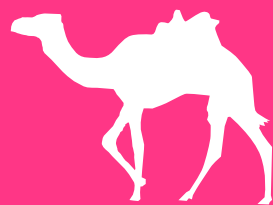


TOKYO

东京



骆驼书

48Hrs 东京完美之旅

24Hrs 东京海岸之旅

年轻时尚购物之旅

文艺青年胜地巡礼

城市系列
City Guide

guide.qunar.com

About Tokyo

关于东京

- 01 关于东京
- 02 从数字看东京

Before the Trip

行前计划

- 03 最佳出游时间
- 05 最优住宿推荐
- 06 日本订房基本知识

Classic Tokyo

经典东京

- 07 48Hrs 东京完美之旅
- 14 24Hrs 东京海岸之旅

Do's!

东京游十大必携带装备

- 19 东京游十大必携带装备

Explore Tokyo

探索东京

- 20 东京地铁交通图
- 21 年轻时尚购物之旅
- 25 文艺青年胜地巡礼

版权声明 / 本攻略刊载的所有内容(包括但不限于文字、图片、图表、软件、程序、版面设计)的知识产权均属本网站或相关权利人所有。未经权利人书面许可,任何人不得引用、复制、转载、摘编或以其他方式使用上述内容或建立镜像。违反上述声明者,本网站将依法追究其法律责任。

Qunar温馨提醒 / 本攻略信息仅供参考,去哪儿网并不对其准确性、适用性做任何明示或暗示的担保。由于季节、天气等自然或人为原因,景点信息(包括但不限于价格、产品行程等)有可能会不时发生变动,如有变动请以该景点官方最新公告为准,恕不另行通知。并请务必于出行前提前做好准备,以免造成您的出行不便。

东京,
世界艺术的汇集地,
创意在这里迸发。
从东西方的绘画作品,
到现代艺术以及动漫等,
举不胜举。
茶道、花道以及古老庭院,
又给人十足的古色古香韵味。



PITERA™
Essence

口碑臻品 日本必买

了解更多



top5

推荐东京必玩体验



〔眺望〕

世界级天际线

东京晴空塔、东京塔，地标性建筑，东京故事的发生地。登高远望，白天的东京喧闹而繁华。

夜幕降临，华灯初上，亮起灯的东京铁塔，在夜色中尤为璀璨。

去东京铁塔眺望夜色，看星河灿烂般闪烁的城市，感受东京爱情故事里的浪漫。



〔巡游〕

神社佛阁

在高楼林立的钢筋森林东京，至今保留着许多留存往昔风情的神社和寺庙。你可以在明治神宫享受都市绿洲的洗礼，可以到成田山深川不动堂向神秘的护摩火焰许下愿望，可以到神田明神向德川家康所爱戴的江户守护神祈求好运气，也可以到古老的浅草寺拜祭浅草观音。



〔风韵〕

歌舞伎座

看一场日本传统艺能表演是很多游客的梦想。歌舞伎是日本所独有的一种戏剧，诞生在江户时代，至今保持着独特的魅力。在银座的歌舞伎座，观赏的人可以借用耳机用英语听剧中的台词；观众为喜欢的歌舞伎者大声喝彩，精彩的表演已经打破了语言的隔阂。



〔文艺〕

村上春树小旅行

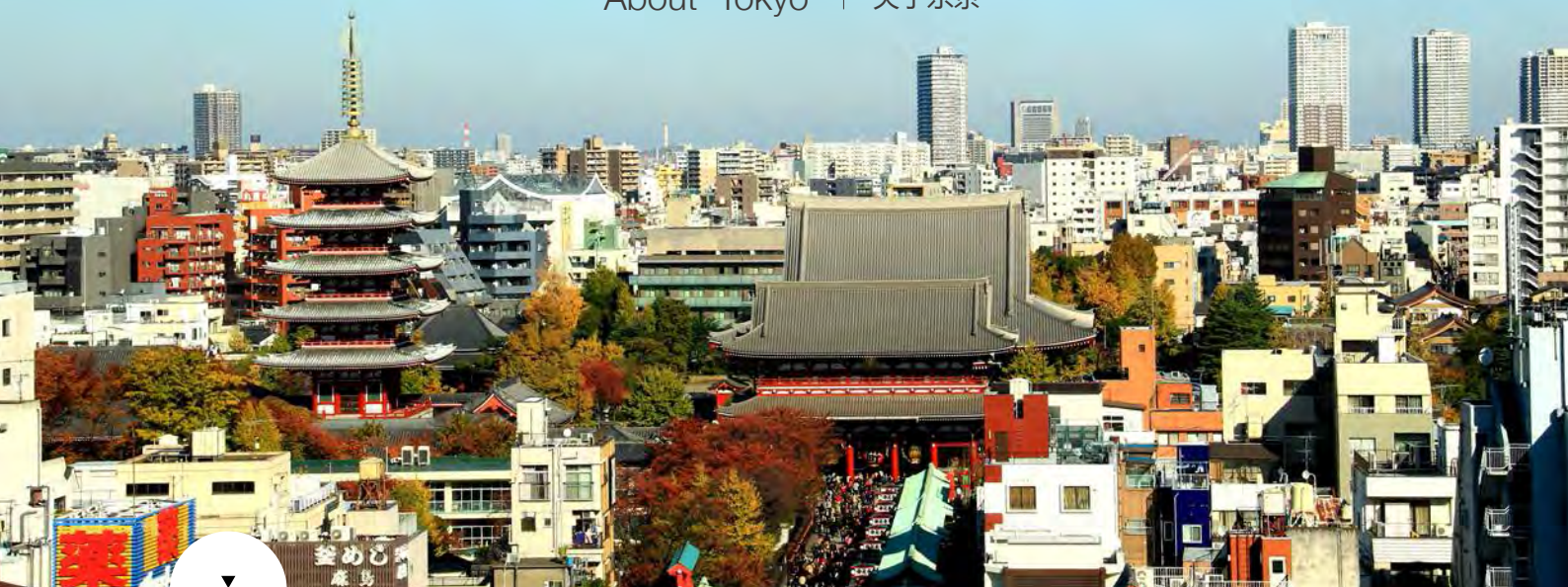
跟着村上春树你可以踏上《挪威的森林》里的四谷附近外濠土堤，可以晃悠到《1Q84》里三轩茶屋附近的首都高架桥、或是高圆寺环七号线，可以参观《人造卫星情人》或是《爵士群像》里讲到的吉祥寺，也可以像《国境之南 太阳之西》里岛本一样从涩谷散步到青山。



〔传统〕

精神世界

无论是茶道，还是花道，都是让人心神安宁的日本传统艺术。如果说别出心裁的花道显示了有限的生命背后人类生生不息的生命力，那么茶道就需要饮茶者用生命的一段时光来领悟茶的真谛。茶道中最尊崇的是珍惜此时此刻的相遇，给予对方最高的款待。



Smart Traveller 聪明旅行家



alicia

东京作者爱莉西亚 alicia，是畅销旅游指南《东京新名所》、《东京电车·私旅行》、《对了，一起去京都吧！》等书的作者。曾任职过艺术、唱片、媒体、金融产业的她，将工作当成旅行，并在旅行中学会生活。
爱莉西亚 alicia·私旅行：
aliciaisme.pixnet.net

谢牧阳

业余设计师、专栏作者。现工作于日本东京，从事 IT 软件行业。旅日两年间走遍日本除冲绳、离岛外的 46 个都道府县。怀着用心传达日本独特而真实的现状的想法，2013 年在知乎开设专栏《走遍岛国》和《东瀛杂记》，拥有万余稳定读者，同时，与日本通讯社合作的日语专栏也多次被当地网媒转载。

专栏 - 走遍岛国: z.zhihu.com/travelacrossjapan
专栏 - 东瀛杂记: z.zhihu.com/japan-talk

东京是一个先进与古老共存的大城市，并不断在演变。因而，我极力推荐旅人以“电车”为地图来深度认识东京传统与现代的迷人特质与城市性格并体验旧江户的新滋味。在骆驼书中，我主要推荐了自己的私房东京游玩线路，让我们一起漫步在东京街道中，体会东京的时尚、创新、艺术与古老。

——去哪儿网聪明旅行家爱莉西亚 aLiCia(日本·私旅行)

作者眼中的东京

全称东京都。东京原名江户，在明治维新后取代京都成为日本的首都。

是世界最大的城市之一，国际重要的金融、经济中心和航空口岸，与美国纽约，英国伦敦并为“三大世界级城市”。拥有全球最复杂、最密集且运输流量最高的铁道运输系统和通勤车站群，还是世界经济最富裕，商业活动最发达的城市。

是日本的经济中心，是世界上拥有 500 强公司总部最多的城市，日本的主要公司都集中在东京，且大多分布在千代田区、中央区和港区等地。其中银座是东京最繁华的商业区之一。

是日本全国的政治中心。行政、立法、司法等国家机关都集中在这里。被人们称为“官厅街”的“霞关”一带聚集着国会议事堂、最高裁判所和外务省、通产省、文部省等内阁所属政府机关。过去的江户城，今日为天皇居住的宫城。

日本这个在国人眼中要么被极端丑化、要么被过分赞扬的列岛的真实所在，只有自己深入体验才能得出一番见解。平静如镜的河口湖中倒映的富士山终究是下一秒就有可能喷发的活火山；每年因严寒封冻近半年的北海道腹地却有着日本最美丽绚烂的春天。

东京的文体教育

是日本的文化教育中心。各种文化机构密集，其中有全国百分之八十的出版社和规模大、设备先进的国立博物馆、西洋美术馆、国立图书馆等。东京曾举办 1964 年奥运会，被誉为“留下传说的一次奥运会”。

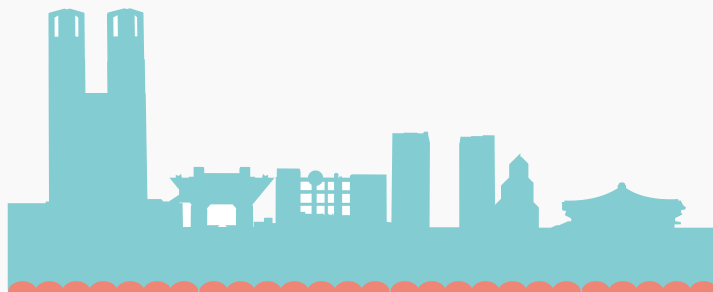
2013 年 9 月 7 日，东京被选为 2020 年夏季奥林匹克运动会主办城市，这将亦是继 1964 年之后，东京第二次承办奥运会。

