



# Biuletyn Informacyjny

Maj 2015

Wydawca: Ambasada Japonii w Polsce

## Turystyka i podróże



# Tanie podróżowanie

Wiele osób jest przekonanych, że wyjazd do Japonii wiąże się z bardzo dużymi kosztami. Jednak o tym, że niekoniecznie tak musi być, przekonuje Monika Zachaj, japonistka, absolwentka Uniwersytetu Warszawskiego:

„Jeśli czytasz ten tekst to zakładam, że choć raz przeszło Ci przez myśl, że chciałbyś pojechać do Japonii, ale przed oczami od razu pojawiły Ci się niezliczone przeszkody – przede wszystkim koszty. I o nich będzie ten artykuł.

Nie da się zaprzeczyć, że ceny biletów do Japonii są znacznie wyższe niż w przypadku lotów do Europy, jednakże istnieją sposoby, żeby tę cenę znacznie obniżyć. Przede wszystkim należy dobrze wybrać termin wyjazdu. Najtańszą opcją jest rzecz jasna wyjazd w czasie, kiedy inni nie wyjeżdżają. Omijajmy zatem wszelkie międzynarodowe święta oraz, jeśli to możliwe, wakacje (a przynajmniej lipiec i sierpień). Warto wspomnieć, że na cenę ma również wpływ długość pobytu - zwykle im dłuższy pobyt tym niższa cena.

Skoro już mowa o transporcie – przejdźmy do podróżowania po samej Japonii. Większość osób słyszała o tak zwanym JR Pass, który pozwala na nieograniczone podróżowanie szybkim pociągiem shinkansenem (z wyjątkiem Nozomi i Mizuho) przez tydzień, 2 lub 3. Cena takiego biletu kształtuje się w okolicach od 1000 zł w górę. Osobom które nie dysponują takimi środkami, za to mają więcej czasu, polecałabym zainwestowanie w tak zwany Seishun 18 Kippu. Jest to bilet na zwykłe i pospieszne pociągi, który kosztuje 300 zł za 5 dni przejazdowych. Bilet nie jest imienny i może z niego korzystać więcej niż jedna osoba. Danego dnia należy się wybrać na dworzec i poprosić o podstemplowanie biletu. 1 stempelek to 1 dzień przejazdowy, w czasie którego możemy się przesiadać dowolną ilość razy. Korzystając z wyszukiwarek połączeń kolejowych (po angielsku), można zaplanować całodzienną podróż na przykład z Tokio do Osaki. Oczywiście nie będzie ona najkrótsza (około 9 godzin), za to pokonamy około 500 km za 60 zł! Dodatkową zaletą jest fakt, że jeśli miasto, przez które będziemy przejeżdżali, spodoba



nam się, możemy po prostu wysiąść, zwiedzić je, a potem z powrotem wsiąść do pociągu i pojechać dalej.

Jeśli planujesz podróżować z dużą walizką i nie chcesz się z nią przesiadać wiele razy, możesz korzystać z autobusów dalekobieżnych. Niektórzy przewoźnicy oferują karnety. Autobusy te są bardzo dobrze wyposażone i jeżdżą na trasach nocnych, co pozwala czasami też zaoszczędzić na noclegu.

Jeśli natomiast nie spieszy Ci się i lubisz nietypowe środki transportu skorzystaj ze statku. Japonia jest krajem wyspiarskim i ma dobrze rozwiniętą sieć promów. Ich zaletą jest to, że nie jesteśmy unieruchomieni przez kilka godzin, co zwłaszcza po długiej podróży samolotem może być uciążliwe. Na promie mamy do dyspozycji własną kajutę (albo wspólną salę sypialnianą), restauracje oraz wspólną łaźnię - dość niesamowite uczucie siedzieć w wannie pełnej wody i czuć kołysanie oceanu spoglądając na niego przez okno. Koszt podróży promem z Tokio na Hokkaido to około 300 zł w jedną stronę. Pewną niedogodnością może być jednak fakt, że zwykle promy nie cumują w dużych metropoliach, ale na ich obrzeżach albo w sąsiednich miastach.

