupare una zona intera a un prezzo ragionevole, intonando una strofa dietro l'altra, sorseggiando un drink e sbocconcellando uno stuzzichino. Molti Karaoke dispongono anche di una selezione di canzoni in inglese.

A Tokyo, i quartieri più indicati per trascorrere una serata all'insegna dell'allegria, della buona cucina e del divertimento, sono **Roppongi**, molto frequentato dalla comunità straniera della città, **Ginza**, sfolgorante sotto le insegne al neon, elegante e più raffinato, **Akasaka**, più sofisticato, **Shibuya**, le cui strade sono invase dai giovani, **Kabukicho** e **Shinjuku**, più affascinante e tradizionale.

Shinjuku

©Y. Shimizu

## I locali da ballo

Le discoteche e i club sono numerosi e molto frequentati, in particolar modo dai giovani, in tutte le grandi città del paese. A Tokyo, Roppongi offre agli adulti molti locali alla moda, ma per i giovani non esiste niente di meglio di Shibuya.

Luminarie di Natale a Roppongi Hills

Karaoke

## Gli sport

In Giappone tutti i tipi di sport godono di una grande partecipazione popolare e il paese, oltre ad aver esportato in tutto il mondo le arti marziali, ha contribuito alla diffusione di molti altri sport importanti.

## Gli sport tradizionali

Tra tutti gli sport nati in suolo giapponese, quello che meglio esprime lo spirito nazionale è sicuramente il **Sumo**, una forma di lotta che, in origine, veniva praticata durante i festival e nei giorni di festa all'interno dei santuari scintoisti. In uno spazio circolare ricoperto di terra e accuratamente delimitato, si fronteggiano due uomini dalla mole, il più delle volte, spropositata. Un match di Sumo viene vinto quando uno dei due lottatori obbliga l'altro a toccare terra con la spalla o ad uscire dal cerchio. Il Sumo è disciplinato da regole complesse e da tutta una serie di prese, spinte e strategie sulle quali gli appassionati di questo sport amano discutere.

Sumo © Associazione Giapponese di Sumo

Il **Judo** è un'arte marziale di autodifesa nata in Giappone e diffusasi in tutto il mondo. Si basa sui principi della presa e sull'utilizzo della forza dell'avversario a proprio vantaggio ed oggi è una disciplina olimpica. Il centro di addestramento **Kodokan** di Tokyo è ideale per assistere agli allenamenti degli allievi o alle dimostrazioni occasionali tenute da esperti.

Il **Kendo** è un tipo di scherma in cui gli avversari, protetti da pesanti imbottiture di cotone e da armature, combattono l'uno contro l'altro utilizzando spade di bambù. Il **Nippon Budokan Hall** a Tokyo è il luogo migliore del paese per assistere a dimostrazioni di Kendo.

Il **Karate**, una forma di combattimento a mani nude, è stato concepito dagli abitanti di Okinawa a cui il signore feudale aveva impedito di fare uso delle armi. Allenato a concentrare tutta la propria energia nel calcio o nel pugno che deve sferrare, il karateka può spezzare con un solo colpo una spessa pila di mattoni o di tavole di legno. Se volete assistere all'allenamento degli allievi e dei maestri, andate all'**Associazione Giapponese di Karate** (*Japan Karate Association*).

L'**Aikido** è un altro tipo di arte marziale basata sulla concentrazione dell'energia del combattente e sul vantaggio che egli può trarre dalla forza del suo avversario. È uno sport particolarmente apprezzato da chi lo pratica, perché aiuta a mantenere e migliorare la forma fisica. L'**Aikikai** è un centro di Aikido situato nella città di Tokyo.

Il tiro con l'arco giapponese, il **Kyudo**, viene praticato sia per stimolare la propria spiritualità e lo sviluppo della concentrazione, sia per il gusto della competizione. Per molto tempo questo sport è stato associato ai principi del Buddismo Zen e, a volte, è possibile assistere a tornei di Kyudo all'interno dei templi.

Judo ©Kodokan

## Gli sport moderni

Il **baseball** è così popolare in Giappone che molti appassionati restano increduli quando scoprono che anche gli americani lo considerano il loro "sport nazionale". Ai tornei primaverili ed estivi, disputati a livello nazionale, partecipano prevalentemente squadre di studenti delle scuole medie superiori. Le scuole e i campioni delle rispettive prefetture si affrontano al **Koshien Stadium**, nella Prefettura di Hyogo. In Giappone è raro trovare qualcuno che, quando tifa per la squadra della propria città natale, non diventi quasi un fanatico. Il baseball professionale sta prendendo piede e conta dodici squadre sponsorizzate da grandi società. A Tokyo, il luogo più interessante per assistere a una partita di baseball è il **Tokyo Dome Stadium**, una delle attrazioni del Tokyo Dome City . Tifare per la propria squadra di baseball è un'attività impegnativa, infatti il tifoso deve utilizzare tutta la propria energia per suonare la tromba, il tamburo o qualsiasi altro strumento: L'importante è che faccia rumore!

Baseball ©TCVB

Il **calcio** è uno sport che oggi gode di un'enorme popolarità tra i bambini e i giovani giapponesi.

Lo sci è uno sport molto praticato in Giappone, e, in inverno, milioni di sciatori si riversano sulle piste delle montagne dell'Honshu e dell'Hokkaido. Le località sciistiche del paese sono ottimamente attrezzate e non temono confronti con i più rinomati luoghi d'Europa, degli Stati Uniti e del Canada. Negli ultimi anni è aumentato il numero di piste predisposte anche per lo snowboard, uno sport sempre più in voga soprattutto tra i giovani.

È possibile praticare il **pattinaggio su ghiaccio** sulle piste coperte allestite nelle grandi città oppure sulle splendide piste all'aperto disponibili, in inverno, nella parte settentrionale del paese e in Hokkaido.

Sci

## Lo shopping

In un paese che produce una parte consistente dei beni di consumo destinati a tutto il mondo e che basa la sua intera esistenza sul mercato, non c'è da meravigliarsi se un visitatore è portato a dedicare buona parte del proprio tempo agli acquisti. I giapponesi adorano lo shopping e, per rilassarsi, si recano spesso e volentieri nei centri commerciali delle metropoli del paese. Gli shopping center attirano i consumatori offrendo servizi di intrattenimento per i bambini, assaggi nei reparti alimentari e nei negozi di gastronomia più raffinati oppure mostre d'arte e d'artigianato nazionali ed estere.

Da sapere

### Acquisti duty-free

Nel caso di un soggiorno inferiore ai 90 giorni, i turisti che spendano in un giorno più di 10.001 ¥ presso i negozi duty-free, come ad esempio i principali centri commerciali delle maggiori città, presentando il proprio passaporto hanno diritto all'esenzione dall'imposta sui consumi pari al 5% della spesa. Tuttavia, questo sgravio non vale per l'acquisto di prodotti di largo consumo como: cosmetici, alimentari, alcolici, sigarette, medicinali, rullini fotografici o batterie. Nei negozi più grandi troverete spesso una zona riservata al duty-free dove chi vi serve parla inglese.

Da non perdere

### I mercati delle pulci (Nomi-no-ichi)

I "**nomi-no-ichi**", i mercati delle pulci, si tengono in varie zone del Giappone. Solitamente allestiti entro i confini dei templi e dei santuari, i mercati delle pulci iniziano il mattino presto e rimangono aperti fino al pomeriggio. Gli articoli in vendita differiscono per stile e prezzo e variano dai pezzi d'antiquariato carissimi ai souvenir a buon mercato. L'offerta, che attira un gran numero di visitatori stranieri, spazia dal vasellame antico all'abbigliamento e dai mobili ad articoli vari di seconda mano. Alzatevi un po' prima un mattino e andate a visitarne uno, fosse soltanto per il piacere di vederlo. Ecco qui di seguito alcuni dei mercati delle pulci più famosi:

- Il "**Togo-no-Mori Nomi-no-ichi**", presso il Santuario Togo a Tokyo (a 3 minuti a piedi dalla stazione JR di Harajuku) si tiene la prima domenica del mese).
- "**Oedo Antiques Fair**" presso il Tokyo International Forum a Tokyo (ad un minuto a piedi dalla stazione JR di Yurakucho) si tiene la prima e la terza domenica del mese.
- "**Kitano Temmangu Nomi-no-ichi**", presso il Santuario di Kitano Temmangu, a Kyoto (a 30 minuti di autobus dalla stazione JR di Kyoto) si tiene il 25 di ogni mese.
- Il "**Kyoto Toji Garakuta-ichi & Kobo-ichi**", presso la porta sud del Tempio Toji a Kyoto (a 15 minuti a piedi dalla stazione JR di Kyoto) si tiene la prima domenica (Garakuta-ichi) e il 21 (Kobo-ichi) di ogni mese.

Mercato delle pulci di Harajuku

# Trasporti

Il Giappone possiede una delle reti di trasporto più avanzate al mondo. La sua rete ferroviaria copre, da sola, quasi tutte le destinazioni possibili del paese. Inoltre, il Giappone può vantare una rete autostradale molto estesa e collegamenti aerei interni estremamente efficienti. Nelle città, gli autobus e i taxi sono in servizio 24 ore su 24 e i traghetti collegano Tokyo, Osaka e Kobe ai principali porti di Hokkaido e Kyushu.

Allo stesso tempo, il Giappone offre un servizio completo di collegamenti aerei internazionali fornito dalle sue due compagnie aeree, la Japan Airlines, la All Nippon Airways, affiancate da compagnie straniere che propongono voli in tutto il mondo.

