

# Seu guia do Japão



Japão.  
Descobertas  
sem fim.



# Bem-vindo ao

# JAPÃO

Abra um mapa-múndi e olhe para a extensa região Ásia/Pacífico. Você descobrirá o arquipélago japonês, com extensão de norte a sul ao longo da borda oriental do continente da Ásia. O Japão tem atraído um número incontável de aventureiros desde Marco Polo, que apresentou pela primeira vez o país ao mundo no século XIII como "Zipangu - Terra do Ouro". Embora o Japão atual não seja a terra do ouro, o "Neo Zipangu" possui atrações impressionantes e cativantes como: grande variedade cultural, coloridos e inspiradores atrativos naturais belamente entrelaçados por quatro distintas estações do ano, sem mencionar a calorosa hospitalidade de seu povo. Como tal, o Japão está vigorosamente ganhando popularidade como um destino turístico de fácil acesso a partir de qualquer parte do mundo. Um destino que qualquer turista pode desfrutar com um orçamento moderado e com uma sensação de segurança total.

É o lugar onde o passado abraça o futuro. É onde ambos se misturam. O Japão tem uma longa história em absorver culturas avançadas do continente asiático desde os tempos antigos até a Idade Média. Mais tarde, a partir da segunda metade do século XIX, começou a assimilar elementos da civilização ocidental. Seletivamente assimilando essas muitas influências culturais, o país foi adicionando com sucesso novas dimensões e profundidade à sua cultura nativa. Esta harmonia maravilhosa entre o refinamento das coisas e conceitos "orientais", combinados com a tecnologia de ponta e o estilo de vida frequentemente urbano ultramoderno que você encontra no Japão atual, é verdadeiramente a prova de uma história longa e eloquente.

Bonito, relaxante, nostálgico, profundo, elegante, desejável, emocionante, substancial, histórico, cultural. Basta escolher! Japão, Japão, Japão! O que você gostaria de encontrar? Com uma hospitalidade genuína e carinhosa, o Japão espera por você. Sim! Bem-vindo ao nosso Japão!



## ● Conteúdo

Encantos sedutores do Japão	2
Explorando o Japão	10
Tóquio e arredores	10
Quioto e Nara	12
Chubu	14
Kansai	16
Mar Interior / Shikoku	17
Chugoku	18
Tohoku	19
Kyushu / Okinawa	20
Hokkaido	22
Dicas econômicas para viajantes	23
Festivais e eventos das Quatro Estações	24
Entretenimento	28
Transporte	34
Roteiros para viagens de trem	36
Acomodações	38
Gastronomia	40
Serviços para visitantes	41
Informações básicas para viagens ao Japão	42
Mapa do Japão	45



### Fotos da capa:

Monte Fuji e Floração de Cerejeiras, Shojin-Ryori (©Associação de Turismo de Haguro), Senkaku-wan (©Associação de Turismo de Sado), Takiji Noh (©Associação de Turismo de Sado), Jardim Japonês no Parque Showa Kinen (©Yasufumi Nishi)

A essência da cultura japonesa...

# Santuários, Templos, Jardins



## - Templo Kinkakuji:

"... Como um sacerdote budista do interior, meu pai, bastante pobre em vocabulário, costumava me dizer que nada neste mundo é tão belo como o Kinkakuji ..." (um trecho de " O Templo do Pavilhão Dourado " do renomado autor Yukio Mishima)



## - Grande Buda de Kamakura:

Este Grande Buda é mundialmente famoso como o símbolo da antiga capital Kamakura.



## - Jardim Oriental:

Este genuíno jardim formal japonês dentro do Palácio Imperial é aberto ao público. A entrada é gratuita.

Templos dourados, templos com simplicidade, santuários tranquilos e jardins refinados.... Qual é o seu favorito?

Templos budistas magníficos e templos que incorporam a essência da elegância arquitetônica através da eliminação de quase todos os elementos decorativos. Silenciosos e imponentes santuários xintoístas que descansam em meio às matas verdes.... O Japão os tem. Em toda parte (mesmo aninhado em grandes centros populosos, como Tóquio e Osaka!). Muitos datam de mais de mil anos atrás. O Xintoísmo, uma antiga religião nativa exclusiva do Japão, enfatiza o culto aos antepassados e a harmonia com o mundo natural. O Budismo, trazido da Ásia Continental no século VI, ensina a iluminação espiritual e a salvação. Ambos continuam a ser as fontes principais de inspiração cultural e estética dos japoneses de hoje.

Deixando as estruturas dos templos de lado, as imagens budistas consagradas nos templos e seus jardins são esplêndidas peças de arte. Os jardins japoneses são reconhecidos mundialmente como reproduções refinadas de toda a beleza da natureza confinada dentro de um espaço limitado. Sente-se numa varanda de templo e deixe o tempo fluir enquanto visualiza o jardim. É a maneira perfeita de se afastar de tudo. É bom quando o tempo passa tão devagar. Desde os tempos antigos, peregrinações a santuários e templos têm sido uma grande fonte de lazer e precursoras do turismo para os japoneses. Experimente você mesmo.

(Mais informações sobre jardins na página 29.)

## - Templo Ryoanji:

Ryoanji é famoso pela sua "paisagem seca de jardim" melhor conhecida como "jardim de pedra", uma reprodução simbólica do mundo da natureza usando apenas pedras e areia branca.



# Natureza, Paisagem Rural

Uma imagem quase protótipo do verdadeiro cenário japonês pode ser encontrada na zona rural.

Desfrute de uma viagem de lazer pela zona rural e experimente a fabulosa hospitalidade japonesa.

#### - Matsushima:

Uma das três paisagens mais famosas do Japão, este local pitoresco é pontilhado com mais de 260 ilhotas que praticamente parecem flutuar na baía.



#### - Shirakawa-go:

Esta aldeia, situada nas montanhas, é conhecida pelo estilo único de moradia rural "gassho-zukuri".

Apenas a poucas horas de carro ou de trem a partir dos grandes centros urbanos como Tóquio, você estará em um mundo totalmente diferente - imagine-se numa área tranquila do campo com montanhas verdejantes e picos ao fundo. Que tal uma pequena comunidade nas montanhas remotas ou uma aldeia de pescadores? Uma viagem ao campo pode ser a chave para sua satisfação, especialmente se viajar significa ficar longe de tudo e explorar um mundo ainda desconhecido para conhecer as pessoas locais.

O cultivo de arroz começou no Japão há mais de 2 mil anos. Desde então, naturalmente, a sociedade japonesa e a indústria evoluíram tremendamente, mas o cultivo do arroz sempre foi o núcleo de tudo. No início do verão, os arrozais brilham com o verde frescor das jovens mudas ordenadamente plantadas em campos cheios de água. No outono, os campos são drenados e se transformam em tapetes dourados, pois o arroz amadurece. Essas cenas evocam imagens nostálgicas do Japão e podem ser vistas em toda parte do país.

O Japão é abundante em arroz e em outros cultivos e, adicionalmente, é abençoado com presentes das montanhas e do mar. Festivais locais de artes cênicas e artesanato, além da culinária cheia de sabores locais, são direcionados a oferecer uma "verdadeiramente impressionante" experiência - aquela que garantirá uma lembrança para toda a vida. Mas, o que realmente tocará o seu coração, acima de tudo, será a sincera hospitalidade que você encontrará.

#### - ū gokudani Onsen:

Macacos gostam de banhar-se ao ar livre nestas águas termais diferenciadas.



#### - Arrozais em terraços T anada:"

Estas plantações de arroz foram criadas para aproveitar o máximo dos pequenos pedaços de terra em áreas montanhosas. Elas criam um cenário nostálgico do Japão antigo.



#### - Monte Fuji:

Sem dúvida, este elegante pico é provavelmente a mais cobiçada atração do Japão, e por isto, obrigatório para qualquer visitante.



#### - Mercado Tsukiji ōgai:

Este mercado, dedicado à culinária, estende-se em torno da entrada do Mercado Atacadista Central de Tóquio no bairro de Tsukiji.



#### - Kaiseki-ryori:

Originalmente era uma refeição ligeira servida antes de uma cerimônia do chá e foi modificada para um refinado jantar japonês completo.



#### - Mercado Nishiki:

Mais conhecido como a cozinha da antiga capital de Quioto, este mercado é composto por cerca de 126 lojas dispostas, lado a lado e em ambos os lados, ao longo de uma extensão de 390 m.

## Mercados ao ar livre, Prazeres gourmet

● Os mais frescos e melhores ingredientes do mar e da montanha. Delicie-se com a autêntica culinária japonesa em seu local de origem, isto é, no Japão!

Como visitante em uma terra estrangeira, naturalmente você deseja desfrutar da comida genuinamente local para satisfazer o seu coração. O segredo para encontrar a "comida autêntica" pode ser descoberto nos mercados de alimentos locais. Um movimentado mercado é um local perfeito para descobrir a grande variedade de comidas exóticas e ingredientes que estão à venda. Somente olhar já é divertido. Comprar é ainda mais divertido (e barato também!). Comer, no mercado, é o melhor do prazer gastronômico. Visitar um mercado é um entretenimento verdadeiramente emocionante!

No Japão (principalmente nas grandes cidades), as cozinhas de todo o mundo podem ser apreciadas. Basta escolher, pois estarão disponíveis desde a italiana e a francesa até o hambúrguer americano, incluindo a asiática, comidas da América Latina e muito mais. Mas, como um visitante que vem ao Japão, experimente a "comida autêntica". A cozinha japonesa é um mundo de diversidade - da "kaiseki-ryori" (jantares completos nos restaurantes mais refinados) aos bem conhecidos "sushi",



#### - Sushi:

Peixe fatiado fino, mariscos ou vários outros ingredientes do mar são colocados sobre um bolinho de arroz com leve toque de vinagre.

"sashimi", "tempura" e "sukiyaki", além dos populares macarrões "soba" e "ramen". O que todos eles têm em comum? Eles são saudáveis e feitos com os ingredientes mais frescos possíveis. Sabor? Não poderia ser melhor. Higienização? A melhor! Isto é Japão.

(Mais informações na página 40.)

Sinta a surpreendente  
emoção de um "matsuri"  
ou festival japonês! Você estará  
envolvido antes que perceba!

# Festivais, Eventos

Comovente, elegante, lindo ... cada canto no Japão celebra os seus próprios festivais e eventos em resposta à transição das quatro estações. São os "matsuri", festivais que podem ser encontrados quase todos os dias em algum lugar no Japão. Muitos festivais têm sua origem no Xintoísmo e Budismo, enquanto outros eventos, tais como festivais de neve e show de fogos de artifício, são magnificamente realizados para a população local e visitantes.

Desde os tempos antigos, os japoneses descobriram os poderes sagrados e espirituais centrados nos muitos aspectos da natureza e os adoravam como divindades, "kami". Acredita-se que esta é a origem do Xintoísmo. Um "matsuri" xintoísta é celebrado para adoração e comunicação com as divindades, com orações por uma colheita abundante, para a prosperidade nos negócios, assim como para a felicidade e prosperidade dos habitantes de uma comunidade.

#### - Nebuta Matsuri:

Neste festival, muitas lanternas gigantes, maravilhosamente pintadas retratando guerreiros antigos desfilam pelas ruas em carros alegóricos.



Cada uma das quatro estações do ano do Japão tem seus próprios coloridos festivais ou "matsuri" e eventos. Você não pode falar sobre o verdadeiro Japão sem vivenciar um festival.

#### - Dança Awa:

Este famoso festival de dança folclórica ocorre em Tokushima, na ilha de Shikoku.



Só quem já participou de um festival japonês pode imaginar essa emoção deslumbrante. Verifique já o seu calendário! Entre nessa!

(Para mais informações, consulte as páginas 24 -27.)



#### - Gion Matsuri:

Este festival sinaliza a chegada do verão, em Quioto. Seu destaque é uma procissão de carros alegóricos com enormes rodas.

#### - Sanja Matsuri:

Representando os festivais de Tóquio, o Sanja Matsuri apresenta um desfile de santuários transportáveis "mikoshi".



# Museus, Galerias de Arte...

Onde você poderá ter inspirações totalmente surpreendentes, como jamais você poderia imaginar

Japão é um paraíso para os amantes da arte! Venha e compartilhe esta experiência!



## - Museu Nacional de Tóquio:

O maior museu do Japão apresenta uma coleção de mais de 80 mil itens.

Esplendores da natureza brilham com uma beleza distinta a cada estação do ano, promovendo assim um senso estético peculiar aos japoneses ao longo de sua história. Obras de arte e artesanato japoneses são caracterizados pela delicadeza, detalhes e pela beleza refinada. Remontam a mais de mil anos, variando amplamente em gênero, da pintura japonesa, incluindo a xilogravura "ukiyo-e" que influenciou profundamente os impressionistas franceses, às serenas imagens budistas com os rostos misericordiosos; das artes tradicionais, como objetos de laca, cerâmica e têxteis, às exclusivas armaduras e espadas dos guerreiros antigos, chegando à mais moderna arte.

Como tal, não é de se admirar que haja no Japão uma grande variedade de museus. Não importa para qual parte do país você viaje, encontrará museus de arte e galerias que apresentam um distinto toque local. Nos museus, você pode facilmente encontrar imagens budistas classificadas como tesouro nacional que geralmente são encontradas em templos. O Japão pode abrir os seus olhos para um mundo estético desconhecido até agora. Por que não levar para casa algumas impressões duradouras desta estética como o seu próprio souvenir do Japão?

(Uma lista de museus está disponível na página 28.)



## - Museu de Artes Folclóricas do Japão:

Este museu, situado em uma casa tradicional, exhibe o antigo artesanato popular.



## - Museu de Arte Tokaido Hiroshige:

Esta coleção gira em torno das obras de Hiroshige Utagawa, o principal pintor de xilogravuras do Japão.

## - Museu MIHO:

Este museu apresenta obras-primas da arte japonesa em exposição juntamente com antigas obras de arte de todo o mundo.



**- Kabuki:**

Com uma história que remonta a quatro séculos, o Kabuki é uma forma de teatro que integra drama, dança e música.



**- Ikebana:**

Seu princípio básico é criar um mundo de harmonia entre três fatores - céu, terra e humanidade - utilizando flores.



**- Sumô:**

Esta arte marcial nativa iniciou-se em tempos antigos como um ritual xintoísta. Por isso, ainda mantém muito do seu ritual único.

# Espetáculos Artísticos Tradicionais, Atividades culturais

De pais para filhos e netos ... Espetáculos artísticos tradicionais e atividades culturais japoneses são transmitidos através de gerações.

O Japão é um tesouro de espetáculos artísticos tradicionais do qual pode se orgulhar, sem modéstia, para o resto do mundo. O Kabuki, por exemplo. Realizado em um palco magnificamente colorido, proporciona um drama que toca o coração dos japoneses e de todos que o veem. O altamente estilizado teatro Noh irradia o mundo de "yugen", um valor estético baseado em uma beleza profunda e refinada que vai além das palavras e formas concretas. As peças teatrais de marionetes Bunraku são uma descrição maravilhosa e sincera dos conflitos entre as idéias éticas estabelecidas e a realidade do amor, vida e turbulência das emoções das pessoas comuns. Estas peças são narrativas cantadas "joruri" acompanhadas do "shamisen", instrumento musical de três cordas.

Atividades culturais tradicionais como a cerimônia do chá e arranjo de flores "ikebana" são muito mais do que simples demonstrações de habilidades manuais. Elas incorporam caminhos espirituais que buscam os valores tradicionais de "wabi", quietude elegante, e "sabi", antiga elegância com calma. Não faltam instalações que oferecem a você a experiência da cerimônia de chá, ikebana e outras atividades culturais. Existem ainda possibilidades para você aprender a se vestir de quimono sozinho. Faça uma tentativa. A própria experiência pode conduzi-lo à descoberta de um "outro aspecto de si mesmo".

(Mais informações na página 29.)

Sinta o "espírito" dos japoneses.



**- Noh:**

O mais antigo teatro musical do Japão remonta ao século XIV.

# Arquitetura

● Esta é uma estrutura de madeira construída aproximadamente 1,4 mil anos atrás. E a outra é uma estrutura de concreto armado construída apenas um ano atrás. Ambas são grandes obras arquitetônicas que incorporam o orgulho do Japão.

Onde está a mais antiga estrutura de madeira do mundo e onde está a maior delas? Ambas estão no Japão. A primeira é o Templo Horyuji (construído em 607) e a última é o Templo Todaiji (o existente, reconstruído em 1709, tem 57 metros de altura). Estruturas budistas no Japão desenvolveram e mantiveram características arquitetônicas puramente japonesas, apesar de terem sido por muito tempo influenciadas pela China. Você vai encontrar uma série de majestosas estruturas tradicionais ao redor do Japão, incluindo as existentes nas antigas capitais de Nara, Quioto e Kamakura.

A partir da segunda metade do século XVI até o século XVII, senhores feudais no Japão competiam entre si para construir seus magníficos castelos como uma demonstração de poder. O mais famoso deles é o gracioso Castelo de Himeji. No entanto, as estruturas tradicionais não são as únicas edificações que representam a mestria da arquitetura japonesa. A arquitetura moderna ocidental teve grande influência sobre o Japão desde a segunda metade do século XIX. Deve-se notar que, desde tempos antigos, os japoneses consideram as estruturas bonitas apenas quando elas se harmonizam com os ambientes naturais circundantes.

Os projetos de maior destaque de atualidade e os materiais podem diferir dos utilizados no passado, mas a tradição salientando harmonia com a natureza continua e está incorporada em muitas obras-primas de arquitetos japoneses contemporâneos. A arquitetura contemporânea japonesa é cheia de originalidade e pode causar grande comoção e por isto, você pode considerá-la como um "produto experimental em curso." Compare o velho e o novo na arquitetura japonesa. Você se surpreenderá e terá ótimas lembranças.



## - Awaji Yumebutai:

Sob o tema "Criação da floresta perdida da nossa casa", Awaji Yumebutai foi projetado por Tadao Ando, um famoso arquiteto contemporâneo japonês.

## - Museu de Arte Contemporânea Naoshima:

Este museu de arte moderna fica em uma colina na ilha de Naoshima. Também projetado por Tadao Ando.



## - Governo Metropolitano de Tóquio:

Este edifício de torres gêmeas eleva-se no distrito Shinjuku de Tóquio. Projetado por Kenzo Tange.

## - Castelo de Himeji:

Apelidado de "Castelo da Garça Branca", foi designado como um dos Tesouros Nacionais e registrado como Patrimônio Cultural da Humanidade.



## - Templo Horyuji:

O mais antigo templo budista existente no Japão e a mais antiga estrutura de madeira do mundo. Registrado como Patrimônio Cultural da Humanidade.



### - Wakamaru:

O robô criado pela Mitsubishi Indústrias Pesadas Ltda.

O conceito deste robô é "Vivendo com a família". Ele pode realizar vários serviços e comunicar-se com as pessoas espontaneamente. Ele não está à venda, mas pode ser visto na praça M's, em Shinagawa.



# Alta Tecnologia

Apenas imagine o que evoluirá a partir da equação: alta tecnologia x cultura x arte. As expectativas são muito altas para o nascimento de algo emocionante.

Eletrônicos, TI, tecnologias ecoeficientes, biociência, etc. O novo século deverá ser aquele em que muitas tecnologias de ponta irão prosperar. O Japão lidera o mundo em vários dos principais campos da tecnologia com as conquistas bem-sucedidas de P&D. Exemplos recentes incluem minúsculos telefones celulares com funções de televisão e robôs humanóides, como os Wakamaru e ASIMO.

Enquanto isso, as empresas líderes em seus respectivos campos industriais operam showrooms e museus, nos quais apresentam os mais recentes avanços em tecnologia. Eles estão abertos ao público (muitos têm entrada livre), a fim de mostrar os últimos resultados de P&D para o consumidor em geral. Estas instalações são semelhantes às fantásticas instalações de entretenimento, porque suas atrações e exposições são engenhosamente concebidas para o visitante aprender sobre a mais avançada tecnologia de um modo fácil e agradável.

Além disso, muitas subculturas no Japão são ricas em vitalidade. Por exemplo, animação, história em quadrinhos "manga" e videogame já estão atraindo o interesse de inúmeros fãs em todo o mundo. Apesar de o Japão ser uma terra de grande patrimônio cultural e tradição, sua cultura contemporânea pode aguçá-lo o seu apetite, bem como satisfazer a sua curiosidade.



© TCVB

### - MEGA WEB:

"Veja, passeie e experimente o automóvel" ...O MEGA WEB da Toyota oferece um ambiente de divertimento fantástico composto por três pavilhões, com duas opções de passeio.



©Museu Ghibli

### Museu Ghibli, Mita:

Este museu foi projetado por Hayao Miyazaki, célebre diretor de animação do Japão, ganhador do Oscar por "A viagem de Chihiro". Reserve com antecedência seu bilhete com data marcada. Para informações sobre ingressos verifique o website oficial <http://www.ghibli-museum.jp/>

### - ASIMO:

Este robô humanóide incorpora a tecnologia mais recente. Ele trabalha como intérprete ao lado de funcionários humanos no Museu Nacional de Ciência Emergente e Inovação do Japão.



Demonstrando ASIMO



### - NTT Centro de Intercomunicação ou ICC:

Com "Comunicação" como tema, ICC dispõe de uma variedade de atrações estimulantes, incluindo uma exibição de arte de mídia baseada na mais avançada tecnologia eletrônica.

# Explorando o Japão

## Tóquio e arredores

Tóquio - a metrópole mais excitante da Ásia. É onde as tradições de séculos passados coexistem com as últimas novidades dos elementos em constante movimento em uma cultura urbana que irradia seu próprio calor e energia.

O **Palácio Imperial**, anteriormente castelo de Edo, ainda é rodeado por seu fosso interno original. Bonitos portões e antigas torres de guarda estão dispostos em torno da área. A entrada principal é próxima da elegante ponte Nijubashi, ou Ponte Dupla, e é aberta ao público somente em ocasiões especiais. O Jardim Oriental (Higashi Gyoen) é onde, originalmente, a torre principal ficava. O jardim, agraciado com flores e novas floradas a cada estação do ano, é um local ideal para relaxar e está aberto a todos.



Palácio Imperial

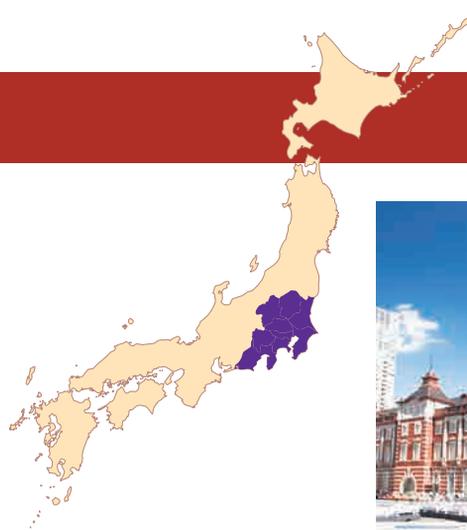
Ao lado oeste da estação de Tóquio fica **Marunouchi**, o maior distrito de negócios do Japão. Aqui os prédios antigos estão sendo substituídos por novos edifícios encantadores com escritórios, lojas e restaurantes que atraem muitos visitantes.