Tokyo in Numbers

从数字看东京

2187m²

东京面积为 2187.08 平方公里，
为北京约为 16410 平方公里；
东京约 1501.03 万人口，而北京人口是 2069.3 万

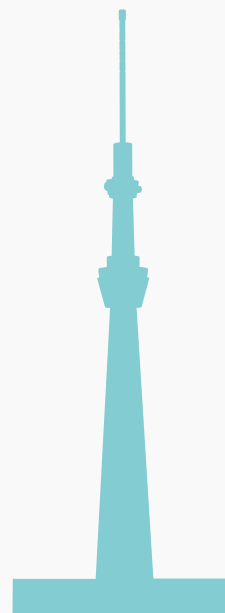


23

东京有 23 个特别区、26 市、5 町、8 村；从东京都心向外扩张，半径 70km 同心圆范围内的区域称为东京圈。

634m

晴空塔，东京第一高建筑，高 634.0 米，是目前世界第二高的建筑物，仅次于迪拜的哈利法塔（828 米）



1

东京时差比北京早 1 个小时，北京到东京国际飞行时间约 3 小时 30 分钟（含时差）；上海到东京飞行时间约 2 小时 50 分（含时差）。



1000

日元（¥）的纸钞分成：1000、2000、5000、10000 四种面额；日元硬币分成：1、5、10、50、100、500 円等。



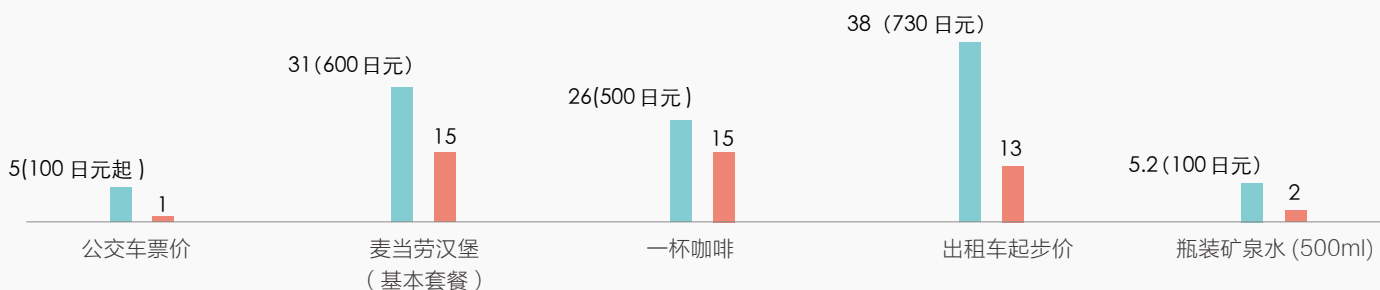
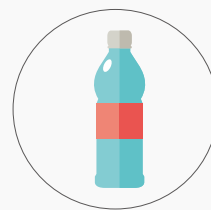
1

东京迪斯尼度假区堪称是亚洲第 1 大的娱乐场所，其中迪斯尼乐园约 46 公顷，迪斯尼海洋占地约 47.8 公顷。



北京 & 东京生活水平比一比

（汇率为 100¥=5.1957RMB）



■ 东京 ■ 北京 单位 (RMB)



When 最佳出游时间

东京属于亚热带海洋性气候，温暖潮湿，适宜人类居住。夏天太热而多梅雨，冬季太冷，春秋两季更适宜出游，不仅气候温和，更有樱花枫叶可看。每到春季，大批游客慕名前来赏樱，满街的樱花仿佛置身于美妙的日剧之中，而到了秋季，更是秋高气爽适合赏枫的好日子。

——去哪儿网聪明旅行家爱莉西亚 aLiCia(日本·私旅行)



气候 & 提醒

早晚温差比较大，但全天基本比较舒适，风和日丽。3月底到4月上旬，漫山遍野又或街区河道都开满樱花，是去东京赏樱花的最佳季节。

【节庆活动】

偶人节(3月3日)

3月3日是日本的偶人节，也称为“女孩节”、“桃花节”，主要是在祭坛上摆供用土、纸等制成的外饰服装的偶人而得名。

🌐 taitonavi.jp/index.html (中)

📍 台东区花川户 1-2 吾妻桥亲水散步道以及隅田公园内 (浅草站)

神田祭

神田祭堪称日本三大节庆活动之一，也是东京最有名的一大节日。

🌐 www.kandamyoujin.or.jp (日)

📍 千代田区外神明神社

樱花节

每年的3月末到4月，是东京也是全日本的樱花节。届时，满东京盛开的樱花千姿百态形成一片花海，吸引万千游客前来欣赏。

🌐 sakura.nihon-kankou.or.jp/ (日)

📍 上野恩赐公园、隅田公园、新宿御苑、目黒川



6~8月

Summer

夏

气候 & 提醒

夏季是一年里最热的季节，雨量较多，湿气很重。7~8月的平均气温在27~30℃，常有台风，每天都是盛夏的闷热天气。

9~11月

Autumn

秋

气候 & 提醒

秋季的东京，白天温度偶尔还会达到30℃以上，但更多的时候是秋高气爽的天气，11月，也是枫红银杏黄的最美季节。

12~2月

winter

冬

气候 & 提醒

这时候正是开展冬季体育运动的大好时光，每年12月东京热门观光地区都有圣诞灯饰活动，将东京点缀得十分梦幻。

[节庆活动]

隅田川花火大会

于7月份的最后一个周六举办的隅田川花火大会是东京具有代表性的烟花大会之一。观看烟花的最佳位置是流经东京市区东部汇入东京湾的隅田川周边和浅草站附近。

🌐 sumidagawa-hanabi.com/ (日 & 英)

📍 台东区隅田川河畔

盂兰盆节

每年农历七月十五的盂兰盆节除了是日本人祭扫的日子外，更重要的是它已成为日本人阖家团圆的节日。这段期间在日比谷公园，每年都会举办热闹非凡的盂兰盆舞大会。

🌐 www.shinjuku-eisa.com (日)

📍 千代田区日比谷公园、高円寺

[节庆活动]

红叶祭

秋天的树木色彩艳丽让过往行人赏心悦目。东京有多处占地面积广阔的庭园、植物园，此外小公园和广场也散布于市中，人们可以随时随地观赏红叶。

🌐 红叶名所情报 kouyou.nihon-kankou.or.jp/list/result.php?m=2&c=13

📍 神宫外苑、六义园、小石川后乐园

池上本门寺御会式 (10月11~13日)

“御会式”是在日莲上人的忌日10月13日举行的法会。全国各地的寺院都会举行法会，但以日莲上人圆寂之地—池上本门寺举办的法会最为盛大。

🌐 honmonji.jp/foreign/ch_k.html (中)

📍 大田区池上本门寺

[节庆活动]

羽子板市 (12月17~19日)

每年年底，浅草寺内都会开办岁末例行集市。在浅草寺正堂周围的摊位出售羽子板、羽毛、风筝和新年的装饰品等。

🌐 www.senso-ji.jp/annual_event/osamenogoenichi.html (日 & 英)

📍 浅草寺

东京新年 (1月1日~3日)

按照日本的新年习俗，新年的头3天要到神社、寺院去参拜，称为“初诣”。明治神宫是每年的“初诣”人数最多的场所。除了新年参拜，还可以前往参加新年“福袋”首卖及新年迎新活动。

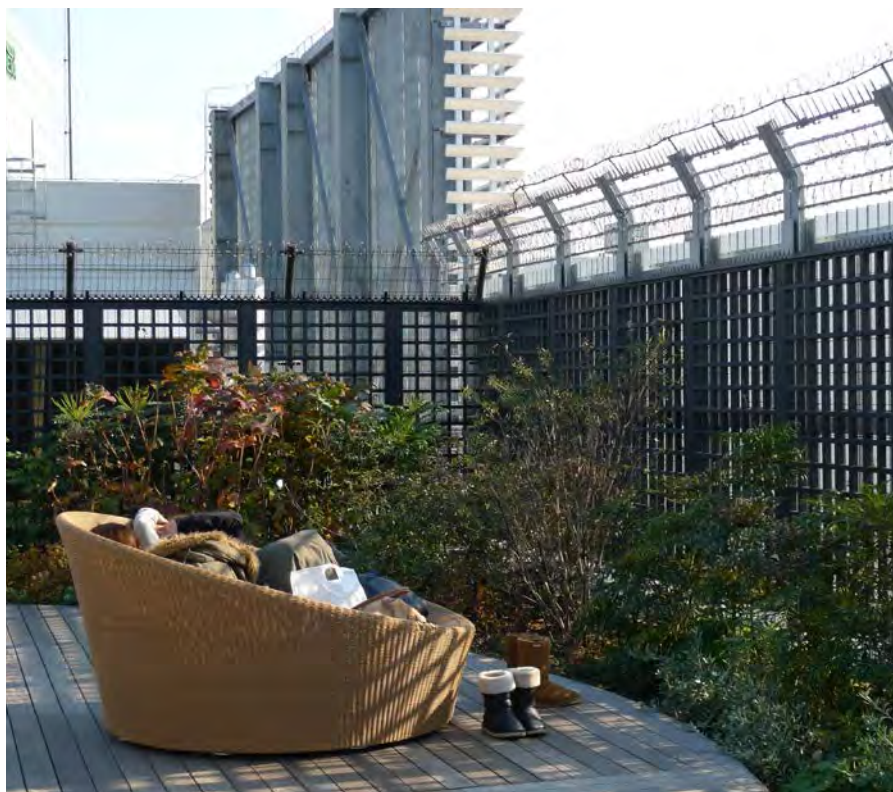
🌐 www.sumo.or.jp (日 & 英)

📍 明治神宫

Where to stay 最优住宿推荐

东京提供各式各样的住宿选择。你可以住一晚胶囊旅馆、也可以预订传统的温泉旅馆享受泡汤的乐趣或到纯正的日式旅馆享受一顿日式早餐。

——去哪儿网聪明旅行家爱莉西亚 aLiCia(日本·私旅行)



连锁型商务饭店

以东横 INN (简中版: www.toyoko-inn.com/china_cn/index.html) 最具规模, 中低价位、附早餐, 但采“直贩”概念, 只能透过官网订房; 其他如 SuperHotel (中文网址: www.superhoteljapan.com/cn/), 今年在东京车站八重洲有分店, 可说是高级区域中难得的中价住宿、东急 stay (中文网址: www.tokyustay.co.jp/chn_cn/) 也十分多分店可选择, 但东急 stay 不同区域住宿费用落差大, 最大特色是几乎每间房间都配有独立洗烘衣机, 是夏天或长住最佳选择。