Przejdźmy do noclegów. Oprócz bogatej oferty tanich hosteli w głównych miastach turystycznych, gdzie zapłacimy za nocleg w granicach 60-100 zł, możemy bezpłatnie skorzystać z czyjejś kanapy. Mowa



o couchsurfingu, który polega na zarejestrowaniu się na stronie [www.couchsurfing.com](http://www.couchsurfing.com) i wyszukaniu osób, które mogą nam zaoferować bezpłatny nocleg u siebie w domu. Zwykle gospodarze są również chętni, żeby pokazać nam okolicę oraz ciekawości naszej kultury, nie jest to zatem opcja dla osób, dla których prywatność jest priorytetem.

Żeby uciec od zgiełku wielkich miast i poznać japońskie bezdroża, można zostać wolontariuszem organizacji WWOOF (World Wide Opportunities on Organic Farms [www.woofjapan.com](http://www.woofjapan.com)). Tutaj również najpierw rejestrujemy się na stronie internetowej, uiszczamy wpisowe 200 zł, po czym dostajemy hasło do bazy hostów w całej Japonii (kilkaset miejsc). Zwykle są to gospodarstwa agroturystyczne położone w rzadko odwiedzanych przez turystów miejscach, ale można trafić na takie perełki, jak warsztat wyplatania koszy wiklinowych czy japońską cukiernię. Wymiana między wolontariuszem i gospodarzem polega na tym, że wolontariusz oferuje gospodarzowi maksymalnie 6 godzin swojej pracy dziennie, zaś gospodarz zapewnia wolontariuszowi nocleg oraz wyżywienie.

Zakres prac oraz czas ich trwania należy ustalić mailowo z gospodarzem zanim do niego przyjedziemy. Przed skorzystaniem z tej opcji powinniśmy również wziąć pod uwagę, że celem wolontariatu nie jest zwiedzanie, ale wymiana międzykulturowa. Nie bądźmy zatem zawiedzeni, jeśli gospodarz nie będzie mógł nam zapewnić dodatkowych „atrakcji”. Przed wyjazdem warto zapoznać się ze zwyczajami panującymi w danym kraju oraz w danym domu (o której godzinie gospodarze wstają, ile posiłków dziennie jedzą), żeby uniknąć nieporozumień na tle kulturowym. W bazie hostów jest szczegółowo opisane, z ilu osób składa się rodzina, czy są zwierzęta oraz czy host mówi po angielsku, co bardzo ułatwia znalezienie odpowiedniej rodziny.

Na koniec kilka słów o cenach w Japonii. Przede wszystkim, jeśli chodzi o podstawowe artykuły (jedzenie, ubrania) to ceny nie są dużo wyższe niż w Polsce. Transport do najtańszych nie należy, zwłaszcza jeśli podróży nie zaplanujemy wcześniej, ale korzystając z powy-

żej opisanych sposobów, koszt będzie porównywalny z polskimi cenami.

Jeśli nastawiamy się na stołowanie w tańszych restauracjach (ewentualnie kupowanie jedzenia w supermarkecie – w wielu hostelach jest dostępna kuchnia), to dzienny koszt wyżywienia należałoby liczyć na około 100-200 zł przy trzech posiłkach, przy czym spokojnie można się zamknąć w tej dolnej granicy. W Japonii jest również mnóstwo 100-jenowych sklepów, gdzie można zaopatrzyć się we wszystko – od skarpetek po pamiętki. Warto sprawdzić wcześniej czy w pobliżu naszego hostelu nie ma takiego sklepu – zdarzają się i takie, które sprzedają żywność za 100 jenów.

#### **Poniżej parę przykładowych cen:**

Butelka wody mineralnej 500 ml – 3 zł

Jogurt – 4 zł

Posiłek w taniej restauracji – 30-60 zł

Bento (pudełko z lunchem) – 10-20 zł

Jednorazowy bilet w tokijskim metrze – 5-10 zł



©Monika Zachaj



## Japonia leży w zasięgu trzech stref klimatycznych, co sprawia, że jej kra Archipelag Japoński ma do zaoferowania piękne widoki prze

Na największej z japońskich wysp – **Honsiu** – znajdziemy i tradycyjną i bardzo nowoczesną Japonię: tętniące życiem, kosmopolityczne Tokio, nowoczesna Yokohama, przepelniona najpiękniejszymi sintoistycznymi i buddyjskimi zabytkami stara stolica Kioto, nastrojowa Nara czy najstynniejszy zamek w Himeji. Tutaj są trzy najstynniejsze widoki Japonii: Matsushima niedaleko Sendai, Amanohashidate i Miyajima koło Hiroshimy. Na Honsiu też jest symbol Japonii, czyli góra Fuji. Nie brakuje tu również pięknych krajobrazów o każdej porze roku, a na miłośników sportów zimowych czekają japońskie Alpy.