Uma caminhada de 10min leva você ao distrito de **Ginza**, famoso no mundo devido às elegantes lojas de grife e por suas brilhantes e multicoloridas luzes de neon.

Da agitação dos distritos de Ginza e Yurakucho, vá ao espaçoso distrito de **Ueno**, onde você encontrará o Parque Ueno, o maior da cidade. No início de abril, o parque se transforma em um paraíso da delicada floração rosa-clara das cerejeiras e atrai numerosos visitantes. O parque constitui um grande centro de arte e cultura, com seus inúmeros e variados museus.

**Akihabara**, o maior e mais famoso distrito de eletrônicos do mundo, recentemente recebeu o título de meca para os Otaku, fanáticos por anime, jogos de computador ou cosplay. Há muitas lojas relacionadas com anime onde você pode encontrar personagens de anime, fantasias e mangás.

Para uma visão do passado de Tóquio, o distrito de **Asakusa** é o lugar certo. As muitas ruas estreitas, com suas antigas edificações e lojas, vendem itens tradicionais, de quimono a pentes feitos a mão. O **Templo de Asakusa Kannon**, com seus caminhos coloridos de



Estação de Tóquio



Tokyo Skytree  
©Tokyo Skytree

compras, é um lugar maravilhoso para comprar souvenirs. A torre **Tokyo Skytree** é de fácil acesso a partir desta área.

**Shinjuku**, no moderno lado oeste da cidade, é o local de casas noturnas populares e vibrantes, lojas finas e sofisticadas, assim como o sereno **Jardim Nacional Shinjuku Gyoen**.

O distrito de Shibuya, perto do tranquilo **Santuário Meiji** e os modernos distritos de **Harajuku** e **Aoyama**, é um local popular para fazer compras e paraíso do entretenimento, especialmente para os jovens. Shibuya é o centro das novas tendências onde a cultura dos jovens é transmitida continuamente. É onde a vanguarda internacional de arte e moda fica em plena evidência. De um café na calçada, é envolvente e agradável observar as pessoas.

**Roppongi**, cheia de casas noturnas frequentadas por turistas internacionais está se desenvolvendo rapidamente como um centro artístico e cultural. Entre suas atrações estão o **Tokyo Midtown**, **The National Art Center, Tokyo** e **Roppongi Hills**.

**Odaiba**, construído em áreas aterradas no porto de Tóquio, apresenta um amplo shopping e o Oedo Onsen Monogatari, um emocionante parque temático de águas quentes.

## Passeios nas proximidades de Tóquio

**Tokyo Disney Resort**® é o parque temático mais popular do Japão e fica no distrito Maihama, a apenas 17min de trem da estação de Tóquio.

**Monte Takao** tem 599 m de altura e localiza-se a oeste de Tóquio. É rico em natureza e constitui um parque nacional. A cerca de uma hora do centro de Tóquio, é um local popular para caminhadas em montanha. Em novembro, as folhas coloridas de

outono e a floração das ameixeiras em fevereiro são particularmente bonitas, atraindo muitas pessoas para o local. Há também um famoso templo perto do pico.

**Yokohama**, a segunda maior cidade do Japão, a 30min de trem de Tóquio, é uma das primeiras cidades japonesas abertas aos residentes estrangeiros durante a Restauração Meiji (1868 -1911) e é uma cidade portuária movimentada com numerosos edifícios históricos e o amplo **Jardim Sankei-en**. O distrito "**Minato Mirai 21**" à beira-mar é muito popular entre os jovens, oferecendo uma área de compras agradável e uma fantástica experiência gastronômica. **Chinatown**, o bairro chinês de Yokohama, oferece inúmeros restaurantes excelentes.

**Kamakura**, a 1h de trem de Tóquio, é uma calma e pequena cidade costeira com templos tranquilos. Foi sede do governo feudal estabelecido em 1192 e a cidade mantém, ainda hoje, muito de seu antigo e histórico patrimônio. A atração mais famosa de Kamakura é o gigante **Grande Buda** de bronze. Este impressionante "Daibutsu" tem 11,4 m de altura, pesa 122 ton e fica ao ar livre.

Próximo à estação Kamakura está o **Santuário Tsurugaoka Hachimangu**. Inúmeros templos budistas, grandes e pequenos, também estão nesta área. Um passeio aqui remete-o de volta ao século XII, do período Kamakura. Seja qual for o templo que você visite, você será saudado por belas flores e florações da estação.



Chinatown



Ferrovia na montanha, Hakone

**Hakone**, a 1h30min de trem a partir da estação Shinjuku de Tóquio, é uma famosa área de estâncias de águas termais nas belas montanhas que compõem o Parque Nacional Fuji-Hakone-Izu. A grande atração aqui é o **Hakone Open-Air Museum**, com centenas de esculturas a céu aberto. Faça um cruzeiro prazeroso em torno do **Lago Ashi**, que oferece maravilhosas vistas do Monte Fuji. Em **Owakudani**, vapores de água e gases sulfurosos sobem pelas fissuras das rochas.

O **Monte Fuji**, a 3.776 m, não só é a montanha mais alta do Japão, mas também o símbolo mais conhecido. Além de ser um local de fácil escalada durante os meses de julho e agosto, o Monte Fuji é o centro de um ampla zona natural de lazer que inclui, ao norte, o distrito dos **Cinco Lagos de Fuji**, que oferece grandes oportunidades para caminhadas, passeios de barco, pesca, camping e piqueniques.

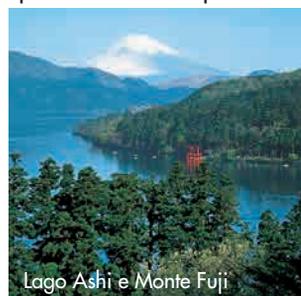
A **Península de Izu**, ao sul de Hakone, é uma importante área de lazer conhecida por suas

estâncias termais. A paisagem principal da península é formada pelas águas termais e cachoeiras na cordilheira da montanha Amagi.

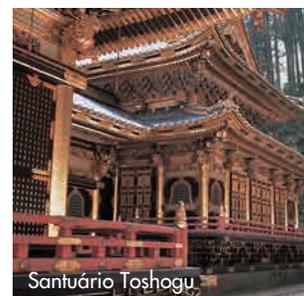
As **Sete Ilhas de Izu** formam uma excelente área de estâncias combinando belas paisagens marinhas e fontes termais, bem como impressionante topografia vulcânica. A **Ilha Oshima**, por exemplo, é um resort muito apreciado a apenas 1h45min de barco de alta velocidade a partir de Tóquio, permitindo assim viagens de um dia.

**Kusatsu Onsen** é um dos melhores spa resorts do Japão, situado a menos de quatro horas de Tóquio por linha direta de ônibus. A água termal altamente ácida, que é potente o suficiente para dissolver uma moeda de ¥1 em uma semana, é extraordinariamente eficaz.

**Nikko**, a 2h de trem de Tóquio, é uma jóia de beleza natural e abriga uma das edificações imperdíveis de se conhecer da arquitetura japonesa. O **Santuário Toshogu**, que abriga o mausoléu do fundador do Xogunato Tokugawa, é a atração mais famosa de Nikko. O complexo é uma rara jóia arquitetônica japonesa devido a sua opulência e complexidade decorativa.



Lago Ashi e Monte Fuji



Santuário Toshogu

## Onsen

Como uma gigante esponja encharcada de água quente, no Japão literalmente emergem milhares de fontes termais. E em cerca de 1,8 mil áreas dessas fontes, resorts de águas termais surgiram ao longo de cerca de 2 mil anos devido ao amor dos japoneses pelo bom e quente banho. Experimente um banho de imersão em um onsen. Você ficará viciado!



### Patrimônios Mundiais designados pela UNESCO

- Santuários e templos de Nikko [Tochigi]
- Ilhas Ogasawara [Tóquio]

# Explorando o Japão

## Quioto e Nara

As duas antigas capitais - locais de tesouros inestimáveis e tradições insuperáveis - têm permanecido inalteradas ao longo de muitos séculos. Templos antigos e ruas tradicionalmente serenas evocam nada menos que a imagem do "Japão" com que há muito tempo você sonhava.

**Quioto** foi a capital do Japão por mais de mil anos e durante esse período tornou-se a guardiã de muitos dos melhores exemplos de artes, cultura, religião e pensamento japoneses. Pode-se chegar a Quioto em 2h40min por trem saindo de Tóquio com o Shinkansen super-expresso ou em 1h15min do Aeroporto Internacional de Kansai, perto de Osaka.

No centro de Quioto você encontra o Palácio Imperial de Quioto, reconhecido como um ápice pela simplicidade da arquitetura japonesa. (Nota: Você deve solicitar uma autorização com o seu passaporte, 20min antes do passeio: 10h e/ou 14h) Perto está o ricamente ornamentado **Castelo Nijo**, sede do xogum Tokugawa em suas raras visitas à cidade.



O **Gion Corner**, perto de Shijo-Kawaramachi, é um excelente lugar para se apreciar as diversas artes tradicionais japonesas. Vários restaurantes de bom gosto, em estilo antigo, adicionam-se à discreta atmosfera refinada. Na área de Higashiyama, o **Templo Sanjusangendo** é conhecido por suas 1.001 estátuas de madeira douradas de Kannon, a deusa da Misericórdia. O **Templo Kiyomizu** é famoso por sua ampla varanda de madeira que se projeta sobre um lindo vale com uma visão panorâmica da cidade. O **Templo Ginkakuji**, ou Pavilhão de Prata, é conhecido tanto por sua harmoniosa arquitetura quanto pela beleza paisagística de seus jardins.

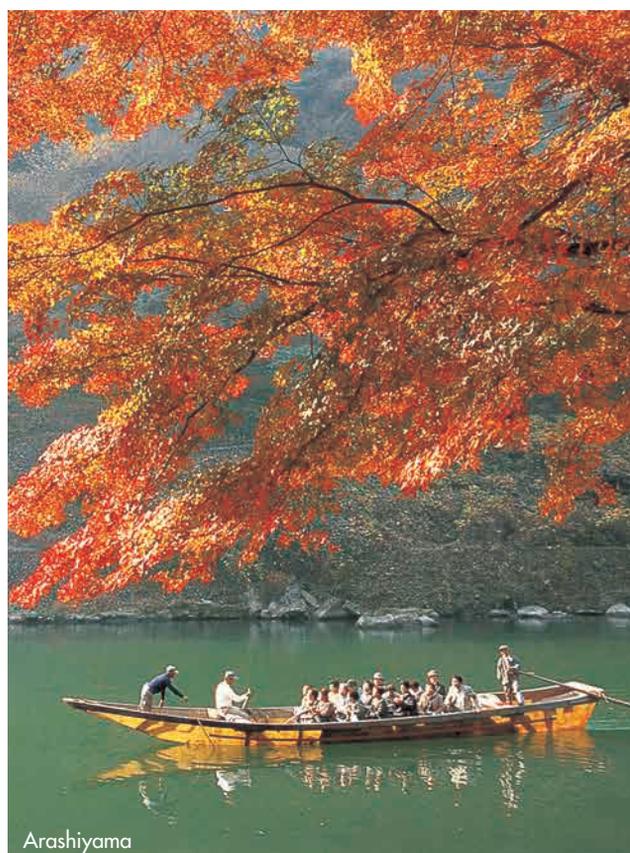
A **Vila Imperial Katsura**, situada na região oeste de Quioto, é considerada um dos melhores exemplos da arquitetura tradicional japonesa e paisagismo de jardim. A **Vila Imperial Shugakuin**



foi construída no século XVII pelo xogunato Tokugawa como um retiro para o Imperador Go-Mizunoo. A permissão para visitar esses locais deve ser obtida na Agência da Casa Imperial. Deve-se solicitá-la com a maior antecedência possível.

O distrito **Arashiyama**, a apenas 20min de trem do centro de Quioto, está repleto de templos famosos e lojas. A área pode ser facilmente apreciada a pé ou de bicicleta, oferecendo uma excelente caminhada especialmente em dias de tempo bom.

A região oeste de Quioto possui atrações imperdíveis para o turista - os **Templos Kinkakuji e Ryoanji**. O brilhante Kinkakuji, ou Pavilhão Dourado, contrasta com o Ryoanji, famoso por seu jardim de pedras, que é formado simplesmente por pedras e areia branca.



**Nara**, a 42 km ao sul de Quioto, é uma antiga capital do Japão e foi também um grande berço de artes, artesanato, literatura e cultura do Japão, sem mencionar as indústrias.

As principais atrações turísticas estão agrupadas em torno da estação Nara. O **Parque de Nara** é conhecido popularmente como Parque dos Cervos, devido aos mansos veados residentes no parque.

A oeste fica o **Templo Kofukuji**, fundado em 710. Muitas estátuas budistas valiosas estão expostas na Casa do Tesouro Nacional (Kokuhokan) e nas proximidades está o pagode de cinco andares, que se reflete no lago Sarusawa.

O **Museu Nacional de Nara** contém uma coleção de arte budista com peças de todos os períodos.

Mas talvez a mais famosa das muitas atrações antigas de Nara seja o **Templo Todaiji**, onde está o Grande Buda de Nara. O Daibutsuden, onde o Grande Buda se encontra, é a maior estrutura de madeira do mundo.



Templo Todaiji

Outra atração é o colorido e **grande Santuário Kasuga** erguido em 768 - um dos mais famosos santuários xintoístas no Japão. Os edifícios vermelhos laqueados criam um bonito contraste com a vegetação circundante. Cerca de 1,8 mil lanternas de pedra encontram-se nos arredores do santuário e mil lanternas de metal estão suspensas nos beirais de seus corredores.

O **Templo Horyuji**, a 45min de trem da estação Nara, não é só magnificamente belo, mas um dos mais importantes templos no Japão. É o mais velho complexo de templos intacto no Japão e foi fundado em 607. Cerca de 40 edifícios compõem o complexo, e são as mais antigas estruturas de madeira do mundo.

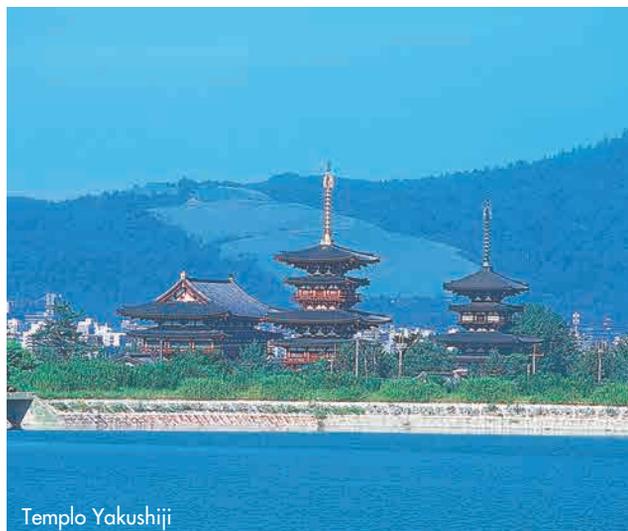
#### Patrimônios Mundiais designados pela UNESCO

- Monumentos históricos da antiga Quioto (cidades de Quioto, Uji e Otsu), incluindo o Templo Kinkakuji e 16 outros templos e santuários.
- Monumentos budistas na região de Horyuji [Nara]
- Monumentos históricos da antiga Nara, incluindo o Templo Todaiji e sete outros templos e santuários.

## Veja!

### ■ Turismo no Japão, um país seguro

O Japão é bem conhecido por suas cidades seguras, mas para compreender o quão seguro ele realmente é, você precisa visitar o país. As mulheres podem andar com segurança em quase todos os lugares por conta própria, a qualquer hora do dia ou da noite. Não é raro ver crianças andando de metrô sozinhas, e é muito frequente ver adultos dormindo em trens! Pertences deixados em bares ou restaurantes raramente são roubados. Quase todo mundo tem uma estória sobre a vez que tinha perdido a carteira e esta lhe foi devolvida pela polícia ou foi encontrada, dias depois, no mesmo lugar em que foi perdida com o conteúdo intacto. Mas isso não significa que você pode se dar ao luxo de ser negligente. As mesmas regras de bom senso aplicam-se no Japão como em qualquer outro lugar. Tome cuidado com suas coisas, e esteja ciente do que está acontecendo em torno de você. Tenha uma boa viagem!



Templo Yakushiji



Parque de Cervos

©Naracity Tourist Association

# Explorando o Japão

## Chubu

A região de Chubu está geograficamente localizada quase no centro do Japão. Aqui ficam os "Alpes do Japão" com suas altas montanhas, a costa do Mar do Japão, que mantém grande parte dos mais antigos e tradicionais estilos de vida da nação, assim como todo o caminho até a costa do Pacífico, que prospera com o alto desenvolvimento da indústria moderna. Estas são as várias faces que constituem esta região.

### Nagoya e arredores

**Nagoya** está a 366 km, ou 1h50min de Shinkansen super-expresso de Tóquio e a 1h de Shin-Osaka. Nagoya, a quarta maior cidade do Japão, é uma antiga cidade-castelo, com um bom sistema de ruas e amplas avenidas. A região é citada como o centro da indústria japonesa de porcelana, de utensílios de laca, do tingimento de tecidos pela técnica "shibori-zome", e outras artes e artesanatos. Perto do centro da cidade fica o **Castelo de Nagoya**, originalmente residência e sede militar do clã Tokugawa. Vale a pena visitar o **Museu de Arte Tokugawa**, pois abriga mais de 10 mil artigos que pertenceram à família Tokugawa.

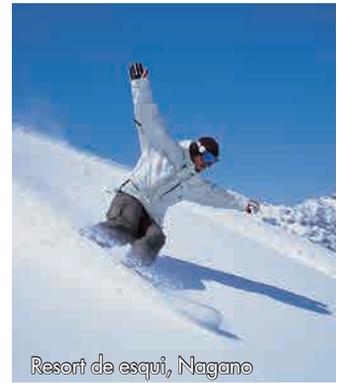


Castelo Nagoya

Vários centros de produção de cerâmica podem ser encontrados nos subúrbios de Nagoya. **Seto**, a 30min de trem de Nagoya, é um dos maiores produtores de cerâmica do Japão, conhecido pela sua cerâmica e seus muitos fornos locais. Em toda a cidade existem muitas lojas e estúdios oferecendo aos visitantes a oportunidade de fazer sua própria cerâmica. Pequenos pratos de lembrança com preços razoáveis são muito populares. **Tokoname**, a 40min de trem de Nagoya, é muito conhecido por sua cerâmica Tokoname-yaki.

**Inuyama**, a 30min de trem de Nagoya, é famosa por seu castelo de paredes brancas, a mais antiga fortaleza existente no Japão.

O **Museu Meiji-mura**, a cerca de uma hora de Nagoya, é um impressionante museu ao ar livre com edifícios do período Meiji (1868-1912) trazidos de várias partes do Japão.



Resort de esqui, Nagano

### Passeios nas proximidades de Nagoya

O **Parque Nacional de Ise-Shima** abriga o Grande Santuário de Ise, bem como intensa atividade pesqueira de pérolas ao longo de sua costa magnífica.

O **Grande Santuário de Ise**, a cerca de 1h30min de trem de Nagoya, é o mais venerado de todos os santuários xintoístas do Japão. O principal santuário é completamente reconstruído a cada 20 anos.

**Toba**, a 20min de trem ou 40min de ônibus de Ise, é uma cidade portuária famosa por suas **"Pedras Casadas"**, um par de ilhotas ligadas por uma corda gigante, e é um local sagrado de culto xintoísta. Não se esqueça de visitar a **Ilha das Pérolas Mikimoto**, local onde as pérolas foram cultivadas artificialmente pela primeira vez.

**Takayama**, a 2h10min de Nagoya com o trem expresso-limitado, é uma antiga cidade-castelo situada em um vale rodeado pelos Alpes do Japão. Takayama mantém muito da atmosfera do antigo Japão. A cidade toda parece um museu, dotada de inúmeras atrações, incluindo uma variedade de pequenos museus dedicados ao artesanato tradicional, que incorporam a longa tradição da cidade de excelência em artesanato.

Uma viagem de 1h40min de ônibus leva você pelas montanhas até o **vilarejo Shirakawa-go**. Aninhado em um cenário rural que lembra o antigo Japão, Shirakawa-go é mundialmente famoso pelas tradicionais casas rurais com "gasshozukuri", estilo de telhados íngremes de palha, sendo que algumas funcionam como pousadas familiares no qual é possível pernoitar.



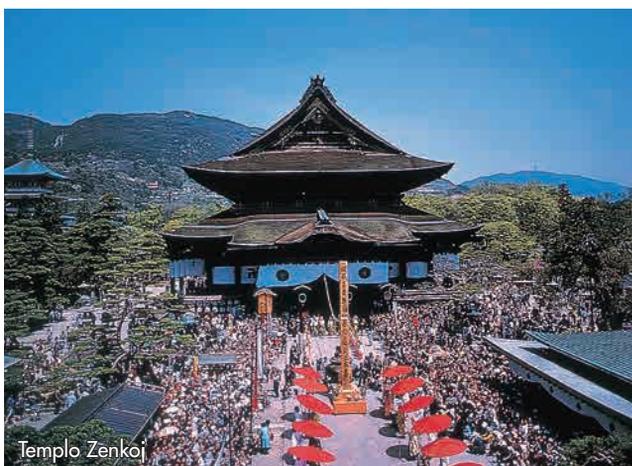
Casas antigas em San-machi Suji, Takayama

## Outras Áreas

As montanhas dos **Alpes do Japão** são uma série de picos vulcânicos sucessivos de norte a sul pela vasta parte central de Honshu. Elas são muitas vezes comparadas aos Alpes europeus devido à robustez e beleza. Os Alpes do Norte formam o núcleo do **Parque Nacional de Chubu-Sangaku (Alpes do Japão)**.

**Nagano** tornou-se mundialmente famosa como a anfitriã dos Jogos Olímpicos de Inverno de 1998. Suas áreas montanhosas são excelentes para esqui no inverno e seu verão agradavelmente fresco é ideal para caminhadas.

O **Templo Zenkoji**, no centro da cidade de Nagano, tem sido altamente reverenciado, por 1,4 mil anos, como o principal centro da fé budista. Seu imponente edifício principal é um tesouro nacional.



A torre principal do **Castelo de Matsumoto**, na cidade de Matsumoto, é apelidado de "Castelo do Corvo" devido às suas paredes negras. O castelo foi construído durante o período de guerras civis e, portanto, tem poucos traços decorativos, contudo brilha com uma beleza singular.

**Kanazawa**, a 3h de trem expresso-limitado de Nagoya ou Osaka, é uma cidade-castelo e mantém muito do clima daqueles primórdios dos tempos feudais.