低价位 YH 或 Guest House

一个人旅行或背包客, 最适合, 包括东京国际青年旅馆、池袋之家、上野之家都算交通便利。推荐位于浅草カオサン东京ゲストハウス (Khaosan Tokyo Guest House), 五间分店中又以“SAMURAI”最新、最为推荐, 且离浅草地铁站不到 5 分钟距离 (繁中网站 www.khaosan-tokyo.com/tw/)

景观饭店

Villa Fontaine Hotel (汐留)、皇家花园汐留塔饭店 (RPS)、新宿小田急南悦、浅草 The Gate (晴空塔最佳景观饭店) 虽都走高价位路线, 但也可配合折扣订到十分亲民的价格, 因房间更大, 景观好, 适合有带小朋友的家庭旅行。

纯正日式旅馆

东京的正统日式旅馆不多, 若想感受这份闲静优雅, 最推荐是位于东大附近, 已有 200 年历史的“凤明馆” (www.homeikan.com); 二是位于浅草“助六之宿贞干代” (www.sadachiyo.co.jp), 传统建筑中, 日式泉汤与和式房, 彷彿时光倒回, 走进当年那江户时代, 连服务也十分到位。

联合订房网

最大好处是一次可浏览折扣数最高、价位排序及旅客评价作为订房参考, 且住宿形式从日本特有的胶囊旅馆、民宿、商务酒店、各种价位的温泉旅馆等皆有, 还累积 5% (或以上) 点数回馈, 作为下回订房的折抵金额。这类包括乐天: (中文网址: www.etpass.com/?scid=topC_header_cn, じゃらん (Jalan) net: 日文网址: jalan.net)、标榜最低价的 Best Reserve (www.bestrsrv.com) 等都是, 另若想入住高级酒店或温泉旅馆, よこよこ (日文网址: www.yukoyuko.net/index.html)、一休.com (日文网址: www.ikyu.com) 最专业, 还不定期推出许多限时的特惠活动, 可以以超值的价格入住顶级温泉饭店。

日本订房基本知识

1. 以人头数计算房价：日本住宿是算人头来计价而非房间，所以即便相同房型，会因入住人数不同，费用而有不同，但东京地贵，大部分房间都十分狭小，所以几乎无法加床，若有需求一定要事前询问或告知。

2. 勿须订金及小费，但未入住会收取费用：日本饭店一般是订房时勿须支付订金，入住后不须另给小费，但部分网站或饭店业者针对外国人会要求信用卡卡号，若预定未入住或临时取消，会收取一定比例费用（视各酒店的规定来定）。

3. 网络订房最便宜：若能事前在网络平台搜寻，也会发现同样的饭店，可能在某

一住宿网站有促销活动，提早预约即享有限时的大幅折扣；在不同网络平台、饭店本身的官方网站上价格皆不同，这些都是很平常的。

4. 搭配计划更划算：东京饭店除基本房价外，会搭配很多计划，如宵夜、门票等等，又或有提早 45 天、30 天、15 天等方案，愈早订愈便宜。

5. 累计点数享折扣：因竞争激烈，各平台独家特家特惠时而可见，可透过比价网先查询。频繁造访日本者，最好累积在同一平台，虽须预先申办成会员，但可享累积点数或折扣。

6. 依旅行区域来订房：东京各区域的特色鲜明，最方便是以山手线、大江户在线的热门观光地为住宿首选地；另外，低价位的背包旅馆多集中在南千住一带，但交通远；浅草、藏前又或上野一带，中价位民宿、商旅多，现新加开羽田、成田机场便宜直达车，新旧观光景点一次网罗；新宿、池袋中高级旅馆多，选择多且多有巴士直达机场，晚上店家关门晚，最适合安排购物，但缺点是车站结构复杂易迷路，加上为声色场所集散地，治安较混乱；东京银座、六本木、汐留及再远的台场、东京湾，高级饭店多，房间也多有好夜景，当然房价相对也最贵。

7. 民宿多有门禁时间，须注意。



48

Hrs 东京完美之旅

东京,这个地球上最大、人口最多也是最先进的城市之一,是日本的首都,也是日本旅行目的地的首选。东京的旅游景点的数量和类型恐怕要多过任何一个地方,即是再怎么精简,值得一看的经典之处也要列很长一段单子才能写到底。接下来的 48 小时路线中已经尽可能地将不容错过的大众经典汇聚在了一起。如果时间比较紧凑,那么参考这条路线,至少不会漏掉任何“不去终身遗憾”的地方。

——去哪儿网聪明旅行家 谢牧阳

Day1 > 浅草寺 - 晴空塔 - 秋叶原 - 东京车站 - 皇居 - 银座

>
地下铁各线、东武铁道、京成电铁“浅草”
(Asakusa) 站下车



向东南方向步行 3 分钟



08:00

“古时候就有的茶馆”——友路有浅草店

东京的经典之旅可以选择历史气息浓厚的浅草作为起点。在这里,我们最早邂逅的是这家主题和店名都是“古时候就有了”的茶馆。这家装修古朴的茶馆从早上六点半就开始供应早餐,服务对象包括前来旅游的游客,也更有世代居住于此的原住民,非常接地气。

📍 东京都台东区浅草 1-29-3 2F

🕒 6:30~20:00

💰 1000 日元以下



09:00

声名远扬的古老寺庙——浅草寺

浅草是位于东京 23 区东北部的一块历史悠久的街区。在这里,坐落着东京最古老也是最声名远扬的寺庙——浅草寺 (Senso-ji Temple)。这座始建于公元 7 世纪的寺



沿从“雷门”前横过的马路向东，跨过河流隅田川，步行共 10 分钟左右



前往晴空塔配套商业设施“Sora-machi”的 6 楼



tips

请谨慎进入打着中文招牌的所谓“免税店”购物，以防价格高出实际价格。

乘坐 JR 山手线外环电车在“东京”站下车

庙也是东京最重要的传统节庆“三社祭”的中心举行场所。穿过临街的挂着巨大红灯笼的“雷门”，首先经过的是一条长长的、永远都是人头攒动的门前街“仲见世通”。这条街的两旁都是售卖传统小吃和纪念品的商铺，可以在此尝到著名的“人形烧”。之后，通过“宝藏门”，就能到“本堂”膜拜抽签，并瞻仰高大的五重塔了。

📍 东京都台东区浅草 2-3-1

🕒 全天，浅草寺并没有“关门”一说，即使晚上去，也能看到亮丽灯光装点的寺院建筑

¥ 免费

🚶 地下铁各线、东武铁道、京成电铁“浅草”（Asakusa）站下车步行 1~10 分钟

10:30

东京最高点——晴空塔

东京晴空塔(スカイツリー、Tokyo Skytree)是 2012 年建成的东京最新的人气景点。这座替代东京塔大部分功能的广播电视塔高大 634 米，是全球最高塔（第二名是广州小蛮腰）。在塔上的展望台里，可以俯瞰到东京的每一个角落。

📍 东京都墨田区押上 1-1-13

🕒 10:00~21:00

¥ “天望甲板”（350 米展望台）：18 岁以上 2060 日元，12~17 岁 1540 日元，6~11 岁 930 日元，4~5 岁 620 日元；“天望回廊”（450 米展望台），需在“天望甲板”另外购票：18 岁以上 510 日元，12~17 岁 410 日元，6~11 岁 260 日元，4~5 岁 150 日元

🚶 从浅草区域步行 5~10 分钟，从“东京 Skytree”和“押上（Oshiage）”车站出站即到

12:00

最好吃的蘸汤面——六厘舍 Skytree Town 店

想要进这家作为分店都能在日本点评网站上轻而易举突破 3.5 分难关的面馆，你可能需要排上一阵子队了。日本各式各样的蘸汤面（つけ麺）中使用各种不同的肉类和海鲜作为辅料的做法多是借鉴了这家店的办法。

📍 东京都墨田区押上 1-1-2 东京 Sora-machi 6F

🕒 10:30~23:00

¥ 人均 1000 日元左右

13:00

宅男和二次元以及日本家电的天堂——秋叶原

秋叶原听起来是一个只有热爱动漫的狂人分子才会喜欢的地方，实际上，这里同时扮演着二次元人士、偶像追星族、电子游戏爱好者、模型爱好者、以及所有需要购买家电的游客的“多重天堂”的角色。在秋叶原颇有日本风味的满是招牌的街上目睹一下咖啡店的女仆们在街上揽生意、穿着 Cosplay 服装的人若无其事地走过，这也都是很有意思的事情。

📍 东京都台东区秋叶原 / 东京都千代田区外神田

🚶 JR 山手线、JR 总武线、地下铁日比谷线、筑波急行（Tsukuba Express）线“秋叶原”站下车

15:00

东京的“表玄关”——东京车站

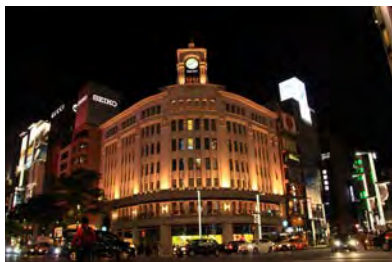
提到东京站，您可能首先会在脑中浮现出一个现代化的交通枢纽的形象。事实上，东京站至今依然沿用着 1914 年设计当初的建筑风格（丸之内站房）——这是一座古色古香的西洋风格红砖建筑，在周边的水泥森林中显得格外显眼、充满了韵味。东京站



从东京站的丸之内口广场径直沿大路向西步行



从地铁“大手町”站乘坐开往新宿方向的“丸之内”线，在“银座”站下车



的周边和地下商业街组成了规模巨大的商业设施，汇聚全日本各地特产的卖场尤其受人欢迎。

📍 东京都千代田区丸之内 1 丁目

15:30

日本中心——皇居

正如在北京要去故宫，在莫斯科要去红场克里姆林宫，在华盛顿要去白宫、奥地利要去维也纳皇宫一样，一个国家的宫殿和皇室所在，在作为该国的中心地标的同时，也是旅游者的必看之处。

皇居和天皇在世界范围上被认为（或者说被规定）是日本的“象征”。在日本人心中，这里是日本的精神和历史中心，但这里却不再是日本的权利和政治中心。

需要注意的是，皇居在绝大多数时间并不开放参观，可以到达的只有它前面的巨大广场。在护城河边，可以看到它的正门、正门石桥（往往被误认为是深处的“二重桥”）和城墙结构。

