

蚂蜂窝旅游攻略 东亚系列
www.mafengwo.cn

北海道



体验非诚勿扰里的浪漫



北海道概述 Introducing Hokkaido

北海道位于日本最北部，是除了本州岛之外面积第二大的岛屿。北海道的面积占全日本的五分之一，而人口密度极低，全道总人口只有东京的一半，唯一的大型都市圈以札幌为中心。和日本大部分地方的繁华精致和浓郁和风不同，北海道的历史很短，古迹不多，观光以自然景观和田园风光为主，兼有小清新和欧美风情。除了开阔的视野和悠然的乡村风光外，北海道的美食、温泉和滑雪场声名在外，对日本文化不感兴趣的人群也可以在这里自得其乐。

一般北海道被划分为道南、道央(道中)、道东和道北四个部分，其中道央集中了人口较多的城市和最具有代表性的旅游景点，道南是北海道与本州岛联系的大门，道东有着原始荒芜的自然保护区，道北则是日本的极北之地。无论是北海道一地深度游，还是与本州岛城市串联，北海道都是日本之旅不可或缺的一站。

主要城市和观光地

道南：函馆、松前

道央：札幌、小樽、富良野、美瑛、室兰、登别、洞爷湖、支笏湖、旭川

道东：钏路、知床、网走、阿寒湖

道北：稚内

最佳旅行时间 北海道最热门的旅游季节为夏季和冬季，届时日本本土游客和国际游客会同时前往北海道，酒店价格上涨，交通工具往往一票难求，如果热门季节出行，请错开日本的公众假期（元旦和盂兰盆节黄金周）。

北海道的春季（4-5月）短暂，气温普遍较低，五一假期前后樱花盛开，是日本最后的赏樱地。

夏季（6-8月）是北海道薰衣草盛开的季节，富良野是世界知名的薰衣草产地，每年的6月上旬至8月下旬，山坡与平原成为紫色的花海，被誉为“东方的普罗旺斯”。还有美瑛起伏的丘陵上，一片片灿烂的花海，吸引了日本国内外不少游客前往，用相机记录这美丽的时刻。

北海道的秋季（9-11月）来得比较早，十一假期期间就能观赏到满山的红叶，相对来说游客不多，非常适合寻找清静的人。

冬季（12-2月）是北海道大雪纷飞的季节，道央的滑雪场一个接着一个地开始营业，你也可乘坐定期观光汽车，从车内眺望雪景中的北海道，还可以享受北海道的白色圣诞节。2月上旬举办的札幌冰雪节，是北海道冬季最大活动，这时积雪量也较厚，白雪皑皑很漂亮，也是泡温泉的好时候。

目录 Catalogue

- 02 北海道概述
- 03 北海道亮点
- 04 景点/住宿/美食
- 05 购物/外部交通
- 06 内部交通
- 07 札幌
- 12 小樽
- 15 函馆
- 18 道央地区
- 22 道东、道北地区
- 25 线路推荐
- 26 实用信息
- 27 出入境
- 28 旅行路上
- 30 札幌市交通图

穿衣指南 北海道地区穿衣与我国东北地区相似，冬季出行，需要准备御寒大衣或羽绒服、适合在雪中行走的防水鞋，防滑勾等设备可以在北海道本地购买，价格不贵；春秋季节温度变化较大，要准备够厚的外套避免降温；夏季清凉衣物和防晒用品必不可少。

消费指数 北海道消费水平中等，饮料的话一般120-150日元，拉面约550日元一碗。

海鲜价格比起日本大城市较低。酒店价格随着旅游淡旺季起伏，温泉酒店在每晚人均1万日元左右。

汇率

日本的官方货币为日元(円, 发音为en), 又称日元, 货币符号为“¥”(英语发音为Yen)。纸币最高面额为一万日元, 500及以下面值的日元为硬币, 准备一个零钱包很有必要。

兑换: (2015年5月)

1人民币 ≈ 19.2307日元 1日元 ≈ 0.052人民币

时差 日本为东九区, 东京周边地区时间比北京时间提前一个小时, 北京为10:00时当地为11:00。

致谢

封面: Cherry

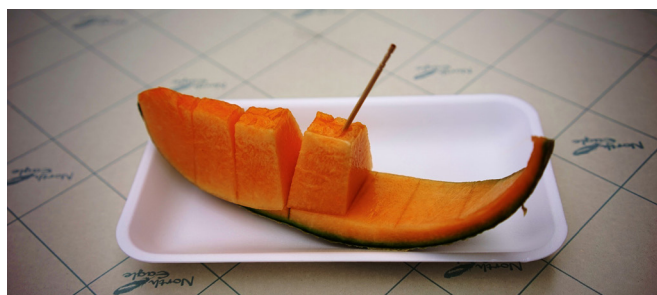
亮点图提供: 边缘儿 瓦女寧

感谢: 边缘儿 瓦女寧 爱起航-杨凡 Lilytian 沸騰小鱼片飒飒的飒飒 狮子座短发女人 摸油MIU 霖小米 大龙 七叶-枝花01 倒猫猫 山水与共 天际流 梅花 CHO_HRO

©北京蚂蜂窝网络科技有限公司 (mafengwo.cn) 独立拥有或与本站注册用户共同拥有本站内容版权和其他相关知识产权; 未经本公司明确书面许可, 任何人不得复制或在本公司所属服务器上制作镜像或以其他方式使用本站内容。



北海道亮点



1 文艺少女的花海骑行

北海道的夏季不仅有成片的薰衣草，还有灿烂的向日葵田和多种花卉组成的五色拼布，届时富良野、美瑛的观光农场对外开放，是观赏花海的绝佳之地。除了搭乘专门的赏花旅游巴士外，你还可以选择在花田之中骑行参观或者徒步。蓝天、白云、蝉鸣、紫色花田与日式的小木屋，草帽长裙的少女骑行在田野上。不走这么一趟枉做文艺少女！

2 饕餮吃货们的美食狂欢

想减肥的女生就不要来北海道了，否则眼前的种种美食一定会让你痛不欲生。北海道不容错过的美食包括海胆、三大蟹、寿司、拉面、哈密瓜、乳制品和各种甜品，产自当地（日语称为道产）的蔬菜、水果、牛肉和猪肉也是日本人认为的最高质量食材。从道南的函馆到东部的钏路，每个城市都有自己的代表风味菜肴，重要的是，北海道美食好吃不贵，哪怕大快朵颐海鲜大餐不过数千日元。来到北海道就要畅快得从南吃到北，来一次痛快淋漓的美食狂欢之旅！

3 在北国缔结冰雪奇缘

如果你来自温暖的南方，那么冬天的北海道绝对能满足你和冰雪亲密接触的愿望。北海道的地理和气候带来了冬季充沛的降雪量，造就了札幌周边、二世古、富良野、星野 TOMAMU 度假村众多的滑雪场，无须去北极圈也能体会纯白的雪国世界。除了传统的滑雪外，乘坐狗拉雪橇和

雪上摩托都是必玩的项目。12月-2月北海道各个城市地区都有冰雪相关的特色庆祝活动，其中札幌冰雪节和小樽雪灯之路冰雪节最为知名，雪雕、冰灯、各种雪上项目，让你过足看雪、玩雪的瘾。如果这些还不够的话，冬末前往知床和网走观赏流冰，绝对是其他地方难得一见的珍贵体验。

4 享受温泉的滋润

北海道是全日本温泉数量第一位的泡汤天堂，各种开发完善的温泉酒店丰俭由人。既有以赏景著称的洞爷湖温泉、层云峡温泉、白金温泉，也有交通方便的朝里川温泉、定山溪温泉、旭岳温泉，还有以泉质丰富被称为“温泉百货商店”闻名的登别温泉。无论是道央道东玩哪一条路线，北海道的温泉总能治愈你在旅途中的疲惫，留下一缕充满和风之温柔回忆。

5 寻找野生动物的活跃身影

北海道堪称人与动物和谐相处的典范，广袤的森林中生活着大量野生鹿群、狐狸、野狼、熊、兔子和松鼠。无论是行走在札幌这样的大城市中，还是乘坐 JR 电车奔驰在田野之上，不时可以捕捉到动物的身影。对鸟类爱好者来说，绝对要去日本最大的丹顶鹤栖息地——钏路湿原寻找这些美丽的精灵，而道东的屈斜湖冬季则是天鹅的栖息地。另外，必须要去的一站是旭川动物园，这里人性化的设置让来客可以超近距离接触憨态可掬的企鹅与北极熊。

景点 Sights

北海道地域辽阔，南部和中部经济比较发达，东北地区则保持着原始的自然风情。大部分景区的季节性非常强。札幌是北海道的商业、行政中心，也是仅有的大城市；函馆和小樽则是具有西洋风情的浪漫港口之城；旭川拥有全日本最有爱的动物园，夏季富良野和美瑛的田野风光是北海道的标志；道东以能看到丹顶鹤的钏路湿原、能看到流冰的网走和神秘的三大湖闻名。北海道的景点比较分散，临近城市之间靠 JR 电车来往，车程在 2-3 小时左右，不易把行程排得过满。如果喜欢小清新风情推荐走道南和道央，如果想回归原野，则多留些时间来探索道东和道北。

住宿 Sleep

作为日本人最喜爱的度假地，北海道各种档次的酒店开发很完善。来到北海道一定要体验一下正宗的温泉酒店，登别、定山溪、层云峡、阿寒湖周边拥有一系列各具特色的温泉酒店，

美食 Eat

丰富的农产品和海产让北海道成为了不折不扣的日本美食王国，这里既有数百日元就能饱腹的平民美食，也有精心制作的和食大餐。来到北海道，你会发现哪怕最常见的土豆、玉米、番茄都异常香甜。对日本人而言，北海道旅行最大的魅力就在饱餐当地美食上。在烹饪手法和口味上，北海道的餐饮体系大致和本州岛接近，日式的拉面、寿司是常见的平价美食，而西餐和甜点也非常流行，最能突出食材本味的火锅和烧烤是非常受欢迎的菜肴。各个城市都有富于本地特色的乡土料理和代表特产，让你尽情享受舌尖上的北海道。

三大蟹

海产螃蟹是北海道最有代表性的美食，一般市面上能吃到的有三种：帝王蟹、松叶蟹和毛蟹，被统称为三大蟹。帝王蟹体型最为庞大，蟹腿肉多紧实，一般做成日式涮锅或者烤着吃，蟹黄味道不够好，最佳食用季节是 3 月-10 月。松叶蟹肉质甘甜，简单的煮制后就很好吃，蟹腿肉很多。也有将蟹肉和蟹黄剔出来，放在蟹壳上烤制的吃法，最肥美的季节是 7 月-12 月。毛蟹是三大蟹中体型最小的，加工起来比较麻烦，但口感层次最为丰富，加工好的毛蟹无论是烧烤还是做成煮锅，都是极品的美味，品尝时间为 1 月-5 月。在北海道，想吃精细加工的螃蟹席，可以选择蟹本家、蟹将军等餐厅；如果想大快朵颐，则可以在海鲜市场上挑选生螃蟹，由店家进行简单的烤制或烹煮。无论哪种方式，性价比都极高。



边缘儿 螃蟹套餐

海鲜饭

虽然道内不乏寿司名店，但是能够大块吃鱼生的海鲜饭才更符合北海道人豪放的气质。海胆、鲑鱼子、甜虾、扇贝、金枪鱼，挑选一碗材料丰盛的海鲜饭价格不过 1000-2000 日元，许多旅客把海鲜饭作为一天的早餐。除了店家组合好的海鲜饭外，钏路地区特有的勝手丼，能让食客自由组合新鲜食材，非常过瘾。



瓦女亭 海鲜饭

成吉思汗烤肉

在北海道以外，日本人几乎不吃羊肉。用羊肉和蔬菜烤制，加以特殊酱料的成吉思汗烤肉成为了当地最有特色的菜肴。成吉思汗烤肉采用本地出产的羔羊，新鲜的羊肉膻味很小，推荐尝试。札幌拥有最多的成吉思汗烤肉店，许多人气店门口永远排着大队。



边缘儿 成吉思汗烤肉

石狩锅

以新鲜海产为材料的石狩锅是北海道地道的火锅料理，主要食材是鲑鱼刺身、豆腐、洋葱、韭菜、卷心菜、香菇、洋葱等蔬菜，加入昆布和味噌煮成，有时还会添加牛油或牛奶等调味。在北海道每个店面几乎都能品尝到，且味道正宗。

拉面

不管你是不是在日本其他城市已经吃腻了拉面，来到北海道，一定不能错过当地特色的三大拉面：札幌味噌拉面、旭川酱油拉面和函馆盐拉面。北海道的拉面特色是汤底多以鸡骨、海鲜、蔬菜等多种食材熬制，浇头除了常见的叉烧肉、豆芽、笋干等，还有黄油、玉米、海鲜等北海道特有的风味。