Wysunięte najbardziej na zachód **Kiusiu** to bardzo ważny historycznie region Japonii. Znajdują się tutaj jedne z najstarszych zabytków sakralnych. Wyspa była świadkiem przełomowych dla historii kraju wydarzeń, takich jak bunty samurajske prowadzące do restauracji Meiji czy bombardowanie atomowe. Kiusiu to także bogactwo przyrodnicze, gorące źródła praktycznie w każdym zakątku, wulkaniczne szczyty i piękne wybrzeże.

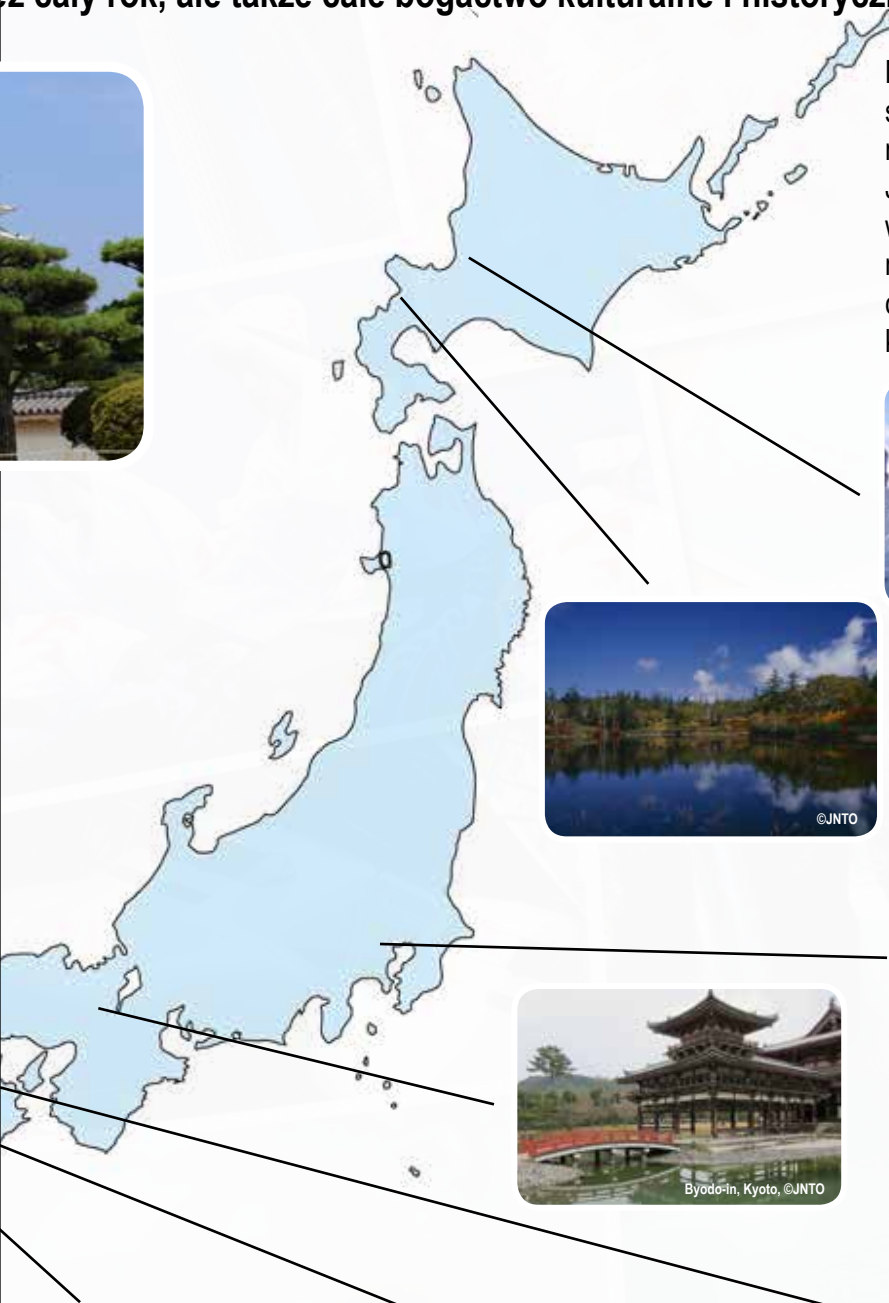


Wyspy **Okinawa** leżące w strefie podzwrotnikowej to prawdziwy raj dla miłośników natury i wypoczynku na słońcu – białe piaszczyste plaże, krystalicznie czysta woda, rafy koralowe. Wyspy stosunkowo niedawno stały się częścią Japonii, więc można tu zaobserwować wiele różnic, m.in. w architekturze, w porównaniu z resztą kraju.