📍 东京都千代田区（皇居本身并没有“地址”）

🕒 仅在新年和天皇生日时有带限制的开放

🚶 地下铁千代田线“二重桥前”站步行 3 分，地下铁“大手町”车站步行 5~10 分，各线“东京”站步行 10 分



16:15

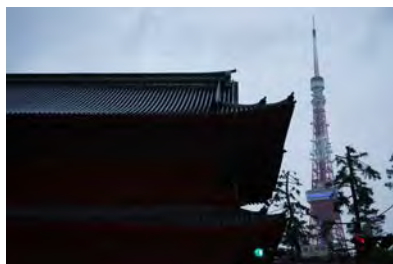
老牌购物街、品牌和大型百货店聚集地——银座

毋庸置疑，东京银座是日本乃至全世界最著名的商业购物区之一。除了你能想到的几乎所有国际名牌，日本百货业的支柱企业们也都在此设立店铺，如三越百货、松屋、松坂屋、阪急等等。大名鼎鼎的歌舞伎座和东京宝塚剧场等文化场所也坐落于此。这里同时也是服装时尚行业的据点和部分著名企业的总部所在地。在中国、巴黎、纽约、伦敦等也有大型店铺优衣库旗舰店之一就在银座。12 楼层的超大型店铺里有全部种类的产品。除了银座店以外，优衣库在日本共有 800 多家门店，品类丰富齐全，各种时新款型可以随心畅购。如果没机会去银座，也可以在涩谷，新宿，浅草等地随时享受购物的乐趣。而且全店都可以享受免税服务，优惠惊喜超乎想象，绝对不容错过。

📍 东京都中央区银座

🚶 地下铁银座线、丸之内线“银座”车站、都营地下铁浅草线“东银座”车站、有乐町线“银座一丁目”车站下车

从东银座站乘坐都营地下铁浅草线，在“大门”（Daimon）车站下车后向西步行5分钟



步行至东京塔



从“芝公园”地铁站乘坐都营地下铁三田线，在“大手町”站换乘地下铁东西线，于“神乐坂”车站下车



17:30

红色铁塔下的浪漫——芝公园&增上寺

一出车站，你应该就已经看到那个在电视上出现过无数次的熟悉的红色身影——东京塔。走近，你会发现东京塔前是一片绿地和一座庄重的寺庙。这便是芝公园（Shiba-Koen Park）和增上寺（Zojo-ji Temple），有它们的衬托，东京塔显得更加迷人；在芝公园边仰望东京塔边散步小憩，能获得这座繁忙城市中难得的清闲和静谧。

📍 东京都港区芝公园

🕒 全天开放

¥ 免费

🚶 都营地下铁大江户线“赤羽桥”站、都营地下铁大江户线、浅草线“大门”站、都营地下铁三田线“芝公园”站下车

18:00

永远的东京代表——东京塔

对东京塔的基本介绍已经基本属于多余的内容了。今天，你会发现这座塔在琼楼玉宇之间已经不再高大；它的技术职能也已经被新建的晴空塔所代替。然而，东京塔在人们心中的地位和对于东京这座城市的意义是永远无法撼动的。即使你觉得已经没有必要登上它的展望台，但不妨在它脚下等待它暖色的灯光在深蓝色的夜空下亮起——那是每一个人都会被感动的时刻。

📍 东京都港区芝公园 4-2-8

🕒 9:00~22:30

¥ 大展望台（100米）900日元；特别展望台（250米）大展望台费用之外另收700日元

🚶 都营地下铁大江户线“赤羽桥”站、都营地下铁三田线“芝公园”站、地下铁日比谷线“神谷町”站下车各步行5-10分钟左右

19:30

东京最美味的街区——神乐坂

神乐坂（Kagurazaka）是东京中心的交通枢纽“饭田桥”和早稻田大学地区之间的一块坡地。这里在大正时期是日本最繁华的艺妓和青楼集中的地方，后来逐渐发展成了高级料理和各式美食餐厅的聚集地，可谓东京最美味的一块地方。



tips

在神乐坂所在的新宿区，有无数住宿的选择。静谧的老牌高级日本宾馆可以选择位于地下铁有乐町线附近的“椿山莊”；便宜的青年旅社和商务旅馆则可以在新宿车站附近轻松找到。

地下铁丸之内线“新宿御苑前”站下车，2号出口出站后向左走 1 分钟



门过马路从正对面的小巷穿过向右走 200 米左右



向西步行，穿过新宿繁华的街道



延伸体验 > 气氛轻盈的法式料理 AGARIS

这家隐藏在神乐坂主街（早稻田通）一侧的狭窄小巷中的法式餐厅有着酒吧式的格局和开放式的厨房，气氛相比一般西餐厅的严肃要轻松一些，价格也很容易让人接受。

📍 东京都新宿区神乐坂 4-3 B1F

🕒 18:00~23:00

¥ 人均 4000~5000 日元

🚶 地下铁东西线“神乐坂”站步行 10 分钟、地下铁各线、JR 中央线“饭田桥”站步行 5 分钟左右

Day2 > 新宿 - 都厅大厦 - 明智神宫 - 涩谷

09:00

新鲜出炉的面包和华夫饼——Maestro Bakers

旅程的第二天从新宿周边开始。如果住宿的地方不提供早餐，不妨试一试这家名为 Maestro Bakers 的店。从店名就能知道它的烘焙一定很不错。这里提供的新鲜面包和华夫饼广受好评，辅以其同样拿手的鹿肉火腿一定能让你在早上充足电。

📍 东京都新宿区新宿 1-9-3

🕒 周一至周五 7:00~22:00，周六日 10:00 开门

¥ 早餐人均 1000 日元以下

🚶 地下铁丸之内线“新宿御苑前”站步行 1 分钟

10:00

城市中心的旧皇室御用公园——新宿御苑

新宿御苑是一般人可以进入的最靠近东京中心的公园。当然，它以前的身份远远不止公园这么简单。这个到二战前为止都是皇族私家园地的地方就在新宿高楼的眼皮底下，包含日式庭院、英式庭园和法式庭园。从前皇室休息的洋馆也依然存在。新宿御苑是新海诚动画《言叶之庭》的主要取景地。

📍 东京都新宿区、涩谷区

🕒 9:00~16:00

¥ 200 日元

🚶 地下铁丸之内线“新宿御苑前”站、都营新宿线“新宿三丁目”站下车可到；从各线“新宿”站的南出口也可步行到达

11:00

东京最繁华的新地区之一——新宿和歌舞伎町

新宿是一块范围非常大的区域，狭义上的新宿指的是全球每日旅客人数最多的车站“新宿站”的周边地区。在新宿地区内，既有西新宿的摩天大厦群，也有车站东边的繁华商业街。当然对游客来说最有名的，当属“歌舞伎町”。“歌舞伎町”并不是专门的歌舞伎表演场所，而是由几条街组成的“欢乐节”，大小居酒屋、卡拉OK、餐厅和擦边球色情服务的店铺聚集的地方。您可以从这里穿过，体验日本除节庆外最繁华的街道的样子，但是不建议在这里解决午餐，因为会有遭遇价格虚高和强买强卖的风险。

📍 东京都新宿区歌舞伎町

🚶 各线“新宿”站、“新宿三丁目”站

继续向西步行穿过新宿站，顺路牌前往“东京都厅”，或从“新宿三丁目”车站乘坐地铁丸之内线在“西新宿”站下车后按照路牌和地图步行。到达都厅大楼最底层后乘坐专用的直达电梯



从 45 层坐电梯返回 1 层，然后乘坐普通电梯前往 32 层



返回新宿站，乘坐山手线内圈电车，在“原宿”（Harajuku）站下车



从原宿车站乘坐山手线内环，到涩谷（Shibuya）站下车，从“八公出口”出站



12:30

“市政府”大楼上看东京——新宿都厅展望台

位于新宿的都厅大厦，是东京的政府办公大楼。这座丹下健三设计的双子楼的南北塔顶楼都有免费开放的展望台，并且从清晨到夜里 11 点都开放。从底层的高速电梯直达楼顶后，你就可以从新宿的角度 360 度观望东京的景色了。除了晴空塔、东京塔这些著名的市内风景，往西面还有可能看到富士山（冬季晴天基本是肯定可以看到，全年也有近一半时间能看到）。

📍 东京都新宿区西新宿 2-8-1 45 层

🕒 9:30~23:00

¥ 免费，进场须接受行李检查

🚶 都营地下铁大江户线“都厅前”站下车即到；各线“新宿站”西出口步行 10 分钟

13:15

体验世界最大城市的职员午餐——都厅职员食堂

不太被人所知的是，东京都厅除了顶层的展望台，还有一个面向公众开放的地方，那就是位于 32 层的职员食堂。

在这里，你可以体验到日本公务员生活的一部分，见识一下日本的“食堂”是什么样子的——通过机器购买餐券，然后到窗口兑换，最后把吃完的餐具送到回收处。职员食堂的餐食种类也非常丰富，从日式盖饭、便当、咖喱、拉面、乌冬等到意大利面等西式餐点都一应俱全。

📍 东京都新宿区西新宿 2-8-1 32 层

🕒 11:30~14:00

¥ 人均 500~1000 日元

14:30

超人气神社——明治神宫

明治神宫是用于祭奠明治天皇的神社，也是东京乃至整个东日本地区最具人气的神社，除了元旦夜晚的参拜人数为日本第一之外，这里每天都会迎接相当数量的参拜者和游客。

从原宿车站紧邻的内苑入口到神社的宫殿，需要通过林中的长长的砂石参拜道，古树参天的绿色气氛使这里虽然热闹，也不失安静庄重。

📍 东京都涩谷区代代木神园町 1 丁目

🕒 全天开放

¥ 免费

🚶 地下铁“明治神宫前”站、JR 山手线“原宿”站下车

16:35

潮人、人潮云集——涩谷和 Scramble 路口

想看潮人？来涩谷吧，这里的时尚自称一派，是“Gal”的发源地，也是全球时尚的先锋地点。

想看人潮？来涩谷吧，这里有全球最繁忙的路口，过街绿灯一亮，人们从四面八方瞬间汇集，场面颇为壮观——还记得生化危机中的开场镜头吗？那里就是涩谷的 Scramble 路口——人车分流、绿灯一亮所有方向的人行横道都开始通行的设定。

📍 东京都涩谷区

🚶 JR 各线、地铁各线、东急电铁各线、京王井之头线“涩谷”站下车

步行前往即可



步行前往即可



涩谷车站往西步行 10 分钟



16:45

人流攒动中我永远为你等候——忠犬八公像

感动成千上万人的忠犬八公铜像就位于涩谷车站前的繁华街道旁。这条在主人去世后仍然每天忠诚守候在车站前的狗已经成为了日本的“国民故事”之一，而它的铜像则是所有前来涩谷的游人的合影对象。对于日本人来说，这里是人多得找不到北的涩谷的最好认的地方，因此几乎所有人都会把这里作为相约见面的地点。