爱起航 - 杨凡 北海道当地的拉面

甜品

北海道的畜牧业发达，出产一流的乳制品，加上受欧洲饮食文化影响深远，诞生了一大批历史悠久的老牌甜品店，以醇厚的口感和浓郁的奶香闻名。札幌的雪印 Parlor、函馆的 Snaffle、小樽的 Letao 都是必去的名店，因为多数采用纯天然的新鲜原料制作，很难运输到北海道以外开店，是名副其实的当地限定美味。



Lilytian 奶油芭菲甜品

购物 Shopping

如果想购买药妆、小家电、服饰等常规商品，札幌是最佳的选择，市区集中了大型百货和连锁商店。北海道其他城市则适合购买一些有当地特色的纪念品和食品手信，比如小樽的八音盒与玻璃制品，道东的小球藻和爱奴人风格的木制品，还有白色恋人、六花亭出品的点心。

外部交通 Getting there

飞机

从中国境内到北海道旅游一般有两种选择，一种是直飞北海道，北京、上海等城市有直达航线，一般飞行时间在 3-4 小时，降落在札幌的新千岁机场或旭川机场。另一种方案是先飞抵东京、大阪等交通枢纽，之后转飞日本国内航线，除了新千岁机场和旭川机场外，还可以选择函馆、钏路、稚内等机场降落。从东京、大阪、名古屋飞到札幌都只需要一个多小时，从福冈飞到札幌需要两个多小时。目前，上海和天津开通了前往北海道的廉航。

札幌新千岁机场 New Chitose Airport

北海道最大的机场，运营国际和日本国内航线。除了搭乘航班外，新千岁机场中吃喝玩乐一应俱全。机场内有 160 多家特色店铺，可以买到各种北海道士特产、口袋妖怪、Hello Kitty 玩偶等等，价格合理的北海道美食餐厅一应俱全。除了吃和买外，这里还有电影院、露天温泉、哆啦 A 梦主题公园、巧克力工厂和手工焦糖工坊。不夸张得说，在新千岁机场可以泡上一整天。

地址：北海道千歳市美々 987-22

网址：<http://www.new-chitose-airport.jp/cn/>

至市内交通：

1. 新千岁机场站和札幌站靠 JR 千岁线相连接，每 15 分钟一班，最快约 35 分钟，单程票价 1070 日元，还有到小樽、带广、旭川、南千岁等地的直达电车。
2. 机场有北海道中央巴士 (www.chuo-bus.co.jp)、北都交通 (www.hokto.co.jp)、道南巴士 (www.donanbus.co.jp) 等运营的往返札幌市区与新千岁机场间的巴士，具体运营区间、票价信息查询官网，时间约为 1 小时 30 分。

火车

目前乘坐火车从日本本州岛前往北海道地区有两条 JR 线路，第一条是从青森站到函馆的 JR 津轻海峡线，另一条是青森和札幌之间的夜行火车 HANAMASU 线。需要注意的是，这两条线路只能使用 JR PASS 或者夏季推出的东北日本 + 北海道 PASS，如果想搭乘 JR 从东京前往北海道，推荐直接购买 JR PASS。

内部交通 Getting around

JR 电车

和私铁密集的关东、关西不同，北海道城市间的轨道交通只有 JR 路线。到 2015 年年底，北海道尚没有新干线线路，城市之间的列车以快速车为主，速度比较慢 JR 线路连接札幌、新千岁机场至各地的路线，还有开往稚内、网走、钏路、旭川、青森等地的快速列车，主要的几条线路有札幌-东室兰-函馆线、札幌-新千岁机场线等。因为北海道面积较大，城市之间单程 JR 交通往往在 2-3 个小时，票价在 5000 日元左右，推荐购买 JR 北海道推出的交通套票节约资金。

详细请见：JR 北海道旅客铁道株式会社 <http://www.jrhokkaido.co.jp/index.html>

出租车

札幌、旭川等城市很容易叫到出租车，价格比较高，招手停车。起价为 1.6 公里内 650 日元，以后每 309 米加 80 日元。也有可以包租的“观光出租”，供个人在市内游览，具体信息可向札幌市交通资讯中心询问。

巴士

北海道大部分 JR 车站到景区之间有一定距离，需要搭乘当地的公交巴士接驳。如果想从札幌、小樽、旭川等城市前往洞爷湖、登别、层云峡等景区，乘坐长途大巴也是不错的选择，省去了倒车的麻烦，一般而言价格也比 JR 便宜。

船

北海道是个多航运的城市，日本各地每天都有通往北海道函馆港、小樽港、稚内港的客船，给出行提供了即经济实惠又便利的条件。北海道各港口有不同轮渡公司运营的路线，如东日本轮渡、青函轮渡、新日本海轮渡、太平洋轮渡等。

租车自驾

想深入北海道腹地的旅行者，租车自驾是比较好的方式，沿途的美好风光全都尽收眼底。但日本要求持有国际驾照才能自驾。在富良野、美瑛，还可以租自行车出行。





札幌

札幌是北海道的首府，是日本人口过百万的城市中最北方的一个，也是日本少见的内陆大城。这里既有大都会的繁华，也有北海道特有的北国气息。大部分人将札幌作为来往北海道的第一站或最后一站，这里独特的北国风情，数不清的美食店铺和北海道最佳的购物环境，都会让你流连忘返。



 瓦女寧 北海道道厅

景点 Sights

札幌市内的景点以历史遗迹和地标建筑物为主，市中心的大通公园一年四季都是札幌最有活力的地方，而离市中心较远的北海道白色恋人公园是情侣必去的浪漫之地。周边的藻岩山、羊之丘、定山溪则提供了丰富的野外资源，是徒步和泡温泉的好去处。

札幌钟楼

札幌钟楼是札幌标志性建筑，钟声鸣响持续了 120 年以上，为日本最后的钟塔，也被指定为国家重要文化财产，现已成为札幌的一个象征。每到整点，钟楼的报时鸣钟便会响彻札幌市内。札幌钟楼内设有关于钟楼历史的小型展览，供游人参观。

地址：北海道札幌市中央区北 1 条西 2-1-1
 费用：成人 200 日元、中小学生以下免费。
 网址：<http://www15.ocn.ne.jp/~tokeidai/>
 开放时间：周二至周日 8:45-17:10
 联系方式：(81-011)2310838
 到达交通：搭乘 JR 至札幌车站南口，徒步约 10 分钟；地铁南北线、东西线、东丰线至大通站，徒步 5 分钟。
 用时参考：1-2 小时



 沸腾小鱼片 札幌钟楼

梅花 札幌的标志，不过不大值得专门停留多久，坐车看看就好。从札幌站走过去的话，十来分钟。

大通公园

大通公园在市中心，这里有许多城市雕塑、喷水池、丁香树和槐树，在它北面耸立着各种商社、金融机构大楼和北海道政府大楼，南面是大规模的地下商业街，也是该市的中心商业街，热闹非凡。夏天公园内会摆出许多庭院式啤酒节，冬天则举行札幌最盛大的活动——札幌冰雪节，在冰雪节期间，这座大公园内到处都竖起壮观的雪塑和美丽的冰雕。

地址：北海道札幌市中央区大通西 1-12
 费用：免费
 网址：<http://www.sapporo-park.or.jp/odori/>
 联系方式：(81-011)2112536
 到达交通：搭乘 JR 至札幌站，步行 10 分钟；地铁南北线、东西线、东丰线至大通站。
 用时参考：半天

札幌电视塔

这个形似埃菲尔铁塔的建筑位于大通公园的东侧，成为大通公园的醒目标志，一到夜晚，在灯光的照射下尤为美丽。塔上设有展望台，可以 360 度欣赏全景，冬季冰雪节期间从展望台上俯瞰，美丽雪景尽收眼底。

地址：北海道札幌市中央区大通西 1
 费用：展望台 700 日元
 网址：<http://www.tv-tower.co.jp/>
 联系方式：(81-011)2411131
 到达交通：搭乘地铁南北线、东西线、东丰线至大通站
 用时参考：2 小时



札幌啤酒工厂

札幌啤酒工厂是札幌最具代表性的啤酒园之一，在一层的大厅内你可以品尝到各类啤酒，还可以选择这里特有的陶制杯装啤酒。由于对发酵的鲜度要求非常严格，除在这里的克拉克馆以外是品尝不到这种特制啤酒的。札幌啤酒园内除保存有制造啤酒的厂房和发酵罐外，还设有大啤酒厅和啤酒博物馆，在这里你可以了解到札幌啤酒的历史、酿造过程、还可以试饮刚刚制成的鲜啤酒。

地址：北海道札幌市中央区北 2 条东 4
 费用：免费
 网址：<http://www.sapporobeer.jp/index.html>
 联系方式：(81-011)2075000
 到达交通：搭乘 JR 至札幌站，步行 20 分钟
 用时参考：2-3 小时

北海道大学

北海道大学是日本著名的国立大学，大花延龄草是学校的校花，也是校徽的主要图案。校园景色十分的优美，有著名的白杨林林道，笔直耸立的白杨木是校内最著名的景致。还有美丽的银杏林道，一到秋天，满道的金黄，漫步其间，非常醉人。

地址：北海道札幌市北区北 8 条西 5 丁目
 网址：www.hokudai.ac.jp/en/index.html
 联系方式：(81-011)7162111
 到达交通：搭乘 JR 至札幌站，向西北步行 10 分钟左右到达
 用时参考：2 小时

白色恋人巧克力公园

即使没有来过北海道的人，也一定听说过北海道最有代表的特产——白色恋人夹心饼干。白色恋人巧克力公园则是白色恋人的制造商石屋制果开设的一家融合了体验、观光、购物和餐饮为一体的公园，可以让来客亲眼看到白色恋人的生产过程，亲手制作巧克力，还可以品尝到多种美味的甜品。白色恋人巧克力公园的建筑是充满了梦幻的欧式庄园，园内还有复古小火车、喷泉、机械钟楼，非常适合女生凹造型拍照。



 飒飒的飒飒 白色恋人公园

地址：北海道札幌市西区宮の沢 2-2-11-36
 费用：门票 600 日元
 网址：<http://www.shirokoibitopark.jp/>
 联系方式：(81-011) 6661481
 开放时间：9:00-18:00
 到达交通：从札幌站前搭乘小樽方向的巴士，在西町北 20 丁目下车；或搭乘地铁，在宫之泽站下车后徒步 7 分钟
 用时参考：半天

天际流 工厂外观是一座古色古香的英式城堡，参观工厂后觉得，其含金量是十足的，巧克力工厂不仅有着展示巧克力的制作过程，也有展示巧克力发展史的博物馆，可谓有历史，有收藏，有互动，有体验，有品尝，绝对是经营有道。在情人节这天身临其境，感受自然会丰厚了许多。

藻岩山

藻岩山位于札幌市西南部，自然风貌迷人，有椴树、水栂树、日本香莲树、山樱花树等，是藻岩原始森林的天然纪念物，这里也是一处俯览夜景的好地方，当地居民喜爱在这里聚会。乘坐索道到达山顶，不仅可以俯瞰札幌市容，还可以远眺石狩湾等。到了夜晚，札幌市内霓虹闪烁，成了一片光的海洋，最繁华的娱乐街薄野的夜景更是别具一格。

地址：北海道札幌市南区
 费用：索道 600 日元
 网址：www.sapporo-dc.co.jp/eng
 联系方式：(81-011)5618177
 开放时间：9:30-22:30（因季节变化会有调整）详情请参考网站。
 到达交通：搭乘札幌市电到索道入口站，步行 10 分钟到索道口，搭乘索道上山
 用时参考：半天

羊丘

位于北海道石狩平原西南部、札幌市东南的羊丘是一片平缓的丘陵地，在这里能领略到羊群悠闲吃草的牧歌风情。特别是一到黄昏，整个草原披上了金色的余晖，分外美丽。从这里的展望台能远眺札幌市容和平缓开阔的石狩平原，游人络绎不绝。展望台的一角竖着美国教育家克拉克的青铜塑像，直至今日，人们还亲切地称这位博士为“北海道开拓之父”。另外，在露天厨房用小炉子边烤边吃的“羊肉烧烤”也是羊丘有名的特产之一。

地址：日本北海道札幌市丰平区羊之丘 1
 费用：展望台 500 日元
 网址：<http://www.hitsujigaoka.jp/index.html>
 开放时间：11 月至 4 月 9:00-17:00，6 月至 9 月 9:00-21:00，5 月和 10 月 9:00-20:00
 联系方式：(81-011)8513080
 到达交通：搭乘地下铁东丰线至福住站，再搭乘巴士从福住车站至羊丘观景台，约 12 分钟。用时参考：半天