A popularidade das práticas do teatro Noh, cerimônia de chá e arranjos florais entre os cidadãos surgiu como resultado do longo período de paz ininterrupta que seus antepassados desfrutaram entre os séculos XVII e XIX. O **Jardim Kenrokuen**, criado em 1822, está situado no centro da cidade e é conhecido como um dos três mais belos jardins do Japão, juntamente com o Jardim Kairakuen em Mito e o Jardim Korakuen em Okayama.

A 1h30min de trem de Kanazawa via Fukui está o **Templo Eiheiji**, conhecido como uma das sedes da seita Soto de Zen Budismo. Foi fundada pelo sacerdote Dogen (1200 - 1253), que trouxe o Zen Budismo da China ao Japão.

Patrimônio Mundial designado pela UNESCO

- As Aldeias Históricas de Shirakawa-go e Gokayama [Gifu e Toyama]

A nordeste de Kanazawa, a **Península de Noto** se projeta no Mar do Japão. A sua longa costa apresenta uma geografia diversificada. Ela é caracterizada pelo seu contorno irregular e também por suas baías e enseadas com numerosas e belas vilas de pescadores.

A **Rota Alpina de Tateyama Kurobe** é um magnífico caminho turístico sinuoso nas montanhas. Tem início na estação Tateyama, na prefeitura de Toyama, e segue pela estrada de ferro local, Toyama Chiho, passa pelo centro do norte dos Alpes do Japão e termina em Omachi, na prefeitura de Nagano. Pode-se desfrutar de uma vista magnífica das montanhas a 3.000 m de altitude através de bonde funicular, ônibus, teleférico e trólebus.



A prefeitura de **Niigata**, de 1h a 2h de Tóquio, é uma das áreas com mais neve do mundo e, como tal, atrai um grande número de esquiadores durante todo o inverno.

A Ilha de Sado, a 1h do hidrofólio de Niigata, é a quinta maior das ilhas do Japão e possui muitas lavouras pequenas de arroz localizadas entre suas duas cadeias de montanhas paralelas.



# Explorando o Japão

## Kansai

A região de Kansai prosperou como capital do comércio no Japão desde tempos antigos. Como tal, Kansai é caracterizada pela sua diferenciada vitalidade e energia até hoje, criando uma atmosfera muito especial que também anima o visitante.

**Osaka**, a 3h de Shinkansen super-expresso ou a 1h de avião de Tóquio, é a terceira maior cidade do Japão e o centro comercial e industrial do oeste do Japão. Situada na foz do rio Yodo, que desemboca na baía de Osaka. A cidade tem uma rede de canais que se cruzam sob suas muitas ruas movimentadas, a qual desempenha um papel importante na prosperidade da cidade.

Como uma cidade tradicional, tem muito orgulho em ser o local de origem do teatro de marionetes Bunraku. A visita à área da **Baía de Osaka** é obrigatória por ser um centro emergente das mais modernas atrações urbanas, incluindo o **Aquário Kaiyukan de Osaka** e a **Universal Studios Japan®**, um parque temático baseado em Hollywood, e muitos mais.

O destaque absoluto é o **Castelo de Osaka**, o maior do Japão, construído em 1586 por Toyotomi Hideyoshi. A atual fortaleza de cinco andares, uma cópia do original, contém muitos objetos artísticos históricos e



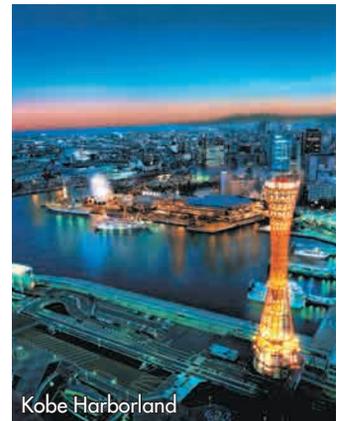
Castelo Osaka

documentos relacionados à família Toyotomi e à antiga Osaka.

**Nakanoshima**, localizada num pequeno delta entre as correntes divergentes do rio Yodo, é o centro cívico. Na sua extremidade está o **Santuário Temmangu**, dedicado a Michizane Sugawara, um notável

erudito. Nas proximidades está o centro de compras de rua Tenjinbashi, que por muito tempo tem prosperado por atender aos devotos e aos visitantes do santuário local. Uma caminhada ao longo dessa passagem com cobertura proporciona uma visão da vida cotidiana dos moradores locais.

Para entretenimento e compras, não perca os distritos **Umeda** e **Namba**. Umeda, centrada em torno da estação Umeda, tem muitas galerias subterrâneas modernas que estão sempre repletas de visitantes e compradores. É digna de sua reputação de "kuidaore", a busca do prazer através das delícias da mesa-Osaka realmente atende ao gourmet. Experimente pratos populares de Osaka como "yakiniiku", (carne grelhada), "fugu-nabe" (baiacu cozido), "kushi-katsu" (carne de porco frito e cebolas), "sushi" e "tako-yaki" (bolinho de massa assada contendo pedaços de polvo cozido), entre muitos outros.



©Kobe Convention & Visitors Association

**Kobe**, a 30min de trem de Osaka, é um grande porto que se desenvolveu a um ritmo acelerado desde a Restauração Meiji, que começou em 1868. Uma cidade de colinas, Kobe tem muitos caminhos estreitos e passagens com subidas e descidas no sopé de Rokko que forma o pano de fundo da cidade. Um dos principais portos do Japão, juntamente com Yokohama, Kobe abriga muitos residentes estrangeiros, sendo assim, ótimo para passear.

A **Torre do Porto de Kobe**, com 108 m de altura, é maravilhosamente iluminada à noite. Do outro lado está o Kobe Harborland, um empreendimento recém-construído. Ele agita-se com multidões de visitantes que vêm apreciar a famosa vista noturna desta grande cidade portuária.

Outra grande atração no oeste do Japão está localizada na cidade de **Himeji**. O **Castelo de Himeji** é um dos mais belos castelos do país. Com caminhos tortuosos que conduzem às paredes antigas rebocadas com alabastro e aos edifícios originais, preservados como tesouros nacionais, é uma visita indispensável.

Para uma experiência incomum e inesquecível, vá ao mosteiro no cume do **Monte Koya**, a 2h de trem de Osaka. Fundado em 816 por Kobo Daishi, o grande expoente da seita Shingon do Budismo, o mosteiro é composto por mais de 120 templos, dos quais 53 oferecem alojamentos e refeições vegetarianas a preços razoáveis. O mosteiro é visitado por um milhão de peregrinos anualmente.



Cachoeira Nachi

### Patrimônios Mundiais designados pela UNESCO

- Castelo Himeji [Hyogo]
- Os locais sagrados e rotas de peregrinação na cordilheira Kii [Wakayama]

## Mar Interior / Shikoku

A rota "Shimanami-kaido", recém-inaugurada, conecta as principais ilhas de Honshu e Shikoku com sete magníficas pontes. A rota de estradas e pontes sobre o Mar Interior se estende com vistas fantásticas entrelaçadas pelo mar azul salpicado de navios e barcos de todos os tamanhos e as pitorescas pequenas ilhas.

O **Mar Interior**, ou Seto-Naikai, é limitado pelas três principais ilhas: Honshu, Shikoku, e Kyushu. A travessia de Honshu às ilhas de Shikoku tornou-se agora extremamente fácil e agradável graças à série de sete pontes, entre elas a Seto Ohashi, Akashi-Kaikyo Ohashi e Shimanami-Kaido. Barcos e balsas também navegam à ilha de Shikoku, a partir das cidades de Osaka, Kobe, Hiroshima, Onomichi e Wakayama.

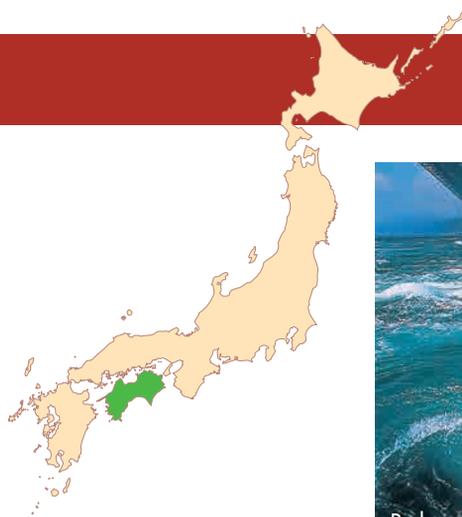


Rota "Shimanami-kaido"

O Mar Interior, abençoado com soberbas paisagens marinhas e um clima ameno, é bastante calmo, sereno e bonito. Mais de 600 ilhas estão espalhadas ao longo de uma área de 8.200 km². Andar a pé ou de bicicleta ao longo da rota "**Shimanami-kaido**" (60 km de comprimento total) é altamente recomendado se você quiser desfrutar das paisagens esplendorosas do Mar Interior. O "Shimanami-kaido" fornece uma rota de turismo ideal com sete pontes ligando as seis ilhas menores situadas entre Honshu e Shikoku. A ricamente diversificada paisagem costeira é uma combinação interessante de vários pequenos portos, vilas de pescadores, campos de sal e propriedades rurais encontradas entre os declives suaves da costa.

O **Benesse Art Site Naoshima** na **Ilha de Naoshima**, no Mar Interior, fica a cerca de 1h30min a partir de Okayama por trem, balsa e carro. O "site" apresenta um excelente museu de arte contemporânea e sua arquitetura é uma mistura harmoniosa com o sereno ambiente natural da ilha.

A **Ilha de Shikoku** consiste em quatro províncias e cada uma delas foi uma cidade-castelo. A beleza natural ilustrada pela pitoresca costa do Mar Interior e a dinâmica costa do Oceano Pacífico acentuam as



Redemoinhos gigantes, Naruto

atrações turísticas da Ilha de Shikoku. O acesso tornou-se muito fácil, já que linhas diretas de ônibus começaram a operar recentemente entre as grandes cidades da região de Kansai entre Honshu e Shikoku.

**Takamatsu**, a 1h de trem de Okayama, é a principal porta de entrada de Shikoku a partir de Honshu e um ponto de partida conveniente para viajar ao redor da ilha. Takamatsu tem várias atrações que valem a pena ver. O **Parque Ritsurin** é um dos mais belos jardins tradicionais japoneses. Ele foi planejado há cerca de 350 anos numa propriedade do clã Matsudaira.



Parque Ritsurin

**Matsuyama**, a maior cidade em Shikoku, fica a 2h40min de trem expresso-limitado de Takamatsu ou a 1h de barco de Hiroshima ou Kure. O **Castelo de Matsuyama** é um dos mais bem preservados da nação. A **Estância Termal Dogo**, a 20 min de trem a partir de Matsuyama, é uma das mais antigas do Japão.

**Kochi**, a 2h20min em trem expresso-limitado de Takamatsu, é a sede da província desta rica região agrícola e de pesca ao longo da costa centro-sul de Shikoku. Sua costa sudoeste é um parque nacional e oferece uma variedade de atrações ao ar livre, de mergulho à observação de baleias.

Chega-se à província de **Tokushima** a partir da região de Kansai em cerca de 2h30min de ônibus expresso. Sua capital, a cidade de Tokushima, é famosa por seu festival de dança Awa-Odori realizado todo verão. **Naruto**, a 40min de trem da cidade de Tokushima, é conhecida pelos seus redemoinhos gigantes no estreito canal Naruto. Para ver de perto os redemoinhos, reserve um passeio de barco.

## Chugoku

A região de Chugoku é caracterizada pelos pequenos, serenos e belos vilarejos e povoados. Vilas de pescadores à beira-mar e povoados se aninham nas montanhas. Este é o lugar para se visitar quando se busca um cenário e clima nostálgico do antigo Japão.

Chugoku, situada na extremidade oeste da principal ilha de Honshu, é dividida em duas áreas: Sanyo, na costa do Mar Interior e San-in, na costa do Mar do Japão.

**Okayama**, a 1h de Shinkansen super-expresso de Shin-Osaka, é a porta de entrada para a região de Chugoku e da Ilha de Shikoku. A atração principal é o **Jardim Korakuen**. Cheio de flores durante o ano todo, este magnífico jardim foi criado em 1700 pelo senhor feudal dominante do clã Okayama que levou 14 longos anos para completá-lo.

**Kurashiki**, onde o passado é muito bem preservado e naturalmente misturado com o novo, fica a 15min de trem de Okayama. Passeando pelas estreitas ruas do velho bairro comercial, com suas casas cobertas de telhas e salgueiros margeando os canais, pode-se apreciar um pouco desta cidade requintada. Kurashiki tem vários museus. Destes, o **Museu de Arte Ohara** é notável. Ele contém uma grande coleção de pinturas e esculturas mundialmente famosas. O artesanato japonês e as antigas obras-primas orientais em exposição são impressionantes.

**Hiroshima**, uma antiga cidade-castelo, está a 1h40min de Shinkansen super-expresso a partir de Shin-Osaka. A atual cidade surgiu das cinzas do bombardeio atômico da Segunda Guerra Mundial. O **Parque Memorial da Paz** contém o Museu Memorial da Paz, que exibe uma ampla coleção de fotografias e objetos relacionados com a devastação. Aqui, a chama da paz queima em frente ao Monumento sepulcral para nunca mais ser extinta até que todas as armas nucleares sejam abolidas.



Santuário Itsukushima

©Prefeitura de Hiroshima

A 25min de trem de Hiroshima e a 10min de barco a partir de Miyajima-guchi, chega-se à **Ilha Miyajima** e ao **Santuário Itsukushima**, um passeio indispensável para todos. Toda a ilha, com uma área de 30 sq. foi classificada pelo governo como Local Histórico Especial



Jardim Korakuen

e Local Especial de Beleza Natural. Os edifícios do santuário estão ligados por corredores que se estendem sobre a água. Por isso, na maré alta, a estrutura inteira parece flutuar sobre o mar. A madeira cãfora vermelha do portão, torii, saindo do mar é o marco do santuário. Muitos festivais coloridos são realizados aqui durante todo o ano, mas o mais excitante é o Kangen-sai em julho ou agosto. Nessa ocasião, a divindade Itsukushima é levada numa viagem de barco para visitar outros santuários no lado do continente e retorna. Música sagrada é tocada com antigos instrumentos japoneses.

**Hagi** (estação Higashi-Hagi), a 1h10min de ônibus da estação Shin-Yamaguchi, é uma antiga cidade-castelo rica em história. Hagi é o berço de muitos proeminentes samurais que lideraram os eventos que resultaram na Restauração Meiji. Um grande número de antigas residências de samurai, templos e santuários podem ser encontrados aqui e em torno da cidade, que exala calma e uma atmosfera de bom gosto. Percorrer os tranquilos caminhos é uma experiência agradável. A cidade também é conhecida pela sua cerâmica Hagi-yaki.

**Tottori**, a 4h20min de Osaka de trem expresso-limitado, é a sede da prefeitura de Tottori. A cidade tem dunas de areia localizadas a 5 km ao norte, em um trecho do **Parque Nacional San-in Kaigan**. Visite as dunas no início da manhã para descobrir os belos traçados em suas superfícies criados pelos ventos e chuva da noite.

**Matsue**, a 2h de Tottori pelo trem expresso-limitado, é situado no ponto onde a lagoa Nakaumi e o Lago Shinji se encontram. A cidade é um grande centro de distribuição e destino turístico, bem como sede da província de Shimane.

O **Santuário Izumo Taisha**, a 10min de trem da estação Izumoshi, é famoso por seu estilo arquitetônico e é um dos mais antigos santuários do Japão. Respalado por sua história de alguns milhares de anos, o grande edifício do santuário resplandece seu esplendor solene. A divindade consagrada aqui é famosa em todo o país por abençoar matrimônios, atraindo assim um grande número de jovens devotas.

### Patrimônios Mundiais designados pela UNESCO

- Memorial da Paz de Hiroshima (Genbaku Dome) [Hiroshima]
- Santuário Xintoísta Itsukushima [Hiroshima]
- Mina de prata Iwami Ginzan e sua paisagem cultural [Shimane]

## Tohoku

A região de Tohoku, externamente rústica na aparência, mas com uma atmosfera rica e profunda, oferece uma gama diversificada de atrações. É uma combinação de um mundo natural colorido, pessoas simples e amigáveis, festivais de verão explosivos e excitantes que culminam na curta temporada de verão da região. E ainda muito mais ...

A parte norte da ilha principal de Honshu é chamada de região de Tohoku. O clima é sempre agradavelmente fresco nas montanhas, com temperaturas de verão cerca de 10°C mais frias do que no sudoeste. Rústicas águas termais estão em toda parte em Tohoku e atraem um grande número de amantes de "onsen" de todo o Japão. Todas estas fontes de água quente são conhecidas pelos seus valores medicinais e, como tal, têm funcionado como provedoras de cura desde antigamente.



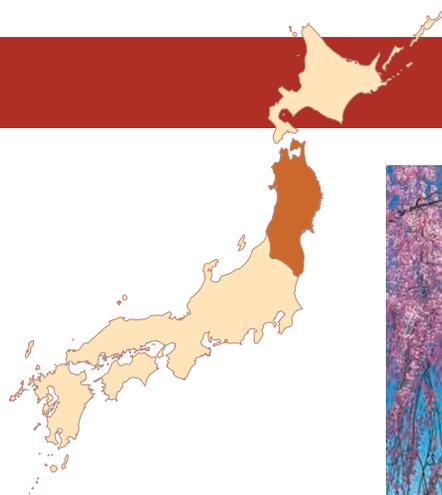
Nyuto Onsen, Akita

A porta de entrada para a área da costa do Pacífico é **Sendai**, a 2h de Shinkansen super-expresso de Tóquio. Sendai serve como base para viagens a **Matsushima**, que está a 40min por via férrea. Matsushima tem fama de ser um dos três lugares mais bonitos do Japão. A baía é pontilhada por centenas de ilhotas. O tour em um barco de recreio em torno da baía é recomendado.

**Hiraizumi**, a 1h30min de trem a partir de Sendai, foi originalmente modelada em Quioto e é onde se localiza o do notável **Templo Chusonji**, construído em 1109. O Templo Konjikido, ou Salão Dourado, guarda 11 imagens de Buda, e foi inicialmente revestido com chapa preta laqueada e lâminas em ouro.

**Aomori**, a 2h30min de trem expresso-limitado ou **Hachinohe**, a 30min de Shinkansen de Morioka são pontos de partida para viagens ao **Lago Towada** e ao **Vale Oirase**, o núcleo do **Parque Nacional Towada-Hachimantai**. O Lago Towada, no centro do parque, é um dos lagos mais pitorescos do Japão. Na sua costa leste, o Vale Oirase se estende por 14 km. Um passeio ao longo do desfiladeiro sinuoso cercado por mata densa, oferece vistas maravilhosas das corredeiras cristalinas e das quedas d'água, grandes e pequenas.

Uma imperdível visita na cidade de Aomori são as antigas **ruínas de Sannai-Maruyama**, a 30min de ônibus do centro de Aomori. Datadas de cerca de 4 mil a 5,5 mil anos, são ruínas de comunidades do período Jomon, em maior escala já encontradas no Japão. Artefatos desenterrados e reproduções de antigas habitações estão abertos ao



Castelo Hirosaki  
©Aomori Prefecture

público. O Festival Nebuta, realizado na cidade em agosto, é famoso como um festival representativo do país como um todo e atrai uma multidão de foliões de toda parte.

**Hirosaki** está a 30min de trem expresso-limitado de Aomori. No início de maio, anualmente, o **Castelo de Hirosaki** e áreas circundantes ganham vida com flores de cerejeiras em plena floração nas cerca de 5 mil árvores plantadas.

As **montanhas Shirakami-Sanchi**, que se estendem sobre os limites das prefeituras de Aomori e Akita, têm uma antiga e vasta floresta de faias, mantendo assim uma parte intocada da natureza. Caminhadas "Mini Shirakami" podem ser feitas na região.

A cidade de **Akita**, a 1h40 min de Morioka pelo Akita Shinkansen, abriga o Festival de Kanto, em agosto, outro grande festival de verão na região de Tohoku.

**Kakunodate**, a 45min de Akita de Shinkansen, é uma cidade histórica repleta de residências de samurais e depósitos. As residências de samurais agora servem como museus e restaurantes, permitindo aos visitantes sentir o antigo estilo do Japão.

A província de Yamagata, a cerca de 3h de Tóquio via Shinkansen, oferece aos visitantes onsen e esqui no inverno na cordilheira **Zao**. A "**Okama**" (caldeirão) Zao é um lago místico formado na vasta cratera do vulcão com águas cor de esmeralda. Não perca o passeio.



"Okama" de Monte Zao

**Aizu Wakamatsu**, a cidade-castelo do Castelo Tsuruga, fica a cerca de 2h30min de Tóquio de Shinkansen e JR expresso-limitado. Nas proximidades, o **Monte Bandai** e o **Lago Inawashiro** são famosos pelas estâncias de esqui de inverno.

### Patrimônios Mundiais designados pela UNESCO

- Montanhas Shirakami-Sanchi [Aomori e Akita]
- Hiraizumi [Iwate]

## Kyushu/Okinawa

Kyushu, localizado a sudoeste da ilha principal de Honshu, oferece um clima ameno, o verde exuberante da zona rural, águas termais, e misteriosas formações vulcânicas.

Devido à sua proximidade com a Coreia e China, Kyushu, a partir do século IV em diante, foi culturalmente influenciado por seus vizinhos mais refinados. Foi também o primeiro ponto de contato com o Ocidente, quando os portugueses desembarcaram aqui no século XVI.

**Fukuoka**, a 6h de Shinkansen super-expresso de Tóquio e a 3h de Shin-Osaka, é a porta de entrada ferroviária para Kyushu. Nos últimos anos, a cidade emergiu como um ponto estratégico de intercâmbio internacional com o resto da Ásia. Vale a pena visitar o fascinante **Museu de Arte Asiática de Fukuoka**, pois mostra o "agora" da Ásia. Em **Dazaifu**, a 20min de carro de Fukuoka, achados arqueológicos relacionados com a cultura do antigo Japão podem ser apreciados.

**Arita**, a 1h20min de Hakata, é bem conhecida por sua cerâmica, com uma história de mais de 400 anos. Há cerca de 150 fornos na região.



Igreja católica Oura

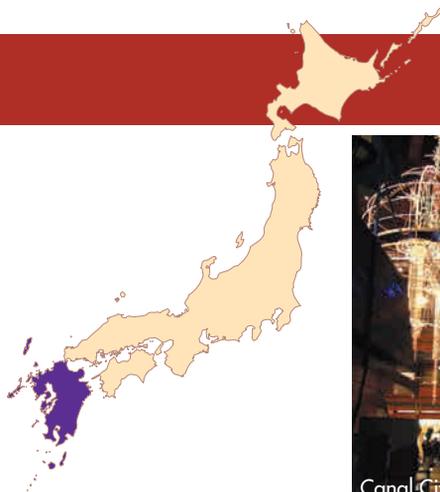
©Nagasaki International Tourism and Convention Association

**Nagasaki** é a base para visitar **Unzen**. Nagasaki foi o único porto japonês aberto ao comércio com estrangeiros pelo xogunato Tokugawa durante o período de reclusão do Japão entre 1639 e 1859. Nagasaki também foi alvo da segunda bomba atômica lançada sobre o Japão durante a Segunda Guerra Mundial.