📍 东京都涩谷区道玄坂 2-1

🚶 JR 各线、地铁各线、东急电铁各线、京王井之头线“涩谷”车站下车



17:00

逛涩谷——涩谷 Center 街 / 涩谷 109 等

时尚中心涩谷，换而言之就是逛街的圣地——如果你不爱购物也没关系，光是欣赏各种各样穿着奇装异服的人就已经够有新鲜感的了。涩谷可以说是日本的“奇葩”集中地，从步行街“Center 街”走一趟你也许能发现 30 个你在世界任何角落上都找不到类似的人，而他们还分别属于 10 个不同的风格。涩谷 109 作为大名鼎鼎的女装百货，则是女生一定要去逛一逛的地方。

📍 东京都涩谷区 2-29-1

🕒 10:00~21:00



18:00

逛完了吃饭也要 High——“哆啦 A 梦”

在活跃的涩谷怎能不找一家气氛活跃的店。这家名为哆啦 A 梦的店做到了“又好吃又能 High”，无论从店面的装修还是灯光，还是声音响亮的白人店员，都把气氛维持得很欢乐。这里的意式餐点也绝对对得起店铺的这张“脸”，连生蔬沙拉都好吃到爆。

📍 东京都涩谷区道玄坂 1-22-12

🚶 各线“涩谷”站步行 10 分钟，京王电铁“神泉”站步行 3 分钟

24

Hrs 东京海岸之旅

东京的魅力在于,它几乎大到能满足人们一切的需求和嗜好。追求奢侈和时尚的人爱它,热情于历史文化的人爱它,喜欢蓝天碧海的人也会为之倾心。倒映着东京塔和彩虹桥的东京湾有它美不胜收的姿色,也有令人赞不绝口的海味。

——去哪儿网聪明旅行家 谢牧阳

> 都营地下铁大江户线筑地市场站,步行 3 分钟



05:00

清晨探访世界最大鱼市 & 享受超新鲜寿司早餐——筑地市场

在此展开忙碌的一天,从清晨的鱼货竞卖、场内批发市场到场外零售市场,热闹的交易让筑地市场充满朝气,成为国外游客必访之地,特别是两家人气最旺的寿司大、大和寿司几乎是从清晨就得排上 2 小时甚至更长时间的队才有机会入店用餐。

不吃生食的,寿司大旁的八千代以炸物丼饭闻名,特别是招牌的干贝、虾炸物丼饭,都是以当天新鲜鱼获下油锅做成;紧邻隔壁的昭和风老咖啡馆爱养,白底黑楷体字,旧式拉门内,老板、老板娘忙着为熟客煮上一杯咖啡、烤土司或是水煮蛋,看报闲聊,配合鱼市场,这里可是从凌晨三点营业至中午;而隔壁巷同样风格的千里轩,则用猪排三明治捕获人心。筑地市场内几家知名的玉子烧门前,也成为另一奇观。这里最有名的三家老店一松露、大定及丸武,以现场制作闻名,加入各种食材的创新口味挑战味蕾。

虽然筑地市场已确定在 2014 年搬迁至新豊洲市场,过去这 300 多年来市场内的波除神社及水神社正是庇佑着渔民出海平安的守护神。最特别在波除神社内,除了入门处左右两侧供奉着黑齿金眉红身的狮子外,市场公会还为每天大量被使用的各类



tips

每日清晨有金枪鱼拍卖，可先上网查询是否当天有开放公众参观，参观者接待从早 5:00 开始，每日限定参观人数 120 人以内，分为两组，第一组时间是 5:25—5:50 第二组时间是 5:50—6:15，由于参观人数多，务必要提早到现场排队，才有机会入内观看。越早你越能感受到渔市场的热闹，给你自己充裕的时间感受筑地，鱼市过九点后就逐渐冷清，务必中午前到访。

都营大江户线筑地市场站步行 5 分钟（日比谷线、都营浅草线亦可到达）



沿本愿寺前东北-西南向的“新大桥通”马路往西南走，再次经过筑地市场前后即可抵达滨离宫恩赐庭园



寿司、鱼、虾、天妇罗、鸡蛋设家，祭拜各种鱼灵，感恩与珍惜这些来自大地与海洋的宝物。

📍 中央区筑地 5

🕒 筑地市场通常每个月会不定期休市两日，多以周三为主，另周日及国定假日、年尾年初和盂兰盆多是休市，前往时请注意。

🌐 www.tsukiji-market.or.jp

07:00

漫步在充满异国风情的平民街——筑地本愿寺

筑地本愿寺（Tsukiji Honganji Temple）就在筑地市场边上，西洋式的建筑，有别于一般的日本寺庙，吃完早餐后可以散步过去，会有不同的感受。明治维新后，筑地这带曾因规划为东京的外国人居留地，由日本建筑师伊东忠太操刀的本愿寺，融合古印度寺庙圆屋顶的建筑风格，圆柱与宽阔的楼梯则带些希腊、罗马风格，让今日的本愿寺呈现一种混搭文化的建筑风格，似乎成为筑地昔日异国风情下，唯一遗留下来的历史纪录。

📍 中央区筑地 3-15-1

🕒 4~9 月 6:00-17:30；10~3 月开放至 17:00

🌐 tsukijihongwanji.jp

09:00

钢筋混凝土和大海的过度区——滨离宫庭恩赐庭院

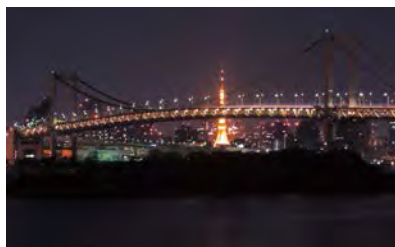
这个原属于皇室的海滨庭园十分开阔。从这里可以放眼看到汐留地区的摩天大厦群。如果 4 月访问这里，还能观赏到大片金黄色的油菜花。无论是蓝色海洋还是油菜花海，配上现代都市的高楼都能呈现出一幅别样的具有幻想色彩的画面。

📍 东京都中央区滨离宫庭园

🕒 9:00~16:30

¥ 300 日元

从庭园西面的“中之御门”出来后左转，在“滨离宫庭院前”路口右转过马路，走到下一个路口后再次右转，来到“汐留”（Shiodome）车站。登上高架的“ゆりかもめ”（百合鸥线）站台购票乘车前往“丰州”（Toyosu）方向



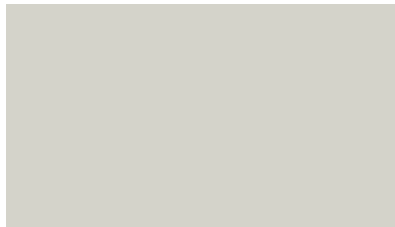
tips

因为本路线将多次使用百合鸥线，所以如果您完全按照本路线安排行程的话，在汐留站的售票机上购买 820 日元的一日券是最实惠的选择。

在“お台場海浜公園”（Odaiba-kaihinkoen）站下车，从北出口出来后顺路牌前往海滨公园



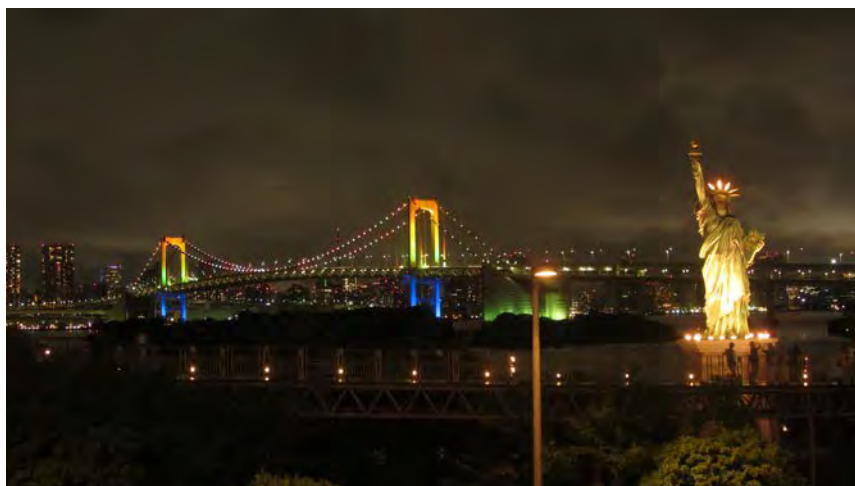
就在台场海滨公园一条小马路之隔的“Decks Odaiba”商业中心一楼临街部分



10:00

乘坐无人驾驶轻轨通过彩虹大桥

ゆりかもめ（Yurikamome，百合鸥线）是一条代表了日本高科技的无人驾驶轻轨。这种小型胶轮列车又被称为“新交通”，虽然不多，但在日本的一些城市也都存在。百合鸥线连接东京中央地区的新桥，跨过跨海的“彩虹大桥”（Rainbow Bridge）后在人工岛群“台场”穿梭后去往终点站。这是一条连接填海人工岛的重要交通线，同时也是一条可以专门为了观光而乘坐体验的线路。在海上区间和人工岛上的新兴建筑群中穿梭时的风景都非常不错。



10:30

美好的都市海滨散步——台场海滨公园

台场海滨公园覆盖着人工岛西北面的一整条海岸。在这里，可以体验阳光沙滩、远眺雄伟的跨海大桥，就连复制版的自由女神像在背后东京的雄大城市风景面前也十分好看。

📍 东京都港区台场 1 丁目

🚶 百合鸥线“お台場海浜公園”站、“台场”站下车各步行 1 分

11:30

无肉不欢——Bistro Ushisuke

这家临街的欧式风格餐厅是肉类爱好者们的不二之选。当然，既然有了上好的红白肉，那么好酒自然也是不可或缺的。这家店的另一个特色是客人可以带宠物狗入店一起用餐，他们也为狗狗们提供了特别的菜单。

📍 东京都港区台场 1-6-1 1F

🕒 11:00~22:30

💰 人均 2000~3000 日元

🚶 百合鸥线“お台場海浜公園”站下车步行 5 分

🌐 odaiba-decks.com/gourmet/post/shop402.php; d-ny.net/ 店舗情報 -2

延伸体验 > JoyPolis 室内主题公园

这是日本国内最大规模室内型主题公园。在这里可以乘坐多达 20 种游乐设施，包括尖叫型以及采用 3D 的游乐设施等。

📍 东京都港区台场 1-6-1 DECKS 东京 BEACH 3~5 层

乘坐百合鸥线至“テレコムセンター”（Telecom Center）站，下车后从南口出来往反方向沿马路走



tips

因为本路线将多次使用百合鸥线，所以如果您完全按照本路线安排行程的话，在汐留站的售票机上购买 820 日元的一日券是最实惠的选择。

百合鸥线“台场”站步行 7 分钟；临海线“东京 Teleport”站步行 3 分钟



城堡就位于台场购物广场对面，可通过高达前宽大的天桥前往

🕒 上午 11:00~ 深夜 23:00（入园截止时间 22:15）

☎ 03-0055-1801

¥ 3500 日元

🚶 从新交通百合鸥线台场海滨公园站步行 2 分钟；从临海线东京 Teleport 站步行 5 分钟

🌐 tokyo-joyopolis.com/language/chinese（繁体中文）

12:30

复古风格的巨型温泉设施——大江户温泉物语

现在东京城内体验日式温泉？“大江户温泉物语”是唯一的答案。虽然它地处海上的人工岛，但温泉却真是实实在在地使用了地底深处的温泉水。更重要的是，在这个庞大的温泉主题设施中，你几乎可以体验到所有能在日本各地体验到的温泉类型。在日本泡温泉，一定要记得泡汤的基本规矩哦！