住宿 Sleep

和东京、大阪等大城市相比，札幌的经济型酒店价格普遍比较实惠。为了方便购物和交通，大部分人选择住在 JR 札幌站周边和站前延伸的地下商业街周边。如果希望享受温泉的治愈，则可以考虑离札幌最近的定山溪温泉一带的酒店。

札幌菲诺最佳西方酒店 Best Western Hotel Fino Sapporo

这家札幌站附近的酒店交通位置十分方便，无论是前往车站、商业区还是云集了餐饮店的薄野地区都很近。酒店提供完备的洗漱设备、无线网络和自助早餐，房间面积不大却很整洁。

地址：北海道札幌市北区北 8 条西 4-15
电话：+81-011-729-4055
价位：300-400rmb/ 晚
到达方式：JR 札幌站出站后徒步 5 分钟

札幌美居酒店 Mercure Hotel Sapporo

札幌美居酒店是雅高集团下的商旅酒店，房间比较宽敞，提供免费 wifi 和自助早餐。酒店位于薄野地区，对于美食爱好者来说十分便利，徒步 5 分钟就可以到达狸小路，札幌钟楼、大通公园等景点也可以徒步前往。

地址：札幌市中央区南 4 条西 2 丁目 2-4
电话：+81 (0) 11-513-1100
价位：400-500rmb/ 晚
到达方式：南北线薄野出站后徒步 3 分钟

Lily 选择美居其实也没多大犹豫，雅高会员必须捧场，房间没有皇冠大，但是毕竟人家在薄野市中心，洗漱用品全线欧舒丹（这次北海道之行都没用自家带的洗发沐浴品，所有酒店产品都不错）地理位置没话说，对面蟹将军、牛角、隔壁拉面街，走到二条市场，狸小路均 5 分钟左右！

美食 Eat

作为北海道的首府，札幌云集了全道的美食，以味噌拉面、汤咖喱和成吉思汗烤肉为特色，螃蟹、海鲜餐厅也很受欢迎。

拉面

札幌是别具特色的味噌拉面的发祥地，“札幌拉面共和国”和“拉面横丁”云集了一大批有名的老店。

拉面共和国

拉面共和国全场有 8 家北海道不同地方的拉面，最有意思的就是这 8 家拉面店需要竞争才能在共和国存活。共和国采取淘汰制，人气较弱的就无法留下，每月会由顾客投票选出当月的拉面王。

地址：札幌市中央区北 5 条西 2 丁目 1 番地 札幌エスタ 10 階
营业时间：11:00-22:00
参考价格：人均 40RMB
到达交通：JR 札幌站内 10 层



瓦女亭 拉面共和国内的梅光轩

CHO_HRO 中午 11:45 去的，人还不多，每家店门口都有服务员跟你说 No.1 的什么面，都很吸引人，而且好多面都能点半份，很人性化的，最后选了靠里面的梅光轩，招牌的酱油拉面。这里的酱油拉面和我们的不同，不是红红的，这个汤应该是骨头汤，浓是浓的来。还点了份味噌拉面，感觉长的挺像，真的是汤鲜美，面 Q 弹，统统一扫而光~

拉面横丁

和更加偏向游客的拉面共和国不同，位于薄野地区的拉面横丁更加本地化。代表了札幌口味的白桦山庄、用三文鱼做汤底的一藏都在这里开设了分店。

地址：札幌市中央区南 5 条西 3 丁目 N・グランデビル
营业时间：各店铺不同，一般从午餐到凌晨营业
参考价格：人均 40RMB
到达交通：搭乘地铁南北线至薄野站，步行 3 分钟



瓦女亭 白桦山庄的拉面



味的三平

味的三平拉面店的店主大宫守人是札幌味噌拉面的创始人。在当时只有咸盐拉面和酱油拉面的时代，追求新意的大宫先生通过不懈努力研制成了这种深受欢迎的新口味。

地址：札幌市中央区南1条西3丁目，大丸藤井 central 大楼 4F

联系方式：+81-011-231-0377

到达交通：搭乘地铁至大通站或者路面电车到西4丁目

炭烧叉烧拉面

一如店名，这里以美味的炭烤叉烧肉著称。以专用炉灶所烤出的叉烧肉，更增添拉面的风味。除此之外，味噌拉面，则在叉烧肉上抹上特殊味噌再加以卤烤。用鸡骨、猪骨所熬出汤头，浓郁顺口，是值得细细品尝的拉面逸品。

地址：札幌市南5西14，离西线6条站很近。

联系方式：+81-011-533-8722

营业时间：11:00-23:00，周二休息

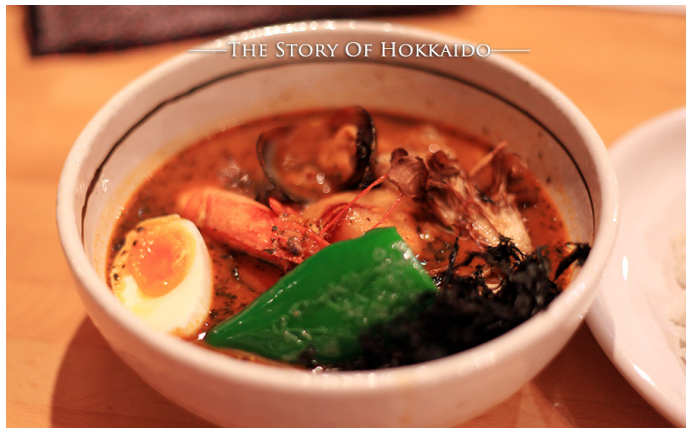
参考价格：470日元/碗

到达交通：搭乘JR至札幌站

看云的棋子 这家主打炭烧风味拉面，挺好吃的，肉入味很深，不错不错。

汤咖喱

札幌地区特色的汤咖喱以骨汤为底，混合了咖喱调料，口味上和日式、泰式、印度咖喱均有不同，食材上非常丰富多彩，特别以本地出产的蔬菜著称。汤咖喱是来札幌必吃的美食，主要集中在札幌市中心地区。



边缘儿 汤咖喱

Magic Spice

这家店是公认的“汤咖喱之父”，菜品设计中融入了药膳的理念，推出包括鸡、牛、鱼、猪肉、蔬菜等多种特色口味的汤咖喱，现在已经是颇具规模的连锁店。

地址：北海道札幌市白石区本郷通8丁目南6-2

电话：+81-011-8648800

网址：<http://www.magicspice.net/>

价位：人均60-90rmb

到达方式：乘坐地铁到达南郷7丁目站后徒步5分钟

螃蟹

蟹本家 (Kani-honke)

位于JR札幌站前的总店，由于交通方便，肉质鲜美的大螃蟹是当地人的大爱，也吸引了不少来北海道旅游的游客。

地址：北海道札幌市中央区北三条西二丁目1-18

网址：www.kani-honke.jp/c1/

联系方式：(81-011)2220018

营业时间：11:30-22:00

参考价格：套餐4000日元左右

到达交通：搭乘JR至札幌站南口出，步行5分钟



瓦女亭 蟹本家

かに屋

这是一家大型的螃蟹料理连锁餐厅，在京都也有分店，这里全年备有帝王蟹、毛蟹和松叶蟹，口味各有特色，再配上点清酒，美味无比。

地址：北海道札幌市中央区南4条2丁目11

联系方式：(81-011)2221117

营业时间：周一至周五 11:00-15:00 和 17:00-22:30

参考价格：人均10000日元

到达交通：搭乘地铁至豊水站

螃蟹将军

这里的蟹肉火锅料理和烧烤蟹肉料理是最有人气的，还有清蒸蟹肉，鲜美无比。

地址：北海道札幌市中央区南4条西2-14-6

联系方式：(81-112)222588

参考价格：人均8000日元

到达交通：搭乘地铁至薄野站后徒步3分钟

成吉思汗烤肉

札幌白熊成吉思汗本店

位置最方便的一家成吉思汗烤肉，可以吃到羊肉和牛肉两种，招牌是使用没有经过冷冻的新鲜羊肉做成成吉思汗烤肉。



地址：北海道札幌市中央区南6条3 ジョイフル札幌 1F
联系方式：(81-050)5868-9676
参考价格：人均 2500 日元
到达交通：地下铁薄野站出后徒歩 3 分钟

购物 Shopping

如果想在北海道购买药妆、小家电、服饰等常规商品，札幌是最佳的选择，市区集中了大型百货和连锁商店。北海道其他城市的特产也可以在北海道采购，道产的马油护肤品是馈赠亲友的好选择，夏季还有薰衣草精油制品可以购买。

JR 札幌站商圈

JR 札幌站塔内是个面积很大的综合性商厦，基本上涵盖了各种百货类品牌，服饰、电器、化妆品一应俱全。地下则是一条繁忙的商业街，云集了药妆店、服饰店和特产小店，地下街最南侧的二条地区则号称札幌的秋叶原，可以买到各种动漫周边。如果时间紧张的话，在 JR 札幌站周边就可以一站式解决购物需求。

狸小路

狸小路是札幌的特色购物长廊街区，3 丁目至 5 丁目集中了比较多的商店，既有各种特产专卖，也有连锁店，如 ABC Mart 和堂吉诃德折扣店等。狸小路离薄野很近，可以结合购物和美食。

地址：北海道札幌市中央区南2条西2丁目
网址：<http://www.tanukikoji.or.jp/>
联系方式：(81-112)415125
到达交通：搭乘地铁南北线至大通站



互女亭 狸小路

四丁目 Plaza

这里有各式各样的店铺，满足了各个年龄阶层的顾客，琳琅满目的商品让人充分体验购物的乐趣。

地址：北海道札幌市中央区南1条西4丁目
网址：<http://www.4pla.co.jp/>
联系方式：+81-011-261-0221
营业时间：10:00-20:30
到达交通：搭乘地铁南北线至大通站

交通 Transportation

札幌市的景点比较集中，市中心观光靠徒步和地铁结合，如果前往周边的景点，公交巴士也很方便。如果有机会的话，不妨体会一次札幌的有轨电车，十分复古。

地下铁

札幌市的地下铁主要由东西线、南北线和东丰线组成，其中最重要的换乘站是市中心的さっぽろ（札幌 JR 站）和大通站。一般而言，札幌 JR 站和大通站之间可以靠步行，如果从札幌 JR 站前往薄野则推荐坐地铁。地铁票价按区计算，1 区票价为成人 200 日元。有价格为 830 日元的一日乘车券可以购买（节假日可以购买价格为 520 日元的ドニチカキップ）。

南北线

该线为绿色，往返于麻生与真驹内，共 16 个站点。
重要车站：札幌、大通、中之岛、澄川

东西线

该线为橙色，往返于宫之泽与新札幌，共 19 个站点。
重要车站：大通、东札幌、圆山公园

东丰线

该线为天蓝色，往返于荣町与福往，共 14 个站点。
重要车站：月寒中央、大通、札幌、环状通东

札幌市地铁图、市电路线图见 XX 页。

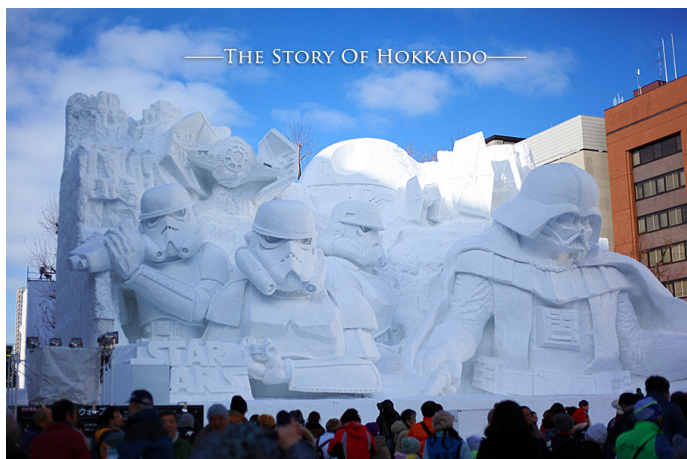
节庆 Festivals

札幌冰雪节

北国札幌每年最热闹的盛会就是札幌冰雪节。以大通公园和薄野地区为主会场，展示各种大型冰雕、雪雕，作品从人物、动物到世界名胜，包罗万象，无所不有。最好在晚上参观，灯光使冰雪展示了巨大的魔力。雪祭期间，会场设有冰雕舞台，由著名歌星、剧团表演节目助兴，札幌市内的运动设施则改造成雪场，可进行各种雪上活动。市内也举办时装、摄影、音乐等表演活动，一派热闹的节日气氛。喜欢二次元的的朋友注意啦，札幌冰雪节期间会有一系列雪初音商品和活动。

