

Chapter 1



ทำความเข้าใจเกี่ยวกับดินแดนซามูไร:	1
ภูมิศาสตร์ของประเทศญี่ปุ่น	2
การแบ่งภูมิภาคของประเทศญี่ปุ่น	3
รายละเอียดของทวีปญี่ปุ่นทั้ง 9 ทวีป	8

Chapter 2



โทโฮคุ (Tohoku) ภาคอีสานญี่ปุ่น 23

ทำความเข้าใจจักภูมิภาคโทโฮคุ	24
1. จังหวัดมียากิ (Miyagi-ken)	25
อ่าวมัตสึชิม่า (Matsushima Bay)	25
2. เมืองมัตสึชิม่า (Matsushima-shi)	28
ศาลเจ้าโกโตไดโด้ (Godaido Shrine)	29
ศาลาคันรันเต (Kanran-tei Pavilion)	30
วัดซุยกันจิ (Zuiganji)	31
มัตสึชิม่าอควาเรียม (Matsushima Aquarium)	32
3. เมืองเซนได (Sendai-shi)	33
อิชิบังโชฮ็อปปิ้งมอลล์ (Ichibancho Shopping Mall)	33
สถานที่ท่องเที่ยวเกี่ยวกับดาเตะ มาซามูเนะ	34
สถานที่ท่องเที่ยวอื่นๆ ของภูมิภาคโทโฮคุ	35
1. จังหวัดอาโอโมริ (Aomori-ken)	35
เมืองฮิโรซากิ (Hirosaki-shi)	35
2. จังหวัดอาคิตะ (Akita-ken)	36
เมืองคาคูโนะดาเตะ (Kakunodate-shi)	36
3. จังหวัดยามากาตะ (Yamagata-ken)	37
เดวะซันเซน (Dewa Sanzen)	37
4. จังหวัดอิวาเตะ (Iwate-ken)	38
เมืองฮิราอิซุมิ (Hiraizumi-shi)	38
5. จังหวัดฟูกูชิม่า (Fukushima-ken)	39
เมืองไอซุ (Aizu-shi)	33
วิเคราะห์วิจารณ์	40

Chapter 3



คันโต (Kanto) ศูนย์กลางของประเทศ 41

ทำความเข้าใจจักภูมิภาคคันโต	42
1. จังหวัดโทชิกิ (Tochigi-ken)	43
1.1 เมืองนิกโก (Nikko-shi)	44
สะพานชินเคียว (Shinkyō Bridge)	47
วัดรินโนจิ (Rinnoji Temple)	47
ศาลเจ้าโทโชกุ (Toshogu Shrine)	48
ศาลเจ้าฟutarasan (Futarasan Shrine)	54
ศาลเจ้าไต้ยุอิน (Taiyuinbyō Shrine)	54

สถานที่ท่องเที่ยวอื่นๆ ของเมืองนิกโก	57
พระราชวังทาโมซาวะ (Tamozawa Imperial Villa)	57
ถนัคมันกาฟูจิ (Kanmangafuchi Abyss)	58
วนอุทยานนิกโก (Okunikko)	58
ทะเลสาบชูเซ็นจิ (Chuzenji Lake)	58
น้ำตกเคงอน (Kegon Waterfall)	59
1.2 เมืองคินูกาวา (Kinugawa)	60
เอโดะวันเดอร์แลนด์ (Edo Wonderland)	61
โทบูเวิลด์สแควร์ (Tobu Worldsquare)	62
1.3 เมืองอุตสึโนมียะ (Utsunomiya-shi)	62
2. จังหวัดคานางาวะ (Kanagawa-ken)	63
2.1 เมืองโยโกฮาม่า (Yokohama-shi)	64
โยโกฮาม่าฮักเคิจิม่าซีพาราไดซ์ (Yokohama Hakkeijima Sea Paradise)	66
มินาโตะมิมิไร 21 (Minato Mirai 21)	70
สถานที่ท่องเที่ยวอื่นๆ ของเมืองโยโกฮาม่า	73
พิพิธภัณฑ์ราเม็ง (Ramen Museum)	73
ยามาเตะ (Yamate) และโมโตมาชิ (Motomachi)	73
2.2 เมืองคามาคูระ (Kamakura-shi)	75
พระใหญ่แห่งวัดโคโตกุอิน (Great Buddha of Kotokuin Temple)	77
สถานที่ท่องเที่ยวอื่นๆ ของเมืองคามาคูระ	78
วัดฮาเซะเดระ (Hasedera Temple)	79
วัดเอ็งงะคุจิ (Engakuji Temple)	79
เกาะเอโนชิม่า (Enoshima Island)	80
ศาลเจ้าทซึรุงะโอะกะซะจิมังกุ (Tsurugaoka Hachimangu Shrine)	80
วัดเคนโชจิ (Kenchoji Temple)	81
2.3 เมืองฮาโกเน่ (Hakone-shi)	82
ทะเลสาบอาชิ (Ashi Lake)	83
โอวาคุดานิ (Owakudani)	85
สถานที่ท่องเที่ยวอื่นๆ ของเมืองฮาโกเน่	86
ฮาโกเน่เช็คพอยต์ (Hakone Checkpoint)	86
ศาลเจ้าฮาโกเน่ (Hakone Shrine)	87
เวเนเชียนกลาสมิวเซียม (Venetian Glass Museum)	88
โกเท็มบะเอาต์เลตมอลล์ (Gotemba Outlet Mall)	89
โกระพาร์ก (Gora Park)	90
3. จังหวัดไซตามะ (Saitama-ken)	91
3.1 เมืองคาวาโกเอะ (Kawagoe-shi)	91
คุระซึคุริ (Kurasukuri)	93
ถนนคาสึยาโยโกะโช (Kashiya Yokocho)	95