## I treni

I servizi ferroviari giapponesi sono forniti dalle Japan Railways (JR), un gruppo formato da sei società ferroviarie che coprono tutto il paese, e da varie società che operano a livello locale nella maggior parte delle grandi città. La rete JR è particolarmente famosa per la sua puntualità e per i suoi treni ad alta frequentazione che corrono sulle linee ausiliarie di Tokyo effettuando, nelle ore di punta, fermate ad intervalli di un minuto e 30 secondi.

Gli **Shinkansen**, o "treni ad alta velocità", assicurano collegamenti ultra rapidi ed estremamente sicuri in tutto il paese. La rete comprende le linee Tokaido, Sanyo, Kyushu, Tohoku, Nagano, Akita, Yamagata e Joetsu.

Oltre allo Shinkansen, i collegamenti a lunga distanza della rete JR includono tragitti su treni espressi e rapidi, con cuccetta e posti riservati, a tariffe che variano in funzione della distanza e del tipo di servizio scelto. Nelle aree metropolitane, i biglietti per le linee locali possono essere acquistati presso i distributori automatici che si trovano in tutte le stazioni, mentre i biglietti per i posti riservati sono reperibili agli sportelli dei Ticket Reservation Office ("**Midori-no-madoguchi**").

## Il Japan Rail (JR) Pass

Per i turisti, il **Japan Rail Pass** offerto dalla rete JR presenta un ottimo rapporto qualità/prezzo Il Rail Pass può essere utilizzato esclusivamente dai turisti e deve essere acquistato fuori dal Giappone. Consente ai viaggiatori di effettuare spostamenti illimitati sulle linee della rete JR sugli autobus convenzionati e sui traghetti JR Miyajima. (Il pass non è valido ullo Shinkansen Nozomi)
**(http://www.japanrail.com)**

## Ulteriori agevolazioni per i possessori del Japan Rail Pass

A chi acquista un Japan Rail Pass, la rete JR offre uno sconto speciale presso gli hotel del gruppo JR. È sufficiente presentare il proprio Japan Rail Pass alla reception il giorno dell'arrivo per usufruire di uno sconto del 10% circa. **(http://www.jrhotelgroup.com)**

Shinkansen

| Validità | Ordinario | Verde (prima classe) |
|---|---|---|
| 7 giorni | 28,300 ¥ | 37,800 ¥ |
| 14 giorni | 45,100 ¥ | 61,200 ¥ |
| 21 giorni | 57,700 ¥ | 79,600 ¥ |

I biglietti per i bambini dai 6 agli 11 anni sono a metà prezzo.

## Il Japan Rail Pass regionale

Per i viaggiatori che si spostano al di fuori della capitale, i seguenti pass proposti da JR offrono prezzi accessibili e assoluta comodità: l'HOKKAIDO RAIL PASS della rete JR per l'isola di Hokkaido, l'EAST PASS della rete JR con partenza da Tokyo per la regione nord-orientale del Giappone, esclusa l'isola di Hokkaido, il WEST RAIL PASS della rete JR valido all'interno della regione occidentale del Giappone con partenza dall'Aeroporto Internazionale di Kansai e il KYUSHU RAIL PASS della rete JR valido sull'isola di Kyushu. Questi pass offrono anche numerosi vantaggi ai viaggiatori. **(http://www.japanrailpass.net/ )**

JR HOKKAIDO RAIL PASS

| Validità | Pass Hokkaido | |
|---|---|---|
| | Ordinario (da 12 anni in su) | Verde |
| 3 giorni | 15,000 ¥ | 21,500 ¥ |
| 5 giorni | 19,500 ¥ | 27,000 ¥ |
| Flessibile di 4 giorni | 19,500 ¥ | 27,000 ¥ |

JR EAST RAIL PASS

| Validità | JR East Pass | | |
|---|---|---|---|
| | Ordinario (da 26 anni in su) | Ordinario (tra 12 e 25 anni) | Verde |
| 5 giorni | 20,000 ¥ | 16,000 ¥ | 28,000 ¥ |
| 10 giorni | 32,000 ¥ | 25,000 ¥ | 44,800 ¥ |
| Flessibile di 4 giorni | 20,000 ¥ | 16,000 ¥ | 28,000 ¥ |

JR-WEST RAIL PASS

| Validità | Pass Sanyo, Ordinario | |
|---|---|---|
| | Adulti (da 12 anni in su) | Bambini (tra 6 e 11 anni) |
| 4 giorni | 20,000 ¥ | 10,000 ¥ |
| 8 giorni | 30,000 ¥ | 15,000 ¥ |

| Validità | Pass Kansai, Ordinario | |
|---|---|---|
| | Adulti (da 12 anni in su) | Bambini (tra 6 e 11 anni) |
| 1 giorno | 2,000 ¥ | 1,000 ¥ |
| 2 giorni | 4,000 ¥ | 2,000 ¥ |
| 3 giorni | 5,000 ¥ | 2,500 ¥ |
| 4 giorni | 6,000 ¥ | 3,000 ¥ |

JR KYUSHU RAIL PASS

| Validità | Ordinario |
|---|---|
| 3 giorni | 13,000 ¥ |
| 5 giorni | 16,000 ¥ |

NORTHER KYUSHU AREA PASS

| | |
|---|---|
| 3 giorni | 7,000 ¥ |

※I biglietti sono gratuiti per i bambini al di sotto dei 6 anni e a metà prezzo per i bambini dai 6 agli 11 anni.

## Collegamenti aerei interni

Con i suoi 90 aeroporti che servono i voli nazionali e internazionali, il Giappone è un paese estremamente efficiente sul fronte degli spostamenti aerei.

Aeroporto Internazionale del Kansai

## I trasporti urbani

Tutte le grandi città del Giappone dispongono della **metropolitana**, un mezzo di trasporto veloce ed efficiente. La linea ad anello Yamanote-sen della rete JR a Tokyo e quella di Osaka-Kanjo-sen presentano entrambe un percorso che attraversa le rispettive città. A Tokyo, i biglietti della rete JR sono disponibili a partire da 130 ¥, i biglietti della metropolitana partono da 160 ¥ per le linee della Tokyo Metro e da 170 ¥ per le linee della metropolitana Toei,, e la loro tariffa aumenta con l'aumentare della distanza percorsa.

La maggior parte delle stazioni dispone di distributori automatici e di apparecchi per il controllo automatico del biglietto di viaggio posti all'entrata e all'uscita delle linee.

In tutte le città è disponibile un servizio di **autobus**, ma il suo utilizzo può risultare tutt'altro che semplice per il turista che non conosce il giapponese.

Come alternativa, è possibile usufruire dei **taxi** che vi porteranno dove vorrete, presentando all'autista un indirizzo scritto in giapponese o un biglietto da visita indicante la destinazione. Se la spia rossa situata nell'angolo in basso a sinistra del parabrezza è accesa, significa che il taxi è libero e può essere chiamato. Fate attenzione quando vi avvicinate allo sportello posteriore di un taxi: l'apertura e la chiusura sono automatiche e vengono fatte scattare dall'autista stesso.

Sono previsti anche servizi di **noleggio auto** nella maggior parte delle grandi e medie città, come pure negli aeroporti e nelle principali stazioni ferroviarie del paese. È possibile noleggiare un'auto presentando una patente internazionale riconosciuta in Giappone.

Linea Yamanote ©Yasufumi Nishi

Autobus

Narita Express "N'EX"

Stazione JR ©Y.Shimizu

### Da sapere

### ■ EVisitate il Giappone in treno usufruendo dei biglietti a prezzo ridottos

#### [A Tokyo]

● **"Tokyo Free Kippu"**: 1.580 ¥ per un adulto

Questo biglietto consente di effettuare spostamenti illimitati nell'arco di una giornata sulle linee della rete JR all'interno del territorio di Tokyo, oltre che sulle linee metropolitane Tokyo Metro, le linee di Toei (ferrovia metropolitana), le linee di Toden (tram metropolitano) e le linee di Tobasu (autobus metropolitano).

● **"Tokunai Pass"**: 730 ¥ per un adulto

Questo biglietto consente di effettuare spostamenti illimitati nell'arco di una giornata sulle linee della rete JR all'interno del territorio di Tokyo.

● **"Tokyo Metro Ichinichi Joshaken"**: 710 ¥ per un adulto

Con questo biglietto potrete effettuare spostamenti illimitati nell'arco di una giornata sulle linee della metropolitana di Eidan.

● **"Tokyo Metro / Toei Chikatetsu Ichinichi Joshaken"**: 1.000 ¥ per un adulto

Con questo biglietto potrete effettuare spostamenti illimitati nell'arco di una giornata sulle linee della metropolitana Tokyo Metro e Toei.

#### [Nel Kansai]

● **"Kansai Thru Pass"** per 2 giorni: 3.800 ¥ per un adulto ; per 3 giorni: 5.000 ¥ per un adulto

Questo biglietto consente di effettuare spostamenti illimitati per due o tre giorni sulle linee ferroviarie e di autobus di 40 società di trasporto private e pubbliche. Inoltre, i titolari del biglietto possono usufruire di prezzi vantaggiosi in alcuni hotel situati nelle vicinanze delle linee degli autobus o della ferrovia.

# Esempi di itinerari in treno

Le linee principali della rete ferroviaria JR servono tutte le maggiori isole del Giappone, da Hokkaido nel nord a Kyushu nel sud. La rete delle linee ferroviarie locali che servono le singole regioni è altrettanto efficiente. Spostarsi all'interno del paese con una rete di trasporti sicura e confortevole sarà sicuramente un'esperienza molto piacevole.