As principais atrações na cidade incluem o **Templo Sofukuji**, conhecido como o Templo Chinês, a **Igreja Católica Oura** - um Tesouro Nacional - e a centenária **Mansão Glover**, que é também conhecida por lembrar o cenário da ópera de Puccini, Madame Butterfly.

O **Parque da Paz de Nagasaki** foi idealizado para marcar o ponto exato da devastação atômica em 09 de agosto de 1945, três dias após a primeira bomba ter sido lançada sobre Hiroshima.

Unzen, a 2h de Nagasaki, proporciona um agradável passeio de carro por montanhas e resorts litorâneos de águas termais. O **Monte Unzen**, um vulcão ativo, consiste em três picos. O maior é **Fugendake** (1.360 m

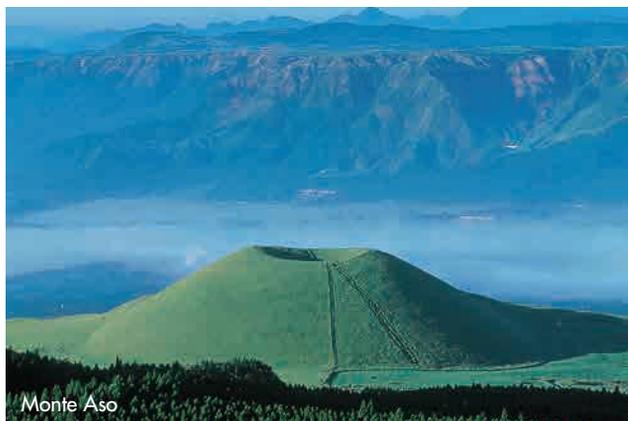


Canal City

© Y. Shimizu

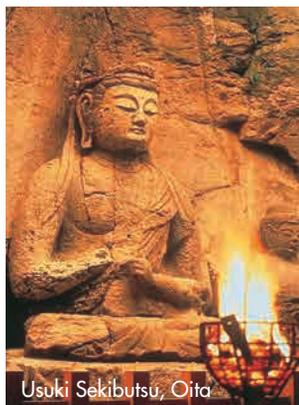
de altitude). **Shimabara** é onde o **Castelo de Shimabara** se localizava. A torre principal do castelo, reconstruída, é agora um museu, exibindo os registros e documentos relativos aos cristãos do distrito, que permaneceram aqui em sua luta contra a perseguição do xogunato em 1638.

**Kumamoto** fica a 1h30min de trem expresso-limitado da estação Hakata. Os principais pontos turísticos incluem o **Castelo de Kumamoto** e o **Parque Suizenji**. Kumamoto é também uma porta de acesso ao **Parque Nacional Aso-Kuju**, que inclui vulcões como o Monte Aso, com a maior cratera vulcânica do mundo, e o Monte Kuju.



Monte Aso

**Beppu Onsen**, a 15min de trem de Oita, situa-se na costa leste de Kyushu. Beppu, uma cidade termal, é famosa por suas lagoas de lama borbulhante. A mais ativa delas provoca grandes explosões e lança lama no ar. Aqui você verá mais de cem locais para banhos quentes, prova eloquente de que este é um dos maiores resorts de águas termais do Japão. Tente ir a vários deles para aproveitar os muito diferentes tipos de águas termais.

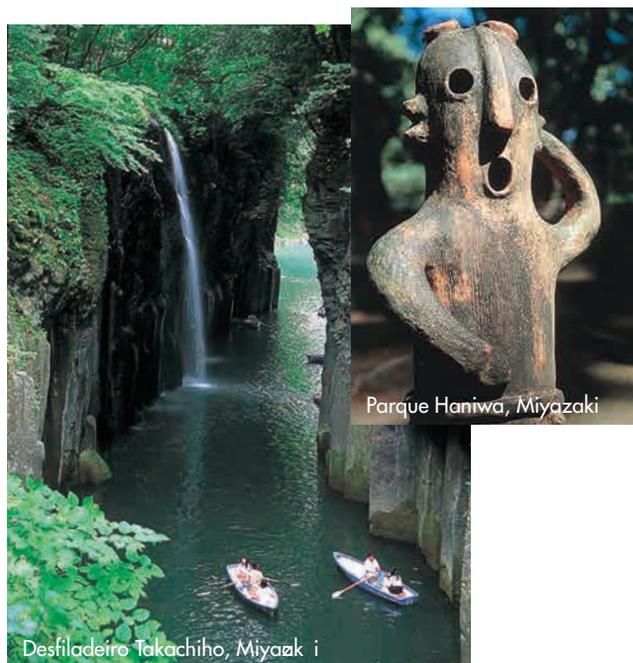


Usuki Sekibutsu, Oita



Uma barraca de Lámen, Fukuoka

**Miyazaki**, a 3h20min de trem expresso-limitado a partir de Oita, é um dos locais favoritos de férias. O **Parque Semi Nacional Nichinan Kaigan**, que se estende por cerca de 100 km ao longo do litoral sul de Miyazaki, é o maior destaque turístico. Sua atração principal é a **ilha Aoshima**, uma ilha densamente coberta com palmeiras de betel.



**Kagoshima** está a 2h20min de trem expresso-limitado de Miyazaki. A cidade está cheia de belas paisagens, locais históricos, termas de águas quentes, e a atração principal **Sakurajima**, que é um vulcão ativo.

A 1h de trem da estação Nishi-Kagoshima está **Ibusuki**, um dos mais célebres resorts de águas quentes no Japão. Localizado no extremo sul da Península de Satsuma, sua popularidade se deve, em parte, a sua agradável praia de areia branca e exuberante vegetação subtropical. Um banho de areia quente sem igual é oferecido aqui e é uma ótima maneira de relaxar.

A **Ilha Yakushima**, a 40min de avião do aeroporto de Kagoshima, é o lar de uma floresta primitiva de cedros "Yaku-sugi" que remonta há milhares de anos. Muitas atividades ao ar livre podem ser apreciadas, incluindo escalada de montanhas, caminhadas em vales, canoagem e passeios ecológicos, entre outras.



Banho de areia quente, Ibusuki



Fabulosa paisagem marinha, Okinawa

A ilha principal de **Okinawa**, a mais popular do arquipélago de Okinawa, está localizada a 2h30min de avião de Tóquio e a 2h15min de Osaka (Itami). Ela é um dos destinos preferidos dos visitantes devido ao seu passado histórico, seus recifes de corais, mares cor de esmeralda, céus ensolarados e vegetação subtropical. As ilhas foram devolvidas ao Japão em 1972 depois de serem ocupadas pelos Estados Unidos a partir do final da Segunda Guerra Mundial. As atrações turísticas em **Naha**, sede da província, incluem o **Santuário Naminoue**, dedicado aos três deuses que se acredita serem as divindades ancestrais da família imperial; o **Templo Sogenji**, que foi originalmente construído a mais de 450 anos atrás e é o mausoléu dos antigos reis de Okinawa durante o reino de Ryukyu; e a **Shurei-no-mon** ou Portão da Cortesia, o segundo portão do **Castelo de Shuri**, construído durante o reinado do Rei Shosei. O **Parque Semi Nacional Senseki (antigos campos de batalhas) de Okinawa** consiste em monumentos dedicados aos espíritos dos mais de 200 mil mortos na Segunda Guerra Mundial.

As ilhas menores, ao redor da ilha principal, apresentam uma das águas mais cristalinas do mundo, assim como um dos melhores recifes de coral. São excelentes áreas para diversão de mergulhadores e turistas.



Pratos locais de Kumamoto

© Prefeitura de Kumamoto



Mercado, Okinawa

© OCVB

#### Patrimônios Mundiais designados pela UNESCO

- Ilhas Yakushima [Kagoshima]
- Locais de Gusuku e propriedades relacionadas ao reino de Ryukyu [Okinawa]

# Explorando o Japão

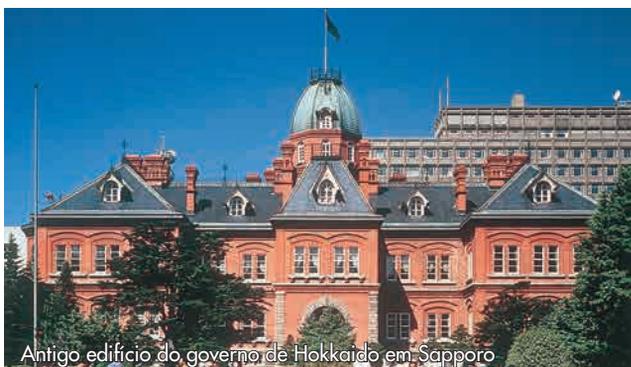
## Hokkaido

Hokkaido - paraíso da natureza. Desfrute toda esta extensão de terra, suas montanhas, planaltos, rios, lagos, o mar, e seus céus azuis.

Hokkaido, a principal ilha ao norte do Japão, foi efetivamente ocupada a partir do século XVIII e hoje, como nos velhos tempos, ainda é abundante em recursos naturais esplendorosos.

**Sapporo** é a principal porta de acesso para Hokkaido a partir de Tóquio e Osaka e é o centro cultural, econômico e político da ilha. A cidade é marcante por suas ruas ordenadas como um tabuleiro de xadrez.

A principal via pública da cidade é o **Parque Odori**, adornado com muitas flores, onde o internacionalmente popular Festival de Neve de Sapporo atrai visitantes em fevereiro. O monumento histórico de Sapporo, a **Torre do Relógio**, está ao lado do museu que exhibe a história da cidade. A popular **Jozankei Onsen** fica perto de Sapporo. É um popular refúgio para visitantes de um dia.



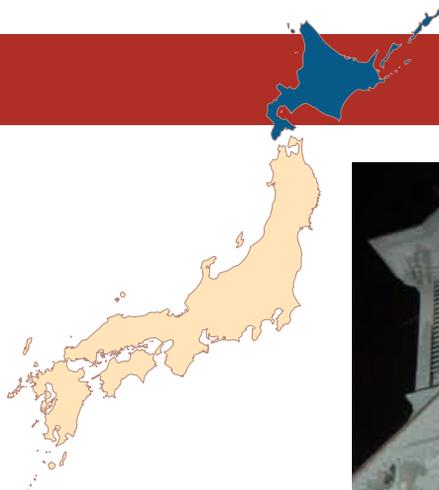
Antigo edifício do governo de Hokkaido em Sapporo

O **Lago Shikotsu**, a 1h20min de ônibus a partir de Sapporo, é um maravilhoso lago de cratera vulcânica localizado entre altos rochedos. A água é azul e nunca congela.

O **Lago Toya**, em uma cratera circular, é outro destaque. Quatro pequenas ilhas densamente arborizadas, apelidadas de Ilhas Nakanoshima, encontram-se no centro do lago.

**Hakodate**, acessível por trem de Aomori, é outro ponto turístico popular de Hokkaido. Hakodate é uma cidade portuária conhecida por sua vista panorâmica noturna esplêndida. A fortaleza Goryokaku, em forma de estrela, é uma das atrações principais da cidade, juntamente com o maravilhoso **Monte Hakodate**. Vale a pena uma visita ao mercado de manhã, e observar os compradores lotando suas 360 pequenas lojas e barracas cheias de peixes e legumes frescos. Ver a alegre agitação do mercado já é uma grande atração em si mesmo.

**Asahikawa**, no centro de Hokkaido, fica a 1h30min de trem expresso-limitado de Sapporo. Com mais 1h de viagem de trem local chega-se a **Furano**, célebre pelos seus campos de lavanda no início do verão. Vastos campos formam maravilhosos cinturões floridos de narcisos, lavandas e cosmos.



Torre do Relógio

Dirigir através dos campos floridos de Furano, neste grande cenário natural, é uma atividade muito popular entre os visitantes de todas as gerações e uma experiência verdadeiramente inesquecível.



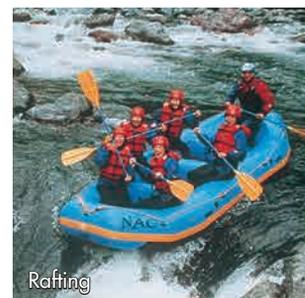
Furano

**Kushiro**, a maior cidade do leste de Hokkaido, está a 4h de trem expresso-limitado de Sapporo. A leste de Hokkaido, você encontrará a natureza intocada, pontilhada com lagos cristalinos. O maior destaque aqui é o **Pântano Kushiro**, que é um santuário de animais selvagens. Um passeio de canoa pelo Rio Kushiro, que tece o seu caminho através deste pântano espetacular, será uma lembrança marcante.

Hokkaido, uma terra de natureza verdejante, oferece ao amante da natureza uma ampla gama de atividades ao ar livre. As atrações incluem observação de golfinhos e baleias, rafting, cavalgadas, caminhadas na floresta, passeios de balão, e muito, muito mais.



Esqui



Rafting

Patrimônio Mundial designado pela UNESCO

- Shiretoko [Hokkaido]

# Dicas econômicas para viajantes

## Veja!

Aqui estão listadas algumas dicas importantes para economizar nas despesas, durante sua viagem no Japão.

### ■ Transporte

A companhia ferroviária JR oferece o passe **Japan Rail Pass** com excelente preço e conveniência para o visitante estrangeiro viajar pelo Japão. O mais recomendado é o Japan Rail Pass de 7 dias. Pelo preço equivalente a uma passagem de ida e volta de Shinkansen super-expresso de Tóquio a Quioto, o passe permite ao portador viagens ilimitadas pelos trens da JR em todo o Japão, durante sete dias.

Enquanto isso, em grandes centros urbanos, como Tóquio e Osaka, o passe "**1-day Pass**" e semelhantes bilhetes econômicos estão disponíveis. Eles oferecem transporte local ilimitado nas respectivas áreas principais dos sistemas de transporte na cidade por um período específico. Além de eliminar o problema de compra frequente de bilhetes, o uso deste passe é muito conveniente para viajantes que desejam se deslocar dentro de uma área limitada e por um período de tempo limitado. Para mais detalhes, consulte a página 34-35.

### ■ Welcome Card (Culture Card)

O cartão vem com um guia para que você, como visitante estrangeiro, obtenha descontos e serviços especiais em galerias de arte, museus, atrações turísticas, áreas comerciais, restaurantes, acomodações e transporte. Embora chamado de Welcome Card, há também lugares onde você poderá receber descontos apresentando uma página da web impressa em vez do cartão. Existem, vários tipos de cartões que estão disponíveis em **Tóquio** (com guia de Museus, Guia Prático e Mapa), em **Norte de Tohoku**, em **Narita**, em regiões do **Shoryudo**, **Kobe**, **Kita-Kyushu** e **Fukuoka**. Este cartão está disponível gratuitamente nos centros de informação local de cada região e através do seguinte website.

<http://www.jnto.go.jp/eng/arrange/essential/welcome.html>

### ■ Alimentação

Comer fora no Japão não é necessariamente "caro", porém, como na maioria dos países, tende-se a ficar um pouco mais caro enquanto se viaja. Deliciosa, bem como com preços razoáveis, a refeição pode ser apreciada se você mantiver as seguintes dicas em mente:

- Diversos **estabelecimentos de fast food** podem muitas vezes ser encontrados em torno das estações de trem, que oferecem refeições baratas em uma atmosfera casual. Além de lanchonetes de hambúrgueres e sanduíches, existem estabelecimentos de fast food em estilo japonês, especializados em "gyudon" (arroz coberto com carne cozida e cebola frita), "tendon" (arroz coberto com tempura) e macarrão soba ou udon. Esses locais geralmente oferecem refeições por menos de

¥500. Café da manhã com preços ainda mais razoáveis estão disponíveis em alguns locais.

- Os distritos de compras, entretenimento e negócios estão repletos de restaurantes que oferecem **no almoço o prato do dia** a preços razoáveis que variam entre ¥600 a ¥900. Refeições completas, em estilo ocidental ou japonês, estão disponíveis em abundância. A hora do almoço é geralmente em torno das 11h às 14h.

- O **sushi** não é caro, exceto em um número limitado de restaurantes muito refinados. Em "kaitenzushi" (local que serve pratos pequenos, com um ou dois pedaços de sushi em uma esteira rolante), o prato de sushi custa apenas cerca de ¥100. Em outras lojas de sushi, uma refeição completa de sushi custa cerca de ¥1.500 por pessoa. Almoços de sushi podem ser apreciados por aproximadamente ¥ 800.

- O subsolo das lojas de departamentos é geralmente o piso de alimentação, oferecendo uma grande variedade de **comidas para viagem** e embalagens de refeições prontas – deliciosas e baratas. Selecione uma ou duas e aprecie o seu próprio almoço em um parque próximo.

### ■ Compras

- Os "**100-yen shop**" estão crescendo em número, constantemente. Uma grande variedade de itens - de alimentos a artigos de uso diário - é vendida ao preço único de ¥100. Lojas de cem ienes podem ser encontradas perto de estações de trem e nas áreas comerciais. Você pode encontrar à venda pequenos artigos para lembranças como utensílios japoneses de mesa e muitos outros itens.

- Para apreciadores de eletroeletrônicos, o distrito de **Akihabara** em Tóquio é o primeiro lugar a ser visitado. Uma incrível variedade de eletrônicos pode ser encontrada aqui. Saia do trem na estação JR Akihabara pela linha Yamanote, e você encontrará, lado a lado, inúmeros estabelecimentos comerciais, incluindo muitos outlets e lojas de componentes eletrônicos.

- O comércio varejista japonês, principalmente as lojas de departamentos, fazem **mega liquidações** duas vezes ao ano, vendendo produtos sazonais, como roupas e diversos produtos com descontos extraordinários. Se acontecer de visitar uma loja de departamento durante o período das liquidações, você ficará impressionado com o número de etiquetas em exibição, com descontos de 30% a 50%. Normalmente, as épocas de liquidação são em janeiro e julho.



# Festivais e Eventos das Quatro Estações

O arquipélago japonês, na sua maior parte, pertence à zona temperada e seu clima é caracterizado por quatro estações bem definidas. Esta característica climática tem sido uma grande fonte de prazer. Acima de tudo, os festivais do Japão podem muito bem ser uma das maiores fontes de diversão do país. Festivais acontecem praticamente todos os dias ao longo do ano, em algum lugar no Japão. Aqui estão citados apenas alguns exemplos de grandes festivais japoneses a partir de uma lista que é quase incontável.

## PRIMAVERA — As ameixeiras e cerejeiras em plena floração



Desde os primeiros dias de março, quando a floração de ameixeiras se inicia, aos últimos dias de maio, quando as últimas flores de cerejeiras caem das árvores no norte do Japão, a primavera é o momento de renascimento da natureza e de celebração em todo o país.

A primavera no Japão literalmente significa flores, numa impressionante exibição colorida de variedades e formas. Particularmente abundantes são as flores de camélia, íris, lótus e mostarda. Inúmeros festivais de flores são realizados em toda parte.

## Festivais e Eventos

**1 a 14 de Março** Omizutori ou Festival da Água Sagrada do Templo Todaiji em Nara. Um rito solene é realizado à luz de tochas de pinheiros que atingem o auge na noite do dia 12.

**3 de Março** Hina Matsuri ou Festival das Bonecas, em todo o país. Festival para as meninas comemorarem em casa, decorando e expondo bonecas em miniatura.

**15 de Março** Otaue Matsuri do Santuário Kasuga em Nara encena uma dança clássica de mil anos.

**Meados de Março (durante 15 dias)** Segundo Torneio de Sumô em Osaka.

**1 a 30 de Abril** Miyako Odori ou A Dança da Flor de Cerejeira em Quioto. Danças japonesas são apresentadas pelas artistas aprendizes "Maiko".

**8 de Abril** Hana Matsuri ou Festival das Flores, em todos os templos budistas, em comemoração ao aniversário do Buda.



**14 a 15 de Abril** Takayama Matsuri do Santuário Hie em Takayama, com um desfile de lindos carros alegóricos.

**16 a 17 de Abril** Yayoi Matsuri do Santuário Futarasan em Nikko, com um desfile de carros alegóricos decorados.

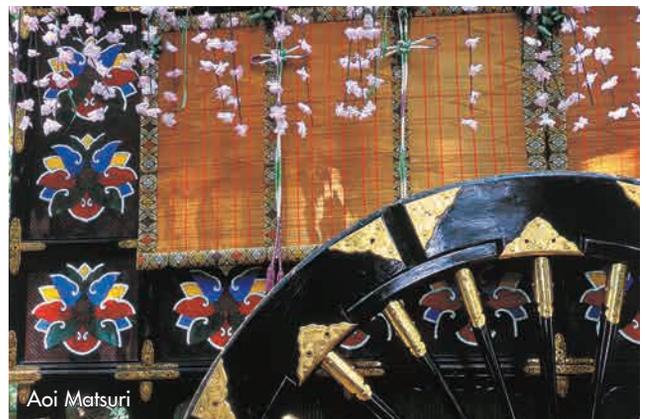
**3 a 4 de Maio** Hakata Dontaku em Fukuoka apresenta um desfile de lendários deuses a cavalo.

**3 a 5 de Maio** Batalhas de Pipas em Hamamatsu. Concorrentes empinam pipas enormes e tentam cortar as linhas de seus adversários.

**5 de Maio** Dia das Crianças, em todo o país. Famoso pelas flâmulas coloridas de carpas voadoras ondulando ao vento da primavera.

**11 de Maio** Pesca do Cormorão no Rio Nagara em Gifu. (Até 15 de outubro)

**15 de Maio** Aoi Matsuri ou Festival de Gerânios em Quioto. Apresenta um magnífico espetáculo.



**Meados de Maio (durante 15 dias)** Terceiro Torneio de Sumô em Tóquio

**Meados de Maio** Kanda Matsuri do Santuário Kanda Myojin em Tóquio (realizado todos os anos ímpares). Dezenas de santuários portáteis Mikoshi estão no desfile.

**17 a 18 de Maio** Grande Festival do Santuário Toshogu em Nikko. É realizado por uma procissão espetacular de mais de mil homens de armadura.

**3º dom. de Maio** Mifune Matsuri no Rio Oi em Quioto, com um desfile de barcos antigos.

**3º dom. (prévias sex. e sáb.) de Maio** Sanja Matsuri do Santuário de Asakusa em Tóquio, há a apresentação de um desfile composto de três santuários grandes que são transportáveis e mais de cem menores.

## VERÃO — Tempo de recreação e lazer, na terra da natureza

O verão é a estação do plantio de arroz, assim como é a época máxima de folhagens verdes por todo o país. As folhas verdes de cerejeiras, bordos, carvalhos e castanhas nas florestas das montanhas contrastam com a variedade de matizes das folhagens verde-escuras dos pinheiros, enquanto delicados brotos de bambu suavemente balançam por toda a parte.