3.2 เมืองไซตามะ (Saitama-shi)	96
พิพิธภัณฑ์รถไฟ (The Railway Museum)	97
สถานที่ท่องเที่ยวอื่นๆ ของภูมิภาคคันโต	101
1. จังหวัดชิบะ (Chiba-ken)	101
เมืองนาริตะ (Narita-shi)	101
2. จังหวัดกุมมะ (Gunma-ken)	102
เมืองอิคาโฮ (Ikaho-machi)	102
3. จังหวัดอิบารากิ (Ibaraki-ken)	103
เมืองมิตะ (Mito-shi)	103
วิเคราะห์วิจารณ์	104

Chapter 4



โตเกียว (Tokyo)

เมืองหลวงที่ไม่เคยหลับใหล	105
ทำความรู้จักกับโตเกียว	106
ระบบรถไฟในโตเกียว	109
1. นอร์เทิร์นโตเกียว (Northern Tokyo)	115
ย่านช้อปปิ้งอิเคบูกุโร (Ikebukuro)	115
ย่านอาซากุสะ (Asakusa)	117
สวนอุเอะโนะ (Ueno Park)	120
2. เซ็นทรัลโตเกียว (Central Tokyo)	128
พระราชวังอิมพีเรียล (Imperial Palace)	128
ย่านอาคิฮาบาระ (Akihabara)	129
3. เวสเทิร์นโตเกียว (Western Tokyo)	131
ชิบูย่า (Shibuya)	131
เขตฮาราจูกุ (Harajuku)	134
ถนนโอโมเตะซันโด (Omotesando Avenue)	137
เขตชินจูกุ (Shinjuku)	139
ย่านคากุบิกิจิ (Kabukicho)	143
4. เซาเทิร์นโตเกียว (Southern Tokyo)	143
โอไดบะ (Odaiba)	144
โตเกียวทาวเวอร์ (Tokyo Tower)	151
5. ชานเมืองโตเกียว (Outskirt of Tokyo)	153
โตเกียวดิสนีย์รีสอร์ท (Tokyo Disney Resort)	153
โตเกียวดิสนีย์แลนด์ (Tokyo Disneyland)	155
โตเกียวดิสนีย์ซี (Tokyo DisneySea)	158
ซานริโอฟูโรแลนด์ (Sanrio Puroland)	162
สถานที่ท่องเที่ยวอื่นๆ ของโตเกียว	166

1. นอร์เทิร์นโตเกียว (Northern Tokyo)	166
2. เซ็นทรัลโตเกียว (Central Tokyo)	166
3. เวสเทิร์นโตเกียว (Western Tokyo)	169
4. เซาเทิร์นโตเกียว (Southern Tokyo)	169
5. ชานเมืองโตเกียว (Outskirt of Tokyo)	171
วิเคราะห์วิจารณ์	171