Qui di seguito vi presentiamo quattro esempi di itinerari che possono essere effettuati da viaggiatori titolari di un Japan Rail Pass. Questi itinerari sono stati ideati per aiutare i viaggiatori e i turisti che visitano il Giappone per la prima volta ad organizzare il proprio itinerario personale per visitare le principali destinazioni turistiche nel modo più piacevole e funzionale possibile. Per ulteriori dettagli su attrazioni turistiche specifiche, consultare la sezione intitolata "Alla scoperta del Giappone" nella presente guida o visitare il sito internet del JNTO (http://www.jnto.go.jp).

Nota: nei seguenti esempi di itinerari, **SPX** significa treno super-veloce Shinkansen, **LEX** significa treno super-rapido, **RAP** significa treno rapido e **LOC** significa treno locale. I nomi tra parentesi indicano le coincidenze. La durata del viaggio indicato si riferisce a quella necessaria per il tragitto, senza tenere conto del tempo tra una coincidenza e l'altra, ecc.

## 1. Il meglio del Giappone

Questo esempio di itinerario presenta un percorso che consente di visitare le località turistiche più famose del paese. È ricco di destinazioni di grande interesse per tutti i viaggiatori, ognuna delle quali merita davvero una visita. Tra i luoghi più interessanti citiamo la stazione termale di Hakone-Yumoto, situata all'interno del magnifico parco nazionale di Fuji-Hakone-Izu, le due antiche capitali Kyoto e Nara, il castello di Himeji, ammirato e conosciuto con il nome di "castello dell'airone bianco", Kurashiki e il suo paesaggio urbano tradizionale, ancora pregno dell'atmosfera del Giappone antico, Okayama, rinomata per il suo giardino Korakuen, uno dei tre più bei giardini del Giappone, l'isola di Miyajima, uno dei luoghi più belli che avrete mai la possibilità di ammirare e la città di Hiroshima, simbolo della pace nel mondo. Da Hiroshima potrete poi continuare verso Kyushu, o visitare Shikoku percorrendo la strada di Shimanami-kaido.

| | | | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| Giorno 1 | **Tokyo** | | SPX | | | | (Odawara) | ● Hakone-Tozan LOC | **Hakone-Yumoto** |
| | 東京 | | 37 min. | | | | (小田原) | 15 min. | 箱根湯本 |
| Giorno 2 | **Hakone-Yumoto** | | ● Hakone-Tozan LOC | | (Odawara) ◎ | | SPX | | **Kyoto** |
| | 箱根湯本 | | 15 min. | | (小田原) | | 2 ore 6 min. | | 京都 |
| Giorno 3 | **Kyoto** | | RAP | | **Nara(visita.4ore)** | | RAP | | **Kyoto ◎** |
| | 京都 | | 44 min. | | 奈良 | | 46 min. | | 京都 |
| Giorno 4 | **Kyoto** | SPX | **Himeji(visita.2ore)** | | SPX | (Okayama) | LOC | | **Kurashiki** |
| | 京都 | 55 min. | 姫路 | | 26 min. | (岡山) | 17 min. | | 倉敷 |
| Giorno 5 | **Kurashiki** | | LOC | | **Okayama(visita.2ore)** | | SPX | | **Hiroshima** |
| | 倉敷 | | 17 min. | | 岡山 | | 45 min. | | 広島 |
| Giorno 6 | **Hiroshima** | LOC | (Miyajimaguchi) | BOAT | **Miyajima(visita.2ore)** | BOAT | (Miyajimaguchi) | LOC | **Hiroshima** |
| | 広島 | 27 min. | (宮島口) | 10 min. | 宮島 | 10 min. | (宮島口) | 27 min. | 広島 |
| Giorno 7 | **Hiroshima** | | SPX | | ※(Shin-Osaka) | | SPX | | **Tokyo** |
| | 広島 | | 1 ora 35 min. | | (新大阪) | | 3 ore | | 東京 |

Nota: • sono tratti ferroviari privati sui quali non è possibile utilizzare il Japan Rail Pass. È quindi necessario acquistare il biglietto.
◎ indica la possibilità di passare all'itinerario Chubu.
E' possibile recarsi direttamente da Hiroshima a Tokyo prendendo i treni "NOZOMI" sui quali, tuttavia, non è valido il JR pass. E' quindi necessario pagare la tariffa base ed il supplemento per il Limited Express. Il tempo di percorrenza è di 4 ore.
Il tempo indicato per la sosta a Nara si basa sul calcolo del tempo necessario per visitare il Parco di Nara, il Santuario Kasuga Taisha e il Tempio Todaiji.

## 2. Itinerario Chubu (regione del centro)

Partendo dalla costa del Pacifico, a Nagoya, questo itinerario attraversa la regione montagnosa centrale del paese sino alla costa del Mare del Giappone. Durante il viaggio potrete ammirare uno splendido paesaggio montano che varia con le stagioni. Takayama, conosciuta più spesso con il nome di "culla spirituale dei giapponesi" e la magnifica città di Kanazawa, costruita intorno ad un castello, sono tappe assolutamente imperdibili. Se vi resta un po' di tempo, visitate la penisola di Noto o proseguite verso Kyoto passando per Maibara.

| | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|
| Giorno | **Tokyo** | SPX | (Nagoya) | | LEX | | **Takayama** |
| | 東京 | 2 ore | (名古屋) | | 2 ore 23 min. | | 高山 |
| o Giorno1 | **Hakone-Yumoto** | ● Hakone-Tozan LOC | (Odawara) | SPX | (Nagoya) | LEX | **Takayama** |
| | 箱根湯本 | 15 min. | (小田原) | 1 ora 15 min. | (名古屋) | 2 ore 23 min. | 高山 |
| Giorno 2 | **Takayama** | LEX | (Toyama) | | LEX | | **Kanazawa** |
| | 高山 | 1 ora 25 min. | (富山) | | 35 min. | | 金沢 |
| Giorno 3 | **Kanazawa** | LEX | (Maibara) | | SPX | | **Tokyo** |
| | 金沢 | 1 ora 55 min. | (米原) | | 2 ore 25 min. | | 東京 |
| o Giorno 3 | **Kanazawa** | LEX | (Maibara) | | SPX | | **Kyoto** |
| | 金沢 | 1 ora 55 min. | (米原) | | 23 min. | | 京都 |

Nota: • sono tratti ferroviari privati sui quali non è possibile utilizzare il Japan Rail Pass. È quindi necessario acquistare il biglietto.

## 3. Itinerario Kyushu (regione del sud)

Questo itinerario consente di visitare molte località turistiche presenti nell'estesa regione del centro e del nord di Kyushu. I luoghi principali toccati da questo itinerario sono Hakata, il ponte pieno di vita che si protende verso l'Asia, Kumamoto, la "città dalla vegetazione lussureggiante e dall'acqua pura", il Monte Aso, più conosciuto con il nome di "Montagna di fuoco" e che vanta il cratere più grande del mondo, e Beppu, una delle sorgenti termali più caratteristiche del Giappone.

| | | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| Giorno 1 | **Hiroshima** | | SPX | | | | | **Hakata** |
| | **広島** | | 1 ora 13 min. | | | | | **博多** |
| Giorno 2 | **Hakata** | | LEX | | | | | **Nagasaki** |
| | **博多** | | 2 ore 3 min. | | | | | **長崎** |
| Giorno 3 | **Nagasaki** | LEX | (Tosu) | | LEX | | | **Kumamoto** |
| | **長崎** | 1 ora 41 min. | (鳥栖) | | 60 min. | | | **熊本** |
| Giorno 4 | **Kumamoto** | ◇LEX or LOC | ●**Aso(visita.4ore)** | | LEX | | | **Beppu** |
| | **熊本** | 1 ora 10 min or 1 ora 30 min. | **阿蘇** | | 1 ora 49 min. | | | **別府** |
| Giorno 5 | **Beppu** | LEX | (Kokura) | SPX | ※(Shin-Osaka) | SPX | | **Tokyo** |
| | **別府** | 1 ora 14 min. | (小倉) | 2 ore 30 min. | (新大阪) | 3 ore | | **東京** |

Nota: i servizi giornalieri del LEX "Aso" che collegano Kumamoto, Aso e Beppu sono molto limitati. Si consiglia di partire da Kumamoto molto presto la mattina.
• Il tragitto tra la stazione JR di Aso e il cratere del Monte Aso è di 40 minuti in autobus, più 4 minuti in funivia. Questi spostamenti non sono compresi nel Japan Rail Pass. E' quindi necessario pagare la tariffa base ed il supplemento ed il supplemento per il Limited Express. Il tempo di percorrenza è di 5 ore.