O verão é a estação dos fogos de artifício. Quase todas as noites, as comunidades ao redor do Japão realizam animados shows de fogos colorindo vivamente os céus noturnos.

O verão em todo o Japão culmina em uma grande quantidade de festivais, muitos com danças folclóricas como o "Bon Odori", que é um encontro de dança para a recreação de moradores locais, seus amigos e visitantes.

### Festivais e Eventos

**Meados de Junho** Sanno Matsuri do Santuário Hie em Tóquio. Apresenta uma procissão de santuários portáteis através das movimentadas ruas do distrito de Akasaka, a cada dois anos.

**2º sáb. de Junho** Chagu-chagu Umakko ou Festival dos Cavalos em Morioka, onde cavalos com colorida decoração desfilam.



Kanto Matsuri, Akita

©Yasufumi Nishi

**7 de Junho** Tanabata ou Festival das Estrelas, em todo o Japão.

**Meados de Julho (durante 15 dias)** Quarto Torneio de Sumô em Nagoya.

**13 a 15 de Julho (ou Agosto, em muitas regiões)** Festival Bon em todo o país. Os ritos religiosos são realizados em memória dos mortos. Danças folclóricas, Bon odori, são oferecidas para confortar suas almas.



Fogos de artifício no Rio Sumida, Tóquio

**14 de Julho** Nachi Himatsuri ou Festival do Fogo em Nachi-Katsuura. Apresenta 12 tochas gigantes carregadas por sacerdotes vestidos de branco.

**1 a 15 de Julho** Hakata Gion Yamakasa em Fukuoka, com um desfile de carros alegóricos gigantes que chegam ao ápice no dia 15.

**1 a 31 de Julho** Gion Matsuri, o maior festival em Quioto, originado no século IX. Tradicionais carros

alegóricos esplendidamente enfeitados desfilam pelas principais ruas.

**Último sáb. de Julho** Grande show de fogos de artifício no rio Sumida, em Tóquio.

### Julho ou Agosto

Festival de Música Kangensai do Santuário Itsukushima em Hiroshima, com músicas e danças.

**24 a 25 de Julho** Tenjin Matsuri do Santuário Temmangu em Osaka. Apresenta um desfile de barcos que carregam santuários portáteis no Rio Okawa.

**1 a 7 de Agosto** Nebuta Matsuri em Aomori (2 a 7 de Agosto), e Neputa Matsuri em Hirosaki (1 a 7 de Agosto), com desfiles de enormes bonecos de papel machê iluminados sobre carros alegóricos.

**3 a 6 de Agosto** Kanto Matsuri em Akita. Apresenta um desfile de jovens equilibrando longas varas de bambu com muitas lanternas acesas penduradas.

**5 a 7 de Agosto** Hanagasa Matsuri em Yamagata, com um desfile de dança de aproximadamente 10 mil moradores da cidade usando tradicionais chapéus



Hanagasa Matsuri

©Prefeitura de Yamagata

de palha com coloridas flores artificiais.

**12 a 15 de Agosto** Awa Odori, Festival de Dança Folclórica em Tokushima. Toda a cidade reverbera cantando e dançando ao longo do dia e da noite.

**16 de Agosto** Fogueiras Daimonji nas colinas, com vista para Quioto.

# Festivais e Eventos das Quatro Estações

## OUTONO — Folhas coloridas e época da colheita

Enquanto o em setembro por aqui e por lá, em outubro a maior parte do Japão está fria, com dias frescos de seu típico outono.

O outono no Japão traz grandes mudanças nas cores das folhas, com tons vivos de vermelho, ouro, bronze e amarelo, que enfeitam colinas e montanhas com tapetes coloridos. É a estação da colheita. Nas áreas rurais, os muitos campos de arroz transformam-se em ouro, e a palha é logo cortada e empilhada, ou deixada suspensa, ordenadamente enfileirada. É um momento de festas frequentes, encontros esportivos e culturais em todo o país.

Multidões ansiosas também lotam as várias exposições de crisântemos que acontecem por todo o país.



Monte Fuji

## Festivais e Eventos

**16 de Setembro** Yabusame ou Arco e flecha a cavalo ocorre no Santuário Tsurugaoka Hachimangu em Kamakura.

**Meados de Setembro (durante 15 dias)** Quinto Torneio de Sumô em Tóquio.

**7 a 9 de Outubro** Festival Kunchi do Santuário Suwa em Nagasaki tem dança do dragão de origem chinesa.

**9 a 10 de Outubro** Takayama Matsuri do Santuário Hachimangu em Gifu é conhecido por seu desfile de carros alegóricos coloridos.

**Meados de Outubro** Festival da Cidade de Nagoya com uma procissão de senhores feudais ao longo das ruas da cidade.

**14 a 15 de Outubro** Kenka Matsuri ou Festival das Lutas do Santuário Matsubara em Himeji. Atinge o seu clímax no dia 15.

**Meados de Outubro - Meados de Novembro** Exposições de crisântemos no Santuário Meiji e no Templo Asakusa Kannon, em Tóquio.

**17 de Outubro** Festival de Outono do Santuário Toshogu em Nikko, com um desfile de palanquins escoltados por pessoas vestidas com armaduras.

**22 de Outubro** Matsuri Jidai ou Festival das Eras do Santuário Heian, em Quioto, é um dos três mais grandiosos festivais de Quioto.



Jidai Matsuri

**22 de Outubro** Festival do Fogo do Santuário Yuki de Kurama, em Quioto, tem longas filas de tochas fixadas ao longo das proximidades do santuário.

**2 a 4 de Novembro** Festival Okunchi do Santuário Karatsu, em Saga, é famoso por seu desfile de carros alegóricos coloridos.

**3 de Novembro** Daimyo Gyoretsu, em Hakone, é uma reprodução fiel de uma procissão de um senhor feudal.

**Meados de Novembro** Tori-no-ichi ou Festa do Rastelo do Santuário Otori na região de Kanto.

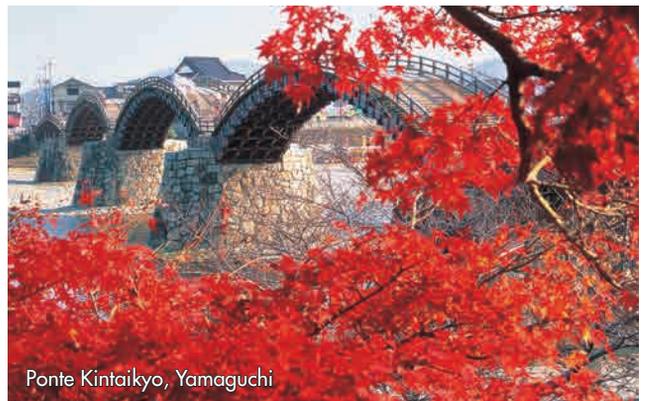
**Meados de Novembro (durante 15 dias)** Sexto Torneio de Sumô em Fukuoka.

**15 de Novembro** Shichi-go-san (7-5-3) é o dia de visita de crianças de 3, 5 e 7 anos aos santuários, em agradecimento à boa saúde que lhes foi concedida pelos deuses guardiões.



Exposição de Crisântemo

©Yasufumi Nishi



Ponte Kintaikyo, Yamaguchi

## INVERNO — Estação do prazer coberto de neve

Com exceção do extremo norte, o inverno no Japão não é muito rigoroso e é normalmente suavizado pelos quentes raios de sol riscando o céu azul.

Por outro lado, nas regiões ao Norte, vários festivais relacionados com a neve e o gelo são realizados. Turistas e moradores apreciam a neve espessa e as esculturas de gelo, e participam do cotidiano rural e eventos da temporada.

Numerosos eventos e feiras também acontecem por todo o Japão devido à chegada do Ano Novo, que é a data mais importante do ano para os japoneses.

### Festivais e Eventos

**15 a 18 de Dezembro** On-matsuri do Santuário Kasuga em Nara, com uma procissão de máscaras.

**17 a 19 de Dezembro** Hagoita-ichi (Feira das Raquetes) do Templo Asakusa Kannon, em Tóquio.

**31 de Dezembro** Okera Mairi do Santuário Yasaka em Quioto. Cerimônia do fogo sagrado.

**31 de Dezembro** Namahage na Península Oga, província de Akita. Homens fantasiados de diabo batem de porta em porta chamando as crianças da casa.

**1 de Janeiro** Dia de Ano Novo. Do dia 1º ao 3, quase todas as empresas, fábricas e comércios estão fechados. As famílias celebram o Ano Novo, desfrutando pratos especiais, vestindo seu melhor quimono ou vestido, e visitando santuários e templos para rezar por uma boa saúde e muita felicidade no ano.



**6 de Janeiro** Dezomeshiki ou Parada do Ano Novo dos Bombeiros em Tóquio, com acrobacias em cima de escadas altas.

**Meados de Janeiro (durante 15 dias)** Primeiro Torneio de Sumô em Tóquio.

**4º sáb. de Janeiro** Cerimônia do Fogo no Monte Wakakusayama em Nara.

**Início de Fevereiro (durante 7 dias)** Festival da Neve de Sapporo em Hokkaido. O mais famoso festival de neve no Japão, com muita neve trabalhada com esmero e esculturas de gelo.

**Início ou meados de Fevereiro** Festivais da Neve em Asahikawa, Abashiri e outras cidades em Hokkaido.

**3 ou 4 de Fevereiro** Setsubun ou Festival do Lançamento de Grãos de Soja ocorre nos principais templos em todo o país.

**3 ou 4 de Fevereiro** Festival das Lanternas do Santuário Kasuga em Nara.

**15 a 16 de Fevereiro** Kamakura Matsuri de Yokote em Akita. Casas de neve que consagram o Deus da Água são erguidas.

**17 de Fevereiro** Festival Bonden de Yokote em Akita. Dezenas de Bonten, símbolo do Deus da Criatividade, são transportados por homens jovens.

**3º sáb. de Fevereiro** Eyo ou Hadaka Matsuri (Festival dos Nus) do Templo Saidaiji em Okayama.

Nota: Todas as informações são baseadas em dados de Fevereiro de 2015 e estão sujeitas a alterações sem aviso prévio.



### Veja!

#### ■ Feriados Nacionais

1 de Janeiro	Dia de Ano Novo
2ª segunda-feira de Janeiro	Dia da Maioridade
11 de Fevereiro	Dia da Fundação do Japão
21 (ou 20) de Março	Dia do Equinócio de Primavera
29 de Abril	Dia da Era Showa
3 de Maio	Dia da Constituição
4 de Maio	Dia do Verde
5 de Maio	Dia das Crianças
3ª segunda-feira de Julho	Dia do Mar
3ª segunda-feira de Setembro	Dia de Respeito aos Idosos
23 (ou 22) de Setembro	Dia do Equinócio de Outono
2ª segunda-feira de Outubro	Dia da Saúde e dos Esportes
3 de Novembro	Dia da Cultura
23 de Novembro	Dia de Ação de Graças pelo Trabalho
23 de Dezembro	Aniversário do Imperador

Notas:

(1) Quando um feriado nacional cai no domingo, a segunda-feira seguinte torna-se feriado.

(2) Quando um dia (exceto os domingos e o acima mencionado) está entre feriados nacionais, torna-se feriado.

## Visão geral

O Japão oferece uma série variada de entretenimentos, clássicos e modernos. Desde o misterioso simbolismo oriental do teatro Noh a concertos de música ocidental de todos os gêneros, não faltarão opções para mantê-lo constantemente em movimento durante sua visita ao Japão. O rico patrimônio artístico da nação tem sido preservado, por centenas de anos, nas casas do tesouro de santuários e templos e por meio das coleções privadas da realeza, dos daimyo (senhores feudais) e dos ricos comerciantes, e agora está disponível em numerosos museus públicos e privados.

## Museus e Galerias de Arte

A longa história registrada do Japão, bem como suas profundas realizações artísticas estão em exibição em vários museus. De fato, os artefatos arqueológicos, artesanatos e obras de arte contidas nos museus representam deslumbrantes microcosmos da experiência japonesa que iluminam a nação e seu povo como um todo.

Talvez no ápice dos museus do Japão estejam os museus nacionais, dos quais o **Museu Nacional de Tóquio**, no Parque Ueno, foi o primeiro a ser estabelecido, em 1872. A sua extensa coleção dá uma visão abrangente de toda a história da arte tradicional japonesa, além de exposições históricas, científicas e de história natural.

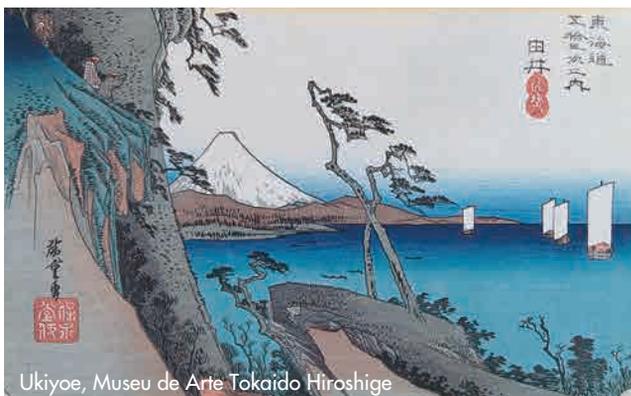
O **Museu Nacional de Arte Moderna** de Tóquio apresenta uma cronologia das excelentes obras-primas de arte moderna do Japão.

O recém-inaugurado **National Art Center, em Tokyo** tem o maior espaço de exposição do Japão e uma extensa coleção.

O **Museu Nacional de Quioto** foi originalmente criado em função das pinturas, esculturas e outros tesouros dos templos dos arredores, mas agora contém exemplos de arte japonesa de todos os períodos.

O **Museu Nacional de Nara** é conhecido especialmente pela sua coleção de esculturas budistas.

Em Tóquio há inúmeros museus de arte, públicos e privados, que preservam obras inestimáveis da arte tradicional do Japão. Para citar apenas alguns, o **Museu Gotoh** possui, entre sua coleção, o "Conto de Genji" pintado em pergaminho (um tesouro nacional); e o **Museu Memorial de Belas-Artes**



Ukiyoe, Museu de Arte Tokaido Hiroshige

**Hatakeyama** apresenta artefatos de cerimônia do chá. Estes dois museus têm também um jardim japonês, permitindo ao visitante apreciar obras de arte em uma atmosfera maravilhosamente relaxante. Também merecem visita: o **Museu de Artes Idemitsu**, com sua coleção de caligrafia, pinturas e cerâmica do Japão e da China; o **Museu de Arte Suntory**, que apresenta itens de arte antiga inspiradas no modo de vida tradicional; o **Museu de Arte Yamatane**, especializado em pinturas japonesas modernas e contemporâneas; o **Museu de Artes Folclóricas do Japão**, com belos artesanatos para uso diário, tais como cerâmicas e tecidos; e o **Museu Memorial de Arte Ukiyoe Ota**, especializado em pintura Ukiyoe.



Museu Edo-Tóquio

Deixando de lado a arte tradicional, há também outros tipos de museus diferentes. O **Museu Edo-Tóquio** apresenta a história e estilo de vida de Tóquio, utilizando modelos de grande escala. O **Museu Metropolitano de Arte Teien de Tóquio** é uma legítima construção em art déco feita em 1933 e promove diversas exposições temporárias de obras de arte.

No setor de arte contemporânea, o Japão está recentemente emergindo para o resto do mundo como fonte de uma criatividade singular. Como tal, museus de arte contemporânea no Japão esperam visitantes que estão interessados nas últimas tendências do país em estilos de vida, pensamentos, mídia e assim por diante. Um dos maiores desse tipo em escala, no Japão, o **Museu de Arte Contemporânea de Tóquio**, apresenta uma extensa série de obras de arte contemporânea japonesa e do exterior. A **Galeria de Arte Ópera da Cidade de Tóquio** muitas vezes é a pioneira em exposições de "novos conceitos" de arte contemporânea. O **Museu Hara de Arte Contemporânea** no distrito de Shinagawa, em Tóquio, é um elegante edifício no estilo Bauhaus, que abriga uma variedade de obras de arte contemporânea. Na província de Ibaraki, ao norte de Tóquio, a **Galeria de Arte Contemporânea do complexo Torre Mito de Arte** é conhecida por suas exclusivas exposições de arte contemporânea.

O **Museu de Arte Tokugawa** de Nagoya é especializado em vestimentas do teatro Noh, espadas, armaduras e outras relíquias de samurais.

O **Museu de Arte Tokaido Hiroshige**, na província de Shizuoka, possui uma coleção que destaca as obras de Hiroshige Utagawa, o principal pintor de Ukiyoe do Japão, abrigando mais de 1,3 mil gravuras em blocos de madeira.

Quanto às belas artes tradicionais da região de Kansai, o **Museu de Arte Fujita** em Osaka é importante por sua rica coleção de exemplares antigos. Este museu abre na primavera e no outono. Também célebres são o **Museu Municipal de Cerâmicas Orientais de Osaka**, que se especializou nas inestimáveis cerâmicas antigas da China e da Coreia, e o **Museu Municipal de Arte de Osaka**, com a sua rica coleção de obras antigas de arte chinesa e japonesa. O **Museu de Arte Oyamazaki Villa** em Quioto é uma impressionante e elegante casa de campo onde obras de cerâmica são expostas em uma atmosfera relaxante e serena. O **Museu Miho**, na província de Shiga, apresenta obras-primas da arte japonesa e da arte antiga de todo o mundo. Note, no entanto, que fecha durante o inverno. Enquanto isso, o **Museu Suntory Tempozan** de Osaka promove exposições temáticas com foco em cartazes.

## Jardins

Os jardins japoneses, que se destacam na criação de simbólicas réplicas em miniatura de paisagens sem limitações dentro de restrições de algumas centenas de metros ou menos, são reconhecidos em todo o mundo. Evoluindo a partir do patrocínio de uma classe dominante altamente refinada e dos princípios do budismo e do xintoísmo, os jardins japoneses são arrebatadoras combinações de plantas, água, areia e rocha que celebram as belezas da natureza em uma forma artística estruturada. Numerosos jardins são encontrados nas áreas dos templos, e muitos existem há séculos.

Quioto é particularmente rico em jardins, como os da **Vila Imperial Katsura**, dos **Templos Ginkakuji e Kinkakuji**, do Castelo Nijo e o famoso jardim de pedras do **Templo Ryoanji**. Todos estes são exemplos especialmente requintados.

Em Tóquio, os jardins recomendados incluem o **Jardim Higashi Gyoen**, o **Jardim Hama Rikyu** e o **Koishikawa Korakuen**, além do grande parque **Shinjuku Gyoen**, agora público, que era originalmente uma área de lazer da família imperial.

Em outros lugares de todo o país, jardins notáveis incluem o **Kenrokuen** de Kanazawa na província de Ishikawa, o **Kairakuen** na província de Ibaraki, o



Kenrokuen, Kanazawa

© Ishikawa Prefecture Tourist Association and Kanazawa Convention Bureau

**Korakuen** na província de Okayama e o **Parque Ritsurin** na província de Kagawa.

## Espectáculos Artísticos Clássicos

O teatro **Noh** do Japão é uma arte cênica altamente estilizada, com 700 anos de história. Altamente simbólico, o Noh é enraizado em antigos ritos xintoístas e é apresentado em um palco coberto como um santuário xintoísta. Os atores usam máscaras, o movimento é muito estilizado e os figurinos são geralmente ricos e deslumbrantes.

Esta forma de arte clássica é realizada no **Teatro Nacional Noh de Tóquio**, no **Nohgakudo Hoshu**, no **Kanze Nohgakudo** e no **Nohgakudo Kita**. Na região de Kansai, o Noh é encenado no **Kaikan Kanze** em Quioto e no **Kaikan Nohgaku de Osaka**. O Noh, por outro lado, talvez seja melhor apreciado ao ar livre, com apresentações iluminadas com tochas, em templos.



O teatro **Kabuki** é uma peça clássica secular do Japão, com maquiagem reluzente, espetaculares trajes característicos e cenários, além de sequências de cenas dramáticas que incluem combate com espadas, dança, e até mesmo com os atores voando por sobre os espectadores.

O melhor local para se assistir ao Kabuki em Tóquio é o **Kabukiza** em Ginza, que encena peças ao longo do ano. Também em Ginza há o **Shimbashi Embujo**, enquanto o **Teatro Nacional do Japão**, perto do Palácio Imperial, ocasionalmente apresenta companhias em turnê.

**Bunraku** é uma forma elaborada de teatro de marionetes. Figuras com três quartos do tamanho natural, de madeira e de porcelana, são manobrados por três manipuladores de marionetes trabalhando juntos, com narração e acompanhamento de Shamisen. O Bunraku é realizado no Teatro Nacional de Bunraku em Osaka e no Teatro Nacional em Tóquio.



Dança Japonesa

## Espetáculos Artísticos Modernos

Modernos espetáculos de arte, como **ópera**, **dança Butô**, **musicais**, **peças de teatro** e **balé** também podem ser apreciados em várias cidades por todo o país. Em Tóquio, especialmente, os artistas mais importantes de todo o mundo estão constantemente no palco. Alguns são tão populares que os ingressos devem ser reservados com bastante antecedência. O **Opera City de Tóquio** é o salão de mais alto padrão com todos os recursos para a realização de concertos e ópera. A **Trupe Takarazuka**, uma companhia de teatro musical formada exclusivamente por mulheres, atrai muitas pessoas que gostam de suas brilhantes performances, em que papéis masculinos são interpretados por mulheres. O internacionalmente celebrado teatro-dança "Butô" impressiona o público com suas performances únicas de vanguarda do Japão.



## As Artes

Entre as suas artes nativas, poucas são mais tipicamente japonesas que **Ikebana**, ou a arte dos arranjos florais. Intimamente relacionado com a arte budista da cerimônia do chá, o Ikebana enfatiza a simplicidade e a precisão das formas e visa simbolizar os vários aspectos da natureza. Existem inúmeras escolas de ensino de Ikebana, muitas das quais oferecem aulas em inglês.

A arte da cerimônia do chá, ou **Chanoyu**, é um culto estético do refinamento espiritual que originalmente era muito popular entre os samurais. Hoje, você pode ver e possivelmente participar de demonstrações de Chanoyu em algumas das principais escolas e em hotéis.



## Cerâmica e Porcelana

Como o Chanoyu começou a se espalhar no período Muromachi (1333-1573), houve o crescimento de centros de produção de cerâmica em todo o país, cada um com seu estilo próprio. O século XVII viu a cidade de Arita ter êxito no processo de fabricação de porcelanas em fornos, o que deu ainda mais impulso à ascensão da indústria japonesa de cerâmica nos anos seguintes. Entre os numerosos centros de produção, os mais famosos são **Mashiko-yaki** (cerâmica) na região de Kanto; **Seto-yaki**, **Tokoname-yaki**, **Mino-yaki**, e **Kutani-yaki** na região de Chubu; **Kiyomizu-yaki** e **Shigaraki-yaki** na região de Kansai; **Bizen-yaki** e **Hagi-yaki** na área de Chugoku; **Imari-yaki**, **Arita-yaki** e **Karatsu-yaki** em Kyushu. Estes centros de produção têm museus, lojas e aulas de cerâmica em que o iniciante pode experimentar modelar e projetar sua própria peça.