Chapter 5



ชูบุ (Chubu) จุดกึ่งกลางของประเทศ	173
ทำความรู้จักภูมิภาคชูบุ	174
1. จังหวัดกิฟุ (Gifu-ken)	175
1.1 เมืองทากายามา (Takayama-shi)	176
ทากายามาจinya (Takayama Jinya)	176
ตลาดเช้าจinya (Jinya Morning Market)	178
สถานที่ท่องเที่ยวอื่นๆ ของเมืองทากายามา	178
เขตเมืองเก่าทากายามา (Takayama Old Town)	179
หมู่บ้านพื้นเมืองฮิดะ (Hida Folk Village)	179
พิพิธภัณฑ์รถลากยาไต (Yatai Kaikan)	180
1.2 ชิรากาวะโก (Shirakawa-go)	183
2. จังหวัดนางาโนะ (Nagano-ken)	183
2.1 เมืองมัตสึโมโตะ (Matsumoto-shi)	184
ปราสาทมัตสึโมโตะ (Matsumoto-jo)	184
2.2 สถานที่ท่องเที่ยวอื่นๆ ที่น่าสนใจของจังหวัดนางาโนะ	186
ยามานะอูชิ (Yamanouchi)	186
คามิโกจิ (Kamikochi)	187
คิโสะวัลเลย์ (Kiso Valley)	188
3. จังหวัดโทยามะ (Toyama-ken)	189
เมืองตาเตยามา (Tateyama-shi)	190
ตาเตยามา-คุโรเบะ-อัลไพน์รูท (Tateyama-Kurobe Alpine Route)	190
4. จังหวัดยามานาชิ (Yamanashi-ken)	195
ทะเลสาบทั้ง 5 ของภูเขาไฟฟูจิ (Fujigoko)	196
สถานที่ท่องเที่ยวบริเวณทะเลสาบคาวากูชิ	198
ป่าดนตรี (Music Forest)	199
คาคิคาคิโรปเวย์ (Kachi Kachi Ropeway)	201
เจดีย์ชูเรไต (Chureito Pagoda)	203
ฟูจิตวิสเตอร์เซ็นเตอร์ (Fuji Visitor Center)	205
สถานที่ท่องเที่ยวบริเวณทะเลสาบยามานาชิ	206
แหล่งท่องเที่ยวอื่นๆ บริเวณทะเลสาบทั้ง 5	207
ทะเลสาบขนาดเล็กทั้ง 3	207
ฟูจิตเรกกิงเทรล (Fuji Trekking Trail)	208
สถานที่ท่องเที่ยวอื่นๆ ของภูมิภาคชูบุ	209
1. จังหวัดฟูกูอิ (Fukui-ken)	209
2. จังหวัดนีงาตะ (Niigata-ken)	210
3. จังหวัดชิซุโอกะ (Shizuoka-ken)	210



ชิซุโอกะ (Shizuoka-shi)	210
4. จังหวัดอิชิกาวา (Ishikawa-ken)	211
คานาซาวะ (Kanazawa-shi)	211
5. จังหวัดไอจิ (Aichi-ken)	212
นาโงย่า (Nagoya-shi)	213
อินุยาม่า (Inuyama-shi)	214
วิเคราะห์วิจารณ์	214

Chapter 6



คันไซ (Kansai)

อีกหนึ่งหัวใจสำคัญของญี่ปุ่น..... 215

ทำความเข้าใจกับภูมิภาคคันไซ	216
1. จังหวัดชิกะ (Shiga-ken)	217
1.1 เมืองออสึ (Otsu-shi)	217
1.2 เมืองฮิโกเนะ (Hikone-shi)	218
ปราสาทฮิโกเนะ (Hikone Castle)	219
สวนเก็นคิวนะ (Genkyuen Garden)	222
ถนนซ็อบบิปปิงยูมะะเคียวบาชิ (Yume Kyobashi Castle Road)	223
2. จังหวัดนาระ (Nara-ken)	224
เมืองนาระ (Nara-shi)	224
วัดโทไดจิ (Todaiji)	225
สถานที่ท่องเที่ยวอื่นๆ ของนาระ	227
3. จังหวัดโอซาก้า (Osaka-ken)	228
เมืองโอซาก้า (Osaka-shi)	228
ระบบรถไฟในโอซาก้า	231
ปราสาทโอซาก้า (Osaka Castle)	234
โอซาก้าอควาเรียมไคยูกัน (Osaka Aquarium Kaiyukan)	236
ยูนิเวอร์แซลสตูดิโอส์เจแปน (Universal Studios Japan)	239
สถานที่ท่องเที่ยวอื่นๆ ของโอซาก้า	243
4. จังหวัดเฮียวโงะ (Hyogo-ken)	246
4.1 เมืองโกเบ (Kobe-shi)	246
หมู่บ้านคิตาโน (Kitano)	247
ฮาร์เบอร์แลนด์ (Harborland)	248
4.2 เมืองฮิเมจิ (Himeji-shi)	250
ปราสาทฮิเมจิ (Himeji Castle)	250
สวนโคโคะเอ็ง (Koko-en Garden)	252
5. จังหวัดมิเอะ (Mie-ken)	252
5.1 เมืองอิเซะ (Ise-shi)	252
ศาลเจ้าอิเซะจิงกู (Ise Jingu)	254
เอโดะวันเดอร์แลนด์ (Edo Wonderland)	256
เมโตะอิวะ (Meoto Iwa)	258