## 4. Itinerario di Tohoku e Hokkaido (regione del nord)

Questo itinerario, che tocca innumerevoli luoghi caratteristici della parte settentrionale del Giappone, copre le regioni di Tohoku e Hokkaido. Tra le tappe da non perdere citiamo Nikko, caratterizzata da uno splendido contrasto tra un paesaggio naturale estremamente ricco e l'impressionante bellezza architettonica dei suoi templi e dei suoi santuari, Matsushima, dove ammirerete uno dei tre panorami più belli del Giappone, la città di Aomori, pregna di una mescolanza di romanticismo antico ed ebbrezza moderna, la città di Hirosaki con il suo castello e le città di Sapporo e Hakodate, in Hokkaido, dalle quali potrete accedere alle più belle località turistiche di quest'isola situata all'estremo nord del paese.

| | | | | | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| Giorno 1 | **Tokyo** | SPX | | (Utsunomiya) | | | LOC | | | | **Nikko** |
| | **東京** | 55 min. | | **(宇都宮)** | | | 44 min. | | | | **日光** |
| Giorno 2 | **Nikko** | LOC | (Utsunomiya) | SPX | | (Sendai) | RAP | | | | **Matsushima Kaigan** |
| | **日光** | 44 min. | **(宇都宮)** | 1 ora 5 min. | | (仙台) | 30 min. | | | | **松島海岸** |
| Giorno 3 | **Matsushima Kaigan** | RAP | (Sendai) | SPX | ※**Ichinoseki(visita.2ore)** | SPX | (Morioka) | SPX | (Hachinohe) | LEX | **Aomori** |
| | **松島海岸** | 30 min. | **(仙台)** | 35 min. | **※一ノ関** | 38 min. | **(盛岡)** | 38 min. | (八戸) | 60 min. | **青森** |
| Giorno 4 | **Aomori** | LEX | | (Hakodate) | | | LEX | | | | **Sapporo** |
| | **青森** | 1 ora 59 min. | | **(函館)** | | | 3 ore 14 min. | | | | **札幌** |
| Giorno 5 | **Sapporo** | | | LEX | | | | | | | **Hakodate** |
| | **札幌** | | | 3 ore 14 min. | | | | | | | **函館** |
| Giorno 6 | **Hakodate** | | LEX | (Aomori) | | | LEX | | | | **Hirosaki** |
| | **函館** | | 1 ora 59 min. | **(青森)** | | | 32 min. | | | | **弘前** |
| Giorno 7 | **Hirosaki** | LEX | (Aomori) | LEX | | (Hachinohe) | SPX | | | | **Tokyo** |
| | **弘前** | 32 min. | **(青森)** | 60 min. | | (八戸) | 3 ore 5 min. | | | | **東京** |

Facoltativo: è possibile visitare anche il Tempio Chusonji, situato a 22 minuti dalla stazione di Ichinoseki. Potrete altrimenti scegliere di proseguire direttamente da Sendai verso Hachinohe senza fare tappe intermedie. Il tragitto dura circa 1 ora e 30 minuti.

# Gli alloggi

Il Giappone dispone di un numero elevatissimo di hotel, sia in stile occidentale sia in stile tradizionale giapponese. Le sistemazioni possono variare considerevolmente per stile e costo. È possibile scegliere tra il servizio, per noi ormai familiare, di un hotel all'occidentale oppure optare per un soggiorno in un albergo tradizionale giapponese per sperimentare un comfort e un'attenzione molto personalizzati. Prendendo spunto dai suggerimenti che riceverete presso l'Ente Nazionale del Turismo Giapponese (JNTO) e impiegando un po' di tempo alla ricerca degli hotel meno conosciuti, riuscirete sicuramente a trovare una sistemazione pulita e confortevole, adatta alle vostre esigenze di budget.

Vi consigliamo di prenotare il vostro hotel tramite un'agenzia di viaggio prima di arrivare in Giappone.

## Gli hotel in stile occidentale

Tutte le città del Giappone offrono hotel in stile occidentale e, nelle grandi città, troverete anche le catene alberghiere più famose. In questi hotel il personale parla inglese. Si consiglia di prenotare con largo anticipo, soprattutto durante i periodi di alta stagione.

I 210 hotel della **Japan Hotel Association** (JHA) (http://www.j-hotel.or.jp/) offrono sempre standard elevati di servizio e di comfort.

La maggior parte di questi hotel dispone degli stessi comfort che potreste trovare in qualsiasi altra struttura occidentale nel mondo, vale a dire riscaldamento, televisione, aria condizionata, piscina, servizi supplementari come l'interpretariato, negozi e centri di benessere.

A Tokyo, per esempio, il prezzo di un hotel di prima categoria varia da 15.000 ¥ a 30.000 ¥ per una camera singola con bagno e da 25.000 ¥ a 68.000 ¥ per una camera doppia con bagno.

## I Business Hotel

La comparsa, piuttosto recente, dei Business Hotel nell'offerta alberghiera giapponese è stata notevolmente apprezzata dai turisti che desiderino fare attenzione alle spese. Situati in tutte le principali città e in numerose città di medie dimensioni, questi hotel sono strutture semplici che si rivolgono soprattutto agli uomini d'affari giapponesi. Sono generalmente puliti e confortevoli, anche se più piccoli e dotati di meno comfort rispetto agli hotel di categoria superiore. Quindi non aspettatevi, per esempio, il servizio in camera.

I business hotel si trovano in genere non molto distanti dalle stazioni ferroviarie. Il prezzo varia in media da 5.500 ¥ a 10.000 ¥ a persona. Generalmente, questo tipo di struttura offre solo camere singole, ma a volte sono disponibili anche camere doppie o con letti gemelli, sebbene in numero più scarso.

## I Ryokan

Se desiderate fare un tuffo nel Giappone dell'elegante epoca dei Daimyo, una notte in un "ryokan", un albergo giapponese, è ciò che fa per voi. Le camere che troverete nei ryokan sono grandi stanze senza pareti divisorie, il cui pavimento è ricoperto di "tatami" tradizionali fatti di paglia di riso. Il mobilio è costituito solamente da un tavolo basso e da porte scorrevoli, gli "shoji". I clienti dormono su un "futon" che viene srotolato alla sera dalle cameriere.

La maggior parte dei ryokan dispone di una vasca comune, di cui uomini e donne usufruiscono separatamente. Molte splendide stazioni termali, gli "onsen", sono in realtà dei ryokan costruiti attorno ad una sorgente termale. La mezza pensione, che comprende una cena molto ricca a base di prodotti locali e una prima colazione semplice, è inclusa nel prezzo della camera. I pasti offerti nel ryokan sono generalmente serviti nelle camere. Dopo i pasti, le cameriere, che indossano sempre il kimono tradizionale, riordinano il tavolo dell'ospite e si preoccupano di srotolare il suo futon. Vi sarà messo a disposizione anche uno "yukata", un kimono informale di cotone a motivi blu e bianchi comunemente indossato all'interno dei ryokan.

Ryokan © Japan Ryokan Association

Cena

## Imposte e servizio

Generalmente, al costo della camera viene aggiunto un sovrapprezzo per il servizio che varia dal 10 al 15% oltre ad un'imposta sul consumo del 5%, in quanto in Giappone non è consuetudine lasciare la mancia.

A Tokyo viene applicata una "tassa di soggiorno" nei confronti di visitatori giapponesi e stranieri che alloggiano in hotel o ryokan le cui tariffe siano pari o superiori a 10.000 ¥ a persona per notte esclusi i pasti. L'importo di tale tassa è pari a 100 ¥ (a persona e a notte) per una spesa totale, incluso il costo della camera e il servizio ed esclusi i pasti, compresa tra 10.000 e 14.999 ¥ (a persona e a notte), mentre raggiunge i 200 ¥ per una spesa totale non inferiore a 15.000 ¥.

Durante il soggiorno in un ryokan è buona norma rispettare alcune regole che non sono comuni negli hotel in stile occidentale, ma che fanno parte di un codice di comportamento elegante e raffinato proprio dello stile di vita giapponese. I clienti devono, per esempio, togliersi le scarpe all'entrata dell'albergo e camminare nei corridoi in pantofole. Queste, a loro volta, devono essere lasciate davanti alla porta della propria camera in quanto sul tatami si può camminare solamente a piedi nudi o indossando i calzini.

Prima di immergersi in una vasca comune giapponese, è necessario lavarsi accuratamente in uno spazio apposito, facendo attenzione a togliere ogni traccia di sapone. Le vasche giapponesi sono luoghi per il rilassamento piuttosto che stanze da bagno vere e proprie, utilizzati per fare conversazione con gli amici, con la propria famiglia o anche con altri viaggiatori di passaggio. I clienti giapponesi si lavano e si immergono più volte per godere il più a lungo possibile dei piaceri e dei benefici di un bagno caldo.

Il Giappone conta circa 55.000 ryokan, di cui 1.300 sono di ottimo livello e appartengono alla **Japan Ryokan Association** (http://www.ryokan.or.jp/).

Sebbene i costi del soggiorno nei ryokan varino notevolmente e vi siano poche strutture di lusso che propongono prezzi elevati, il prezzo per la sistemazione in questo tipo di hotel è generalmente compreso tra 12.000 e 20.000 ¥ a persona, inclusa la mezza pensione ed escluse le tasse e il servizio.

I viaggiatori che dispongono di un budget limitato troveranno a loro disposizione più di 80 alberghi appartenenti al **Japanese Inn Group** (http://www.jpinn.com) e specializzati nell'accoglienza di turisti stranieri. Questi alberghi propongono prezzi economici.

Vasca termale

## Registrazione presso strutture alberghiere o altre strutture ricettive:

Nell'ambito di misure contro il terrorismo e la diffusione di malattie infettive, si richiede ai turisti di osservare le seguenti procedure al momento del check in presso strutture ricettive:

- Compilare il modulo di accettazione con i propri dati relativi a: nazionalità, numero di passaporto, nome, indirizzo ed occupazione.
- Presentare il proprio passaporto perché venga fotocopiato (il personale della struttura è tenuto a conservarne una copia).

## Minshuku

Un'altra soluzione originale per soggiornare in Giappone a prezzi abbastanza contenuti e per avere allo stesso tempo la possibilità di approfondire la conoscenza della vita quotidiana giapponese, consiste nelle sistemazioni offerte dai "minshuku". Il minshuku, l'equivalente giapponese di una stanza in affitto, è una struttura familiare in cui le camere degli ospiti sono parte integrante della casa dei proprietari. Situati spesso in località turistiche, i minshuku si distinguono per i loro prezzi modici.