时间：2月5日-2月11日

网址：<http://www.snowfes.com/index.html>



边缘儿 札幌冰雪节

YOSAKOI 拉网小调祭

YOSAKOI 拉网小调祭是札幌市在初夏举办的大型舞蹈庆典，全国大量的民间团体加入其中，在札幌街头载歌载舞，展现自己的热情。

时间：2015年6月10日-14日

网址：www.yosakoi-soran.jp



飒飒的飒飒 参加舞蹈演出的队伍

札幌夏日祭

为了推进札幌的旅游，每年夏季以大通公园为中心，都会举办露天啤酒节、北海道盂兰盆会舞蹈、复古集市、烟火大会等多种活动，统称为札幌夏日祭。

时间：2015年7月22日-8月20日

网址：http://www.welcome.city.sapporo.jp/event/summer/sapporo_summer_festival/?lang=cn

小樽 OTARU

小樽离札幌不远，是个安静的小型港口城市，因为一部《情书》而声名远扬。在历史上，小樽一度是重要的商贸港口和金融城市，留下许多欧式的建筑，后来随着北海道的发展，小樽逐渐沉静了下来。今天的小樽，是个以浪漫气息和美味甜品著称的精致城市。

景点 Sights

昔日小樽运河里曾拥挤着无数装卸货物的舢板，沿岸都是砖石结构的仓库，一派繁忙景象。如今这些仓库建筑都改成了玻璃工艺品商店、茶馆、餐厅和大型商铺。到了傍晚时分，石板街道和两旁亮起的汽油灯使城市充满了怀旧气氛，让人感到十分亲切温暖。小樽还有“坡城”之称，城内多坡路，其中有取名为“地狱坡”的陡坡和斜而弯曲的舟见坡。小樽城的背后有一座天狗山，从山上的了望台俯瞰，不仅能将市容尽收眼底，还可以极目远眺港湾风景。

小樽运河

小樽的代表性景点，因电影《情书》而闻名，春夏秋冬四季风景各不相同，尤其是夜晚华灯初上，又或是冬日白雪皑皑的时候，运河变得格外的迷人，是非常好的摄影取景地。最佳的观赏角度是站在浅草桥上。

地址：日本北海道小樽市港町5番

到达交通：小樽站出站后沿中央街步行8分钟到达

用时参考：20分钟

小樽八音盒堂

小樽八音盒堂兴建于1912年，外部是一栋古典的西洋红砖建筑。走进内部，宛如走进了童话世界，几千种不同造型、不同主题八音盒让人眼花缭乱。店外有一座大型蒸汽座钟，每隔一段时间就会演奏出一段美妙的旋律。



狮子座短发女人 小樽八音盒堂



地址：小樽市住吉町 4 番 1 号
网 址：http://www.otaru-orgel.co.jp/simplified_chinese/ck_index.html
到达交通：临近 JR 南小樽站
用时参考：1 小时

大正哨子馆

哨子是玻璃的意思，小樽的手工玻璃制品很出名。这家大正哨子馆中，不仅可以买到琳琅满目的玻璃摆件和首饰，还可以根据自己的喜好亲手制作玻璃制品。

地址：小樽市色内 1-1-8
网址：http://www.otaru-glass.jp/store/honten
到达交通：从小樽站出后，经过小樽邮局向东
用时参考：1 小时



 **狮子座短发女人** 大正哨子馆的精美小摆件

住宿 Sleep

小樽离札幌距离很近，加上市区所需时间较短，一般而言无需在当地住宿。如果想体验一下宁静的小城风情，可以选择有特色的民宿或者日式酒店。

小樽越中屋

偏民俗风格的日式旅馆，位于银行街上，且在运河仓库和小樽车站中间，交通十分方便。

地址：北海道小樽市色内 1-8-12
网址：http://www.etchuya-ryokan.com/index.html
联系方式：+81-011-047-0031
参考价格：8900 日元 / 晚
到达交通：JR 小樽站徒步 5 分钟



 **Cherry** 越中屋的茶具

美食 Eat

小樽虽然面积不大，但是以寿司和甜品闻名全日本。寿司通中比邻分布着若干寿司老铺，而北果楼、Letao 等甜品名店散落在小樽的街头巷尾，来到小樽一定要留足时间享受美食。



 **狮子座短发女人** 六花亭内的冰激凌

寿司

政寿司本店

这里可能是日本最有名的寿司店之一，提供传统的手握寿司。曾经非常火爆的《将太的寿司》原型就取自这里。和寿司之神级别动辄 2-3w 日元的高昂价格相比，政寿司的价格很平易，十贯寿司价格在 3000 日元左右，足够正常食量的人吃饱。不知道点什么好的人直接点店家配好的套餐就好哦。

地址：小樽市花园 1 丁目 1 番 1 号
网址：http://www.masazushi.co.jp/shop_honten_cn.html
联系方式：+81-134-23-0011
营业时间：11:00-22:00，每周三休息
参考价格：寿司拼盘 3150 日元
到达交通：JR 小樽站后徒步 10 分钟



狮子座短发女人 政寿司的套餐拼盘

幸寿司

作为唯二的获得米其林推荐的小樽寿司店，幸寿司外表十分不起眼。这里以新鲜的食材，绝佳的性价比和老厨师常年坚持一线操作的职人精神取胜。3000 日元左右的套餐包含了 12 贯寿司，寿司原料讲究，性价比十分高。店内有英文菜单，点单没有压力。

地址：北海道小樽市花園 1-4-6
联系方式：+81-134- 24-0348
营业时间：11:00-21:00，每周三休息
参考价格：寿司拼盘 3150 日元
到达交通：小樽 JR 站出后徒步 10 分钟

甜品

LETAO

LETAO 是小樽甜品的代名词，高水准的芝士蛋糕、牛奶布丁和手工巧克力都是最受欢迎的产品。堂食的价格为切片蛋糕与红茶套餐 840 日元，每月会开一次蛋糕自助餐，需要提前预约。

地址：北海道小樽市堺町 7 番 16 号
网站：<http://www.letao.jp/shop/letao.php>
营业时间：9:00-18:00
参考价格：人均 1000 日元
到达交通：JR 小樽站下车后徒步 10 分钟

北果楼 小樽本馆

北果楼并非小樽的本地品牌，但是北果楼最著名的点心——妖精之森年轮卷是为了庆祝北果楼小樽本馆的产物，限定套餐只在小樽店出售。加上小樽优雅的环境和北果楼的精致感十分相宜，变成了来必去的甜品名店。除了年轮卷外，北果楼的奶油泡芙、天使之铃布丁也是必尝的美味。

地址：北海道小樽市堺町 7 番 22 号
网站：<http://www.kitakaro.com/ext/tenpo/otaru.html>
营业时间：9:00-18:30
参考价格：人均 1000 日元
到达交通：JR 南小樽站下车后徒步 10 分钟

购物 Shopping

小樽因为蓬勃的旅游业，目前各种纪念商品开发得十分完善。精巧的八音盒、别出心裁的玻璃制品和包装精美的点心都是必买商品。

堺町通商业街

这里是小樽最主要的购物街道，小樽出名的玻璃工艺品、八音盒和各种手工纪念品，在这里都可以买到。道路尽头就是著名的“童话十字路口”，可以看到小樽八音盒堂和蒸汽时钟。

地址：小樽市堺町通り
网址：<http://otaru-sakaimachi.com/>
到达交通：搭乘地铁至小樽站后徒步 10 分钟

节庆 Festivals

小樽潮祭

小樽夏季最大的盛事，包括街头舞蹈、花车游行和花火大会等，在街头可以看到许多盛装出行的当地市民。

时间：7 月最后一个周末，为期 3 天



爱起航 - 杨凡 小樽潮祭



小樽雪灯之路冰雪节

小樽雪灯之路冰雪节是每年 2 月在北海道小樽召开的冰灯祭典，从 1999 年开始举办。活动期间在小樽运河周边和一些有历史色彩的街道中排列着无数的蜡烛，衬托出一种充满梦幻的美妙气氛。堪称小樽旅游的名片

时间：2 月上旬

交通 Transportation

多数旅客都是从札幌来往小樽的，往返于札幌和小樽之间的巴士车次非常频繁，在札幌站前公交站搭乘公交车，610 日元 / 人约 1 个小时车程；JR 函馆线每小时都有一班快速列车往返于小樽和札幌，640 日元 / 人 30 分钟车程。小樽市内比较小，步行足够涵盖主要游览范围。

札幌 - 小樽 welcome pass

从札幌当天往返小樽的旅客，如果没有购买 JR PASS 或者北海道 PASS 的，一定要购入这张札幌 - 小樽 welcome pass 通票。票面包含了札幌和小樽之间的 JR 交通，以及当天札幌市内的地铁费用，持券就可以当天无限制上下车。

价格：成人 1700 日元

购买方式：札幌地下铁各站内售票、人工窗口或者小樽 JR 车站

函馆 HAKODATE

函馆是在 19 世纪末作为与外国进行贸易的港口城市发展起来的城市，它是北海道的大门，通过青函隧道与本州相连，是坐电车到达北海道的第一站。今天的函馆是个美丽的北方港口城市，有着世界三大夜景之一的扇形夜景和和洋折衷式的浪漫风情。函馆的美食闻名遐迩，早市上新鲜的鱿鱼、螃蟹、扇贝，代表函馆风味的小丑汉堡和烤鸡肉串，都会让你食指大动。

景点 Sights

函馆以欧洲风情的街道和璀璨的夜景而闻名。在海拔 334 米的函馆山上鸟瞰函馆夜景，美的令人窒息。元町一带保留着许多旧建筑物，其中有国家级重要文物的旧函馆区公会堂、原英国领事馆、俄罗斯东正教堂等，留下了日本文化和西方文化交融的独特气氛。函馆最有特色的景点，当属五角星形状的五陵郭城堡。五月份的函馆樱花盛开，一条条由函馆山顶延伸到港口的坂道是函馆最有代表的风景。

函馆山

函馆山海拔 334 米，位于函馆市西侧，夜晚可以俯瞰到被誉为世界最美三大夜景之一的函馆夜景，是来函馆必游的一站。到山顶可以选择索道和公交车两种途径，如果时间充裕春夏季节也可以尝试登山徒步，从山脚到山顶需要一个半小时。山顶除了观景平台外，也有咖啡厅和餐厅有不错的角度可以观赏夜景。

地址：函馆市元町 19-7 (缆车站)

到达方式：可以乘坐市电在十字街站下车后徒步到索道入口，搭乘索道上山。也可以从函馆 JR 站前直接搭乘登山巴士上山

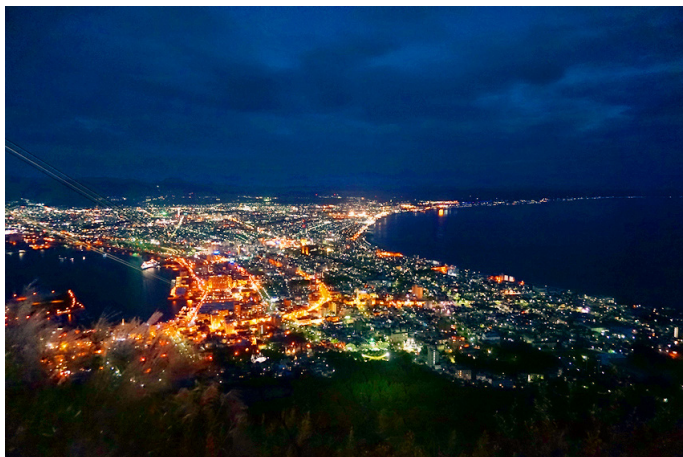
费用：函馆山索道单程成人 660 日元

网址：www.334.co.jp/en/index.html

开放时间：5 月至 10 月 10:00-22:00，11 月至 4 月 10:00-21:00

联系方式：(81-11)23628

用时参考：2-3 小时



 摸油 MIU 函馆夜景是独特的扇形

五陵郭公园

五陵郭公园是日本第一座西洋式城堡，完工之后的第四年发生了“箱馆战争”，明治维新时期支持幕府人士，在这里开展了抵抗天皇军队最后一战，因此在日本近代历史中占有重要的地位。这座曾见证历史的城堡如今只剩下了城墙的外廓，城堡内被开辟为花园，遍植樱花，成为北海道有名的赏樱胜地。樱花绽放时，犹如一朵巨大的五角星形的粉色花朵。城廓内现建有函馆博物馆，里面收集了当年战争中使用过的武器，以及染有血迹的武士战衣。后在城堡外立有一座“五陵郭塔”，高 60 公尺，游客可登塔俯视五陵郭的全貌，看出城郭特殊的五星形城廓，还可远眺函馆市街景。

