

# Sommaire

## Découvrir

Les régions du guide	8
Le Japon à la carte	12
Propositions de circuits	17

## Partir

Adresses utiles	22
Quand partir	22
Se documenter	23
Formalités	24
Le voyage par avion	25
Le voyage organisé	27

## Séjourner

Se loger	30
Se restaurer	31
Se déplacer	34
Vivre au quotidien	37

## Comprendre

Le Japon aujourd'hui	48
La nature et les hommes	66
Histoire du Japon	73
Religions et spiritualités	98
L'art japonais	109
La langue et son écriture	124
La littérature	131
Au pays des mangas	138
Le cinéma	143
Les arts de la scène	149
La gastronomie	155

## Visiter

### Tokyô et le Kantô 163

Présentation	163
Tôkyô	167
1 L'ancien quartier d'Asakusa	176
2 Ryôgoku	180
3 Le parc d'Ueno et ses musées	184

4 Du Palais impérial à Ginza	193
5 De Tsukiji à la baie de Tôkyô	205
6 Shinjuku	208
7 Shibuya, Sangenjaya et Shimo-kitazawa	214
8 Le parc Yoyogi, Harajuku et Aoyama	220
9 De Roppongi à Akasaka	225
10 Ikebukuro	229
11 D'Ebisu à Shinagawa	234
12 Quelques visites plus lointaines	238

### Environs de Tôkyô

Le Nihon Minka-en	239
Le Musée architectural Edo-Tôkyô	239
Kawagoe	239
Le mont Takao	240
Le mont Mitake	240
Le temple Narita-san Shinshô-ji	241
Tateyama	241
Hakone	242
Kamakura	248
Nikkô	256
Yokohama	261

### Le Chûbu 267

Présentation	267
Le mont Fuji	272
Gifu	276
Le château d'Inuyama	277
Le musée Meiji Mura	277
Gujô Hachiman	278
La péninsule d'Izu	279
Atami	279
Shimoda	280
Shuzenji	280
Yugashima	281
Kanazawa	284
La péninsule de Noto	289
Matsumoto et les Alpes japonaises	291
Matsumoto	291
Les Alpes japonaises	293
La vallée Kisoji	295
Nagano	296
Togakushi	297
Obuse	298
Bessho Onsen	298

Jigokudani Yaen kôen	299	Iwakuni	428
Karuizawa	300	Les gorges de Sandan-kyô	429
L'île de Sado	301	<b>Iwami-ginzan</b>	430
Nagoya	302	<b>Kurashiki</b>	434
Takayama	308	Okayama	437
Shirakawa-gô	312	Bizen	437
<b>Le Kansai</b>	<b>313</b>	Le château Matsuyama-jô	438
<b>Présentation</b>	<b>313</b>	<b>Matsue et Izumo</b>	439
<b>Himeji</b>	317	<b>Matsue</b>	440
Murotsu	318	Le sanctuaire Yaegaki-jinja	443
Akô	318	Matsue Vogel Park	443
<b>Le sanctuaire Ise-jingû</b>	319	Le musée d'Art Adachi	444
La péninsule de Shima	323	Le jardin japonais Yûshi-en	444
<b>Kôbe</b>	325	Le sanctuaire Miho-jinja	444
<b>Le mont Kôya</b>	329	<b>Izumo</b>	444
<b>Kumano</b>	334	Le cap Hinomi saki	446
Kii-Tanabe	336	Le temple Gakuen-ji	447
Shirahama	336	La vallée d'Unnan	447
Kii-Katsuura	337	<b>Les îles Oki</b>	448
Kawayu Onsen	338	<b>Onomichi</b>	451
Yunomine Onsen	338	<b>De Tottori à Sakai-minato</b>	455
<b>Kyôto</b>	339	Tottori	456
① Autour de la gare	352	Chizu	457
② Le centre-ville	359	Kurayoshi	458
③ La promenade de la philosophie	364	Le mont Mitoku	460
④ Le quartier du pavillon d'Or	372	Le mont Daisen	461
⑤ Higashiyama		Sakai-minato	462
et le parc Maruyama	376	<b>Tsuwano</b>	463
⑥ Deux temples et un sanctuaire	378	<b>Shikoku</b>	<b>467</b>
⑦ Arashiyama et Sagano	380	<b>Présentation</b>	467
⑧ Le circuit impérial	383	<b>La côte ouest</b>	473
<b>Environs de Kyôto</b>		Matsuyama	473
Le Saihō-ji	386	Uchiko	477
La villa Ôyamazaki-Asahi Beer	387	Ôzu	478
Le mont Hiei	387	Uwajima	478
Le Byōdō-in	388	<b>Kôchi</b>	480
Ôhara	389	Katsurahama	482
Le musée Miho	390	La grotte de Ryûga-dô	483
<b>Nara</b>	391	Shimanto et la rivière Shimanto	483
Le monastère Hase dera	401	Le cap Muroto zaki	483
Asuka	401	<b>Takamatsu</b>	484
Yoshino	402	Yashima	486
<b>Ôsaka</b>	403	Le musée Isamu Noguchi	486
<b>Le Chûgoku</b>	<b>409</b>	Kotohira	487
<b>Présentation</b>	<b>409</b>	L'île Teshima	488
<b>Hagi</b>	414	L'île Naoshima	489
Yamaguchi	419	L'île Shôdoshima	492
<b>Hiroshima</b>	421	<b>Tokushima</b>	493
Miyajima	426	Naruto	495
		La vallée d'Iya	495