Data la sistemazione di carattere familiare, i minshuku offrono un livello di comfort molto inferiore rispetto alle strutture alberghiere vere e proprie.

Una camera in un minshuku costa generalmente tra i 6.500 e gli 8.500¥, inclusa la mezza pensione, con cucina tradizionale.

## Altre sistemazioni

Una delle sistemazioni più originali è offerta dai templi buddisti che accolgono i turisti per la notte. Mentre alcuni templi consentono la presenza di ospiti durante la meditazione Zazen, altri forniscono solamente camere a turisti paganti.

In Giappone esistono circa 320 **ostelli della gioventù**, che propongono una sistemazione pulita e semplice a un costo molto ridotto. Alcuni di essi sono aperti a tutti, altri invece sono privati e richiedono l'iscrizione alla Japan Youth Hostels, Inc., o alla Federazione Internazionale degli Ostelli della Gioventù. È possibile aderirvi dal proprio paese o recandosi all'ufficio nazionale di Tokyo.

Contrariamente a quanto dice il nome, non esiste un limite d'età per essere accettati negli ostelli della gioventù. Tuttavia, rispetto ad altre sistemazioni, esistono regole più severe. Un ostello della gioventù costa tra circa 3.000 ¥ a persona, pasti esclusi.

Il centro prenotazioni **Welcome Inn Reservation Center** (WIRC) aiuta i turisti a trovare sistemazioni economiche in tutto il paese presso alberghi convenzionati, detti Welcome Inn, ed effettua la prenotazione a loro nome. Propone svariati tipi di sistemazione, come hotel o alberghi, il cui costo non supera gli 8.000 ¥ per persona a notte, esclusi i pasti, il servizio e l'imposta sul consumo. Questa formula è ideale per famiglie o piccoli gruppi di amici. Le strutture richiedono ai clienti di rispettare alcune regole comuni, ma sono molto accoglienti e offrono un'ospitalità davvero squisita. La WIRC è gestita dal Centro Internazionale del Turismo Giapponese, un'organizzazione affiliata dell'Ente Nazionale del Turismo Giapponese. I suoi servizi sono gratuiti. Per ulteriori informazioni sull'organizzazione, visitate il sito http://www.itcj.or.jp

Futon

# La cucina

## Il cibo in generale

Il cibo, di tutti i tipi e di tutti i paesi del mondo, è uno dei grandi piaceri della vita giapponese. Oltre ad aver elaborato una delle cucine più raffinate al mondo, che offre al palato sapori inconfondibili che variano dal gusto raffinato del sashimi a quello deciso della pasta, l'arcipelago ospita anche alcuni dei più grandi cuochi al mondo che qui cucinano le loro opere d'arte per i palati più fini. Tokyo, in particolare, approfitta del suo essere capitale della finanza e degli affari per offrire una vasta gamma di sapori e abbinamenti assolutamente squisiti.

Per iniziare a scoprire l'infinita varietà dell'offerta gastronomica giapponese, fate una passeggiata nei dintorni di una stazione ferroviaria o della metropolitana. I bar e i ristoranti che si concentrano in queste zone offrono tutto il ventaglio dei piatti della cucina tradizionale a prezzi molto abbordabili. Per coloro che non parlano giapponese, alcuni ristoranti espongono riproduzioni in plastica o cera dei piatti che servono, oppure forniscono un menu corredato da foto a colori.

Altri luoghi dove si può assaporare un pasto senza spendere una follia sono i centri commerciali. Qui, un piano intero, il seminterrato o l'ultimo piano dell'edificio, è solitamente riservato ai ristoranti. In alcuni, molto convenienti, il cliente deve acquistare un biglietto per ogni piatto, alla cassa o presso un distributore automatico. A proposito di ristoranti, non dimenticate che in Giappone non si usa lasciare la mancia.

## La cucina giapponese

Sebbene in passato l'immaginario occidentale era solito identificarla solo con il **sukiyaki** o il più esotico **sushi**, in questi ultimi anni la cucina giapponese è stata rivalutata nel mondo intero suscitando l'apprezzamento degli stranieri. Molti dei viaggiatori che arrivano in Giappone hanno già sperimentato i piaceri del pesce crudo o dei gamberetti impanati e fritti, ma pochi di loro, scoprendo il paese, si sarebbero mai immaginati la varietà e la ricchezza dei piatti preparati in modo tradizionale. Mangiare in Giappone è un'esperienza unica che ricorderete con nostalgia per tutta la vita.

Ecco alcuni dei piatti che troverete in Giappone:

Il **Sukiyaki** viene preparato direttamente sul tavolo facendo cuocere fette di manzo molto sottili con verdure, tofu e spaghettini.

Shabu-shabu

©Federazione per il Turismo della Prefettura di Kagoshima

Il **Tempura** è un piatto a base di ingredienti fritti in olio di semi, gamberi, pesce o verdure, che vengono precedentemente immersi in una pastella fatta di uova, acqua e farina di grano.

Il **Sushi** è preparato disponendo piccole porzioni di pesce o di frutti di mare crudi su polpettine di riso condito con aceto. Gli ingredienti più frequenti sono il tonno, i gamberi o i calamari. In questo modo sono serviti anche i cetrioli, i ravanelli marinati e della frittata leggermente zuccherata.

Il **Sashimi** è invece costituito da fettine di pesce crudo da insaporire con salsa di soja.

La **Kaiseki Ryori** è considerata in Giappone la delizia gastronomica più raffinata. I piatti sono composti essenzialmente da verdure e pesce accompagnati da alghe e funghi, che variano a seconda della stagione e hanno un sapore particolarmente delicato.

Lo **Yakitori** si prepara con spiedini di pollo, fegato e verdure cotti alla griglia su braci incandescenti.

Il **Tonkatsu** è una scaloppina di maiale impanata e fritta.

Lo **Shabu-shabu** è un piatto a base di fettine di manzo tenero leggermente cotte in un brodo, e poi immerse in una salsa.

**Soba** e **Udon** sono due tipi di pasta giapponese. La Soba è preparata con la farina di grano saraceno, mentre l'Udon con la farina di grano. Vengono serviti sia in brodo sia condite con una salsa e si trovano in centinaia di gustose variazioni.

Il "**sakè**" giapponese, un vino di riso, si sposa perfettamente con la ricca varietà di cibi del paese. Ottenuto dalla fermentazione di una miscela di riso e acqua, il sakè è una bevanda alcolica che i Giapponesi bevono da tempo immemorabile. Può essere sorseggiato caldo, per accelerarne l'effetto e scaldare il corpo in inverno, ma si gusta anche freddo. In tutte le regioni del Giappone si trovano "cantine" di sakè, ognuna delle quali produce un sakè dal sapore diverso in base alla qualità del riso e dell'acqua utilizzati nonché ai diversi procedimenti di fermentazione.

# Servizi Turistici

I servizi qui descritti sono rivolti al visitatore straniero perché possa apprezzare appieno il suo soggiorno in Giappone anche nel caso in cui non conosca la lingua giapponese.

## Visit Japan Information Network ("V")

Durante il vostro viaggio in Giappone, approfittate del Visit Japan Information Network, che conta ben 250 sportelli in tutto il paese, ciascuno dei quali costituirà per voi una fonte di notizie sulla zona in cui è situato. Gli sportelli "v" si trovano solitamente all'interno delle stazioni o nel centro delle città e sono facilmente riconoscibili grazie al loro inconfondibile logo: un punto interrogativo di colore rosso e sotto la scritta «information».

### Sito Web del JNTO *(Ente Nazionale del Turismo Giapponese)*

Il sito del JNTO vi può essere di grande aiuto anche prima della partenza, durante la preparazione dell'itinerario per il vostro viaggio in Giappone, grazie alla ricchezza di informazioni che fornisce sul paese. Troverete infatti una vastissima quantità di informazioni in inglese, francese ed altre lingue su trasporti, alloggi, shopping ed eventi particolari. Il sito viene aggiornato regolarmente in modo da fornire informazioni sempre attualissime.

**URL: http://www.jnto.go.jp**

## Programma di Guide Volontarie

L'Ente Nazionale del Turismo Giapponese sponsorizza un programma di Guide Volontarie, al quale aderiscono circa 50.000 persone bilingue pronte a sostenere il visitatore appena arrivato in Giappone.

Questi volontari sono contraddistinti da un badge di riconoscimento raffigurante una colomba appollaiata sul globo terrestre.

In Giappone esistono più di 80 gruppi di SGG (Systematized Goodwill Guide) costituiti soprattutto da studenti, casalinghe e pensionati che si occupano di molteplici attività che prevedano l'utilizzo delle lingue. Alcuni gruppi organizzano escursioni gratuite con itinerario prestabilito e per parteciparvi è sufficiente recarsi in un luogo d'incontro concordato, nel giorno e all'ora che vi verranno comunicati. Altri tipi di escursione, invece, vengono decisi sul momento, tenendo in considerazione i vostri desideri specifici.

Questo servizio è completamente gratuito, in quanto gestito da volontari. Sarà sufficiente che paghiate le spese di viaggio, i biglietti d'entrata per i luoghi che visiterete e che usiate la gentilezza di offrire i pasti al volontario, se starà con voi anche durante quei momenti.