地址：函馆市五陵郭町 44 番 3 号

电话：(81-138)514785

网址：<http://www.hakodate-bugyosho.jp/>

费用：成人 500 日元

开放时间：4 月 -10 月 9:00-18:00; 11 月 -3 月 9:00-17:00

到达方式：在 JR 函馆站前 4 号公交车站台搭乘五陵郭塔循环巴士 (五陵郭タワーシャトルバス) 到达

用时参考：2 小时



 霖小米 冬天的五稜郭

元町街区

和大部分日本的港口城市一样，函馆也拥有自己精致的西洋建筑群，从元町地区到函馆山半山腰的各条坂道和两侧的洋楼是函馆最有代表的风景，影视作品中最常见的是八幡坂与日和坂。街区内的外国人墓地、高龙寺、旧函馆区公会堂、原英国领事馆、俄罗斯东正教堂各具特征，都可以进入参观。

地址：函馆市元町

到达方式：从 JR 函馆站步行约 20 分钟，或者搭乘市电到元町站下车

费用：街区徒步免费，部分洋馆入内参观收取门票

用时参考：2-3 小时



 大龙 元町地区的坂道

松前城

北海道唯一的日式天守阁在函馆市区以外的松前町，也是北海道唯一能看到名城配樱花的所在地。如果五一赏樱的话，不可错过这里的静谧之美。

地址：北海道松前郡松前町字松城 144

网址：www.e-matsumae.com

开放时间：9:00-17:00

门票：成人 350 日元

到达方式：乘坐 JR 从函馆站出发至江差方向的列车至木古内站，再由木古内站前乘坐函馆巴士到达“松城”，全程约 1 个半小时。

住宿 Sleep

作为道南唯一的旅游城市，函馆和北海道其他热门城市距离车程都在 2 小时以上。大部分人会选择在函馆住宿一晚，然后前往函馆朝市用一顿海鲜大餐开胃。交通方便的函馆站周边和元町地区有比较多的商务型酒店可以选择。

函馆罗伊萨酒店 Loisir Hotel Hakodate

这家位于函馆站旁边的经济型酒店地址位置十分方便，出了 JR 函馆站就能看到。步行就可以到达主要景点和函馆朝市，楼下有个卖北海道特产的四季彩馆商店。酒店房间虽小，但是视野和设施都不错，可谓麻雀虽小五脏俱全。

地址：函馆市若松町 14 番 10 号

电话：(81-0138)220111

网址：<http://www.loisir-hakodate.com/>

到达方式：JR 函馆站出站即达

费用：370rmb/ 晚



 七叶一枝花 01 函馆罗伊萨酒店

美食 Eat

日语称便宜又大碗，美味但不讲究卖相的食物为 B 级美食，函馆则是北海道的 B 级美食之城。函馆朝市上的海鲜饭、活钓鱿鱼、幸运小丑汉堡、烧鸟便当，都是响当当的 B 级美食。作为北海道拉面三大代表口味之一的函馆盐拉面，味道清甜鲜美，黄油、玉米、扇贝、鲜虾等面码更是具有浓郁的地区特色。

函馆朝市

北海道名声最响最受欢迎的海鲜蔬果市场，距离 JR 函馆站不远。这里受欢迎的原因在于不仅可以买各种生鲜，市场外有许多家店铺提供新鲜的海鲜饭和各种鱼贝菜肴，价格十分便宜，一般 1000-1500 日元就可以吃到含有海胆、金枪鱼、扇贝的盖饭。活钓鱿鱼现场加工是这里的特色，叫做跳舞饭（踊り丼）。因为鲜活的鱿鱼去头后，制作成盖饭时会在碗中抖动，心理素质够好的人可以尝试。

地址：函馆市若松町 9-19 函馆朝市
营业时间：6:00-12:00，部分店铺也经营午餐
参考价格：60-100rmb
到达交通：JR 函馆站出站后徒步 3 分钟

CHO HRO 这里的扇贝个头很大很大，肉也很大，入口即化，很甜很嫩；北海道生蚝，人民币 30 一个，和上海大街上 5 块一个的完全两码事。洒上柠檬汁一口吞，咀嚼出满嘴的汁水，海水的咸，蚝肉的鲜嫩，美味到无法形容；烤金吉鱼，北海道秋季的一种鱼，肉质肥美，刺少鱼肉细腻绵滑，入口即化，烤得鱼皮酥脆充满肉汁，据说沾酱油吃，可是我觉得配上柠檬汁就足够美味了。早市上还点了活鲍鱼做刺身，肉质厚实，爽脆，有点像厚实版的象拔蚌，其实吃的时候还是活的；活乌贼海鲜饭，函馆当地特产，乌贼头放在米饭上，浇上酱油，乌贼就会翩翩起舞，乱抖的触须令人觉得好残忍。



獅子座短发女人 函馆朝市海鲜饭

星龙轩

函馆最有名的拉面馆，虽然店家自称是“中华拉面”，但口味是不折不扣的函馆盐拉面。一年到头总有许多人在排队等位置。

地址：北海道函馆市若松町 7-3
联系方式：+81-0138-22-0022
营业时间：11:00-18:00
参考价格：人均 40rmb
到达交通：JR 函馆站出站后徒步 5 分钟

幸运小丑汉堡

如果在函馆市内看到一家外观装修极其花哨，有小丑图案的店铺，这就是只能在函馆吃到的幸运小丑汉堡。这家连锁店价格和麦当劳等普通快餐差不多，但是用料很足，特制的酱汁非常美味。招牌产品是酸甜口味的中华风炸鸡肉汉堡和薯条。

幸运小丑汉堡 海港总店

地址：函馆市末広町 23-18
联系方式：+81-0138-262099
营业时间：10:00-次日 00:30
参考价格：人均 30rmb
到达交通：JR 函馆市电十字街站下车后徒步 4 分钟



獅子座短发女人 小丑汉堡和薯条

ハセガワストア烧鸟便当

函馆当地一家叫做ハセガワストア的便利店出售当地最受欢迎的 B 级美食——烧鸟便当，是烤肉串、海苔和米饭的组合，价格十分便宜。除了普通的鸡肉串和猪肉串外，还可以选鸡皮、鸡软骨、鸡肝和蔬菜等等。价格从单串 80 日元起，根据自己的口味可以选择刷酱或者盐烧或者辣味调料。

ハセガワストア 海港店

地址：函馆市末広町 23-5
联系方式：+81-0138-24-0024
营业时间：7:00-22:00
参考价格：人均 30rmb
到达交通：JR 函馆市电十字街站下车后徒步 4 分钟

购物 Shopping

函馆和小樽购物环境类似，以各种旅游纪念品和精致化的手工艺品为主。如果选择由函馆离开北海道，不可错过金森红砖仓库，里面云集了各种北海道产美食和手信，适合作为最后的大采购地。

金森红砖仓库

坐落在函馆海港地区的几栋历史建筑，现在被改造成了函馆最时髦的购物区域，出售各种创意文具、手工艺品、服装和食品。如果逛累了，内部还有多家餐厅，十分适合情侣约会。包括白色恋人、六花亭、薯条三兄弟、ROYCE 生巧克力等北海道特产零食，都可以在这里买到。

地址：函馆市末広町 13-9
联系方式：+81-0138-23-0350
营业时间：9:30-19:00
到达交通：搭乘市电到十字街站，徒步 2 分钟

函馆玻璃工房

在工房里你可以亲自体验吹玻璃的制作过程，还可以购买到工作人员亲手创作的玻璃精品，作为纪念品是不错的选择。

地址：函馆市末广町 14-2

联系方式：+81-138-27-1569

营业时间：10:00-19:00，星期三定休

到达交通：搭乘市电至市役所前

交通 Transportation

作为北海道最南的门户城市，从北海道以外前往函馆可以选择飞机或者 JR 青函线路。北海道内部主要经由札幌来到函馆，JR 单程时间要 3 个半小时，车费 8310 日元。登别温泉和洞爷湖两个景区在札幌与函馆之间，很多人会把这里串成一条线路。

内部交通上，函馆没有地铁，市内主要景点之间靠有轨市电移动为主，样子非常复古。



倒猫猫 函馆市电

道央地区

除了札幌、小樽外，许多人认为北海道旅游的精华在道央地区的自然风光中。观光农场、天然温泉、湖泊与山脉，提供了一个又一个放松身心，远离城市喧嚣的选择。道央大部分景点周围只有小城市或者村落，交通以旭川为中心，主要交通依靠 JR 和当地巴士，建议结合当地的特色住宿与美食，慢节奏深度游。

景点 Sights

富良野和美瑛的田园风光是北海道的观光名片，一年中最受欢迎的季节是夏季，无论是花海骑行散步，还是体验农作物的收获与加工都是非常棒的体验。作为交通中转的旭川市，则拥有全日本最有爱的旭山动物园，冬季的企鹅散步与各种极地动物都是一大看点。道央至道南的支笏洞爷国家公园则涵盖了支笏湖与洞爷湖两颗明珠，奇特的火山地热造就了登别地狱谷的神秘景象。

富良野

富良野市位于地理位置处于北海道中央，故有“脐眼之城”的别称，每年夏天会举行充满幽默的“北海脐眼节”，届时有 3000 人组成的舞蹈队在市内的主要道路上游行，人人都在肚子上画一张脸，十分有趣。富良野广为人知还是薰衣草的功劳，夏季富良野是观赏薰衣草的好地方。每到初夏，整个富良野丘陵即被整片的紫色覆盖，形成一片广阔的紫色花海。很多人喜欢在这里拍摄写真，广告。其中最多彩缤纷的是富田农场，分为五个色彩缤纷的花区。富良野有很多体验工房，可以亲手制作奶酪、红酒等等，还可以将劳动成果作为纪念品带回家。

地址：北海道空知郡中富良野町

到达交通：如搭乘 JR，一般从旭川站出发，搭乘 JR 富良野线，70 分钟到达，1070 日元。6 月初至 8 月 31 日薰衣草盛开时节，每天有一班往返札幌和富良野之间的直达专列。另外有多班汽车往返于富良野和札幌之间，在札幌 JR 站前巴士站乘车，约 2 个半小时到达，2260 日元 / 人



爱起航 - 杨凡 富田农场的薰衣草田

美瑛

美瑛毗邻富良野，同样以花田著称，却比富良野更加的原生态，吸引了不少艺术家和大自然爱好者前往。来到美瑛最主要的是欣赏连绵的丘陵和偶然出现的树木，237 号国道与 452 号国道之间的拼布之路、237 号国道沿线的 Zerubu 之丘等，夏季都能欣赏到成片的花海，租车自驾或是自行车旅行是最佳方式。



地址：北海道上川郡美瑛町

网址：<http://www.biei-hokkaido.jp/>

到达交通：从旭川站搭乘 JR 富良野线约 30 分钟至美瑛站



爱起航 - 杨凡 五彩缤纷的拼布之路

旭山动物园

日本最北边的动物园，因为有爱的设计和经营，现在已经成为日本最有人气的动物园了。旭川动物园最大的特点就是跟多极地动物，帝企鹅，北极熊，雪地狼等等。园内设计非常人性化，有多种安全的观察角度，让你可以近距离与这些动物接触。冬天，一天两次的企鹅散步是必看项目，毛茸茸的小生物们一定让你挪不开脚。

地址：日本北海道旭川市东旭川町仓沼

费用：820 日元

网址：<http://www5.city.asahikawa.hokkaido.jp/asahiyamazoo/>

开放时间：5 月至 10 月 9:30-17:15, 11 月至 4 月 10:30-15:30

联系方式：(81-0166)361104

到达交通：从 JR 旭川站可以搭乘各路巴士，在旭山动物园站下车，全程约 40 分钟

用时参考：4 小时



边缘儿 旭川动物园的海豹

支笏洞爷国家公园景区

支笏洞爷国家公园里群山绵延，自然风光优美，适合徒步与户外活动，北海道两大著名温泉也在公园内。支笏洞爷国家公园面积非常的大，一般会串成一条线，或者挑选景区内几个店与周边城市结合游玩。

园内的洞爷湖是因为动漫作品《银魂》闻名遐迩，夏季湖畔会燃放烟花。湖岸近处有昭和新山，是 1943 年在地震造成的断层处而隆起的一块新地形，至今还在喷发白烟，火口湖畔有著名的洞爷湖温泉。日本第二大火口湖支笏湖也位于国家公园内，是日本北部有名的不冻湖。湖南岸的樽前山是一座活火山，也是该地区最受欢迎的登山地。园内还有许多温泉地，登别是最热门的温泉胜地，在这里可以完全放松，享受美妙的温泉体验，而定山溪离札幌很近，秋天定山溪丰平峡的紅葉是北海道最美的风景。