📍 东京都江东区青海 2-6-3

🕒 11:00~ 次日 9:00，休馆日可登录官网查询

¥ 周一至周五 2480 日元，周六日 2680 日元；18:00 以后入场：1980 日元；在馆内超过夜里 2:00 则加收 2000 日元

🚶 百合鸥线“Telecom Center”站步行 2 分钟，临海线“东京 Teleport”站免费接驳巴士接送

🌐 www.oedoonsen.jp/daiba/access.html

14:30

最酷炫的商业中心——台场购物广场 DiverCity Tokyo Plaza

位于台场中心位置的台场购物广场，英文谐音为“Diversity”，印证了其设施的丰富多样和精彩程度。最吸引众人瞩目的就是购物中心前 1:1 大小的高达模型了。在白天，它会不定期启动头部、喷出气体，而在晚上甚至还能伴随着投影在墙上的动画和 3D 灯光效果上演表演！

📍 东京都江东区青海 1-1-10

🕒 10:00~22:00（购物中心 21:00 关门）；高达晚上启动时间：19:30, 20:30, 21:30

🌐 www.divercity-tokyo.com/cn（中文）



16:30

在仿欧洲的室内街道中享受逛街乐趣——维纳斯城堡（Venus Fort）

Venus Fort 也是一个特征和风格十足的商业中心。它的第三层“Venus Outlets”



就在 Venus Fort 东面



乘坐 Yurikamome 至终点“丰州” (Toyosu) 站, 转乘地下铁有乐町线至“月岛” (Tsukishima) 站下车



被装点成了欧洲街道的样子, 屋顶的蓝天白云也非常逼真——随便拍一张照片就能拍出欧洲的样子来, 喷泉广场甚至教堂大门都造得惟妙惟肖。除此之外, 同建筑中的“Mega Web”则是以汽车为主题的展厅设施, 在这里你能免费参观现代的和过去几十年里的一些美日欧名车。

- 📍 东京都江东区青海 1-3-15
- 🕒 卖场 10:00~21:00; 餐饮 10:00~23:00
- 🚶 临海线“东京 Teleport”步行 3 分; 百合鸥线“青海”站直通
- 🌐 www.venusfort.co.jp/multi/index_cn.html

17:30

风景最美的观览车——Palette Town 大观览车

建成时尺寸为世界最大的台场 Palette Town 大观览车坐拥着台场的现代都市景观, 并可远眺东京湾对面的新宿等地的摩天大楼群, 夜景尤其美丽。观览车的 64 个轿厢中有 4 个是除了框架以外全部透明的特别轿厢, 如果有乘坐, 还能体验到一种不一样的刺激。

- 📍 东京都江东区青海 1-3-15
- 🕒 周日至周四 10:00~22:00; 周五至周六 10:00~23:00
- 🚶 临海线“东京 Teleport”步行 3 分; 百合鸥线“青海”站直通
- 💰 920 日元 / 人, 4 人以上 6 人以下的小群体票价 3080 日元



18:00

文字烧 (Monja) 一条街——月岛 (Tsukishima) 西仲通

文字烧是起源于关东地区的一种平民小吃, 也是大名鼎鼎的“大阪烧” (或称“御好烧”, Okonomiyaki) 的始祖。这种将包心菜、虾米、碎鱿鱼混在面浆中做成铁板烧后一勺一勺入口食用的食物本来是零食店提供给小孩子的小吃, 如今则是日本人怀旧的食品之一。香味扑鼻的铁板烧自然也是下酒好菜, 配合炒面和烤肉便能变成一顿美味大餐。

- 📍 东京都中央区月岛
- 🚶 地下铁有乐町线、都营地下铁大江户线“月岛”站下车

推荐店铺: もんじゃ蔵 (Monja Kura)

月岛地区最受好评的一家店, 店主对不擅长自己做铁板烧的顾客还会进行“亲切指导”

- 📍 东京都中央区月岛 3-9-9
- 🕒 11:00~23:00
- 💰 1000~2000 日元左右

Do's 必备物品

空白笔记本 / 东京许多观光景点及车站内都设有景点或城市特色印章，甚至有百选车站印章，所以到东京时记得带本空白笔记本，用另一种方式记录及留下旅行足迹。

地铁图及分区地图 / 东京铁道是有名的复杂，不同的交通体系外，且几个主要大站如新宿、池袋、涩谷、上野及东京等，出口多且各式线路交错于此，加上东京地址也是出名的难找，所以最好方式是清楚目的地出口外，依着分区地图，按图索骥。

袜子 / 不论脱鞋入舍殿参拜或是坐在和式座席享用传统日本美食，穿到一双破袜子就糗大了，所以记得检查袜子是否有破洞或是脱线。当然，日本的袜子的设计也充满创意，不妨买双当纪念品。

好穿脱、舒适的鞋 / 东京是个需要脚力的城市，不论是知性漫游或是疯狂血拼，有时光在地铁内转乘就须走上 10 分钟；另东京寺庙虽与京都不同，多半勿须脱入内参拜，除少数殿内有开放（如深川不动堂），但是不少传统餐厅都设有和式座席，所以务必带双好脱、好走的鞋。

扇子 / 有时真佩服日本人真是守法又愿意排队的精神，许多人气餐厅因都不提供事前预约（或仅有少数名额），常见东京街头或地下街，一圈圈、甚或隔着马路、人行道继续排队 2、3 小时的盛况，加上现在东京人都有节电观念，所以常可见东京不论男女生，不时就将扇子掏出扇风。因此准备把小扇子还是必要的，这样就不会排到满头大汗，坏了食欲。

小手帕及帽子 / 日本人习惯使用手帕取代擦手纸，各式小方巾也是洗手后、流汗时的最便利的小物，所以自己带条小手帕，方便又卫生。另外日本人也爱戴帽，还依不同季节选择不同材质及样式的帽子佩戴，除了热天遮阳、冷天保暖外，也让自己很有型，所以不妨也准备顶帽子，融入当地生活风俗吧！

便利席子 / 东京祭典超多，三不五时就可看到“まつり（祭り）”字眼，从春天的樱花、夏天的花火节到秋天的红叶或银杏祭典，除了美丽的景物，大家还会提早铺席占位外，也先吃便当、饮酒作乐，所以准备一张轻便的席子，让自己来个不一样的有趣祭典活动吧！

休息贴布 / 脚力再怎么好的人，还是难抵这城市的魅力，一整天走下来完全跟行军有得拼，所以记得带个放松肌力的贴布，最推



荐是直接到东京药妆店直接购买超好用的休息贴布，隔天起床会发现脚真的不酸了！

简单日文小抄 / 日本许多汉字与中文相似，所以语言不通时不妨尝试以书写方式来沟通；但建议先将基本观光日文（如“我想去○○（站），请问怎么走？”），或是食物名称先做好小抄，特别是到居酒屋时，几乎不具备餐点照片或食物模型，把自己想吃的料理先整理好，以备不时之需。

超大行李箱 / 东京最无法自我克制的，大概就是血拼行程了，除了当地必买口碑伴手礼，还有东京限定、日本限定商品，各式 3C 电器品等，另若是遇上每年夏、冬各一个月的令东京人也疯狂的百货折扣期，只能说没有准备一大行李箱来装各式战利品，恐怕回家后只能留下遗憾了。





▼
*Best
Itineraries*
城市达人
线路推荐

年轻时尚购物之旅

除了广为人知的新宿、银座、涩谷这些大热门，东京其实还有很多别致时尚的不为广大游客所知的好地方。如果你是喜爱时尚、有着文艺情结的年轻人，那么这条路线一定值得体验一番。

——去哪儿网聪明旅行家 谢牧阳

日本的购物体验绝对是非常适合年轻休闲一族，换上装备赶紧出发吧！



谢牧阳 | 图文 / 专栏作者
旅日的业余设计师，走遍日本 46 个都道府县。

> JR 中央线、京王电铁井之头线“吉祥寺”车站下车



位于吉祥寺步行街，走路即可

└ 09:00

日本人最向往居住的地方——吉祥寺

吉祥寺（Kichijoji）几乎在日本每年的“最向往居住的地方”的排名里都位居榜首。这个并不属于东京 23 个特别区内的地方以其繁华的商业购物区、宁静的井之头公园和便利的铁路交通取胜。车站附近的商业区不但有大型百货，还有数条步行街和美食街等，众多有名的店铺也都云集于此。

📍 东京都武藏野市

└ 10:00

绝妙的牛角包鲷鱼烧——銀のあん Cafe

在吉祥寺的带顶棚的步行街中，这家卖鲷鱼烧的店似乎永远都会排队。鲷鱼烧简单地



从“吉祥寺”车站乘坐京王井之头线电车，在“下北泽”（Shimo-kitazawa）站下车



从下北泽车站往东北步行 430 米左右，可以根据地址问路前行



乘坐小田急电车，在“代代木上原”站转乘同一站台另一侧发车的地铁千代田线，最后在“表参道”车站下车



说就是一种面皮里包豆沙馅的日本传统点心。然而这家店把它的外皮换成了香甜松脆的牛角面包的材质，现烤现卖，于是就火了。如果你还没有来得及吃早餐，干脆就做这家店的第一个顾客吧。

📍 东京都武藏野市吉祥寺本町 1-7-10

🕒 10:00~21:00

💰 人均 500 日元左右

🚉 JR 中央线、京王井之头线“吉祥寺”站中央出口步行 2 分

10:30

年轻人的扫货场——下北泽

下北泽是东京最著名的“年轻人的地盘”之一。这个曾经是黑市的地方如今早已变身成为了时尚新店和老牌旧店混合密集的商业区。在下北泽买“古着”（二手衣服）是经济能力一般的年轻大学生等人群的最爱。遍布四处的 Live House 和小剧场更是让这里充满了文艺青年的气息。