## Veja!

### ■ Vestuário Tradicional

O Quimono é o traje tradicional do Japão, e é usado, hoje em dia, principalmente em ocasiões formais. Embora às vezes seja considerado nada prático, dá à pessoa que o veste um ar de graça e elegância.

Enquanto se hospedam em um Ryokan, homens e mulheres também vestem Yukata, ou traje informal.

Desfrute desta sensação de liberdade e de descontração quando estiver em um Ryokan!



## Vida Noturna

### Passeios Noturnos

A variedade disponível de entretenimentos nas cidades do Japão é tão grande que os visitantes podem provar as melhores opções aderindo a uma excursão noturna. Em Tóquio, a **Sunrise Tour**, um segmento da Japan Travel Bureau, oferece passeios noturnos a preços razoáveis. Em Quioto, participando da opção **Kyoto Night Tour**, você será convidado a participar em uma cerimônia do chá, seguido de um jantar de Tempura ao estilo Zen e terminar desfrutando vários tipos de tradicionais espetáculos artísticos japoneses em **Gion Corner**.



### Onde Beber

Nenhum visitante precisa sentir sede no Japão. Além dos bares em estilo ocidental nas cidades, locais tradicionais incluem:

**Izakaya**, que são pubs em estilo japonês que servem cerveja, saquê japonês, coquetéis e outras bebidas alcoólicas, bem como refeições casuais. Estabelecimentos para beber deste tipo estão cheios até a meia-noite. Entre em um e sinta a energia. Os preços são, naturalmente, muito razoáveis.



**Karaoke** (cantar acompanhado de música gravada), é uma das formas mais populares de diversão noturna no Japão. Geralmente, um estabelecimento de karaoke consiste de várias salas, sendo que cada sala é equipada com equipamentos de karaoke. Um grupo de pessoas pode ocupar uma sala a um preço razoável para desfrutar cantando, enquanto bebe e come. Muitas casas de karaoke ainda oferecem uma seleção de canções populares que você pode cantar em inglês.

Em Tóquio, os melhores locais para uma noite animada com boa comida, bebida e entretenimento incluem o internacionalmente conhecido distrito de **Roppongi**; o chique e elegante **Ginza**, com suas deslumbrantes placas iluminadas de neon; o sofisticado **Akasaka**; **Shibuya**, lotado de jovens, e o barulhento **Kabukicho** em **Shinjuku**.



© Y. Shimizu

### Para Dançar

Discotecas e clubes são comuns e bastante frequentados em todas as grandes cidades por jovens de todas as idades. Em Tóquio, **Roppongi** oferece muitos locais refinados para adultos, enquanto **Shibuya** é uma meca de dança para jovens.



## Esportes

Esportes de todos os tipos desfrutam de grande popularidade no Japão. E, por meio de suas diversas artes marciais, o Japão tem contribuído com alguns dos principais esportes atualmente praticados no mundo.

## Esportes tradicionais

Entre os esportes de origem japonesa, nenhum representa melhor o sentimento nacional do Japão do que o **Sumô**, uma forma de luta que originalmente foi praticada durante festivais e em dias sagrados nos santuários xintoístas. Consistindo de um simples círculo em um chão de barro bem compactado em que dois - frequentemente enormes - homens se encontram, uma luta de Sumô é vencida quando um lutador força o outro para fora do círculo ou quando derruba o oponente no solo. O Sumô envolve regras intrincadas e um vocabulário inteiro de agarramentos, empurrões e estratégias que seus devotos adoram debater.

Seis torneios por ano, cada um com duração de 15 dias, são realizados nos meses de janeiro, maio e setembro em Tóquio, em março em Osaka, em julho em Nagoya, e em novembro em Fukuoka.



O **Judô** é uma arte marcial de defesa pessoal que nasceu no Japão e agora ganha popularidade entre os praticantes internacionalmente. Com base nos princípios de alavancagem e usando a força do oponente para sua própria vantagem, o Judô é agora um evento de disputa de medalha olímpica. O centro de treinamento **Kodokan**, em Tóquio, é um ótimo lugar para se ver o treinamento de alunos, bem como ocasionais lutas de exibição de especialistas em Judô.

O **Kendo** é uma espécie de esgrima em que os oponentes vestidos com protetores de algodão pesado e armaduras laqueadas golpeiam um ao outro com espadas de bambu. O **estádio Nippon Budokan**, em Tóquio, é o melhor lugar para observar o Kendo.

O **Karate**, uma forma de combate sem armas, foi desenvolvido por agricultores de Okinawa, pois os governantes do continente proibiam o porte de armas nessa província. Treinado na concentração da energia em golpes de mão ou com o pé, um especialista em Karate pode quebrar uma espessa pilha de tijolos ou de madeiras com um único golpe. Vá à **Associação Japonesa de Karate**, em Tóquio, para assistir aos treinos de praticantes e especialistas.

O **Aikido** é uma outra arte marcial baseada na concentração da energia da pessoa, bem como em tomar vantagem da força do oponente. O Aikido é especialmente valorizado entre os seus seguidores como uma forma de manter e aumentar a aptidão física.

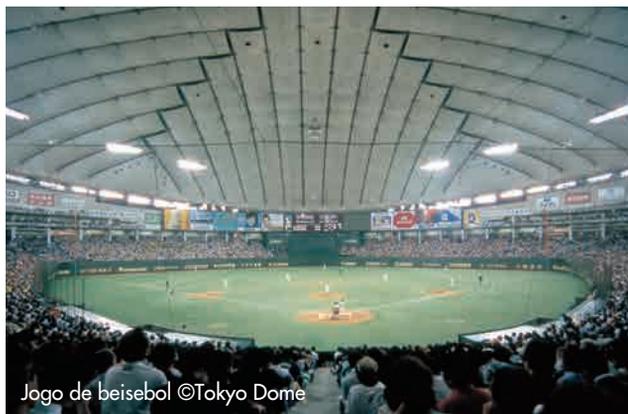
O **Aikikai** é um dos centros de aikido em Tóquio.

O **Kyudo**, a prática japonesa de arco e flecha, é muito considerado para o refinamento espiritual individual e o desenvolvimento da concentração, pois é voltado para competição. Por muito tempo associado aos princípios do Zen-budismo, torneios de arco e flecha às vezes podem ser vistos em templos.



## Esportes contemporâneos

O **beisebol** é tão popular no Japão que muitos fãs ficam surpresos ao ouvir que os norte-americanos também o consideram como seu "esporte nacional". Especialmente populares são os torneios nacionais de primavera e verão entre equipes de estudantes do último ano das escolas secundárias. As escolas campeãs que representam suas respectivas prefeituras se reúnem no **Estádio Koshien**, na província de Hyogo, e disputam a vitória. Quase todas as pessoas do Japão beiram o fanatismo ao apoiar as equipes dos seus respectivos locais de nascimento. O beisebol profissional está bem desenvolvido, com 12 equipes patrocinadas por grandes corporações. Em Tóquio, o local mais privilegiado para ver um jogo é o **Tokyo Dome Stadium**, uma das atrações da Tokyo Dome City. Torcer pelo seu time profissional favorito é uma atividade única e vibrante, que usa trompetes, tambores e outros instrumentos barulhentos.



© TOKYO DOME

O **futebol** é um esporte que agora possui grande popularidade entre as crianças e os jovens no Japão.

O **esqui** é muito popular no Japão, milhões de esquiadores viajam para os grandes resorts nas montanhas de Honshu e Hokkaido. Os resorts de esqui do país são muito bem equipados, e se comparam favoravelmente com resorts das principais regiões da Europa, dos EUA e do Canadá. Recentemente, o número de áreas de esqui que também servem para snowboard está aumentando porque cresceu também a popularidade deste esporte, especialmente entre os jovens.

A **patinação** está disponível em pistas indoor nas principais cidades, bem como em excelentes instalações ao ar livre no inverno no norte e em Hokkaido.



## Compras

O Japão fabrica uma grande porcentagem de bens de consumo de todo o mundo e isto estrutura sua participação no mercado mundial. Em um país como este, não é nada surpreendente que fazer compras ocupe uma proporção considerável de tempo da maioria dos visitantes. Os próprios japoneses adoram fazer compras e consideram uma visita às lojas de departamentos das grandes cidades como uma recreação. As lojas incentivam isso oferecendo serviço de cuidados às crianças, dando amostras grátis de alimentos de seus supermercados e mercearias, e também com apresentações de shows e demonstrações de artesanatos nativo e estrangeiro.



## Veja!

### ■ Turismo no Japão, um país seguro

A partir de Outubro de 2014, itens foram adicionados à relação de produtos isentos de imposto, nas lojas participantes do programa de isenção de impostos.

\* Existem algumas restrições e condições para compra de produtos isentos de imposto, dependendo do tipo de produto.

(1) Produtos consumíveis (alimentos, bebidas, medicamentos, cosméticos etc.) devem ser comprados na mesma loja, no mesmo dia e o gasto total deve ser superior a ¥5.000 e inferior a ¥500.000.

(2) Mercadorias gerais, (electrodomésticos, vestuário, acessórios etc.) EXCETO produtos consumíveis isentos de imposto de consumo, se comprados na mesma loja, no mesmo dia e o gasto total seja superior a ¥10.000.

\* Não está isento de imposto se a compra for para fins de negócios e comércio.

\* Alguns produtos são proibidos de serem importados em certos países.

## Veja!

### ■ Visitando os mercados de pulgas (Nomi-no-ichi)

Conhecido como **Nomi-no-ichi**, os mercados de pulgas são realizados em várias partes do Japão. Ocorrem principalmente nas áreas de templos e santuários e estão abertos de manhã cedo até o fim da tarde. Os itens à venda variam amplamente, tanto em variedades como em preços, há desde antiguidades extremamente caras a itens baratos de souvenir. Com a venda de talheres antigos, tecidos, móveis e bens diversos, estes mercados também atraem muitos estrangeiros. Somente olhar já é uma diversão. Levante um pouco mais cedo de manhã e visite um. Famosos mercados de pulgas estão listados abaixo:

● **Oedo Feira de Antiguidades** no Fórum Internacional de Tóquio. (1min a pé da saída D5 da estação JR Yurakucho da linha Yamanote ou linha Yurakucho de Metrô), 1° e 3° dom. de cada mês, 9am – 4pm.

● **Kitano Temmangu Nomi-no-ichi** no Santuário Kitano Temmangu em Quioto (30min de ônibus da estação JR Quioto); no dia 25 de cada mês.

● **Toji Garakuta-ichi e Kobo-ichi** em Quioto, no portão sul do Templo Toji em Quioto (15min de caminhada da estação JR Quioto); 1° dom. de cada mês (Garakuta-ichi) e no dia 21 de cada mês (Kobo-ichi).



O Japão tem um dos sistemas de transportes mais desenvolvido do mundo. O serviço ferroviário sozinho cobre quase todos os destinos possíveis. Além disso, há um sistema de rodovias nacionais e um bem desenvolvido serviço de transporte aéreo doméstico. Ônibus e táxis funcionam nas cidades, enquanto balsas ligam Tóquio, Osaka e Kobe, com os principais portos em Hokkaido e Kyushu.

Além disso, o Japão oferece um abrangente serviço aéreo internacional por meio de suas duas companhias aéreas, Japan Airlines e All Nippon Airways, bem como recebe várias companhias aéreas estrangeiras que voam para todos os cantos do mundo.

## Ferrovias

As companhias ferroviárias no Japão incluem a Japan Railways (JR), um grupo de seis empresas ferroviárias que cobre a totalidade do país, além de uma variedade de empresas que operam em muitas das grandes cidades. A JR é conhecida especialmente pela sua pontualidade extrema, mesmo no intenso tráfego de trens regionais, em Tóquio, fazendo paradas nas estações em intervalos de 1,5min durante os períodos de pico.

E claro, há também seu **Shinkansen**, ou "trem-bala", fornecendo ligações ferroviárias ultra-rápidas e altamente confiáveis para quase toda a extensão do Japão. A rede consiste nas linhas: Tokaido, Sanyo, Kyushu, Tohoku, Joetsu, Hokuriku, Akita e Yamagata.

Os serviços de longa distância da JR incluem os tipos super-expresso, expresso-limitado, expresso, vagão-leito e reserva de assento, com taxas que variam de acordo com a distância e o tipo de serviço. Dentro das cidades, compre bilhetes para as linhas locais nas máquinas de venda automática de cada estação, e vá às centrais de reservas "**Midori-no-madoguchi**" para bilhetes de diferentes classes, assim como para viagens de longa distância.

## Japan Rail Pass (JR)

Para o visitante, o **Japan Rail Pass** da JR oferece preço baixo e praticidade. O Rail Pass está disponível apenas para os visitantes a passeio e deve ser comprado fora do Japão. Ele permite ao portador ilimitadas viagens em linhas JR e ônibus filiados, e também à balsa JR de Miyajima.

(O passe não pode ser usado nos Shinkansen "Nozomi" e "Mizuho").

**Mais informações:** <http://www.japanrailpass.net>



Shinkansen

© Linhas ferroviárias JR East

Validade	Comum	Green (primeira classe)
7 dias	¥29.110	¥38.800
14 dias	¥46.390	¥62.950
21 dias	¥59.350	¥81.870

Preços de passes para crianças de 6 a 11 anos são metade do valor indicado acima.

## Benefício adicional do Japan Rail Pass

Para aqueles que possuem um Japan Rail Pass, a JR oferece uma taxa de desconto especial nos hotéis do grupo JR.

**Mais informações:** <http://www.jrhotelgroup.com/eng>

## Passes de Trens Regionais do Japão

Para os viajantes regionais, a JR oferece a preços razoáveis passes muito convenientes: HOKKAIDO RAIL PASS para a ilha de Hokkaido, JR EAST PASS para o nordeste do Japão, a partir de Tóquio, exceto Hokkaido, ALL SHIKOKU RAIL PASS para todas as linhas de seis Shikoku estrada de ferro, JR WEST RAIL PASS para o oeste do Japão a partir do Aeroporto Internacional de Kansai e JR KYUSHU RAIL PASS para toda a Ilha de Kyushu. Eles também oferecem incentivos adicionais para o comprador em questão.

### Linhas ferroviárias JR Hokkaido

Validade	Hokkaido Rail Pass Comum(a partir de 12 anos)
3 dias	¥16.500
4 dias flexíveis	¥22.000
5 dias	¥24.000
7 dias	¥22.000

### Linhas ferroviárias JR East

Validade	JR East Pass
5 dias flexíveis	¥22.000

### Linhas ferroviárias JR Shikoku

Validade	All Shikoku Rail Pass
2 dias	¥6.300
3 dias	¥7.200
4 dias	¥7.900
5 dias	¥9.700

### Linhas ferroviárias JR West

Validade	JR-West Pass - Área Sanyo
4 dias	¥20.570
8 dias	¥30.860

Validade	JR-West Pass - Área Kansai
1 dias	¥2.060
2 dias	¥4.110
3 dias	¥5.140
4 dias	¥6.170

### Linhas ferroviárias JR Kyushu

Validade	Kyushu Rail Pass - Área Kyushu
3 dias	¥14.400
5 dias	¥17.490

Validade	Kyushu Rail Pass - Área norte de Kyushu
3 dias	¥7.200
5 dias	¥9.260

\*Crianças entre 6 e 11 anos pagam meia passagem. Abaixo de 6 anos: Grátis

## Linhas Aéreas Domésticas

Com cerca de 85 aeroportos servindo para vôos domésticos e para o exterior, o Japão é muito conveniente para o passageiro de avião.



© Aeroporto Internacional de Kansai Cia. Ltda.

## Transporte Urbano

Linhas de **metrô** estão disponíveis em todas as grandes cidades, e prestam serviços de transporte rápidos e eficientes. A linha JR Yamanote-sen em Tóquio e a linha Kanjo-sen em Osaka fazem um roteiro circular pelos centros de sua respectivas cidades. Em Tóquio, as tarifas da JR iniciam a partir de ¥130; as tarifas do metrô a partir de ¥160 para o Metrô de Tóquio e ¥170 para as linhas Toei (Metropolitana), e aumentam de acordo com a distância percorrida.

Quase todas as estações têm máquinas de venda automática de bilhetes e máquinas de verificação automática de bilhetes em suas portas de entrada e de saída.

O serviço de **ônibus** funciona em todas as cidades, mas pode às vezes ser um pouco difícil de ser usado por visitantes que não falam japonês.

Os **táxis**, por outro lado, também são bastante viáveis e geralmente podem levar os passageiros para os endereços escritos em japonês ou de cartões de visitas. Se a luz vermelha no canto inferior esquerdo do pára-brisa estiver acesa, o táxi está livre e pode ser pego. Tenha cuidado ao se aproximar da porta esquerda traseira de um táxi: ela é aberta e fechada automaticamente pelo lado de dentro pelo motorista.

Serviços de **aluguel de automóveis** estão disponíveis na maioria das cidades de grande e médio portes, bem como em aeroportos e grandes estações de trem, para quem possui carteira de motorista internacional reconhecida.



Linha JR Yamanote

Ônibus



Expresso Narita "N'EX"



Estação

© Y.Shimizu

## Veja!

### ■ Aproveite o Japão de trem com bilhetes econômicos

#### [Em Tóquio]

- **Tokyo Free Kippu:** ¥1.590 para adultos

Este bilhete permite um dia de viagens ilimitadas em linhas JR dentro dos limites da cidade de Tóquio, bem como em qualquer uma das linhas do Metrô de Tóquio, linhas do metrô Toei (metropolitana), linhas Toden (serviço de bondes da região metropolitana) e linhas Tobasu (serviço de ônibus da região metropolitana).

- **Tokunai Pass:** ¥730 para adultos

Este bilhete permite, por um dia, viagens ilimitadas em linhas JR dentro dos limites da cidade de Tóquio.

- **1-Day Open Ticket do Metrô de Tóquio:** ¥710 para adultos

Com este bilhete, por um dia, é possível passeios ilimitados em linhas do Metrô de Tóquio

- **Common 1 Day Ticket do Tokyo Metro/Toei Chikatetsu:** ¥1.000 para adultos

Com este bilhete, por um dia, é possível passeios ilimitados em qualquer uma das linhas de metrô do Metrô de Tóquio e da Toei.

#### [Na região de Kansai]

- **Surutto KANSAI** Bilhete de 2 dias: ¥3.800 para adultos, bilhete de 3 dias: ¥5.000 para adultos

Estes bilhetes permitem, por dois ou três dias, passeios ilimitados nas linhas de trem e de ônibus, operadas por 40 empresas privadas de transporte e operadoras públicas. Outros benefícios também estão disponíveis, permitindo que o portador do bilhete possa usar várias instalações ao longo das linhas de trem/ônibus com desconto.

# Roteiros para viagens de trem

As linhas-tronco da rede de ferrovias da JR se estendem por todas as principais ilhas do Japão, desde Hokkaido, ao norte, até Kyushu, ao sul. As linhas de trens locais que operam dentro de sua própria região são também bastante desenvolvidas. Viajar pelo país em trens seguros e confortáveis é embarcar para uma experiência inesquecível!

Apresentamos abaixo quatro opções de roteiros, levando-se em consideração os usuários de Japan Rail Pass. Estes roteiros ajudarão os visitantes.

## 1. O Melhor do Japão

Este modelo de roteiro representa o "melhor" dos destaques turísticos que o Japão tem a oferecer. Ele está cheio de destinos famosos, com todos e cada um deles sendo um local indispensável. Entre as atrações estão: Hakone-Yumoto, o resort de águas quentes junto ao cenário do parque Nacional Fuji-Hakone-Izu; as duas antigas capitais, Quioto e Nara; o Castelo de Himeji, que é admirado como o "Castelo da Garça Branca";

estrangeiros, mesmo os que vêm pela primeira vez, a elaborar seus próprios passeios aos pontos turísticos principais, de maneira mais eficiente e agradável. Para detalhes de atrações turísticas específicas, consulte a seção "Explorando o Japão" deste folheto ou o website da JNTO (<http://www.jnto.go.jp>).

Nota: Nos esquemas das opções de roteiros, **SPX** significa Shinkansen super-expresso; **LEX**, expresso-limitado; **RAP**, trem-rápido; **LOC**, trem-local. Nomes entre parênteses mostram os pontos de baldeação. Os tempos fornecidos indicam tempos de viagem, excluindo os tempos requeridos para baldeações, etc.

Kurashiki e sua tradicional paisagem urbana com aspectos do antigo Japão; Okayama, célebre pelo Jardim Korakuen, um dos três jardins mais bonitos do Japão; a Ilha de Miyajima, um dos três locais pitorescos mais famosos do Japão; a cidade de Hiroshima, símbolo da paz mundial. De Hiroshima, você pode prosseguir mais adiante até Kyushu ou para Shikoku, via Shimanami-kaido.

Dia 1	<b>Tóquio</b> 東京	SPX 35min	(Odawara) (小田原)	● Hakone-Tozan LOC 15min	<b>Hakone-Yumoto</b> 箱根湯本				
Dia 2	<b>Hakone-Yumoto</b> 箱根湯本	● Hakone-Tozan LOC 15min	(Odawara) © (小田原)	SPX 2h6min	<b>Quioto</b> 京都				
Dia 3	<b>Quioto</b> 京都	RAP 45min	<b>Nara(4h permanência)</b> 奈良	RAP 45min	<b>Quioto</b> © 京都				
Dia 4	<b>Quioto</b> 京都	SPX 55min	<b>Himeji(2h permanência)</b> 姫路	SPX 20min	(Okayama) (岡山)	<b>Kurashiki</b> 倉敷			
Dia 5	<b>Kurashiki</b> 倉敷	LOC 15min	<b>Okayama(2h permanência)</b> 岡山	SPX 45min	<b>Hiroshima</b> 広島				
Dia 6	<b>Hiroshima</b> 広島	LOC 27min	(Miyajimaguchi) (宮島口)	Balsa 10min	<b>Miyajima(2h permanência)</b> 宮島	Balsa 10min	(Miyajimaguchi) (宮島口)	LOC 27min	<b>Hiroshima</b> 広島
Dia 7	<b>Hiroshima</b> 広島	SPX 1h35min	※(Shin-Osaka) (新大阪)	SPX 3h	<b>Tóquio</b> 東京				

Notas: ● São linhas de ferrovias privadas onde o Japan Rail Pass não é aceito. A tarifa é calculada separadamente.

©Indica a possibilidade de conexão a um outro roteiro da região de Chubu.

※Você pode ir diretamente de Hiroshima a Tóquio pelos trens "Nozomi" em que o Japan Rail Pass não é válido, e você deverá pagar a tarifa básica e a taxa de expresso-limitado. Demora 4h.