洞爷湖

洞爷湖最美的旅行季节是夏季，湖水清澈湛蓝，湖心岛上草木繁茂，运气好可以看到小鹿。晚上湖上会燃放烟火，可以一边泡温泉一边观赏。2008 年第 34 届八国峰会在这里召开，下榻在洞爷湖畔的温莎度假酒店，目前是日本档次最高、服务最好的酒店之一，吸引了不少游客。让洞爷湖家喻户晓的动漫作品《银魂》中，出现的洞爷湖木刀，是当地最受欢迎的旅游纪念品。

到达交通：先搭乘 JR 到达洞爷湖站，再改乘当地公共汽车往返于 JR 洞爷站和洞爷湖温泉之间，公交车班次比较少，需要留意时刻表。也可以从札幌 JR 站前直接搭乘大巴前往洞爷湖温泉站

支笏湖

同为火山不冻湖的支笏湖，因为公共交通不如洞爷湖方便，比起洞爷湖游人更少，显得更为安静。支笏湖最大的旅游看点在于冬季的冰涛节。在一年最冷的季节，将湖水泼在岸上，形成千奇百怪的冰雕并点灯，许多人都认为冰涛节的美景要胜过札幌冰雪节。

到达交通：支笏湖由新千岁机场搭乘巴士前往最为方便，也可以搭乘电车到达千岁或南千岁站后，再改乘巴士



边缘儿 支笏湖的美景

登别温泉

登别地区是火山多发地带，丰富的地热资源造就了多种多样的温泉，使其成为北海道最热门的温泉胜地，号称“温泉的百货商店”。这里的温泉富含多种微量元素，能对不同的病痛起到治疗和缓解的作用。在这里除了泡温泉以外，还可以到登别温泉的源头地狱谷游览，这是一处火山喷发的遗址，现在还不断从地下喷出硫磺气体，周围还有因为火山喷发形成的五颜六色的岩石。



到达交通：乘 JR 到达登别站后，转乘当地巴士前往登别温泉站即达，地狱谷在登别温泉町的最深处，徒步前往

定山溪

札幌附近的定山溪汇聚了多处温泉泉源，又位于森林之中，和登别、洞爷湖温泉一样是有名的温泉度假地。秋天定山溪丰平峡的枫叶于 10 月份变红，层林尽染十分美丽。

到达交通：从 JR 札幌站前乘坐巴士前往，约 75 分钟

泡温泉注意事项

1. 温泉温度不同，应该量力而行，每隔一段时间上岸休息，喝点饮料补充水分，长时间浸泡容易导致头晕或缺氧；
2. 首先在淋浴区域清洗干净后再入池泡温泉，不要在公众温泉池内再使用浴液、洗发水或者磨砂产品；
3. 一般而言男女分开的浴池都是直接裸体进入的，不要穿游泳衣，可以带一小块毛巾，入水后顶在头上；
4. 泡温泉时可合上双眼，以冥想的心情，缓缓地深呼吸数次，达到释放身心压力的效果；
5. 泡温泉前一定要把身上的金属饰品摘下来，否则首饰会被泉水中的矿物质“染黑”；
6. 进入温泉池前，脚先入池，先泡双脚，再用双手不停地将水泼淋全身，适应水温后才全身浸入；
7. 泡温泉时不要同时按摩。因为泡温泉时身体的血液循环和心脏的跳动次数都加快，如果同时按摩会加大了心脏的负担。

住宿 Sleep

定山溪 VIEW 温泉酒店 Jozankei View Hotel

酒店由新馆和本馆构成，客房环境多样，还有免费的接送服务往返与札幌，需要的可提前预约。

地址：北海道札幌市南区定山溪温泉东 2 丁目
网址：http://karakami-kankou.jp/zh_cn/jv/
联系方式：(81-011)5983223
参考价格：9600 日元 / 晚

洞爷大酒店

地理位置优越，日式和西式客房都有，还可以欣赏到美丽的湖景。

地址：北海道虻田郡洞爷湖町洞爷湖温泉 144
网址：www.grandtoya.com
联系方式：(81-142)752288
参考价格：7900 日元 / 晚
到达交通：搭乘 JR 至洞爷站

洞爷湖万世阁酒店 Toyako Manseikaku Hotel Lakeside Terrace

酒店位于洞爷湖边，景色十分美丽，房间干净而整洁，极致的温泉体验。

地址：北海道虻田郡洞爷湖町洞爷湖温泉 21
网址：<http://www.toyamanseikaku.jp/>
联系方式：(81-142)733500
参考价格：13470 日元 / 晚
到达交通：搭乘 JR 至洞爷站

登别温泉酒店

对于想泡温泉的人来说，这里是个不错的选择。

地址：北海道登别市登别温泉町 154
网址：www.nobogura.co.jp
联系方式：(81-143)842101
参考价格：12600 日元 / 晚
到达交通：搭乘 JR 至登别站

Jacatra

这家民宿位于美瑛绵延起伏的山丘顶上，风景十分的漂亮，且房间干净舒适，价格适中。

地址：北海道上川郡美瑛町
网址：<http://www.biei-jacatra.jp/about>
联系方式：(81-166)952960
参考价格：8000 日元 / 晚
到达交通：搭乘 JR 至美瑛站

Furano Natulux

这是一间不错的时尚酒店，房间装饰十分的现代化，服务周到，让你有宾至如归的感觉。

地址：北海道富良野市朝日町 1-35
网址：<http://www.natulux.com/index.php>
联系方式：(81-167)221777
参考价格：8000 日元 / 晚
到达交通：搭乘 JR 至富良野站，步行 1 分钟

新富良野王子酒店

对于喜好西式口味的人来说，这里是不错的选择，全部都是西式客房。开在富良野，位置也有不少加分。周边旅游景点众多，有富良野花园、奶酪工厂、旭山动物园等，且还有吸引众多游客前往的森之时计咖啡馆。

地址：北海道富良野市中御料
网址：<http://www.princehotels.com/zh-cn/newfurano/>
联系方式：(81-167)221111
参考价格：6500 日元 / 晚
到达交通：搭乘 JR 至富良野站，再乘出租车约 10 分钟



美食 Eat

处于北海道腹地的道央地区，餐饮上以当地出产的农作物为特色，多改良的西餐。土豆、玉米、番茄等非常香甜。道央地区独立的餐饮店铺比较少，营业时间以午餐时段为主，晚餐大部分人都会选择在住宿的酒店、民宿中用餐。

くまげら

一家朴实美味的富良野乡土料理店，招牌是各种肉锅、海鲜锅，可以根据季节吃到最新鲜的北海道特产食材。

地址：北海道富良野市日の出町 3-22

网址：<http://www.furano.ne.jp/kumagera/index.html>

联系方式：+81-0167-39-2345

营业时间：11:30-24:00

到达交通：JR 富良野站出徒步 5 分钟



 瓦女寧 量大料足的海鲜锅

森之时计咖啡馆

咖啡馆之所以闻名，主要因为它是日剧《温柔时光》的拍摄地，很多人是冲着森林里弥漫的浪漫气息而来的。店里的咖啡也没有让大家失望，非常好喝，还可以买一些咖啡豆带走。

地址：北海道富良野市中御料

营业时间：12:00 - 20:30

到达交通：从新富良野王子大饭店出发，步行 5 分钟。

购物 Shopping

精灵露台

精灵露台位于新富良野王子大饭店旁边的森林之中，由十几个小木屋组成，贩卖具有富良野特色的当地商品。大部分手工艺品都很独家，虽然价格不便宜，但是喜欢森系的人一定会欲罢不能。

地址：富良野市中御料

联系电话：+81-0167-22-1111

网址：<http://www.princehotels.co.jp/newfurano>

到达交通：从新富良野王子大饭店出发，步行 5 分钟。

花七曜

这家以园艺用品为主的森林系杂货店，非常有北海道的感觉，主人养了十余只可爱的猫狗，深受小清新和森女们的喜爱。杂货店除了琳琅满目的商品外，还设有一个咖啡馆，四周的田野风光也很不错。

地址：北海道空知郡上富良野町西 11 線北 34 号

联系电话：+81-0167-45-2292

网址：<http://www.sichiyo.com/>

到达交通：距离美马牛站约 3 公里，延ジェットコースターの道一路向南，推荐骑自行车前往



 lilytian 偏僻小店，坐落在一个精致的小庭园中。店里提供咖啡简餐、贩卖各种森味十足杂货、服饰。

娱乐 Entertainment

除了赏花与温泉之外，北海道最受欢迎的旅游项目当数冬季开放的滑雪场，除了体验传统的单板、双板滑雪，还可以在北海道乘坐狗拉雪橇、开雪上摩托、滑冰、参观冰屋和玩冰上滑梯等。北海道大部分雪场和滑雪度假村都是面向家庭设计的，既能满足老手的需要，也有照顾新人的场地，不用担心难度过高。



边缘儿 狗拉雪橇

二世古

二世古是世界著名的粉雪雪场，冬天纯天然的积雪厚达五米。安努普利山和羊蹄山两座死火山之间的比罗夫镇是这里生活的中心。四个落差千米的雪场依安努普利山而建，在山顶各雪场是相互连通的。而滑到山脚就四面八方了。有免费的大巴线路往来于各雪场之间，每10分钟一趟。大多数滑雪场周边的酒店或旅馆里都附带有温泉，适合休闲游玩。

交通：从新千岁机场、札幌站、小樽站乘坐中央巴士在二セコ各站下车

滑雪指南

1. 应仔细了解滑雪的高度、宽度、长度、坡度以及走向。
2. 了解滑雪索道的开放时间，在无工作人员看守时切勿乘坐。
3. 要根据自己的水平选择适合你的滑雪道，最好能请一名滑雪教练。
4. 在结伴滑行时，相互间一定要拉开距离，切不可为追赶同伴而急速滑降。
5. 在中途休息时要停在滑雪道的边上，不能停在陡坡下。
6. 滑行中如果失控跌倒，应迅速降低重心，向后坐，要避免头朝下。
7. 视力不好的滑雪者，不要戴隐形眼镜滑雪。

星野度假村 Tomamu

北海道有一个非常有名的星野度假村 Tomamu，住宿价格不菲但非常有人气，原因在于度假村开发的一系列娱乐设施。冬季的星野度假村是赏雪、滑雪、玩雪的天堂，还有冰之教堂供情侣结婚使用。夏季，这里有一个

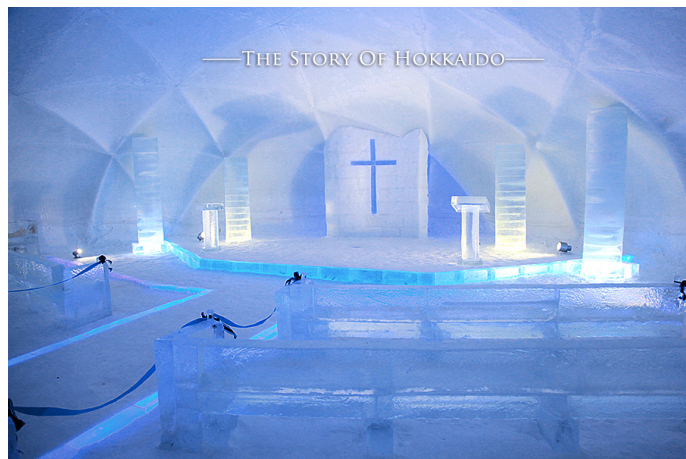
被称为距离天国最近的咖啡厅，它便是云海 Terrace。在这里，顾客可以俯视山下，漫天云海触手可及。在地形因素及气候因素的双重影响下，这里形成了一幅独一无二的大自然画卷。

地址：北海道勇払郡占冠村字中

网址：http://www.tomamu.com.tw/index_green.htm

联系方式：+81-167-58-1111

到达方式：乘坐 JR 到达 Tomamu 站后，度假村有专门的车辆来接送



边缘儿 星野度假村 TOMAMU 的冰之教堂

道东、道北地区

这里是北海道的原生态地区，保留着大片的原野、自然公园和动物栖息地。对于初到北海道的旅行者而言，深入道东和道北路程稍嫌艰苦，需要的时间也比较长，但是野生的丹顶鹤、壮观的流冰和与《非诚勿扰》中一样的空旷原野会让你觉得不虚此行。

景点 Sights

网走 (ABASHIRISHI)

网走是北海道东北部鄂霍次克沿岸最大的城镇，这里水产丰富，终年可以品尝到新鲜海鲜。自然环境优美，原始花园、湖泊和流冰都是北海道有代表性的风景，登上郊外的天都山，网走市貌尽收眼底。在鄂霍次克流冰馆，即使在盛夏时节，也可以看到流冰原物，游客在此可以体验到零下15度的寒冷世界。另外还可以欣赏到一种叫“库丽澳乃”的海螺，它被称为流冰的天使，背上长着一对翼翅，宛如童话中的天使。流冰每年1月下旬前后到达网走，游人乘坐流冰观光破冰船从海港出发，可以欣赏到摇摇晃晃却美丽无比的蓝色流冰。网走的监狱博物馆则记录了北海道作为流放地的历史。网走东面的斜里郡斜里町有两个《非诚勿扰》的外景地，斜里教会和岩尾别温泉。