## Guide Turistiche e Interpreti Professionisti

I loro servizi possono essere prenotati presso l'intermediario della Japan Guide Association (Tel. 03-3213-2706 - Fax. 03-3213-2707) oppure della Japan Federation of Certified Guides (Tel. 03-3380-6611 - Fax. 03-3380-6609). Circa 1.500 guide ed interpreti abilitati lavorano per questa associazione.

Ufficio informazioni turistiche di Tokyo

## Frasi Utili in giapponese

Pronunciate le sillabe come in italiano e mantenete un tono abbastanza neutro.

### Saluti

| | | | |
|---|---|---|---|
| **Piacere!** | **Hajime-mashite.** | **Buona sera** | **Komban-wa.** |
| **Come sta?** | **O-genki-desu-ka?** | **Buona notte** | **Oyasumi-nasai.** |
| **Buongiorno (il primo saluto del mattino)** | **Ohayo gozai-masu.** | **Arrivederci** | **Sayo-nara.** |
| **Buongiorno (mattinata inoltrata)** | **Kon-nichi-wa.** | | |

### Espressioni utili

| | | | |
|---|---|---|---|
| **Grazie** | **Arigato.** | **Attenda un momento per favore** | **Chotto matte kudasai.** |
| **Prego** | **Do-itashi-mashite.** | **Che cos'è?** | **Kore-wa nan-desu-ka?** |
| **Permesso** | **Sumi-masen.** | **Scusi, quanto costa?** | **Ikura-desu-ka?** |
| **Mi scusi** | **Gomen-nasai.** | **Prendo questo, grazie** | **Kore-o kudasai.** |
| **Prego (offrendo qualcosa)** | **Do-zo.(when offering something)** | **Costoso** | **Takai.** |
| **Per favore** | **Kudasai.(when requesting something)** | **Economico** | **Yasui.** |
| **Capisce?** | **Wakari-masu-ka?** | **Scusi, mi sa dire dov'è il bagno?** | **Toire-wa doko-desu-ka?** |
| **Sì, capisco** | **Hai, wakari-masu.** | **Aiuto!** | **Tasukete!** |
| **Mi spiace, non ho capito** | **Ii-e, wakari-masen.** | **Attenzione!** | **Abu-nai!** |

# Vademecum per il viaggio in Giappone

## Passaporti e visti

I visitatori stranieri che desiderino recarsi in territorio giapponese devono disporre di un passaporto in corso di validità.

Sono numerosi i paesi i cui i propri cittadini non necessitano di un visto per visitare il Giappone per brevi periodi, a meno che non intraprendano attività remunerative. Esistono degli accordi denominati «**Accordi di esenzione reciproca dal visto**» con i seguenti paesi:

### Soggiorni fino a 6 mesi:

Austria, Germania, Irlanda, Liechtenstein, Messico, Svizzera e Regno Unito.

### Soggiorni fino a 3 mesi:

Argentina, Bahamas, Belgio, Canada, Cile, Costa Rica, Croazia, Cipro, Danimarca, Repubblica Dominicana, Repubblica di El Salvador, Finlandia, Francia, Grecia, Guatemala, Honduras, Islanda, Israele, Italia, Lesotho, Lussemburgo, Macedonia, Malta, Isole Mauritius, Paesi Bassi, Norvegia, Portogallo, Repubblica di San Marino, Singapore, Slovenia, Spagna, Suriname, Svezia, Tunisia, Turchia e Uruguay.

### Soggiorni fino a 90 giorni:

Andorra, Australia, Barbados, Bulgaria, Repubblica Ceca, Estonia, Hong Kong (passaporti BNO e SAR), Ungheria, Repubblica di Corea, Lettonia, Lituania, Macao (passaporto SAR), Principato di Monaco, Nuova Zelanda, Polonia, Repubblica Slovacca, Taiwan e Stati Uniti.

## Soggiorni fino a 14 giorni:

Brunei.

I cittadini dei paesi che non aderiscono agli «Accordi di esenzione reciproca dal visto» con il Giappone devono ottenere un visto d'entrata.

Per scopi turistici, di solito è necessario un «**visto turistico**» con validità massima di 90 giorni.

**Esenzione il visto**: i cittadini di circa sessanta paesi sono esenti il visto.

Per ottenere informazioni relative ai visti, potete consultare il sito ufficiale del Ministero degli Affari Esteri Giapponese (http://www.mofa.go.jp/index.html) oppure rivolgervi all'ambasciata o ad un consolato giapponese nel vostro paese.

## Vaccinazioni

Non è necessario alcun certificato di vaccinazione per i cittadini stranieri di qualsiasi paese.

## Quarantena di animali e piante

Qualsiasi animale, prodotto di origine animale o pianta viene sottoposto ad un'ispezione di quarantena negli aeroporti e nei porti del Giappone. L'importazione di alcuni di essi è vietata. Nel caso in cui non lo sia, l'animale o pianta in questione deve essere corredato di certificato d'origine emesso dalle autorità governative competenti del paese esportatore e che certifichi la qualità sanitaria dell'animale o dell'articolo in questione.

## Norme doganali

È sufficiente una dichiarazione verbale dei vostri effetti personali, a meno che a) non disponiate di bagaglio non accompagnato o b) non desideriate introdurre un numero di articoli duty free superiore a quello consentito. In questi due casi, al momento del controllo doganale vi sarà richiesto di redigere una dichiarazione scritta. Nel caso in cui l'ufficiale doganale ritenga che il contenuto e la quantità dei vostri effetti personali siano adeguati, non verrà applicata alcuna sanzione doganale. Vi sarà possibile inoltre, senza pagare tasse aggiuntive, denunciare il trasporto di a) 500 g di tabacco, 400 sigarette o 100 sigari, b) 3 bottiglie di alcolici da 760 ml l'una, c) 60 ml di profumo, d) regali e souvenir in più rispetto a quelli già citati con un valore commerciale non superiore ai 200.000 ¥.

Ai minori di 20 anni non è consentito fumare o consumare alcolici.

## Tasse Aeroportuali

I passeggeri in partenza dai maggiori aeroporti internazionali del Giappone dispongono di biglietti il cui prezzo è già comprensivo di tasse aeroportuali. I passeggeri in transito in giornata e i bambini al di sotto di due anni non sono tenuti a pagare alcuna tassa. Le suddette tasse non si applicano negli altri aeroporti internazionali giapponesi.

charge. Infants aged one year or younger are also exempt.

## Valuta

In Giappone è possibile far entrare o uscire qualsiasi valuta di qualsiasi paese. Tuttavia, se trasportate una cifra in contanti o altre forme di pagamento che superi il milione di yen, siete tenuti a dichiararlo alla dogana.

La moneta giapponese è lo yen (indicato con ¥). Le monete sono da 1¥, 5¥, 10¥, 50¥, 100¥ e 500¥ e le banconote hanno tagli da 1.000¥, 2.000¥, 5.000¥ e 10.000¥.

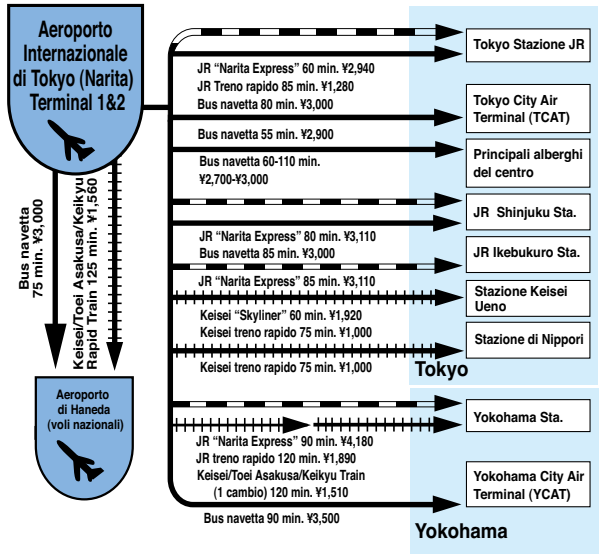
È possibile acquistare yen in tutte le banche abilitate al servizio di cambio valuta e presso tutti gli sportelli preposti. Negli aeroporti internazionali sono presenti sportelli di cambio che osservano un normale orario di ufficio. Il tasso di cambio varia quotidianamente in relazione al mercato valutario.

## Travellers' cheques e carte di credito

Nelle grandi città, tutti i principali hotel, ryokan, negozi e istituti di credito accettano sia travellers' cheques che carte di credito internazionali quali American Express, VISA, Diners Club, MasterCard e JCB. I principali bancomat e carte di credito vengono inoltre accettati nei circa 24.000 uffici postali ATM, e nei Seven Bank ATM situati nei mini market “Seven Eleven”, contrassegnati dal marchio «Servizio Internazionale ATM», sparsi per tutto il paese.