📍 东京都世田谷区北泽

🚉 京王电铁井之头线、小田急电铁本线“下北泽”车站下车



11:30

媒体热衷的咖喱名店——“般若”

下北泽的各类名店中，和适合午餐吃的咖喱饭相关的最有名的店便是今年刚刚装修一新的“般若”了。这家泰国风格的咖喱店的汤料和使用的鸡肉羊肉都让食客们赞不绝口。与其说它是纯粹的泰国咖喱，不如说是综合了日本、印度和泰国的咖喱的美味。

📍 东京都世田谷区北泽 2-23-23

🕒 1000~2000 日元

🚉 小田急线、京王线“下北泽”站步行 7 分，小田急线“东北泽”站步行 3 分

12:45

新贵的购物舞台——表参道 (Omote-sando)

表参道一词的意思是神社正门前的参拜道路。在东京，表参道往往指明明治神宫的参拜道路。同样是购物区，和下北泽的穷学生相比，表参道面向的人群则是实实在在的“高富帅”和“白富美”。这条路两旁聚集了各类世界名牌和奢侈品专卖店，备受新贵们所爱。著名设施还包括安藤忠雄设计的 Omotesando Hills，值得一看。

📍 东京都涩谷区神宫前 / 港区南青山 / 港区北青山

🚉 地下铁千代田线、副都心线“表参道”车站下车

沿着表参道的马路往西（明治神宫方向）步行



从“明治神宫前”站乘坐地下铁副都心线直通东急线的电车，在“自由之丘”（Jiyugaoka）站下车



乘坐东急东横线开往涩谷方向的“各停”电车（慢车）在“代官山”（Daikanyama）站下车



13:30

“非主流”时尚的基地——原宿

时尚界大名鼎鼎的原宿，早在上世纪 70 年代起就已经成了时髦而富裕的年轻人聚集的地方。大量以原宿为背景的时尚杂志摄影更是推波助澜。在这块和表参道相连为一体的地方，既有面朝大街的大牌名店，也有聚集在“竹下通”这样的巷子里的新潮小铺。在原宿，满街的时尚潮人也是一道不可错过的风景。



东京都涩谷区神宫前



JR 山手线“原宿”站，地下铁千代田线、副都心线“明治神宫前”车站下车



14:30

甜品的天堂——自由之丘

目黑区的自由之丘很少出现东京的主要旅游路线中，但它也是人们最向往居住的地方之一，同时也是在年轻人中非常有人气的时尚街区。这里最大的特点就是遍布各处的甜品店、蛋糕店，对女生来说实在是吸引力十足。



东京都目黑区



东急电铁东横线、东急电铁大井町线“自由之丘”车站下车

推荐店铺：

モンサンクレール（Mont St. Clair）

Mont St. Clair 是一家主营巧克力和各式蛋糕甜点的名店。它几乎是同类店铺的典型——店主去法国学习，然后回到自己在东京居住过的地方开店。店名是他在法国追求梦想的地方的名字。这样的成功事例有很多，而在自由之丘，你很容易就能找到这样的地方。



东京都目黑区自由之丘 2-22-4



11:00~19:00，每周三休息



人均 500~1000 日元



东急东横线、大井町线“自由之丘”车站步行 10 分钟



www.ms-clair.co.jp

スイーツフォレスト（Sweets Forest）

自由只求 Sweets Forest 是一个集中了多家类型不同的甜品店的商业街设施，在这里，请一定克服选择恐惧症——其实选哪一家都不会后悔。



东京都目黑区緑が丘 2-25-7 1-3 楼



10:00~20:00



各店不同



东急东横线、大井町线“自由之丘”车站南出口步行 5 分钟



www.sweets-forest.com



15:45

型男街——代官山

代官山与嘈杂的涩谷相邻，确实一个非常优雅安静的地方。这里是 2000 年以后才开发起来的较新的时尚街区，各种小资情调的咖啡厅、餐厅散布在这个高级住宅区域里。另一方面，代官山也不知从何时起成了帅哥型男出没的地方的代名词。



东京都涩谷去代官山町

东急电铁东横线“代官山”站下车，或从涩谷站乘坐“八公巴士”可以到达



从代官山附近往西步行



从中目黑车站乘坐地下铁日比谷线，在“六本木”(Roppongi) 车站下车，从 1 号、2 号出口相同方向的六本木 Hills 直通出口出站



移步六本木新城 West Walk 5 楼



沿六本木新城前的大路“六本木通”步行



16:15

书、电影、文艺、咖啡和时尚的新诠释——茑屋书店代官山 T-Site

开遍日本全国的连锁书店茑屋 (Tsutaya) 在代官山的分店 "T-Site" “一改平时的“平民风格”，成了格调简约而奢华的环境至上的文化中心。无论是书店部分还是号称“没有找不到的电影”的碟片区，都值得好好驻足看一看。当然，更多的人喜欢在 1 楼书店捧一本书然后这里的星巴克来一杯咖啡，或者和朋友聊天。无论你怎么利用这里的空间，只要你骨子里还有一丝文艺，来这里就对了。

📍 东京都渋谷区猿楽町 17-5

🕒 7:00~ 次日 2:00

🚶 东急电铁“代官山”站步行 5 分钟

17:00

樱花之河沿岸的小资情调街区——中目黑

从代官山往西走，会下一个大坡，然后就会来到一条河边上。这条河便是春天欣赏樱花的最有名的目黑川 (Meguro-kawa River)。小河两边有很多各种口味的餐厅和时尚小店——中目黑也是一个很受欢迎的逛街好去处。

📍 东京都港区六本木 6-10-11

🚶 地下铁日比谷线、东急电铁“中目黑”车站下车

17:45

21 世纪东京最耀眼的新开发项目——六本木 Hills

六本木 Hills (也译作六本木新城) 是东京最有名的建筑 project 之一，可以说没有它，六本木的再开发事业就算不上成功。这座由大型主楼和高级公寓以及周边地下设施组成的综合建筑群可以说是年轻人成为富豪的梦想象征。设施内自然少不了各种品牌名店和东京最高层次的餐馆。

📍 东京都港区六本木 6-10-11

🚶 地下铁日比谷线、都营地下铁大江户线“六本木”车站

18:30

“洋气”十足而又经济实惠的六本木新城内餐厅——Rigoletto Bar & Grill

六本木新城内的美食其实并不都是那种贵的离谱的地方。这家汇集西班牙料理、意大利料理甚至美式汉堡以及酒吧等多重元素的店有着相当不错的装修和氛围，乍一看就是一个纯粹的高级餐厅，但实际上这个吸引很多外国人用餐的潮店的价位非常好让人接受。

📍 东京都港区六本木 6-10-11

🕒 周一至周六 11:00~ 次日 5:00，周日 11:00~23:00

💰 晚餐人均 4000~5000 日元

20:00

六本木之夜

给六本木两个关键字，一个可能是“高级的地方”，第二个就是“夜店”了。这个日本小资青年和外国人最喜欢去的地方是日本最有名的夜店集中区域，想要在亚洲最大的城市 High 一整晚？可能只有六本木能满足这个需求了。和其他任何城市一样，泡夜店请务必注意最基本的人身财产安全。

📍 东京都港区六本木



▼
*Best
Itineraries*
城市达人
线路推荐

东京是一个文化艺术元素盛行的地方，博物馆美术馆林立，古老庭院众多，非常值得体验。

文艺青年胜地巡礼

东京是世界上文化艺术元素最集中的地方，众多类型的博物馆和无数大大小小的美术馆，或堂堂正正矗立在公园里，又或者隐藏在某座普通写字楼的最高层。东京还有很多精美的古老日本庭园，展现着优秀的人工之美。

——去哪儿网聪明旅行家 谢牧阳

Day1 > 东京庭院美术馆 - 六本木 - 国立新美术馆 - 三得利美术馆

>
乘坐 JR 山手线或东急目黑线、地下铁南北线、都营地下铁三田线到达“目黑”（Meguro）站

步行前往即可



09:00

广受好评的三明治和咖啡——Itoya

位于目黑站西侧的老咖啡馆 Itoya（イトウヤ）每天都向当地人提供着最简单常见的早餐——三明治、蛋糕和咖啡。然而这家其貌不扬的店硬是靠这几样普通的东西就能博得大众的好评，价格也并不便宜，可见其水平一斑。

📍 东京都目黑区下目黑 1-2-22

¥ 人均 800 日元左右

🚶 各线“目黑”站下车步行 3 分钟



10:00

东京庭园美术馆（目黑）

东京庭园美术馆开设在日本皇室朝香宫亲王与 1933 年所建的西式官邸中。朝香宫



从庭园美术馆出门后向东沿路行至地下铁“白金台”车站，乘坐南北线到“麻布十番”（Azabu-juban）站下车，从7号出口出站后延马路往西北步行10分钟后过马路到达六本木新城（Roppongi Hills）



移步至六本木新城 West Walk 4 楼

从六本木新城出来延西北朝向的大马路步行，沿人行道到达桥下后走一段隧道之后，目的地在右边。步行大约需要10分钟



邸曾一度被用作日本接待外宾的场所，直到30年前才改成美术馆向公众开放。来客在欣赏美术馆中的展览的同时，还可以一览与当年的装潢几乎没有任何变化的这座前官邸。

如果走到庭园北边，还可以参观另一座私人美术馆——“松冈美术馆”（東京都港区白金台5-12-6）。

📍 東京都港区白金台 5 - 21 - 9

¥ 10:00~18:00，每月第二、第四个星期三休馆

¥ 庭院门票 100 日元

🚶 JR 山手线“目黒”站正面出口步行7分钟，地下铁南北线“白金台”站1号出口步行6分钟

🌐 www.teien-art-museum.ne.jp/exhibition/schedule.html，美术馆内各临时展览及门票信息均可查询

11:20

六本木艺术三角之一——六本木新城森美术馆

六本木新城除了担当年轻人追求时尚高端的梦想之地，同时也有着一定的学术和艺术机能。其“艺术”的部分便是位于53楼的“森美术馆（Roppongi Hills Mori Art Museum）”了。

这个美术馆与接下来的另外两个美术馆被合称为“六本木艺术三角”。在美术馆欣赏完展览之后，还可以去邻接的“东京 CityView”展望台远眺、休息一下自己疲劳的眼睛。楼下的毛利庭园也是一座别致的日式庭园。

📍 東京都港区六本木 6-10-11 53 层

¥ 根据展览不同而有价格差异

🚶 都营地下铁大江户线、地下铁日比谷线“六本木”车站直通

🌐 www.mori.art.museum/cn/exhibition/index.html（中文），可查询各展览及门票信息

13:30

轻快的法式午餐——Brasserie Cafe Huit

位于六本木 Hills West Walk 4 楼的这家咖啡厅式的法国餐厅在中午提供价格合理而十分美味的午餐。主菜可以从肉、鱼和两种 Pasta 中选择，另外每种选择都会配上沙拉、汤点以及面包或米饭。即是这样，平均价格也不超过1500日元。