ฟูตามิซึฟาราไดซ์ (Futami Sea Paradise)	260
5.2 เมืองโทบะ (Toba-shi)	261
เกาะไข่มุกมิโกโมโตะ (Mikimoto Pearl Island)	261
โทบะอควาเรียม (Toba Aquarium)	263
สวนสนุกปาร์กเอสปันญา (Parque Espana)	265
5.3 เมืองอิเกะอุเอะโนะ (Iga Ueno-shi)	270
พิพิธภัณฑ์นินจาอิเกะ (Iga Ryu Ninja Museum)	271
ปราสาทอุเอะโนะ (Ueno Castle)	271
สถานที่ท่องเที่ยวอื่นๆ ของภูมิภาคคันไซ	273
จังหวัดวากายามา (Wakayama-ken)	273
วิเคราะห์วิจารณ์	274

Chapter 7



เกียวโต (Kyoto) เสน่ห์แห่งเมืองหลวงเก่า... 275

ทำความเข้าใจกับเกียวโต	276
ข้อมูลควรรู้ก่อนจะเที่ยวเกียวโต	277
ระบบการขนส่งในเกียวโต	279
ประวัติศาสตร์ฉบับย่อของเกียวโต	282
เซ็นทรัลเกียวโต (Central Kyoto)	286
ปราสาทนิจิ (Nijo Castle)	286
วัดนิชิฮงกันจิ (Nishi Honganji Temple)	288
หอคอยเกียวโต (Kyoto Tower)	290
นอร์ทเทิร์นเกียวโต (Northern Kyoto)	292
ปราสาททองคินคาคุจิ (Kinkakuji)	292
วัดเรียวอันจิ (Ryoanji Temple)	294
วัดนินนาจิ (Ninnaji Temple)	296
เซาเทิร์นเกียวโต (Southern Kyoto)	298
วัดโทจิ (Toji Temple)	298
วัดโทฟุคุจิ (Tofukuji Temple)	300
ศาลเจ้าฟุชิมิอินาริ (Fushimi Inari Shrine)	303
วัดเบียวดออิน (Byodoin Temple)	306
เวสเทิร์นเกียวโต (Western Kyoto)	308
โตเอมูวี่แลนด์ (Toei Movie Land)	308
วัดเท็นริวจิ (Tenryuji Temple)	312
อาราชิยาม่า (Arashiyama)	
และรถไฟสายโรแมนติกโทโรคโคโกะ (Torokko Romantic Train)	315
อีสเทิร์นเกียวโต (Eastern Kyoto)	318
วัดซังจูซังเง็นโด (Sanjusangendo Temple)	318
วัดคิโยมิซึเดระ (Kiyomizu Dera)	320
ฮิกาชิชยาม่า (Higashiyama)	324
กิออน (Gion)	327
โรงละครกิออนคอร์เนอร์ (Gion Corner)	328
ศาลเจ้าเฮอัน (Heian Shrine)	329
ปราสาทเงินกิงคาคุจิ (Ginkakuji)	331
ชานเมืองเกียวโต (Outskirt of Kyoto)	334
อามาโนฮาชิดาเตะ (Amanohashidate)	334



สถานที่ท่องเที่ยวอื่นๆ ของเกียวโต	338
เซ็นทรัลเกียวโต (Central Kyoto)	338
นอร์เทิร์นเกียวโต (Northern Kyoto)	340
เซาเทิร์นเกียวโต (Southern Kyoto)	341
เวสเทิร์นเกียวโต (Western Kyoto)	342
อีสเทิร์นเกียวโต (Eastern Kyoto)	343
วิเคราะห์วิจารณ์	344

Chapter 8

ชูโกกุ (Chugoku)