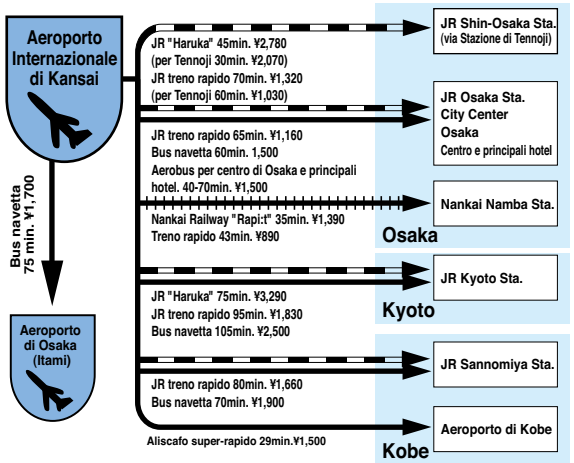
## Collegamenti con i vari aeroporti

### Aeroporto Internazionale di Tokyo (Narita)



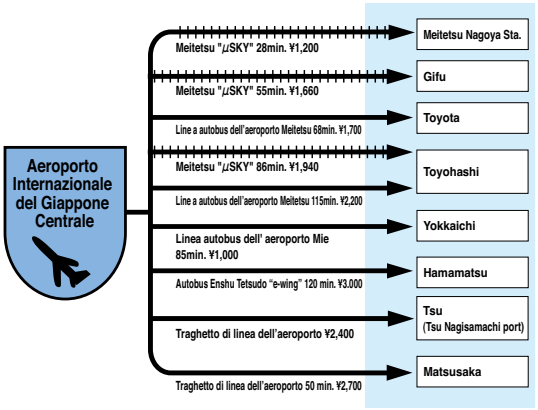

N.B.: 1. La durata dei viaggi e i prezzi indicati sono soggetti a variazioni.
2. Per gli autobus, si considerino possibili ritardi dovuti al traffico.

### Aeroporto Internazionale di Kansai




N.B. : 1. La durata dei viaggi e i prezzi indicati sono soggetti a variazioni.
2. Per gli autobus si considerino possibili ritardi dovuti al traffico.

### Aeroporto Internazionale del Giappone Centrale




N.B. : 1. La durata dei viaggi e i prezzi indicati sono soggetti a variazioni.
2. Per gli autobus si considerino possibili ritardi dovuti al traffico.

# Consigli pratici

## Acqua potabile

L'acqua corrente è potabile in tutto il Giappone e potrete berla senza correre alcun rischio. Troverete acqua minerale negli alberghi, nei centri commerciali, nei negozi di generi alimentari, nei supermercati e nei ristoranti di lusso.

## Corrente elettrica

La corrente elettrica è alternata a 100 Volt, ma esistono due tipi di frequenza, a 50 Herz nella parte est del paese e a 60 ad ovest. Nei principali alberghi di Tokyo e delle altre grandi città troverete prese piatte da 110 e 220 volt, anche se queste generalmente accettano esclusivamente spine a due poli. Nei principali hotel troverete comunque asciugacapelli e altri apparecchi elettrici conformi alle norme del paese.

## Mance

Dare la mancia non rientra tra le consuetudini dei giapponesi, in quanto negli alberghi, nei ryokan e nei ristoranti di lusso il conto comprende già un'aggiunta del 10-15% per il servizio. Dunque non è necessario lasciare mance, a meno che non richiediate servizi extra.

## Emergenze

Componete il 110 per chiamare la polizia e il 119 per segnalare la presenza di un incendio o chiamare un'ambulanza. Per queste chiamate non è necessario introdurre la moneta da 10 ¥. Se chiamate da un telefono pubblico verde, è sufficiente sganciare la cornetta, premere il bottone rosso e comporre il numero.

Altri numeri utili:

Centro Internazionale di Informazione Medica AMDA, Tokyo: Tel.03-5285-8088, Kansai: Tel.06-4395-0555

Centro Metropolitano di Informazione Medica e Sanitaria di Tokyo:

Tel.03-5285-8181 (esclusivamente per informazioni relative all'area di Tokyo)

Servizio di Consulenza per Stranieri della Polizia Metropolitana: Tel.03-3503-8484

# Vademecum per il viaggio in Giappone

## Telefoni pubblici

Ve n'è uno quasi in ogni angolo del Giappone. Quelli verdi e grigi accettano monete da 10 e da 100 ¥ e schede prepagate. I telefoni a scheda accettano esclusivamente schede internazionali prepagate IC. Una chiamata locale costa 10 ¥ al minuto e l'apparecchio telefonico non dà resto se inserite una moneta da 100 ¥.

Troverete le istruzioni per l'utilizzo del telefono («How to use the phone») sui telefoni grigi e sui telefoni a scheda prepagata IC.

È possibile effettuare chiamate dirette verso l'estero dai telefoni grigi o dai telefoni a scheda prepagata IC con la scritta «International & Domestic Card/Coin Telephone».

È anche possibile effettuare chiamate sia locali che internazionali utilizzando schede prepagate di diverse compagnie telefoniche (ad esempio la «Moshi Moshi Card») da quasi tutti i telefoni pubblici. Potrete acquistare queste schede nei chioschi delle stazioni o nei supermercati.

## Servizi postali

Potete usufruire di servizi postali completi, sia per posta interna che internazionale.

posta interna

| Destinazione | Tutto il Giappone |
|---|---|
| Lettere fino a 25g | ¥80 |
| fino a 50g | ¥90 |
| Cartoline | ¥50 |

Posta aerea

| Destinazione | Asia, Guam | Nord America, America centrale, Oceania, Europa e Medio Oriente | Africa America del Sud |
|---|---|---|---|
| Cartoline | ¥70 | ¥70 | ¥70 |
| Aerogrammi | ¥90 | ¥90 | ¥90 |
| Lettere fino a 25g | ¥90 | ¥110 | ¥130 |
| fino a 50g | ¥160 | ¥190 | ¥230 |

*Tariffa per il formato normale (da 14 a 23,5 cm di lunghezza e da 9 a 12 cm di larghezza, fino a 1 cm di spessore)

## Orari di apertura

| | Feriali escluso sabato | Sabato | Domenica e festivi |
|---|---|---|---|
| Banche | 9:00 – 15:00 | Chiuso | Chiuso |
| Uffici postali* | 9:00 – 17:00 | Chiuso | Chiuso |
| Centri Commerciali* | 10:00 – 19:30 | 10:00 – 19:30 | 10:00 - 19:00 o 20:00h |
| Negozi | 10:00 - 20:00 | 10h – 20h | 10h – 20h |
| Musei* | 10:00 – 17:00 | 10h – 17h | 10h – 17h |
| Uffici | 9:00 – 17:00 | Chiuso | Chiuso |

*Alcuni uffici postali centrali rimangono aperti tutti i giorni.
*Molti centri commerciali sono chiusi 2 o 3 giorni feriali al mese.
*Molti musei sono chiusi il lunedì.

## Alta stagione turistica

Per coloro che desiderino recarsi in Giappone, è necessario sapere che i periodi "di punta" per prenotare biglietti aerei e hotel sono: a) Vacanze di Capodanno, dal 27 dicembre al 4 gennaio, e i giorni di vacanza precedenti o seguenti; b) settimana della «Golden week», dal 29 aprile al 5 maggio, e i fine settimana precedenti o successivi; e c) periodo del festival del Bon, una settimana intorno al 15 agosto. Potrete verificare i dettagli relativi a queste informazioni presso gli uffici del JNTO.

# Informazioni generali

**Superficie:** Circa 378 000 km², un arcipelago con più di 6 800 isole

**Popolazione:** 127 milioni di abitanti

**Capitale:** Tokyo, con una popolazione di circa 12 milioni di abitanti

**Lingua ufficiale:** La lingua ufficiale è il giapponese, anche se l'inglese viene insegnato a partire dalle scuole medie.

**Religioni:** Lo Shintoismo e il Buddismo sono le due religioni principali del paese.

**Condizioni Climatiche:** Generalmente temperato ma, dato che il paese si estende da nord a sud per 3000 km, il clima varia in base al luogo e al periodo dell'anno in cui si decide di viaggiare.

**Abbigliamento consigliato nelle varie stagioni** (per Tokyo e dintorni):

Primavera (mar. - mag.): giacca leggera, maglioncino.
Estate (giu. - ag.): abiti leggeri, maniche corte.
Autunno (sett. - nov.): come in primavera.
Inverno (dic. - febb.): cappotto, abito di lana, giacca e maglione pesante.

## Differenza di fuso orario

Qui sotto trovate uno schema che mostra la differenza di fuso orario tra il Giappone e altre metropoli in tutto il mondo. (La differenza diminuisce di un'ora rispetto alle città in cui è in uso l'ora legale.)

**Europa**

| | |
|---|---|
| Francoforte | -8 |
| Ginevra | -8 |
| Londra | -9 |
| Parigi | -8 |

**Oceania**

| | |
|---|---|
| Sydney | +1 |

**America del Sud e America Centrale**

| | |
|---|---|
| Messico | -15 |
| San Paolo | -12 |

**Nord America**

| | |
|---|---|
| Chicago | -15 |
| Los Angeles | -17 |
| New York | -14 |
| San Francisco | -17 |
| Toronto | -14 |