📍 東京都港区六本木 6-10-11

¥ 午餐：11:00~15:00 下午茶：15:00~18:00 晚餐：18:00~22:45

午餐人均1000~1500日元，晚餐人均3000~10000日元

🚶 都营地下铁大江户线、地下铁日比谷线“六本木”车站直通

15:00

日本室内面积最大的美术馆——国立新美术馆

位于六本木地区的国立新美术馆（The National Art Center, Tokyo）建成于2007年，是目前全国室内面积最大的美术馆。除了各式各样的定期展和临时展，设计了多数博物馆和美术馆的黑川纪章的美术馆建筑本身也很值得细细欣赏。

📍 東京都港区六本木 7-22-2

🕒 10:00-18:00

🚶 地下铁千代田线“乃木坂”站直通；地下铁日比谷线、都营地下铁大江户线“六本木”站步行10分钟

🌐 www.nact.jp/category02.html，各展览及门票信息均可查询

从国立新美术馆靠近东边的门出来（不要走地铁站那个出口），延东北朝向的路一直走到头即是。步行大约需要 5 分钟

移步 Tokyo MidTown 地下一层



晚上可以选择住在 midtown 楼上的酒店。

如果您前夜住在六本木周边，可以直接从六本木地铁站乘坐都营地下铁大江户线至“清澄白河”站下车；如果您住在其他地区，请设法乘车到“清澄白河”车站，大江户线和半藏门线可以到达。到站后从 A3 出口出门后沿马路湘南，在第二个红绿灯处左拐，然后行至第一个红绿灯处右拐沿马路西侧往南 50 米



地下铁半藏门线、都营地下铁“清澄白河”站 A3 出口步行 2 分



17:00

都市中的起居室——三得利美术馆

位于六本木地区另一个新的综合建筑项目中的“三得利美术馆”（Suntory Art Museum）从 1961 年建馆以来几经搬迁，终于在近年安定在了东京最高楼“MidTown”的脚下。这座由隈研吾设计的美术馆以“都市中的起居室”为中心思想，致力于成为一个通过艺术与都市人群亲和交流，散播生活感的空间。

📍 东京都港区赤坂 9-7-4

🕒 10:00~18:00

🚶 都营地下铁大江户线“六本木”站 8 号出口直通；地下铁日比谷线“六本木”站地下通道直通；地下铁千代田线“乃木坂”站 3 号出口步行 3 分

🌐 www.suntory.co.jp/sma/exhibit/2015_3/index.html，各展览及门票信息可登录查询

18:10

经典的日式定食——“铃波”

定食（Teishoku）就是日语的“套餐”的意思。好的“定食屋”能在这种简单的主次搭配中将日式料理的精髓都做出来——这使得好的定食便宜而不廉价。铃波（Suzunami）的招牌定食以鱼料理为主，第一口就能让人感动得几乎流泪。

📍 东京都港区赤坂 9-7-3 B1

🕒 周一至周五 11:00~15:00、16:30~20:30；周六日和日本法定假日 11:00~20:30

💰 人均 1000~2000 日元

🚶 都营地下铁大江户线、地下铁日比谷线“六本木”站“Tokyo MidTown”出口；地下铁千代田线“乃木坂”站步行 5 分

Day2 > 清澄庭园 - 现代美术馆 - 上野公园 - 六义园 - 东京巨蛋

08:00

咖啡里的“苹果”——蓝瓶咖啡清澄店（Blue Bottle Coffee）

蓝瓶咖啡是起源于美国的一家新兴咖啡连锁店。这家店的理念就是“不与世俗同流合污”，似乎很看不惯星巴克。既然敢作为咖啡界的苹果揭竿而起，咖啡的口味自然是既独特又美味。日本蓝屏咖啡在美国之外的第一个海外根据地，今年 2 月一开张就引来了蜂拥而至的追随者。而把一号店选在清澄地区，按照官方的说法是“这里的街道和环境创业时蓝瓶咖啡所在地很像。”

📍 东京都江东区平野 1-4-8

🕒 8:00~19:00

💰 1000 日元以下

🚶 清澄白河地铁站步行 8 分钟

09:00

清澄庭园（Kyosumi-teien Garden）

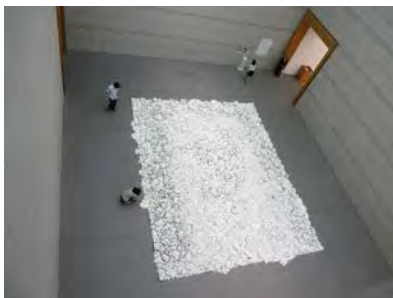
清澄庭园是“林泉式庭园”的典型之一。这种形式的庭院由泉水、假山、枯山水三种元素巧妙搭配设计而成。清澄庭园是东京市区东部不可多得的绿洲。

📍 东京都江东区 2 丁目

🕒 9:00~16:40

💰 150 日元

从清澄庭院往东步行约 10 分钟



回到“清澄白河”站，乘坐都营地下铁大江户线，到“上野御徒町”（Ueno-Okachimachi）站下车



穿过山手线的铁路桥往北



10:00

现代前沿艺术的追求——东京现代美术馆

这家执着于现代美术、从外观到内部都非常摩登的东京现代美术馆收藏了 4800 多件藏品（Museum of Contemporary Art Tokyo），涵盖时尚、建筑、雕刻、画作等多元作品，另有 10000 多部与美术相关的藏书。于对现代艺术有兴趣的人来说，这里的每一个临时展都非常有吸引力。

📍 东京都江东区三好 4-1-1

🕒 10:00~18:00，周一休馆交通：地下铁半藏门线、都营地下铁“清澄白河”站步行 10 分

🌐 www.mot-art-museum.jp/museuminfo，可登陆查询各展览的期间和票价



11:30

品尝亚洲各国小吃——アメヤ横丁 (Ameya-yokocho)

沿着铁路线连接上野和御徒町两个车站のアメヤ横丁又简称为“Ameyoko”，这个名字来源于站后这条街变成美军变卖东西之地的历史。后来，Ameyoko 逐渐变成了日本人自己的批发市场，而在上世纪 90 年代开始，则涌入了中国和东南亚等亚洲各地的商贩。如今，这里可以品尝到亚洲各国的小吃、买到各国的食材和特产，各种语言的叫卖声此起彼伏，游客也摩肩接踵，只有街道的名字还和当年保持一样。

📍 东京都台东区上野 6 丁目及附近

💰 人均 500~1500

🚶 JR、地铁各线“上野”车站往南；JR 御徒町、地铁“上野御徒町”站往北



12:30

上野公园和博物馆群

上野公园于一般游客也是一个值得看的地方，尤其是樱花季时，这里可以目睹日本当地人赏花的热闹场景。从アメ横过来，依次经过的是不忍池、五条天神社和上野东照宫；而公园的东侧和北侧则分布着包括东京都立美术馆、东京国立博物馆、国立西洋美术馆、自然与科学博物馆等一系列重量级的博物馆美术馆设施。如果需要一一参观，则需要画上一整天时间。

📍 东京都台东区上野公园

🕒 9:30~17:00

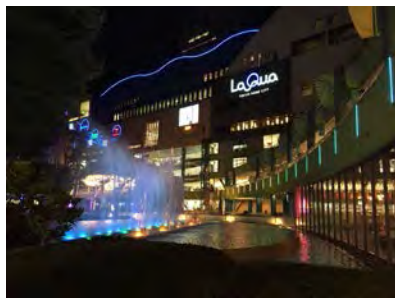
💰 免费

从“上野”站乘坐 JR 山手线驹込下车



并推荐春秋季节拜访，有夜樱及夜枫开放

步行前往即可



就在后乐园东面



就在东京巨蛋领地内东部



15:30

六义园

江户时代大名庭园代表作——六义园，以日本和歌“六体”为庭园设计概念，将当时平坦的武藏野一角掘池、筑山，历经七年才完成这“回游式筑山泉池庭园”，并取中国汉代《诗经》中诗之六义命名之。蝉鸣、乌鸦声，古桥、泉池旁与花卉，四季皆具风情的六义园，像是都会里的世外桃源，尤其是早春粉樱、晚春杜鹃，及秋枫正红时都是热门季节，特别是这里还有东京极少数的夜樱及夜枫开放，精心的打灯方式，让庭园散发出不同于白天的迷人气息。

📍 文京区本驹込 6-16-3

🕒 9:00~17:00；12/29~1/1 休园

💰 大人 ¥300；65 岁以上 ¥150（小学生以下及都内在学中学生免费）

🚶 JR 驹込站步行 7 分钟

🌐 teien.tokyo-park.or.jp/contents/index031.html

16:30

17 世纪的古庭园——小石川后乐园

建于宽永年间的小石川后乐园是一座“回游式筑山泉水庭园”。有意思的是，这座庭园里的景致大多以中国的名胜命名，可见当时强大的中国对日本文化的影响。

📍 东京都文京区后乐一丁目

🕒 9:00~17:00

💰 300 日元

🚶 地下铁丸之内线、南北线“后乐园”站下车步行 8 分

17:30

东京的圆形地标——东京巨蛋

东京巨蛋是日本最扬名世界的体育场馆，然而它与其他国家往往以奥运田径场馆为标志所不同，是一座棒球场。这个能容纳 45000 人的巨型场馆也是各类音乐会和演唱会所青睐的举办场所。在白色的东京巨蛋前留影就如同去北京鸟巢前留影一样有意义。

📍 东京都文京区后乐 1-3-63

🚶 JR 中央线、都营地下铁三田线“水道桥”站、地下铁南北线、丸之内线“后乐园”站下车

18:00

品尝鲜美“茶泡饭”（お茶漬け）——こめらく

与东京巨蛋连接的综合商业设施“Tokyo Dome City”里的美食街有很丰富的晚餐选择。其中一家名为 Komeraku（こめらく）的店是专门做茶泡饭（也就是汤泡饭）的，这样的专门店并不多见。高级健康的玄米搭配各类可选择的肉类和海鲜，营养又美味。

📍 东京都文京区後楽 1-3-61

🕒 10:00~22:00

💰 人均 1000~2000 日元

🚶 同东京巨蛋

UNI
QLO

免税畅购优衣库 乐享十一东瀛游！

海外游客乐享免税优惠，日本所有店铺实施中。



ULTRA
LIGHT
DOWN

渐寒的秋冬，随心尽享轻羽绒带来的惬意温暖。