ภูมิภาคใต้สุดของฮอนชู 345

ทำความรู้จักภูมิภาคชูโกกุ	346
1. จังหวัดโอคายาม่า (Okayama-ken)	347
1.1 เมืองคุราชิกิ (Kurashiki-shi)	347
บิกันฮิสทอริคัลควอเตอร์ (Bikan Historical Quarter)	348
ไอวิสแควร์ (Ivy Square)	350
ถนนคนเดิน (Walking Street)	351
1.2 สถานที่ท่องเที่ยวอื่นๆ ของจังหวัดโอคายาม่า	351
สวนโครากุเอ็น (Korakuen)	352
ปราสาทโอคายาม่า (Okayama Castle)	353
เมืองทากาฮาชิ (Takahashi-shi)	353
2. จังหวัดฮิโรชิม่า (Hiroshima-ken)	354
เมืองฮิโรชิม่า (Hiroshima-shi)	354
สวนที่ระลึกแห่งสันติภาพ (Peace Memorial Park)	355
สวนชุกเคเอ็น (Shukkeien Garden)	358
3. เกาะมียาจิม่า (Miyajima)	359
ศาลเจ้าอิตซึกุชิม่า (Itsukushima Shrine)	359
มียาจิม่าอควาเรียม (Miyajima Aquarium)	361
สถานที่ท่องเที่ยวอื่นๆ ของมียาจิม่า	362
สถานที่ท่องเที่ยวอื่นๆ ของภูมิภาคชูโกกุ	363
1. จังหวัดยามากูชิ (Yamaguchi-ken)	363
เมืองอิวาคุนิ (Iwakuni-shi)	363
2. จังหวัดโทตทริ (Tottori-ken)	364
เมืองโทตทริ (Tottori-shi)	364
3. จังหวัดชิมานะ (Shimane-ken)	365
เมืองมัตซึเอะ (Matsue-shi)	365
วิเคราะห์วิจารณ์	366

Chapter 9

คิวชู (Kyushu)

เกาะใต้สุดอันแสนอุดมสมบูรณ์ 367

ทำความรู้จักกับภูมิภาคคิวชู	368
1. จังหวัดฟูกูโอกะ (Fukuoka-ken)	369

1.1 เมืองฟูกูโอกะ (Fukuoka-shi)	369
คานัลซิตี (Canal City)	371
หอคอยฟูกูโอกะ (Fukuoka Tower)	373
สวนโอโฮริ (Ohori Park)	375
1.2 เมืองดาไซฟู (Dazaifu-shi)	376
ศาลเจ้าดาไซฟูเท็นมังกุ (Dazaifu Tenmangu Shrine)	377
2. จังหวัดนางาซากิ (Nagasaki-ken)	379
เมืองนางาซากิ (Nagasaki-shi)	380
สวนสันติภาพ (Peace Park)	381
เกาะเดจิม่า (Dejima)	384
โกลเวอร์การ์เดน (Glover Garden)	386
สถานที่ท่องเที่ยวอื่นๆ ของนางาซากิ	391
ฮุสเทนบอสชีมพาร์ก (Huis Ten Bosch Theme Park)	391
3. จังหวัดคุมะโมโตะ (Kumamoto-ken)	392
เมืองคุมะโมโตะ (Kumamoto-shi)	392
ปราสาทคุมะโมโตะ (Kumamoto Castle)	393
เมานต์อาโซะ (Mount Aso)	395
สถานที่ท่องเที่ยวอื่นๆ ของภูมิภาคคิวชู	398
1. จังหวัดซากะ (Saga-ken)	398
เมืองอาริตะ (Arita)	398
2. จังหวัดมียาซากิ (Miyazaki-ken)	400
ทากาชิโฮ (Takachiho)	400
3. จังหวัดโออิตะ (Oita-ken)	400
เมืองเบปปุ (Beppu-shi)	400
4. จังหวัดคาโกชิม่า (Kagoshima-ken)	401
วิเคราะห์วิจารณ์	402

Chapter 10

ตอบทุกคำถามที่คุ้นเคยกับญี่ปุ่น 404

1. คำถามเรื่องวีซ่า	404
2. คำถามเกี่ยวกับช่วงเวลาและสถานที่ที่น่าสนใจ	407
2.1 ควรจะไปญี่ปุ่นช่วงไหนดี	407
2.2 ควรจะไปญี่ปุ่นกี่วันดี	410
2.3 ความชอบแบบนี้ควรไปเที่ยวส่วนไหน ของญี่ปุ่นดี	411
2.4 จบเท่าไรถึงจะไปญี่ปุ่นได้	415
2.5 จำเป็นต้องซื้อ JR Pass ไหม และซื้อแบบไหนดี	417
3. คำถามเรื่องการเดินทาง	423
4. คำถามสุดคลาสสิก	431
4.1 โปรแกรมฉบับสั้น 5 วัน	431
4.2 โปรแกรมฉบับกลาง 7 วัน	435
4.3 โปรแกรมฉบับยาว 14 วัน	437
บทสรุป	441