**Asia, Vicino Oriente e Medio oriente**

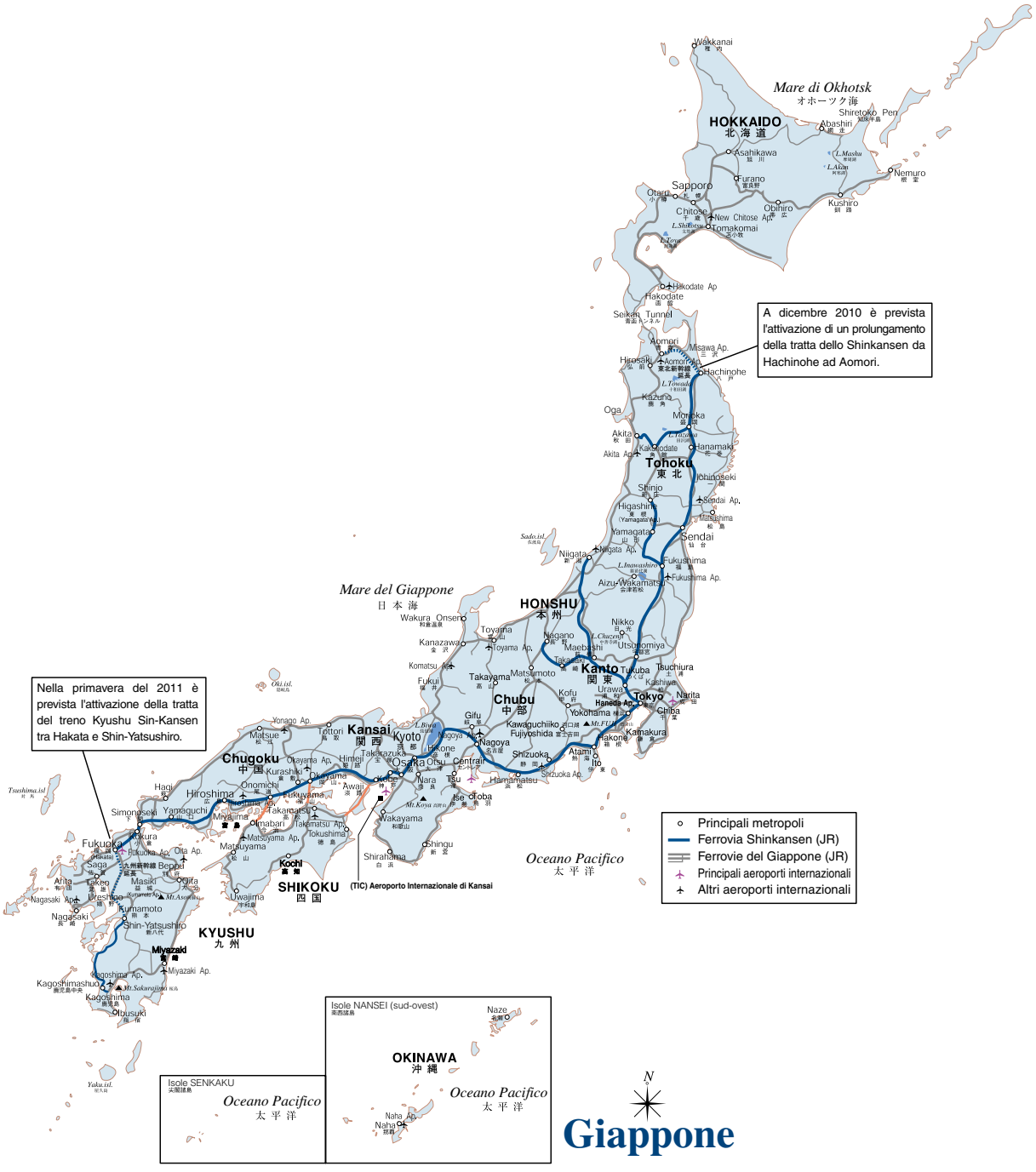
| | |
|---|---|
| Bangkok | -2 |
| Hong Kong | -1 |
| Seul | 0 |
| Taipei | -1 |
| Pechino | -1 |

Temperature e precipitazioni medie nelle città principali

| Legenda / Città | Inverno (gennaio) | | | Primavera (aprile) | | | Estate (luglio) | | | Autunno (ottobre) | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | T (F) | T (C) | P | T (F) | T (C) | P | T (F) | T (C) | P | T (F) | T (C) | P |
| Sapporo | 24.6 | -4.1 | 111 | 44.1 | 6.7 | 61 | 68.9 | 20.5 | 67 | 52.3 | 11.3 | 124 |
| Sendai | 34.7 | 1.5 | 33 | 50.2 | 10.1 | 98 | 71.8 | 22.1 | 160 | 58.6 | 14.8 | 99 |
| Tokyo | 42.4 | 5.8 | 49 | 57.9 | 14.4 | 130 | 77.7 | 25.4 | 162 | 64.8 | 18.2 | 163 |
| Nagoya | 39.7 | 4.3 | 43 | 57.4 | 14.1 | 143 | 78.8 | 26.0 | 218 | 63.7 | 17.6 | 117 |
| Osaka | 42.4 | 5.8 | 44 | 58.6 | 14.8 | 121 | 81.0 | 27.2 | 155 | 65.7 | 18.7 | 109 |
| Fukuoka | 43.5 | 6.4 | 72 | 58.6 | 14.8 | 125 | 80.4 | 26.9 | 266 | 65.7 | 18.7 | 81 |
| Naha | 61.9 | 16.6 | 115 | 70.3 | 21.3 | 181 | 83.3 | 28.5 | 176 | 76.8 | 24.9 | 163 |

Legenda: «T» riferito a Temperatura;«F» Gradi Farenheit; «C» Gradi Centigradi; «P» Precipitazioni (in mm). Medie annuali dal 1971 al 2000.

# Carta del Giappone



# Ente Nazionale del Turismo Giapponese

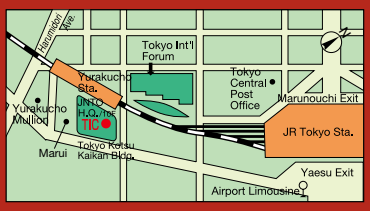
日本政府観光局（JNTO）
2-10-1, Yurakucho, Chiyoda-ku, Tokyo 100-0006

http://www.jnto.go.jp

## Assistenza linguistica e informazioni gratuite per i visitatori

L'Ufficio informazioni turistiche (TIC) dell'Ente Nazionale del Turismo Giapponese rappresenterà per voi un valido aiuto quando vi troverete in Giappone. Vi fornirà informazioni in merito ai trasporti e metterà a vostra disposizione una documentazione gratuita, nonché dispenserà consigli per i vostri itinerari. Ciononostante, l'Ufficio non effettua prenotazioni a vostro nome. Indirizzo, numero di telefono e orari d'apertura:

Ufficio di Tokyo:
10th Fl, Tokyo Kotsu Kaikan Bldg, 2-10-1, Yuraku-cho, Chiyoda-ku, Tokyo 100-0006
Tel: 03-3201-3331
Aperto ogni giorno dalle 9:00 alle 17:00 (il giorno 1 gennaio è disponibile solo un servizio telefonico)




Potrete inoltre ottenere informazioni complete ed affidabili presentandovi ai seguenti Uffici turistici gestiti dal Centro Internazionale del Turismo Giapponese, organizzazione affiliata al JNTO.

**Ufficio informazioni turistiche (Nuovo Aeroporto Internazionale di Tokyo, Narita)**

**Terminale 2 (principale).**
Arrivi, Terminale passeggeri N° 2.,
Nuovo Aeroporto Internazionale di Tokyo,
Chiba 282-0004 Tel. 0476-34-6251

**Terminale 1 (secondario)**
Arrivi, Terminale passeggeri N° 1.,
Nuovo Aeroporto Internazionale di Tokyo,
Chiba 282-0011 Tel. 0476-30-3383
Aperto tutti i giorni con orario continuato dalle 9:00 alle 20:00.

**Ufficio informazioni turistiche di Kansai (Aeroporto Internazionale di Kansai)**
Arrivi, Terminale passeggeri dell'Aeroporto Internazionale di Kansai,
Osaka 549-0011 Tel. 072-456-6025
Aperto tutti i giorni con orario continuato dalle 9:00 alle 21:00.

◆Il **Centro di Prenotazioni Welcome Inn** è a disposizione per aiutare i viaggiatori nella sistemazione presso i loro alloggi a buon prezzo.

**http://www.itcj.jp**

## Sedi all'estero

**Seul:** 2nd Fl., Hotel President, 188-3, Eulchiro 1-ga, Jung-gu, Seoul, Republic of Korea
Tel: 02-777-8601

**Pechino:** 6th Fl., Chang Fu Gong Office Bldg., 26 Jianguomenwai Dajie, Chaoyang-qu, Beijing 100022, China
Tel: 010-6513-9023

**Shanghai:** Rm. 1412, Ruijin Building, 205 Maoming South Road, Shanghai 200020, China
Tel: 021-5466-2808

**Hong Kong:** Suite 3704-05, 37/F., Dorset House, Taikoo Pl., Quarry Bay, Hong Kong, China
Tel: 2968-5688

**Bangkok:** 19th Fl., Ramaland Bldg., No. 952 Rama 4 Rd., Bangrak District, Bangkok, 10500, Thailand
Tel: 02-233-5108

**Singapore:** 16 Raffles Quay, #15-09, Hong Leong Bldg., 048581, Singapore
Tel: 6223-8205

**Sydney:** Level 4, 56 Clarence Street, Sydney NSW Australia 2000
Tel: 02-9279-2177

**Londra:** 5th floor, 12/13 Nicholas Lane, London EC4N 7BN, UK
Tel: 020-7398-5670

**Francoforte:** Kaiserstrasse 11, 60311 Frankfurt/M, Germany
Tel: 069-20353

**Parigi:** 4, rue de Ventadour, 75001 Paris, France
Tel: 01-42-96-20-29

**New York:** 11 West 42nd Street,19th Floor New York, NY 10036, U.S.A.
Tel: 212-757-5640

**Los Angeles:** Little Tokyo Plaza #302, 340 E. 2nd Street, Los Angeles, CA 90012, U.S.A
Tel: 213-623-1952

**Toronto:** 481 University Ave., Suite 306, Toronto, Ont., M5G 2E9, Canada
Tel: 416-366-7140

Tutte le informazioni fornite nel presente opuscolo sono basate su dati che risalgono al Dicembre 2009 e possono essere state modificate senza preavviso.

©2010 Ente Nazionale del Turismo Giapponese
TO 1980-10-09N This brochure is made of recycled paper. DAIICHI PRINTING