<b>Le Kyûshû</b>	<b>497</b>	<b>Hakodate</b>	<b>557</b>
Présentation	497	Yunokawa Onsen	561
<b>Beppu</b>	<b>501</b>	Matsumae	561
Yufuin	503	<b>Sapporo</b>	<b>564</b>
Les 60 bouddhas d'Usuki	503	Jôzankei Onsen	568
La péninsule de Kunisaki	504	Otaru	568
Le sanctuaire Usa-jingû	505	Noboribetsu	569
<b>Fukuoka</b>	<b>506</b>	Le lac Tôya-ko	569
Dazaifu	512	<b>La péninsule de Shiretoko</b>	<b>570</b>
Yanagawa	514	Abashiri	571
<b>Entre Fukuoka et Nagasaki</b>	<b>515</b>	Le parc national de Shiretoko	573
Le triangle des potiers	515	<b>Wakkanai</b>	<b>576</b>
Hirado	517	L'île Rishiri-tô	578
<b>Kagoshima</b>	<b>519</b>	L'île Rebun-tô	578
La péninsule de Satsuma	525	<b>Le Tôhoku</b>	<b>579</b>
L'île Yakushima	526	Présentation	579
<b>Kumamoto et le mont Aso</b>	<b>527</b>		
La région d'Aso	532	<b>En savoir plus</b>	
<b>Nagasaki</b>	<b>534</b>	Petit dictionnaire	590
La péninsule de Shimabara	540	Lexique	595
Les îles Ryûkyû et Okinawa	542	Index des encadrés et des thèmes	602
<b>Hokkaidô</b>	<b>547</b>	Index général	605
Présentation	547	Plan du métro de Tôkyô	616
<b>Daisetsuzan et Akan</b>	<b>552</b>		
Le parc national de Daisetsuzan	552		
Le parc national d'Akan	554		

## THÉMA

## Table des thèmes

*Pour aller plus loin, des sujets traités de façon approfondie et largement illustrés*

• Le kimono traditionnel	42-43	• Les dames de la cour de Heian	350-351
• Femmes du Japon	62-63	• Les jardins	370-371
• Sur la route de Tôkaidô	86-87	• Le mystère des temples de bois	398-399
• Les sanctuaires shintoïstes	100-101	• Thermalisme, un art de vivre	432-433
• À l'école de l'Occident	118-119	• La Voie des Fleurs	454
• Le sumo	182-183	• Le pèlerinage des 88 temples	472
• L'empereur, symbole de la nation	196-197	• Les arts martiaux	490-491
• La pop culture	218-219	• Une terre volcanique	530-531
• Les images bouddhiques	254-255	• Les îles Ryûkyû et Okinawa	542-546
• La maison traditionnelle	282-283	• Les indigènes du Japon	562-563
• Trois festivals majeurs	345		