到达交通:

飞机: 女满别机场每天有往返于东京、札幌、大阪等日本其他地区的国内航班;

铁路: 网走和旭川之间车程 3 小时 40 分钟, 7450 日元

阿寒国家公园

这座国家公园有美丽的阿寒湖, 有茂密的森林覆盖, 还有能让人恢复活力的温泉。在这样自然环境优越的公园里露营也是个不错的选择, 公园里有不少经过休整的露营地。阿寒湖畔则有许多北海道原住民爱奴人风格的雕刻艺术品小店。

到达交通: 一般从 JR 钏路站、旭川站或者北见站搭乘大巴前往, 也可以选择先飞到女满别机场或钏路机场, 再搭乘大巴

钏路

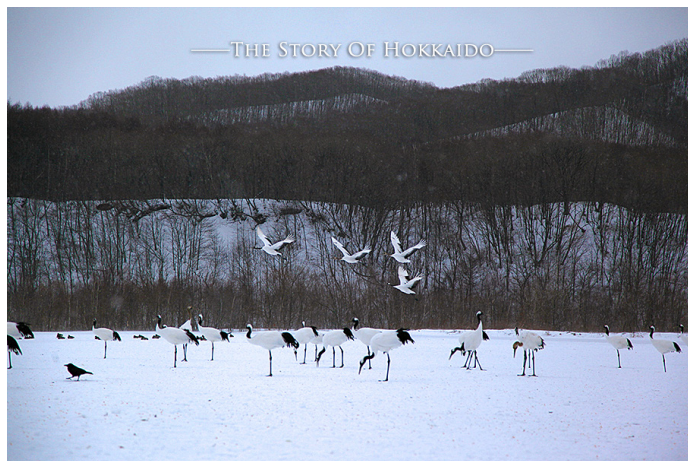
钏路市位于北海道东南部, 也是著名的“雾城”。20 世纪初期的和歌诗人兼小说家石川啄木曾在此生活过, 因而钏路留下了很浓的文学气氛。钏路市北面是日本最大的湿原——钏路湿原, 面积占了钏路平原的一大半。还有钏路市丹顶自然公园, 世界上首次人工孵化丹顶鹤就是在这里成功完成的, 现在约有 20 只丹顶鹤常栖在此。在钏路除了欣赏梦幻的雾中港口城市和日本最大的钏路湿原, 还能在弟子屈町感受一下《非诚勿扰》中汽车行驶在北海道的广阔画面。

地址: 北海道钏路市, 位于北海道东南部。

到达交通:

飞机: 钏路机场有往返东京、大阪、名古屋等日本其他城市的国内航班;

火车: 钏路与网走之间车程 4 小时 20 分钟, 3670 日元, 班次很少; 与札幌之间车程 4 个多小时, 8850 日元



边缘儿 钏路的丹顶鹤

带广

带广市位于北海道东南部, 位于大雪山国立公园东南端的然别湖畔, 被原始森林所包围。这里还有水质很好的温泉, 如然别湖温泉、十胜川温泉等。带广最出名的是这里的农作物质量非常高, 无论是玉米、土豆还是猪肉,

随便加工一下都非常好吃。另外, 这里还有一个特别有名的幸福车站, 虽然已经不通车了, 可是因为名字寓意美好而被流了下来, 同时也成为大家来带广而必须要来的景点。



山水与共 带广的铁路

到达交通: 带广和札幌搭乘 JR 约 2 个半小时 6700 日元、带广和钏路之间快车 1 个半小时 4290 日元

稚内

稚内是日本陆地上最北面的港湾城市, 因为大风四起的日子较多, 故又有“风之城”之称。

港湾中渔业资源丰富, 海产品较多。北海道最高的稚内灯塔位于野寒布岬上, 在这里可以欣赏到落日时的壮丽景观, 是野餐、照相的好去处, 可以静静地看海。宗谷岬位于稚内东 30 公里, 是日本大陆名副其实的最北, 每天有 4 班车往返于 JR 稚内站。

到达交通: 稚内机场每天有几班航班飞往札幌和东京, 有固定班次的公共汽车往返于 JR 稚内站和机场, 590 日元, 约 35 分钟车程; 作为北海道最北端的城市, 从札幌乘坐 JR 前往稚内要 5 小时 40 分钟, 价格 9930 日元

利尻岛

利尻岛是北海道西北边一个圆形的有人岛, 风景秀丽的利尻山非常适合徒步旅行和骑自行车游览, 自行车在旅舍和码头都有租借。每年的 5 月至 8 月, 漫山遍野的花儿竞相开放, 甚是美丽。岛上有约 6 处露营地, 5 月至 10 月开放, 有些露营地免费。

到达交通: 利尻机场每天有几班航班飞往稚内, 夏季旺季时航班会增加; 每天都有船只从稚内港出发前往利尻岛

礼文岛

礼文岛是北海道最北边的有人岛, 是自然主义者的梦想之地。每年 5 月至 8 月鲜花竞开、色彩缤纷、美丽至极。来到礼文岛上的都是来徒步的, 美丽的自然景观加上徒步的乐趣, 不亦乐乎。虽然有轻松的徒步路线, 但是经过惊险的悬崖小道还是要注意安全。

到达交通: 礼文机场每天都有几班飞机飞往稚内, 夏季旺季时航班会增加; 每天都有船只从稚内港出发前往礼文岛

住宿 Sleep

阿寒湖鹤雅温泉酒店

鹤雅是阿寒湖地区的一家连锁高档酒店。整个酒店被原始森林包围, 进入其中犹如到了桃花源, 内部设计非常讲究, 各种服务也让人有宾至如归的感觉。

地址: 北海道钏路市阿寒町寒湖温泉 4 丁目 6-10
网址: <http://www.tsuruga.com/>
联系方式: (81-154)672531
参考价格: 17850 日元 / 晚



边缘儿 鹤雅酒店的房间

Comfort Hotel

正如酒店的名字一样, 这里的住宿条件和服务都让人感到很舒服, 价格也很平易。

地址: 北海道钏路市北大通 13 丁目 1-1
网址: <http://www.choice-hotels.jp/cfkushi/>
联系方式: (81-154)215711
参考价格: 4000 日元 / 晚

美食 Eat

“四姐妹”居酒屋

因冯小刚导演的《非诚勿扰》在此取景而声名远播, 吸引了众多游者想来此来体验电影的浪漫。可能因为电影的原因, 这个典型的日式居酒屋价格稍有点贵。

地址: 北海道钏路市阿寒湖畔
营业时间: 20:30- 次日凌晨
到达交通: JR 钏路站徒步约 3 分钟



lilytian 四姐妹居酒屋的招牌

钏路和商市场

前往钏路湿原看丹顶鹤的旅行者, 千万不要错过可能是全日本性价比最好的海鲜饭——钏路和商市场的勝手丼。“勝手”是随便的意思, 和商市场中的商家将各种最新鲜的鱼生、贝类、蟹肉、鱼子、鲜虾和海胆摆出来, 明码标价, 喜欢什么食材就指一下, 店家会按找你的口味组合成一晚海鲜饭, 单份鱼生不过 100-200 日元, 便宜到令人泪流满面。

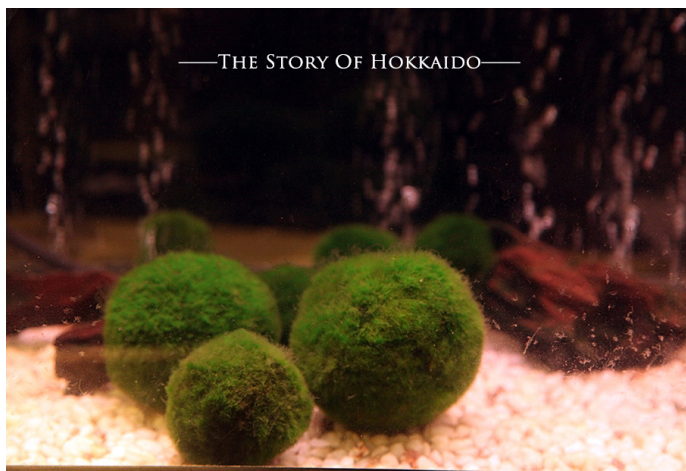
地址: 北海道钏路市黑金町 13-25
到达方式: JR 钏路站徒步约 3 分钟



边缘儿 钏路和商市场中可供任意挑选的海鲜

购物 Shopping

道东、道北的旅行纪念品更有古朴的民族特色，以熊为主题的木雕、道东特有的小球藻和爱奴人的手工雕刻是特色商品。



边缘儿 北海道特色的小球藻

爱奴民族村

爱奴人是北海道当地的原住民族，和现在日本的大和民族历史、文化有很大不同。民族的特色商品是各种以自然和动物为主题的手工木雕。阿寒湖畔的爱奴民族村，有三十多家特色小店，出售民族风浓郁的纪念品，很多都是独此一家别无分店，非常好逛。

地址：北海道釧路市阿寒町阿寒湖温泉 4区7区84

到达：阿寒湖公交车站下车后徒步 15 分钟



lilytian 爱奴民族村

Lilytian 爱奴民族村中一家其貌不扬的小店曾经获过“日本全国推荐土特产”中的“民艺品最高奖”BBC 电视台也曾经做过报道 店内的雕刻品中以狐狸最受顾客青睐，看似普普通通的一只木制小狐狸，可以以各种姿态叠加在一起，无论是站立、攀爬、翻滚等动作皆可办到，就算只是简单的放在木头蹲柱上也很可爱

节庆 Festivals

日本杯全国狗拉雪橇大赛

比赛在稚内举行，这是日本同类比赛中规模最大的，比赛在寒冷的室外举行，想想就很刺激精彩。

时间：2 月底

线路推荐 Tours

夏季经典六日之旅

线路特色

北海道值得一来再来，这条路线推荐给第一次来到北海道的朋友，推荐夏季薰衣草盛开时出行。选取道中最热门的旅游城市，交通比较方便。进入北海道的第一站选择旭川市，更加深入北海道腹地，节约路上的时间，最后从札幌飞回。

线路设计

- D1：旭川
- D2：层云峡
- D3：富良野
- D4：札幌
- D5：小樽
- D6：札幌返程

线路详情

D1：旭川一日游

到达旭川后，游览旭山动物园。在日本人气第一的动物园里，你可以看到各种动物，有北极熊、企鹅等。晚上住在旭川市内。

D2：层云峡

前往层云峡游览，在森林环抱之中，享受层云峡的温泉。晚上可以返回旭川居住，也可以住在层云峡之中。

D3：富良野——美瑛——富田农场

清早前往浪漫花海富良野，之后前往美瑛拼布景观之路，参观北西之丘展望公园及美马牛小学，可乘坐富良野观光小火车，轻松眺望绚丽的富良野大地，体验农场的耕作与收获，夜宿富良野。

D4：札幌站 - 札幌钟楼 - 北海道大学 - 札幌市大通公园

一早由富良野出发来到札幌。前往参观札幌标志性建筑札幌钟楼，到北海道大学体验一把电影里常出现的日式课堂，如果你有幸赶上夏季啤酒节，还可以在大通公园里疯狂一下。



D5: 小樽站 - 小樽运河 - 大正哨子馆 - 八音盒堂 - 政寿司 - Letao - 札幌站

早餐后前往前往电影《情书》的拍摄地、著名的浪漫城市小樽，漫步富有欧洲风情的小樽运河，参观著名的玻璃制作坊和梦幻的八音盒堂，再吃一段寿司加上一份甜品，看完运河点灯后回到札幌，夜宿札幌。

D6: JR 札幌站周边购物 - 新千岁机场

在 JR 札幌站周边购物后，前往新千岁机场。作为北海道之旅的最后一站，这里汇集了吃喝玩乐购，足够消磨掉大半天的时间，为北海道之旅划上一个完美的句号。

冬季赏雪 9 日行

线路特色

以赏雪、玩雪为核心，不走寻常路，深入道东和道央的精华行程。

线路设计

D1: 抵达札幌

D2: 星野 TOMAMU 度假村

D3: 星野 TOMAMU 度假村 --- 钏路 --- 阿寒湖

D4: 阿寒湖 - 网走

D5: 网走 - 旭川

D6: 旭川 - 札幌

D7: 小樽

D8: 支笏湖

D9: 札幌返程

线路详情

D1: 抵达札幌

第一天抵达新千岁机场，办理好 JR 北海道 PASS 后，如果时间充裕，可以进城住宿并购物，享受薄野地区热闹的夜生活。如果抵达较晚，则选择机场内的酒店直接休息。

D2: 星野 TOMAMU 度假村

搭乘 JR 到达 TOMAMU 站，由酒店大巴接往星野 TOMAMU 度假村。冬季，度假村内有滑雪、狗拉雪橇、溜冰、冰屋酒吧等多个娱乐项目，美食也有很多选择，尽情享受雪国的乐趣。