O tempo apresentado como necessário, em Nara, está baseado em visitas ao Parque de Nara, ao Santuário Kasuga Taisha e ao Templo Todaiji.

## 2. Roteiro de Chubu (Região Central)

Iniciando em Nagoya, no lado do Oceano Pacífico, este roteiro atravessa as montanhas da região central do Japão e chega à região costeira do Mar do Japão. No caminho você será saudado por um pitoresco cenário montanhoso, cujas paisagens variam de estação a

estação. Takayama, muitas vezes considerada como o "lar espiritual dos japoneses", e a sublime cidade-castelo de Kanazawa são pontos obrigatórios de visita. Se o tempo permitir, faça uma excursão à Península Noto ou prossiga para Quioto, via Maibara.

Dia 1	<b>Tóquio</b> 東京	SPX 2h	(Nagoya) (名古屋)	LEX 2h20min	<b>Takayama</b> 高山		
ou Dia 1	<b>Hakone-Yumoto</b> 箱根湯本	● Hakone-Tozan LOC 15min	(Odawara) (小田原)	SPX 1h15min	(Nagoya) (名古屋)	LEX 2h20min	<b>Takayama</b> 高山
Dia 2	<b>Takayama</b> 高山	LEX 1h30min	(Toyama) (富山)	LEX 35min	<b>Kanazawa</b> 金沢		
Dia 3	<b>Kanazawa</b> 金沢	SPX 2h45min	<b>Tóquio</b> 東京				
ou Dia 3	<b>Kanazawa</b> 金沢	LEX 2h	(Maibara) (米原)	SPX 20min	<b>Quioto</b> 京都		

Nota: ● São ferrovias particulares onde o Japan Rail Pass não é aceito. Tarifas são cobradas separadamente.

### 3. Roteiro de Kyushu (Região Sul)

Este roteiro é organizado para visitantes que queiram conhecer mais detalhes e incluem diversas atrações oferecidas pelas extensas partes central e norte de Kyushu. Os principais destinos incluídos neste roteiro são Hakata, a intensa porta de acesso à

Ásia; Kumamoto, a cidade do magnífico verde e das águas puras; Monte Aso, o maior vulcão do mundo do tipo caldeira, conhecido como a "Montanha do Fogo" e Beppu, uma das estâncias de águas quentes mais famosas do Japão.

Dia 1	<b>Hiroshima</b> 広島	SPX 1h10min				<b>Hakata</b> 博多
Dia 2	<b>Hakata</b> 博多	LEX 1h55min				<b>Nagasaki</b> 長崎
Dia 3	<b>Nagasaki</b> 長崎	LEX 1h30min	(Tosu) (鳥栖)	SPX 20min		<b>Kumamoto</b> 熊本
Dia 4	<b>Kumamoto</b> 熊本	◇LEX ou LOC 1h ou 1h30min	●Aso(4h permanência) 阿蘇	LEX 1h50min		<b>Beppu</b> 別府
Dia 5	<b>Beppu</b> 別府	LEX 1h15min	(Kokura) (小倉)	SPX 2h30min	※(Shin-Osaka) (新大阪)	SPX 3h <b>Tóquio</b> 東京

Notas: ◇LEX "Aso" ligando Kumamoto, Aso e Beppu é muito limitado quanto ao número de serviços operados diariamente. Recomenda-se sair de Kumamoto de manhã, bem cedo.

●Da estação JR de Aso para a cratera do Monte Aso leva 40min de ônibus e 4min de bonde funicular. A tarifa não está incluída no Japan Rail Pass.

※Você pode ir diretamente de Kokura a Tóquio pelos trens "Nozomi", em que o Japan Rail Pass não é válido, e você deverá pagar a tarifa básica e a taxa do expresso-limitado. Leva 5h de viagem.

### 4. Roteiro de Tohoku e Hokkaido (Região Norte)

Este roteiro cheio de atrações peculiares do norte do Japão inclui as regiões de Tohoku e Hokkaido. Os pontos turísticos imperdíveis são: Nikko, que apresenta um fantástico contraste entre o exuberante cenário da natureza e a impressionante beleza arquitetônica dos templos e santuários; Matsushima, um dos três locais

mais belos do Japão; a cidade de Aomori, que oferece o encanto da mistura do antigo romantismo e as agitações da era moderna; a cidade-castelo de Hirosaki; e as cidades de Sapporo e Hakodate, em Hokkaido, que são pontos de apoio para desfrutar as belas atrações desta ilha principal do extremo norte do país.

Dia 1	<b>Tóquio</b> 東京	SPX 50min	(Utsunomiya) (宇都宮)	LOC 40min		<b>Nikko</b> 日光		
Dia 2	<b>Nikko</b> 日光	LOC 40min	(Utsunomiya) (宇都宮)	SPX 1h20min	(Sendai) (仙台)	RAP 40min <b>Matsushima Kaigan</b> 松島海岸		
Dia 3	<b>Matsushima Kaigan</b> 松島海岸	RAP 40min	(Sendai) (仙台)	SPX 30min	※Ichinoseki(2h permanência) ※一ノ関	SPX 40min (Morioka) (盛岡)	SPX 65min (Shin-Aomori) (新青森)	LOC 6min <b>Aomori</b> 青森
Dia 4	<b>Aomori</b> 青森	LEX 2h	(Hakodate) (函館)	LEX 3h30min		<b>Sapporo</b> 札幌		
Dia 5	<b>Sapporo</b> 札幌	LEX 3h30min				<b>Hakodate</b> 函館		
Dia 6	<b>Hakodate</b> 函館	LEX 1h59min	(Aomori) (青森)	LEX 35min		<b>Hirosaki</b> 弘前		
Dia 7	<b>Hirosaki</b> 弘前	LEX 30min	(Shin-Aomori) (新青森)	SPX 3h30min		<b>Tóquio</b> 東京		

※Opção: Uma possível visita ao Templo Chusonji, 22min de ônibus da estação Ichinoseki. Ou você pode ir diretamente de Sendai a Aomori sem paradas ao longo do caminho. Demora 3h.



# Acomodações

O Japão tem uma grande quantidade de acomodações, tanto em estilo ocidental como japonês. Os tipos de acomodações variam muito em termos de preço e estilo. Você pode optar por ficar em confortáveis e já familiares hotéis em estilo ocidental, ou desfrutar do conforto e atenção pessoal de uma tradicional hospedaria japonesa. Aproveitando as extensas informações disponíveis da JNTO e pesquisando algumas hospedagens menos divulgadas, você encontrará um lugar limpo e confortável para ficar que se adapte ao seu bolso.

É aconselhável reservar a sua acomodação por meio de um agente de viagens antes de vir ao Japão.

## Hotéis em estilo ocidental

Todas as cidades do Japão têm muitos hotéis em estilo ocidental, com famosas cadeias de hotéis bem representadas em todas as maiores cidades. Nestes hotéis, os atendentes falam inglês. Especialmente em picos de temporada, é melhor reservar antecipadamente.

Mais de 240 hotéis são membros da **Associação de Hotéis do Japão** (JHA) (<http://www.j-hotel.or.jp/>) e têm altos padrões de serviços e de instalações.

A maioria destes hotéis tem as mesmas facilidades que qualquer estabelecimento ocidental em qualquer país, incluindo aquecimento, televisão, ar condicionado e piscinas, com os possíveis serviços adicionais de intérpretes, centros comerciais e centros de saúde.

Por exemplo, em Tóquio, os quartos do hotéis de primeira classe variam de um mínimo de ¥15.000 a ¥30.000 para uma pessoa com banheiro, e de ¥25.000 a ¥68.000 para duas pessoas com banheiro.

## Hotéis Executivos

Uma adição relativamente recente à rede de acomodações do Japão, que os turistas que desejam economizar apreciarão, são os hotéis executivos ou "business hotels". Encontrados em todas as grandes cidades e em muitas das médias, os hotéis executivos são simples, destinados principalmente aos executivos japoneses em viagens de negócios. Limpos e confortáveis, estes hotéis são geralmente menores e oferecem menos comodidades do que os mais sofisticados - não espere serviço de quarto, por exemplo.

Os hotéis executivos estão normalmente localizados perto das estações de trem. Os custos serão em média entre ¥5.500 a ¥10.000 por pessoa; os quartos geralmente são para uma pessoa. Quartos com duas camas ou cama de casal não são muitos, embora também estejam disponíveis.



## Ryokan

Para uma estadia no mesmo Japão experimentado pelo mais elegante Daimyo dos tempos antigos, uma noite em um "ryokan", ou hospedaria japonesa, é indispensável. O quarto em um ryokan é geralmente um único aposento grande, forrado com o tradicional "tatami" de palha de arroz prensada, e com uma única peça de mobília que é uma mesa baixa. Portas são telas "shoji" deslizantes. Os hóspedes dormem em "futon" que são colocados à noite pelos atendentes.

A maioria dos ryokan tem um banheiro comunitário, que é geralmente separado para banho por sexo. Numerosos soberbos resorts de águas quentes, conhecidos como "onsen", são na verdade ryokan construídos no local de uma fonte termal. O preço do quarto inclui duas refeições, invariavelmente um banquete noturno delicioso, com ingredientes locais, e um café da manhã simples. As refeições em ryokan geralmente são servidas pelos funcionários no quarto do hóspede. Após a refeição da noite, eles voltam e limpam a sua mesa, e em seguida, estendem o seu futon. A vestimenta típica relaxante de um ryokan é um robe de algodão com estampas em azul e branco chamado "yukata", que é também fornecido pelo estabelecimento.



Jantar

## Carga Tributária e Serviço:

Geralmente, uma taxa de serviço de 10 a 15% é adicionada em lugar da gorjeta individual, além de 8% de imposto sobre o consumo.

Em Tóquio, um "Imposto de Hospedagem" é cobrado para todos os hóspedes internacionais e japoneses que ficam em hotéis e ryokan com preço igual ou superior a ¥10.000 por pessoa por noite, excluindo as refeições. O imposto é de ¥100 por pessoa por noite para quem ficar em um estabelecimento que custe entre ¥10.000 e ¥14.999 e ¥200 para quem ficar em um estabelecimento de ¥15.000 ou mais.

Participando de tudo o que é considerado elegante e refinado na vida agradável no Japão, uma estadia em um ryokan requer seguir algumas regras que diferem dos hotéis ocidentais. Os hóspedes tiram seus sapatos na soleira da porta de entrada da hospedaria e usam chinelos enquanto caminham pelos corredores da hospedaria. Estes chinelos são por sua vez deixados de fora dos quartos: pode-se pisar no tatami apenas com pés descalços ou com meias.

Quando tomar banho em uma banheira comunitária japonesa, deve-se sempre lavar o corpo completamente nas duchas, tendo o cuidado de retirar toda a espuma do sabão, antes de entrar na banheira. Banhos japoneses são para imergir, não para se esfregar, e são lugares ideais para calorosos e relaxantes bate-papos entre amigos, familiares ou até mesmo com totais estranhos. Banhistas japoneses normalmente alternam-se entre o banho de limpeza e o de imersão, estendendo o prazer e os benefícios de um banho quente tanto tempo quanto possível.

Há cerca de 55 mil ryokan no Japão, dos quais 3,2 mil são estabelecimentos de qualidade pertencentes à **Associação de Hotel e Ryokan do Japão** (<http://www.ryokan.or.jp/>).

Embora as taxas de ryokan variem muito, com poucos estabelecimentos exclusivos de altos valores, as diárias giram em torno de ¥12.000 a ¥ 20.000 por pessoa, incluindo duas refeições sem impostos e taxas de serviço.

Para o turista, existem mais de 80 pousadas pertencentes ao **grupo Japanese Inn** (<http://japaneseinn.com/>), especializado em receber visitantes estrangeiros. Estes locais também são bastante econômicos.



Banho  
©Associação de Hotel e Ryokan do Japão

### Procedimentos de registro em instalações de hospedagem:

Os visitantes no Japão são obrigados a seguir o seguinte procedimento quando fazem o check-in nas instalações de hospedagem com a finalidade de prevenção de doenças infecciosas e de terrorismo.

- Preencher suas nacionalidades e números de passaporte bem como os seus nomes, endereços e ocupações no formulário de registro.
- Apresentar seus passaportes para serem xerocados. (Os proprietários das hospedagens são obrigados a manter as fotocópias.)

### Minshuku

Outra forma não usual de cortar custos enquanto viaja no Japão, bem como ter uma chance de conhecer a vida cotidiana que você está passando, é ficar em um "minshuku". O equivalente japonês a casa de hóspedes, minshuku são hospedarias de gestão familiar, onde os quartos alugados fazem parte da casa dos próprios proprietários. Eles são frequentemente encontrados em locais com resorts e áreas turísticas, e cobram taxas moderadas.

Com status de empresa familiar, os minshuku oferecem menos comodidades do que os estabelecimentos estritamente profissionais.

As diárias de um minshuku são geralmente de ¥6.500 a ¥8.500, incluindo duas refeições, servidas geralmente em estilo familiar.

### Outras Acomodações

Uma forma ainda mais diferente é ficar em templos budistas, alguns dos quais recebem hóspedes. Enquanto alguns templos permitem visitantes para participar da meditação Zazen, outros fornecem os quartos simplesmente como espaço para hóspedes pagantes.

Há cerca de 220 **Albergues da Juventude** (<http://www.jyh.or.jp/>) no Japão, oferecendo lugares limpos e simples para dormir com taxas muito baixas. Um certo número deles estão abertos ao público em geral, mas outros são de gestão privada e recebem apenas membros dos Albergues da Juventude do Japão, Inc., ou os da Federação Internacional de Albergues da Juventude. Você pode participar deste último em seu país ou por meio de sua sede nacional em Tóquio.

Apesar do nome, não há limites de idade para os hóspedes nos albergues da juventude. Em comparação com outras formas de alojamento, no entanto, há muitos mais regulamentos. O albergue da juventude normalmente irá custar cerca de ¥3.000 por pessoa, sem refeições.



©Associação de Hotel e Ryokan do Japão



Futon

## Comidas em geral

Comida, de todos os tipos e de todos os países, é um dos grandes prazeres da vida no Japão. O Japão não só desenvolveu uma das melhores cozinhas do mundo, oferecendo sensações gustativas prazerosas que vão desde as sutis alegrias do "sashimi" aos seus apetitosos macarrões básicos, como atraiu alguns dos melhores chefs mundiais para cozinhar para os exigentes gourmets do Japão. Tóquio, especialmente, pelo seu status de capital global de finanças e negócios, é anfitriã de uma abundância degustativa de sabores e texturas gastronômicas.

Para começar a explorar a superfície desta vasta seleção de variedades culinárias do Japão, faça uma caminhada pelas vizinhanças de qualquer estação de metrô ou de trem. Os estabelecimentos de comes e bebes reunidos aí são com certeza uma amostra infundável de comidas caseiras, com preços em geral bastante razoáveis. Para as pessoas que não falam japonês, alguns restaurantes exibem réplicas, em plástico e em cera, de seus pratos nas vitrines, ou fornecem um menu com fotos coloridas.

Outro bom lugar para encontrar refeições a preços razoáveis são as grandes lojas de departamentos, que muitas vezes destinam o andar superior ou o subsolo para diferentes restaurantes. Em alguns restaurantes mais populares é necessário comprar bilhetes para cada prato no balcão do caixa ou em máquinas de vendas. Dar gorjetas, a propósito, não é costume no Japão.

## Cozinha Japonesa

Uma vez conhecida no Ocidente em forma de **sukiyaki** ou o mais exótico **sushi**, a cozinha japonesa, em anos recentes, tem se tomado muito mais familiar e apreciada em todo o mundo. Muitos visitantes ao Japão já experimentaram os prazeres do peixe cru ou o empanado de camarão frito. Mas poucos visitantes de primeira viagem ao Japão estão preparados para a variedade e suntuosidade do alimento como é tradicionalmente feito. A gastronomia japonesa é uma experiência para ser apreciada e lembrada com carinho durante o resto de sua vida.



Shabu-shabu

© Federação de Turismo da Província de Kagoshima

Entre as várias opções encontradas no Japão estão:

**Sukiyaki** é um prato preparado e cozido diretamente na mesa, com fatias finas de carne, juntamente com vários vegetais, tofu e aletria.

**Tempura** é um alimento frito em óleo vegetal, depois de ser empanado em uma mistura de água, ovo e farinha de trigo. Entre os ingredientes utilizados estão camarões, peixes da estação e legumes.

**Sushi** é uma pequena porção de frutos do mar frescos colocada sobre um bolinho de arroz temperado com vinagre. Os ingredientes mais comuns são atum, lula e camarão. Pepinos, rabanetes em conserva e omeletes adocicados também são servidos.

**Kaiseki Ryouri** é considerada a mais exótica e requintada culinária do Japão. O prato é composto principalmente de vegetais e peixe com algas marinhas e cogumelos como condimentos básicos, que caracterizam seu sabor refinado.

**Yakitori** é feito de pedacinhos de carne de frango, fígado e vegetais dispostos num espeto de bambu e grelhado sobre o fogo de carvão.

**Tonkatsu** é uma carne de porco à milanesa.

**Shabu-shabu** são bifes bem macios, cortados em fatias bem finas, que são mergulhados rapidamente em água fervida, em seguida em um molho, antes de serem apreciados.

**Soba** e **udon** são dois tipos de macarrão japonês. O soba é feito de farinha de trigo sarraceno e o udon, de farinha de trigo. Ambos são servidos em um caldo ou mergulhados em um molho, e são apresentados em centenas de deliciosas variações.



Udon

©Província de Gunma

A bebida japonesa **sake**, ou vinho de arroz, combina muito bem com uma variedade de iguarias japonesas. Fermentada com arroz e água, o sake é a bebida alcoólica dos japoneses desde tempos antigos. Por poder ser servido quente, os "sentimentos" aparecem mais rapidamente e no inverno aquece o corpo. Tomado gelado, o bom sake tem gosto semelhante ao de um vinho fino, de boa qualidade. Existem fabricantes locais de sake em todas as regiões do país, que produzem seus respectivos sabores característicos com base na qualidade de arroz e água, bem como por diferenças nos processos de fermentação.

# Serviços para visitantes

Os seguintes sistemas e serviços são fornecidos para que os visitantes estrangeiros que não falam japonês possam desfrutar uma viagem ao Japão despreocupados e satisfeitos.

## Visit Japan Information Network

Ao viajar pelo Japão, tire proveito dos centros de informações turísticas de âmbito nacional "Visit Japan Information Network". Cada centro "V" é a sua fonte de informação para a região que representa. Os centros "V" estão geralmente localizados nas estações ferroviárias ou no coração da cidade. A lista dos centros de informações está em:

<http://www.jnto.go.jp/eng/arrange/travel/guide/tic.html>



visitantes do exterior.

Os guias usam um crachá de identificação com um pombo branco sobre um globo.

Em todo o Japão, há mais de 86 grupos SGG (Guia de voluntários sistematizados) compostos principalmente por estudantes, donas de casa e aposentados que se envolvem em uma variedade de atividades usando suas habilidades em outro idioma. Alguns grupos oferecem gratuitamente uma série de passeios a pé preestabelecidos, em que o visitante só precisa ir a um local específico, em uma determinada data e hora; enquanto outros grupos estão disponíveis para atender os turistas, mediante pedido.

Não há nenhum custo por seus serviços, pois eles são voluntários. Só é esperado que se paguem as despesas de viagem e de admissão nas instalações turísticas, assim como a sua própria, e custeie suas refeições, caso você jante com eles.

## Website da JNTO

O website da JNTO pode ser de grande ajuda para obter informações detalhadas para a preparação de seu itinerário de viagem antes de partir para o Japão. Ele fornece uma ampla variedade de informações sobre viagens disponíveis na internet, em inglês e outros idiomas, sobre transporte, acomodações, compras e eventos. As informações são atualizadas com frequência para permitir que você acesse as últimas novidades a qualquer momento.

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

## Programa de guia voluntário

A JNTO patrocina um programa de guia voluntário, Goodwill Guide Program, pelo qual cerca de 58 mil voluntários bilíngues estão prontos para ajudar os

## Guias-Intérpretes Profissionais

Seus serviços podem ser solicitados através da Associação de Guias do Japão (Tel. 03-3863-2895 Fax 03-3863-2896) ou Federação de Guias Certificados do Japão (Tel. 03-3380-6611 Fax. 03-3380-6609). Um total de aproximadamente 1,5 mil guias-intérpretes licenciados estão registrados nessas organizações.



Centro de Informações Turísticas

## Frases úteis em japonês

Pronuncie com a fonética japonesa. ("ha" - "ra", "ge" = "gue", "wa" = "ua" e "cho" = "tcho")

### Saudações

Muito prazer. (conhecendo alguém)	<b>Hajime-mashite.</b>	Boa noite.	<b>Komban-wa.</b>
Como você está?	<b>O-genki-desu-ka?</b>	Boa noite. (indo dormir)	<b>Oyasumi-nasai.</b>
Bom dia.	<b>Ohayo gozai-masu.</b>	Até logo.	<b>Sayo-nara.</b>
Boa tarde.	<b>Kon-nichi-wa.</b>		

### Frases

Obrigado.	<b>Arigato.</b>	Só um momento, por favor.	<b>Chotto matte kudasai.</b>
De nada.	<b>Do-itashi-mashite.</b>	O que é isto?	<b>Kore-wa nan-desu-ka?</b>
Com licença.	<b>Sumi-masen.</b>	Quanto custa?	<b>Ikura-desu-ka?</b>
Desculpe-me.	<b>Gomen-nasai.</b>	Vou levar este.	<b>Kore-o kudasai.</b>
Por favor. (oferecendo algo)	<b>Do-zo.</b>	Caro.	<b>Takai.</b>
Por favor. (solicitando algo)	<b>Kudasai.</b>	Barato.	<b>Yasui.</b>
Você entende?	<b>Wakari-masu-ka?</b>	Onde fica o toalete?	<b>Toire-wa doko-desu-ka?</b>
Sim, eu entendo.	<b>Hai, wakari-masu.</b>	Socorro!	<b>Tasukete!</b>
Não, eu não entendo.	<b>Ii-e, wakari-masen.</b>	Cuidado!	<b>Abu-nai!</b>

# Informações básicas para viagens ao Japão

## Passaporte e Visto

Todos os visitantes estrangeiros que desejam entrar no Japão devem ter o passaporte válido. O visto não é exigido para visitantes de muitas nacionalidades que visitam o Japão temporariamente, desde que não exerçam qualquer atividade remunerada. Detalhes de visto podem ser obtidos no web site oficial do Ministério das Relações Exteriores (<http://www.mofa.go.jp/>) ou a partir da Embaixada do Japão ou Consulado em seu país.

