

KALEJDOSKOP

Nadchodzi nowa era **8** | Historia **10**
 Geografia, klimat i przyroda **14** | Społeczeństwo **16**
 Religia **18** | Japońskie obyczaje **20**
 Japońska kuchnia **22** | Od święta **24**
 Powiedz to po japońsku **26**

29 TOKIO I OKOLICE (KANTŌ)

Tokio **34** | Nikkō (日光) **67** | Kamakura (鎌倉) **73**
 Jokohama (横浜) **76** | Hakone **78**
 Aktywnie **80** | Z dziećmi **82**
 Informacje praktyczne **86**

91 KANSAI

Kioto (Kyoto, 京都) **96** | Uji (宇治) **110** | Osaka **112**
 Nara (奈良) **114** | Kobe (神戸) **118** | Kōya-san (高野山) **120**
 Ise (伊勢) **124** | Yoshino (吉野) **126** | Hikone (彦根) **128**
 Himeji (姫路) **130** | Amanohashidate (天橋立) **132**
 Aktywnie **134** | Z dziećmi **138**
 Informacje praktyczne **140**

143 TŌHOKU

Dewa-Sanzan (出羽三山) **148** | Hiraizumi (平泉) **150**
 Hirosaki (弘前) **152** | Morioka (盛岡) **154**
 Sendai (仙台) i Matsushima (松島) **156**
 Yamadera (山寺) **158** | Aktywnie **160**
 Z dziećmi **162** | Informacje praktyczne **164**

167 HOKKAIDO

Sapporo (札幌) **174** | Hakodate (函館) **176** | Otaru (小樽) **178**
 Noboribetsu (登別) **180** | Aktywnie **182**
 Z dziećmi **184** | Informacje praktyczne **186**

189 CHŪBU CHŪGOKU HOKURIKU

Shirakawa-Gō (白川郷) i Gokayama (五箇山) **196**
 Kanazawa (金沢) **198** | Nagano (長野) **200**
 Dolina Kiso (木曽谷, Kisodani) **202** | Nagoja **204**
 Wydmy w Tottori (鳥取砂丘, Tottori Sakyū) **206**
 Hida-Takayama (飛騨高山) **207** | Miyajima (宮島) **208**
 Hiroshima (広島) **210** | Izumo-taisha (出雲大社) **214**
 Fuji-san (富士山) **216** | Aktywnie **218**
 Z dziećmi **220** | Informacje praktyczne **222**

245 SIKOKU (SHIKOKU, 四国)

Pielgrzymka po Sikoku **230** | Matsuyama (松山) **232**
 Takamatsu (高松) **234** | Kōchi (高知) **236**
 Tokushima (徳島) **238** | Marugame (丸亀) **239**
 Naoshima (直島) **240** | Naruto (鳴門) **242**
 Kotohira (琴平) **243** | Aktywnie **244** | Z dziećmi **246**
 Informacje praktyczne **247**

249 KIUSIU (KYŪSHŪ) I OKINAWA (沖縄)

Nagasaki **256** | Fukuoka (福岡) **260** | Dazaifu (太宰府) **262**
 Beppu (別府) **264** | Zamek Kumamoto (熊本城) **266**
 Yakushima (屋久島) **268** | Okinawa (沖縄) **270**
 Aktywnie **276** | Z dziećmi **278**
 Informacje praktyczne **280**

287 PRZYDATNE