D3: 星野 TOMAMU 度假村 - 钏路 - 阿寒湖

用过早餐后，搭乘酒店大巴前往 TOMAMU 车站，继续一天的行程。中午到达钏路车站，先前往站外的和商市场品尝海鲜饭，之后前往钏路湿原寻找丹顶鹤的身影，夜间入住阿寒湖畔的温泉酒店。

D4: 阿寒湖 - 网走

吃过早餐后，享受一下阿寒湖的露天温泉，逛逛湖畔的阿伊努民族风小店，回到钏路 JR 站，在站旁拜访一下四姐妹居酒屋，然后前往网走，夜间住在网走的酒店

D5: 网走 - 旭川

这一天的重点在网走搭乘破冰船，出海观赏流冰后，有时间可以再去拜访网走的监狱博物馆。下午 17:00 回到网走 JR 车站，搭乘末班车前往旭川住宿。

D6: 旭川 - 札幌

早晨出发前往有爱的旭山动物园，多留些时间在这里和极地动物们亲密接触，观看企鹅散步。下午前往札幌。

D7: 札幌 - 白色恋人巧克力公园 - 小樽 - 札幌

这一天从札幌站前出发，先前往白色恋人巧克力公园，之后进行小樽 1 日游，最后回到札幌。

D8: 支笏湖

如果恰逢支笏湖的冰涛节，可以在札幌站内报名支笏湖一日游，当地旅行社负责接送游客前往支笏湖观赏夜间美丽的冰涛，再回到札幌。

D9: 札幌 - 新千岁机场

抓紧最后一天在北海道的的时间，早晨逛逛大通公园的雪雕，感受札幌冰雪节热闹的气氛，然后前往新千岁机场，圆满结束北海道赏雪之旅。

实用信息 Practical Information

语言

日本的官方语言为日语，北海道人的日语没有太明显的口音，比较标准。札幌、旭川等城市中年轻人和窗口英语较好，在村镇中，靠笔谈结合简单的英语、日语单次更容易沟通。

常用语：

こんにちは (kon ni chi wa) 你好

さようなら (sa yo na ra) 再见

ありがとう (a ri ga duo) 谢谢

ごめんなさい (go men na sai) 对不起

すみません (su mi ma sen) 不好意思

下载靠谱又有爱的旅行翻译官，了解更多当地语言！

邮局

北海道的邮局集中在城镇中心区域，一般邮局营业时间为周一至五 9:00-17:00，周六、日也营业。明信片在邮局、便利店等都能买到，寄往中国邮资为 70 日元 / 张。

网址：<http://www.post.japanpost.jp/index.html>

札幌中央邮局

地址：JR 札幌站东侧

联系方式：(81-011)748-2313



网络

机场、大型车站等附近能搜到免费 Wifi，有些酒店提供免费上网，有些会收费。当地有 24 小时营业的网吧——漫画咖啡厅（漫画喫茶），可以上网、看日本漫画等，饮品通常免费，大多位于主要的交通枢纽地带，根据使用时间长短价格在 1000-2000 日元左右。需要实时保持网络畅通的，目前可以从中国国内购买联通樱花卡、B-mobile、达摩卡等短期智能手机上网卡。也可以租借 Wifi 机，价格在每天人民币 30-40 元左右，租借时请强调是去往北海道。

樱花卡和富士卡

联通和日本软银公司（Soft Bank）合作推出的上网 Sim 卡，支持 WCDMA 型的手机、平板电脑和上网终端。国内出售的版本含 1G 流量，激活后有效期七天，联通官方渠道价格为 199 元，经常有半价活动，但有可能不支持谷歌地图。通过淘宝等渠道也可以买到联通香港出售的富士卡，价格根据所含流量多少有所区别，常见是 1.8G 日本流量的版本，价格在人民币百元以内，具体的激活方式请按照淘宝店主的指示进行。

B-mobile

B-mobile 卡是日本公司推出的上网卡，使用 Docomo 的网络。一般而言需要通过日本网站预定或者在友都八喜、必酷电子等电子产品连锁店购买，安装时需要靠日本的电话号码激活。B-mobile 卡类型很多，一般预付类的，使用有效期为 14 天或 30 天，流量为 1G 至 3G，也有不限流量的，价格在 3500 日元左右。

达摩卡

达摩卡是国内私人开发的赴日短期上网卡，有 7 天 -30 天不同时长和不同流量的选择。短期使用的价格较 B-mobile 卡便宜一些，可以直接快递到国内地址或者在日本机场取卡。一般通过淘宝渠道购买。

目前网上有许多私人 B-mobile 卡和达摩卡接力使用的情况，因为在国内不好查验是否能正常使用，也无法寻求售后服务，还请谨慎选择。

电话

日本国际区号为：0081

北海道区号为：11

拨打本地号码只需拨打局号加对方号码，长途电话需要加区号。拨打国际电话为 0081+ 区号 + 局号 + 对方号码。

电话卡

电话卡在机场、各车站和便利店都有售，经常使用的运营商有 NTT、KDDI、Soft Bank 等，从日本打回中国使用 NTT 和 Soft Bank 比较划算。

手机

日本的手机 Sim 卡一般是针对长期用户售出的，目前没有适合旅客的类型，建议开通国际漫游。另外，日本的手机网络不支持 GSM 制式，一部分中国移动的手机在日本无法使用。

重要电话

电话号码查询台：104

急救、火警：119

报警电话：110

外语应答急救：#9110

医院

北海道主要城市的医疗条件十分完善，价格也算合理，所有医院的医护人员都会说英语，有 24 小时急诊。建议出国旅行前最好在国内备齐常用医药物品，如感冒药、晕车药、创口贴等，以防万一。

札幌市立医院

札幌市内医院，有 24 小时急诊。

地址：北海道札幌市中央区北 11 条西 15 丁目 2-1

联系方式：(81-011)7262211

使领馆

中国驻札幌总领事馆

地址：北海道札幌市中央区南 13 条西 23 丁目 5-1

网址：<http://sapporo.china-consulate.org/chn/>

联系方式：(81-011)5635563

旅行安全

北海道地区治安方面无需过于担心，淳朴的民风造就了良好的旅游环境，犯罪安检极少。值得注意的是，北海道毕竟不是大城市，许多地方人烟稀少，交通、医疗都有所不便。在北海道旅行时，应该注意公共交通的末班车时间，携带好地图，标记自己酒店的位置，避免在旷野中迷路。在参观自然保护区和森林公园时，按照导览路线行进，以规避熊等猛兽。冬季有可能遭遇暴风雪，导致公共交通瘫痪，应密切留意最新的交通信息，出现意外情况时向酒店、车站工作人员求助。

出入境 Entry-Exit

护照

护照 (Passport) 是一个国家的公民出入本国国境和到国外旅行或居留时，由本国发给的一种证明该公民国籍和身份的合法证件。

中国公民申请护照所需材料：申请人居民身份证、户口簿及复印件、近期免冠照片及填写完整的《中国公民因私出国（境）申请表》。

全国公安机关已于 2012 年 5 月 15 日起统一启用签发电子普通护照，启用的电子护照，防伪性能提高，办理流程上新增指纹采集等内容。



签证

必须提供材料

1. 护照：申请者须持有本人签名的6个月以上的有效因私护照原件，如有旧护照请一并附上，护照签名必须与个人资料表签名完全一致；
2. 本人照片：2张，本人近3个月内2寸白底彩色照片；
3. 身份证复印件：1份，二代须复印双面；
4. 户口本复印件：1份，全体家庭成员的户口本复印件（包括户主首页），有同行家属时，要有能体现关系的户口本或亲属关系公证书；
5. 签证申请表：1份，由申请人本人如实、完整填写并签名，护照签名必须与个人资料表签名完全一致；
6. 在职证明：1份，担保信必须盖有所在单位的公章，说明申请人职务与在此工作时间，在职期间的年收入，申请人在日期间依从日本法律、不脱团活动、旅游结束后按期回国。如有滞留不归，由本人及公司承担一切法律责任和所发生的费用，领导的签名、联系方式；
7. 个人资产证明：1份，5万元存款证明原件，半年以上的银行活期/定期存折、房产、车的复印件各一份，资产证明越多越好，申请门槛根据不同地区和旅行社情况高低不一，原则上银行进账流水应不低于每年10万元人民币，存款不少于5万元人民币，可能会被要求做短期冻结；
8. 机票及入住酒店信息预订单，原则上日本使馆不认可住在亲友家中或者在火车上过夜的住宿方式，请保证预定信息完整且合理；
9. 暂住证、社保记录、纳税证明，如果申请人的护照签发地和申请地不一致的，会被要求补充出示这些材料，证明在当地工作，否则只能回到护照签发地申请。
10. 特殊人群：
 - a. 退休人员：如申请人为退休人员，需要提交退休证的；
 - b. 在校学生：如为学生，需提供学生证、身份证户口本、出生证明，本人无收入的可以提供父母的银行流水；
 - c. 无业人员：如申请人为自由职业者无雇主，需提供居委证明和本人银行流水及存款等，如提供配偶的经济证明，需要一并提供结婚证和婚姻关系公正证明配偶关系。

出入境卡

出入境卡可以在飞机上向空姐要。卡分为两部分，右侧部分是入国时提交给入国审查的，左侧部分是出国时提交给出国审查的，因此入国后切勿折叠，请同护照一起妥善保管，以免遗失。

海关申报

1. 可携带下列物品免税进入日本：3瓶酒；200支卷烟或50支雪茄或250克烟丝或总计250克的烟类；3盎司香水；海外市价总计20万日元以内的其他物品。
2. 可携带下列物品免税返回中国：10册或3套纸质出版物；20盘或3套音像制品；400支香烟或100支雪茄或500克烟丝；2瓶酒（不超1.5升）。
3. 中日两国海关均禁止或限制个人携带水果、生鲜食品、自制肉类加工品、大米、宠物、假冒商品、盗版光碟、色情出版物等出入境。
4. 更多详细规定可上以下网址了解：

中国海关：www.customs.gov.cn/publish/portal0/

日本税关：www.customs.go.jp/

归国报告书和住宿证明

部分通过旅行社申请个人赴日旅游签证的游客会被要求回国时向旅行社提交归国旅行报告书，可以向旅行社询问具体报告书内容，回国在机场托运行李时，向柜台工作人员出示请求盖章，回国后转交给旅行社即可。忘记盖章的，可以将回国的登机牌提供给旅行社，并按照旅行社的要求操作，以免耽误自己之后的签证。如果申请多次签证的，旅行社可能会要求游客在住宿时开具住宿证明，回国时交回旅行社。一般酒店给出的收领书盖章即可，具体可以询问旅行社的要求。

旅行路上 Travel with These

《情书》

日本“映像作家”岩井俊二所导演的经典电影，当年虏获了多少人的芳心。电影叙述一封原本出于哀思而寄往天国的情书，却大出意料收到同名同姓的回信，并且逐渐挖掘出一段深埋多年却始终沉静的纯真单恋，真相大白之前尘往事与今时爱恋缠绕出了一段痴情凄美的挚爱情深。《情书》的灵感来自铃木清顺1959年的同名短片《Love Letter》。

《非诚勿扰》

由冯小刚导演，葛优、舒淇主演的《非诚勿扰》在北海道取景，电影不仅犀利、搞笑的刻画秦奋的“征婚”旅程，也让北海道的迷人风景展现的世人眼前，再加上美女舒淇的加持，更是犹如一幅画。

《日本，一路骑下去》

讲述这个“不去会死”星人，拥有无数让人艳羡的经历，他曾经看过美丽的极光、静谧的育空河和马丘比丘的遗址，目睹巴塔哥尼亚高原和撒哈拉沙漠那种空旷到令人害怕的世界，在坦桑尼亚的国家野生动物园和野生动物们亲密接触，吃过蛇、狗、青蛙、斑马、长颈鹿、蟋蟀、毛虫、蟑螂等各式各样千奇百怪的东西。

《狂走日本》

为双语作家的他对于异域文化的微妙体验。是一组组的随笔，一个个连日本人也习焉不察的故事，而非时下背包族罗列的旅游清单，诸如哪儿购物最便宜哪儿不应错过之类。非常活色生香，因为还配了许多日本的风俗照片，都是与他走日本的国内大腕级摄影师拍下的，图文各自成章，又相互成全，一切都在毛丹青的统领之下。

您可以在这里添加一些其他重要信息



更多相关路书下载 <http://www.mafengwo.cn/gonglv/>



札幌市地铁图、市电路线图