## Alfândega

Basta uma declaração oral de seus objetos de uso pessoal, exceto: (1) quando você está desacompanhado de bagagem; (2) quando você traz artigos em quantidade que supera as isenções de impostos. Em tais casos você deverá apresentar uma declaração escrita à alfândega. Não serão cobrados impostos sobre objetos de uso pessoal sempre que seu conteúdo e quantidade sejam considerados razoáveis pela autoridade alfandegária. Os seguintes artigos podem ser trazidos com isenção de impostos: (1) 500 gramas de tabaco ou 400 cigarros ou 100 charutos; (2) 3 garrafas (760 ml cada) de bebida alcoólica; (3) cerca de 60 ml de perfume; (4) presentes e lembranças diferentes dos citados cujo valor total de mercadorias não exceda ¥200.000.

Não é permitido o transporte de cigarros ou bebidas alcoólicas para pessoas com 19 anos de idade ou menos.

## Moedas

Você pode trazer e levar moeda de qualquer país. No entanto, se você transportar moedas ou outros meios de pagamento excedendo a ¥1.000.000 ou o seu equivalente, você é obrigado a comunicar esse fato à alfândega.

A unidade da moeda é o iene (indicada como ¥). As moedas são de ¥1, ¥5, ¥10, ¥50, ¥100 e ¥500. As cédulas são de ¥1.000, ¥2.000, ¥5.000 e ¥10.000.

Você pode comprar ienes nas agências de câmbio de bancos e em outros locais autorizados. Nos aeroportos internacionais, os balcões de câmbio ficam abertos durante o horário normal de expediente. A taxa de câmbio varia diariamente, dependendo das cotações de mercado.



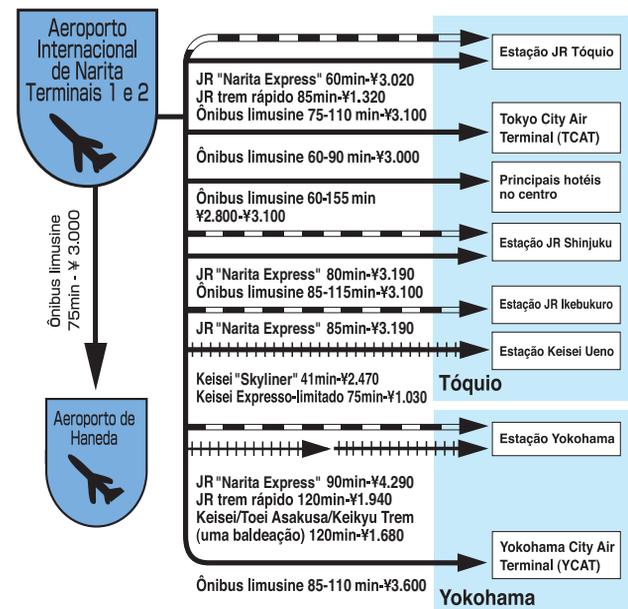
## Cheques de viagem e cartões de crédito

Cheques de viagem são aceitos pelos bancos, hotéis, ryokans e lojas das grandes cidades. Cartões de crédito

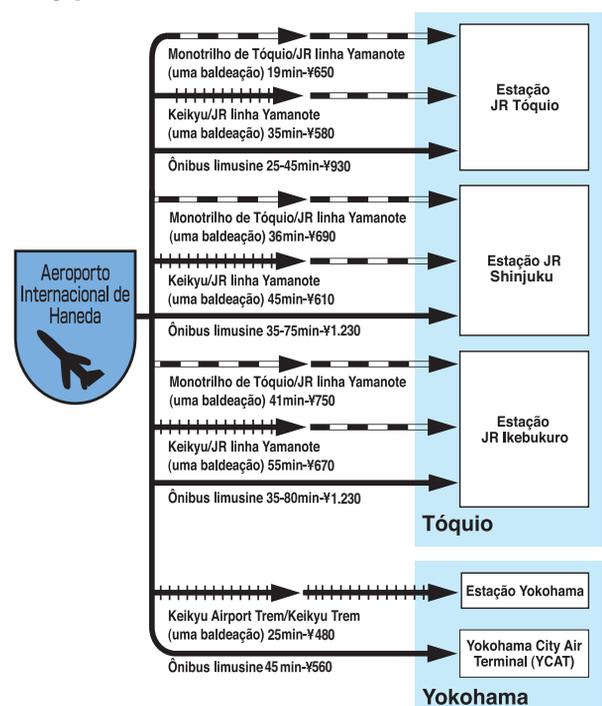
internacionais como American Express, VISA, Diners Club, MasterCard e JCB são também aceitos na maioria dos estabelecimentos. Os principais cartões estrangeiros de crédito, débito e dinheiro podem ser usados em cerca de 26 mil postos de correios marcados com o logo "International ATM service" e em cerca de 16 mil Seven Bank ATMs que pode ser encontrados nas lojas de conveniência Seven-Eleven.

## Conexões de Acesso ao Aeroporto

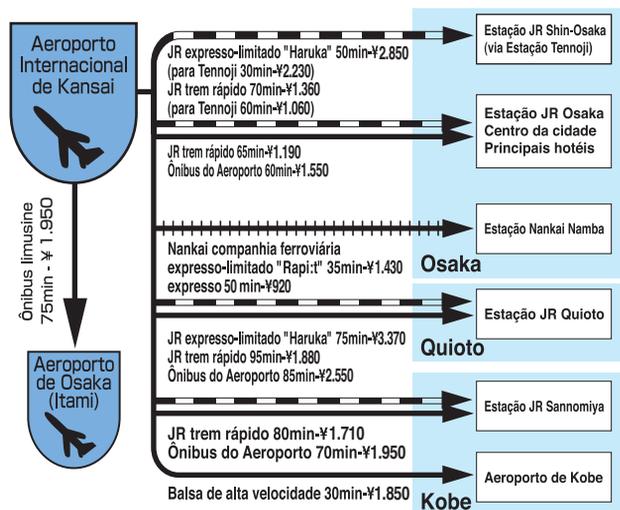
### Aeroporto Internacional de Narita



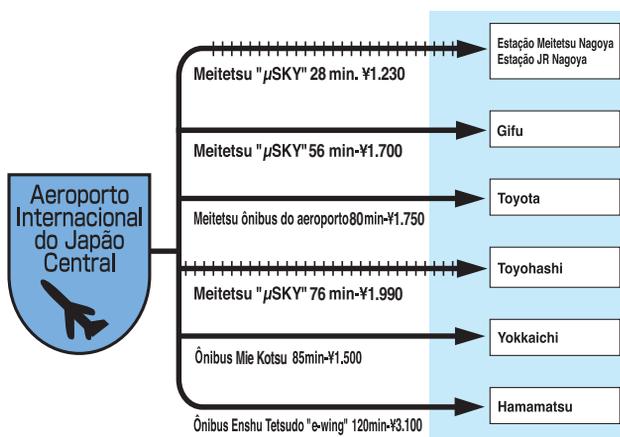
### Aeroporto Internacional de Haneda



## Aeroporto Internacional de Kansai



## Aeroporto Internacional do Japão Central (Centrair)



Notas: 1. Tarifa média e tempo necessário indicados.  
2. Planeje tempo suficiente, uma vez que os ônibus podem se atrasar devido ao tráfego.

## Informações Úteis

### Água potável

A água de torneira pode ser bebida em qualquer parte do Japão. A água mineral está disponível em hotéis, lojas de departamentos e de conveniências, supermercados e restaurantes requintados.

### Eletricidade

A tensão elétrica usada em todo o país é de 100 V CA, mas há, contudo, duas frequências em uso - 50 hertz no leste do Japão e 60 hertz no oeste do Japão. Muitos hotéis em Tóquio e outras cidades grandes tem dois tipos de tomadas, de 110 V e de 220 V, mas seus soquetes aceitam somente dois pinos. A maioria dos hotéis tem secadores de cabelos e outros aparelhos elétricos disponíveis a título de empréstimo.

### Gorjeta

A gorjeta não é usual no Japão, pois 10 a 15% de taxa de serviços é adicionada à conta nos principais

hotéis, ryokan e restaurantes sofisticados. Nenhuma gorjeta é necessária, a menos que você peça algum serviço especial extra.

## Emergência

Disque 110 para a polícia e 119 para comunicar um incêndio ou para chamar uma ambulância. Para estes números, não é necessário inserir a habitual moeda de ¥ 10. Se você ligar de um telefone público verde, tire do gancho e aperte o botão vermelho antes de discar o número. No caso do cinza e do telefone de cartão IC, basta tirar do gancho e discar o número desejado.

Outros números de telefone úteis são:

- AMDA Centro Internacional de Informação Médica Tóquio Tel.03-5285-8088 Kansai Tel.06-4395-0555
- Centro de Informações Médicas e de Saúde do Governo Metropolitano de Tóquio Tel. 03-5285-8181 (apenas para informações em Tóquio)
- Departamento de Polícia do Governo Metropolitano de Tóquio. Serviço de Aconselhamento para estrangeiros Tel. 03-3503-8484

## Telefones Públicos

Eles são encontrados praticamente em todo o Japão. Existem os telefones de cor verde e cinza que aceitam moedas de ¥10, ¥100 e cartão magnético pré-pago. Telefones de cartão IC aceitam apenas cartões pré-pagos IC. Uma chamada local é de ¥10/min e nenhum troco é dado quando você usa uma moeda de ¥100.

Instruções sobre "Como usar o telefone" estão coladas nos telefones cinzas e nos telefones operados com cartões pré-pagos IC.

Você pode fazer uma chamada direta ao exterior dos telefones cinzas ou do cartão IC que estiverem marcados com "International & Domestic Card / Coin Telephone".

Além disso, a utilização de cartões pré-pagos emitidos por várias empresas de telefonia (como a "Moshi Moshi Card") permite que você faça chamadas domésticas, bem como internacionais, em praticamente todos os tipos de telefones públicos. Estes cartões pré-pagos estão disponíveis nos quiosques das estações e nas lojas de conveniência.

## Serviço Postal

Serviços completos são fornecidos para correio nacional e internacional.

Correio nacional

Destino	Todo Japão
*Cartas, até 25g	¥82
até 50g	¥92
Cartões postais	¥52

Correio Aéreo Internacional

Destino	Ásia Guam	América do Norte e Central Oceânia Europa Oriente Médio	África América do Sul
Cartões postais	¥70	¥70	¥70
Aerogramas	¥90	¥90	¥90
*Cartas, até 25g	¥90	¥110	¥130
até 50g	¥160	¥190	¥230

\*Preços para tamanho regular (14 a 23.5 cm de comprimento, 9 a 12 cm de largura, até 1 cm de espessura)

# Informações básicas para viagens ao Japão

## Horário comercial

	Dias úteis	Sábados	Domingos e Feriados
Bancos	9h - 15h	Fechado	Fechado
*Correios	9h - 17h	Fechado	Fechado
*Lojas de departamento	10h - 20h	10h - 20h	10h - 20h
Lojas	10h - 20h	10h - 20h	10h - 20h
*Museus	10h - 17h	10h - 17h	10h - 17h
Escritórios	9h - 17h	Fechado	Fechado

\*Alguns principais postos de correios funcionam diariamente.

\*A maioria das lojas de departamentos fecham dois ou três dias por mês.

\*A maioria dos museus fecham às segundas-feiras.

## Viagens nos picos de temporada

Os visitantes ao Japão devem estar cientes das épocas de pico de temporada do ano para reservar as viagens e hospedagens, que são: (1) Final de ano e durante as férias do Ano Novo - 27 de dezembro a 4 de janeiro e feriados adjacentes; (2) "Golden Week", semana de temporada de férias - 29 de abril a 5 maio e finais de semana adjacentes, e (3) "Bon", temporada de festivais - uma semana centrada em 15 de agosto. Verifique com os escritórios da JNTO para mais detalhes.

## Informações Gerais

**Área Total:** Cerca de 378.000 km<sup>2</sup>, um arquipélago de mais de 6.800 ilhas.

**População:** 127 milhões.

**Capital:** Tóquio, com uma população de cerca de 13 milhões.

**Língua oficial:** Japonês; o inglês é ensinado nas escolas a partir da 5ª série.

Temperatura média e precipitação em grandes cidades

Cida	Legenda Chave	Inverno (Jan.)			Primavera (Abr.)			Verão (Jul.)			Outono (Out.)		
		T (F)	T (C)	P	T (F)	T (C)	P	T (F)	T (C)	P	T (F)	T (C)	P
Sapporo		25.5	-3.6	114	44.8	7.1	57	68.9	20.5	81	53.2	11.8	109
Sendai		34.9	1.6	37	50.5	10.3	98	72.0	22.2	179	59.4	15.2	122
Tóquio		43.0	6.1	52	58.3	14.6	125	78.4	25.8	154	65.3	18.5	198
Nagoya		40.1	4.5	48	57.9	14.4	125	79.5	26.4	204	64.6	18.1	128
Osaka		42.8	6.0	45	59.2	15.1	104	81.3	27.4	157	66.2	19.0	112
Fukuoka		43.8	6.6	68	59.2	15.1	117	80.9	27.2	278	66.5	19.2	74
Naha		62.6	17.0	107	70.5	21.4	166	84.0	28.9	141	77.4	25.2	153

Legenda: "T" significa temperatura, "F" significa graus Fahrenheit, "C" significa graus Celsius, "P" para precipitação (em mm). Média dos anos de 1981-2010.

**Religião:** Xintoísmo e Budismo são as duas principais religiões.

**Clima:** Geralmente agradável, mas como a nação se estende por cerca de 3.000 km de norte a sul, o tempo depende de onde e quando se viaja.

## Roupas da Estação (para Tóquio e arredores):

Primavera (março-maio): casacos e suéteres leves

Verão (junho-agosto): roupas leves, mangas curtas

Outono (setembro-novembro): os mesmos da primavera

Inverno (dezembro-fevereiro): sobretudos, ternos de lã, suéteres quentes e jaquetas

## Diferença Horária

A diferença de horário entre o Japão e outras grandes cidades do mundo é dada abaixo. (A diferença diminui em uma hora nas cidades com horário de verão.)

### Europa

Frankfurt	-8
Genebra	-8
Londres	-9
Paris	-8
Moscow	-5

### América do Norte

Chicago	-15
Los Angeles	-17
Nova York	-14
São Francisco	-17
Toronto	-14

### Oceania

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

### Ásia, Oriente Próximo e Oriente Médio

Bangkok	-2
Hong Kong	-1
Seul	0
Taipei	-1
Pequim	-1

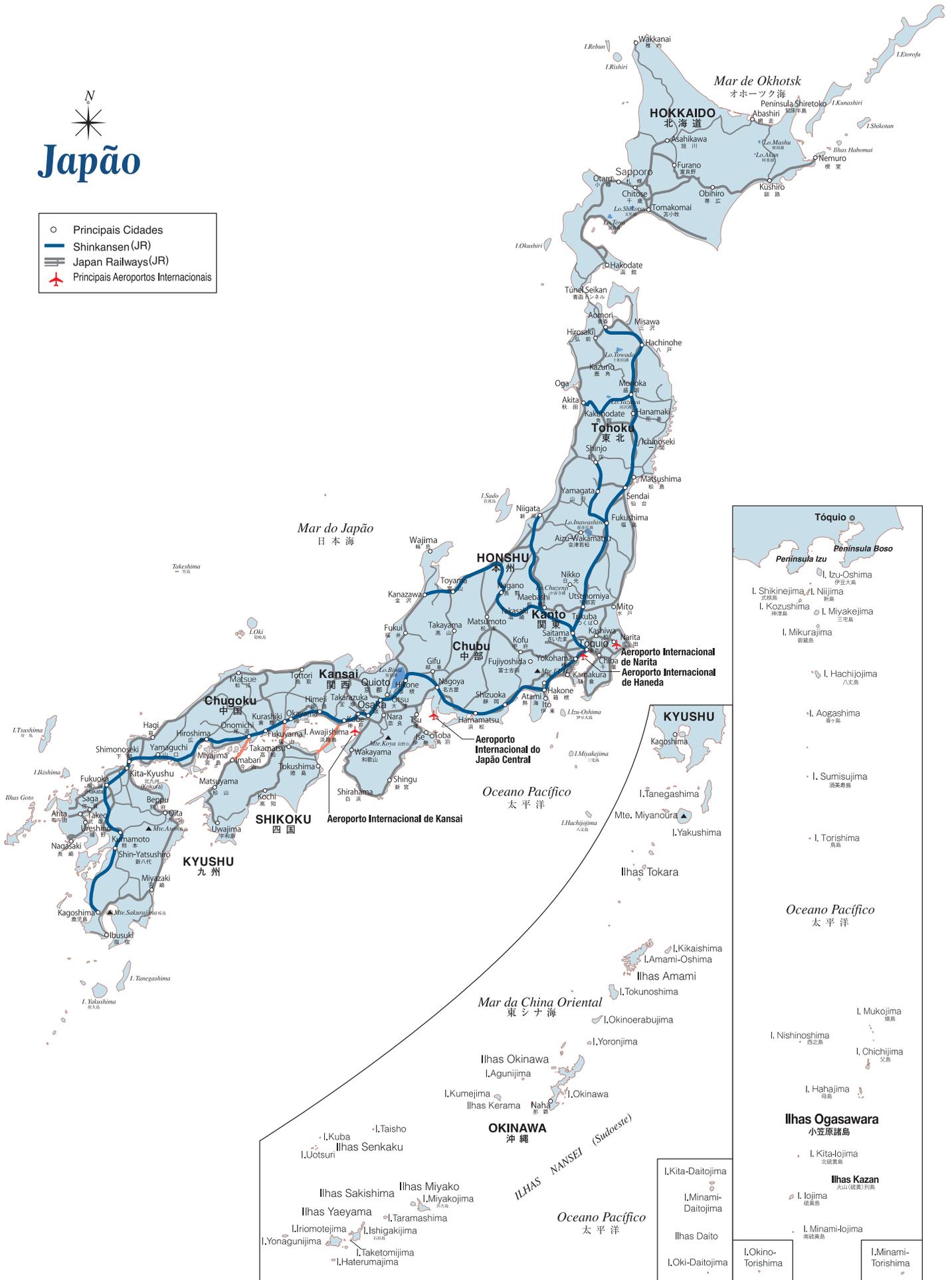
### América Central e América do Sul

Cidade do México	-15
São Paulo	-12

# Mapa do Japão



- Principais Cidades
- Shinkansen (JR)
- ▬ Japan Railways (JR)
- ✈ Principais Aeroportos Internacionais



**Tóquio**

Península Izu Península Boso

- I. Izu-Oshima
- I. Shikinejima, I. Niijima
- I. Kozushima, I. Miyakejima
- I. Mikurajima
- I. Hachiojima
- I. Aogashima
- I. Sumisujima
- I. Torishima

Oceano Pacífico

**Ilhas Tokara**

- I. Tanegashima
- Mte. Miyanojima
- I. Yakushima

Oceano Pacífico

**Ilhas Amami**

- I. Kikajima
- I. Amami-Oshima
- I. Tokunoshima

**Ilhas Okinawa**

- I. Okinoerabujima
- I. Yoronjima
- I. Kumejima
- Ilhas Kerama
- Naha
- I. Okinawa

**OKINAWA**

Ilhas Senkaku

- I. Kuba
- I. Taisho
- I. Uotsuri

**Ilhas Sakishima**

- Ilhas Miyako
- I. Miyakojima
- Ilhas Yaeyama
- I. Taramashima
- I. Iriomotejima
- I. Shigakijima
- I. Yonagunijima
- I. Taketomijima
- I. Haterumajima

**Ilhas Ogasawara**

- I. Kita-Daitojima
- I. Minami-Daitojima
- I. Iojima
- I. Minami-Iojima

**Ilhas Kazan**

- I. Okino-Torishima
- I. Minami-Torishima



## Organização Nacional de Turismo Japonês

日本政府観光局 (JNTO)

2-10-1, Yurakucho, Chiyoda-ku, Tokyo 100-0006

<http://www.japaoinfotur.org/>

### Informações grátis de viagens e assistência de idioma

O **Centro de Informações Turísticas (TIC)** da Organização Nacional de Turismo Japonês é o seu apoio enquanto estiver no Japão. Sua variedade de serviços inclui informações sobre viagens no Japão e folhetos grátis, além de oferecer sugestões de roteiros turísticos.

Edifício Shin Tokyo,  
primeiro andar, 3-3-1,  
Marunouchi, Chiyoda-ku,  
Tôquio 100-0005  
Tel. 03-3201-3331  
Aberto das 9h às 17h  
(Fechado em 1º de jan.)



#### Centros de Informações Turísticas (Aeroporto Internacional de Narita):

##### Terminal 1:

Pavimento de chegada, edifício do terminal 1 de passageiros,  
Aeroporto Internacional de Narita, Chiba 282-0011 tel.0476-30-3383  
Aberto das 8h às 20h, todos os dias durante o ano todo

##### Terminal 2:

Pavimento de chegada, edifício do terminal 2 de passageiros,  
Aeroporto Internacional de Narita, Chiba 282-0004 tel.0476-34-5877  
Aberto das 8h às 20h, todos os dias durante o ano todo

### ESCRITÓRIOS NO EXTERIOR

- Seul:** 2nd Fl., Hotel President, 188-3, Eulchiro 1-ga, Jung-gu, Seoul, Republic of Korea  
Tel: 02-777-8601
- Pequim:** Unit 2801 28th Fl., SK Tower, No.6 Jia Jianguomenwai Dajie, Chaoyang-qu, Beijing 100022, China  
Tel: 010-5971-2736
- Xangai:** Room 2111, Shanghai International Trade Centre., 2201, West Yan An Road, Shanghai 200336, China  
Tel: 021-5466-2808
- Hong Kong:** Unit 807-809, 8/F., Prosperity Millennia Plaza, 663 King's Road, North Point, Hong Kong  
Tel: 2968-5688
- Bangkok:** 10th Fl., Unit 1016, Serm-Mit Tower, 159 Sukhumvit 21 Rd., Bangkok, 10110, Thailand  
Tel: 02-261-3525
- Cingapura:** 16 Raffles Quay, #15-09, Hong Leong Bldg., 048581, Singapore  
Tel: 6223-8205
- Sydney:** Suite 1, Level 4, 56 Clarence Street, Sydney NSW Australia 2000  
Tel: 02-9279-2177
- Jakarta:** Summitmas I, 2F, Jalan Jenderal Sudirman, Kaveling 61-62 Jakarta Selatan, 12190, Indonesia  
Tel: 21-252-0742
- Londres:** 5th Fl., 12/13 Nicholas Lane, London EC4N 7BN, U.K.  
Tel: 020-7398-5670
- Frankfurt:** Kaiserstrasse 11, 60311 Frankfurt/M, Germany  
Tel: 069-20353
- Paris:** 4, rue de Ventadour, 75001 Paris, France  
Tel: 01-42-96-20-29
- New York:** One Grand Central Place, 60 East 42nd Street, Suite 448, New York, NY 10165, 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

Todas as informações contidas neste folheto são baseadas em dados de fevereiro de 2015, e estão sujeitas a alterações sem aviso prévio.

©2015 por Organização Nacional de Turismo Japonês

TO 2150-25-1503 Este folheto foi feito com papel reciclado.