Krajobrazy są bardzo zróżnicowane. Występują cztery wyraźne pory roku.  
Przez cały rok, ale także całe bogactwo kulturalne i historyczne.



Najbardziej wysunięte na północ **Hokkaido** urzeka śnieżnymi krajobrazami zimą i zielenią w wiosenne miesiące. To najmniej zaludniona wyspa Japonii. Jest idealnym miejscem dla tych, którzy lubią górskie wędrowki, sporty zimowe, wycieczki po parkach narodowych czy gorące źródła. Dynamiczne i nowoczesne Sapporo, największe miasto na Hokkaido, każdego roku organizuje imponujący Festiwal Śniegu.



**Shikoku** jest szczególnie znane ze względu na szlak pielgrzymkowy, który tworzy 88 świątyń buddyjskich. Ale to także miejsce z pięknymi krajobrazami, ciekawymi i pełnymi energii miastami, znakomitą kuchnią regionalną oraz jednym z największych w kraju festiwali – Awa Odori (w sierpniu).



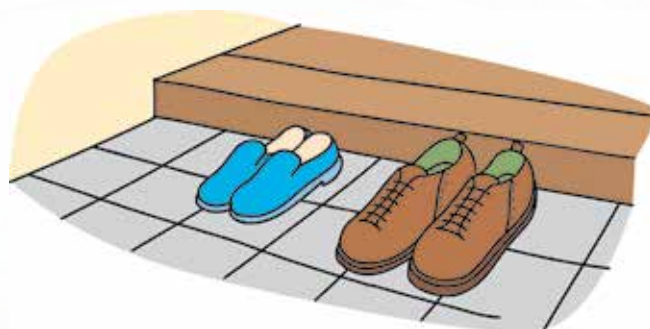


# Japońska etykieta

Będąc w Japonii warto pamiętać o kilku zasadach, które pozwolą nam uniknąć nieporozumień i ułatwią kontakt z Japończykami. Wiele z nich jest uniwersalnych, a Japończycy są wyrozumiali wobec obcokrajowców, lecz znajomość najpopularniejszych zwrotów i podstawowych zasad etykiety z pewnością się przyda.

## Wizyta w japońskim domu

Przekraczając próg japońskiego domu mówimy *ojama shimasu*, co jest standardowym zwrotem używanym przez gości. Przy powitaniu z gospodarzem używamy zwrotów odpowiadających polskiemu „dzień dobry”, czyli *ohayo gozaimasu* – jeśli wizyta odbywa się rano, *konnichiwa* – jeśli w ciągu dnia i *konbanwa* – jeśli wieczorem. Po wejściu do japońskiego domu nie możemy zapomnieć także o ściągnięciu butów. Buty należy zostawić w specjalnym przedsiönku (*genkan*) i wejść na stopień w samych skarpetkach lub kapciach, które zapewne będą już dla nas przygotowane.



## Etykieta przy stole

Przed rozpoczęciem posiłku używamy zwrotu *itadakimasu*, co może być uznane za odpowiednik polskiego „smacznego”. Natomiast po jedzeniu mówimy *gochisosama deshita*, co wyraża wdzięczność za posiłek. Dodatkowo jedząc pałeczkami, należy przestrzegać kilku ważnych zasad:

- ▶ Nie wolno wbijać pałeczek pionowo w miskę z ryżem. W ten sposób ryż ofiarowuje się w Japonii zmarłym, dlatego zachowanie takie budzi bardzo nieprzyjemne skojarzenia.
- ▶ Nie wolno podawać sobie jedzenia z pałeczek do pałeczek – przywodzi to na myśl obyczaj pogrzebowy, podczas którego członkowie przekazują sobie kości skremowanego zmarłego.
- ▶ Należy zdecydowanie sięgać po uprzednio upatrzony kawałek jedzenia. Nie należy krążyć pałeczkami nad talerzem, zastanawiając się, który kąsek wybrać.



## Zachowanie w przestrzeni publicznej

Korzystając z transportu publicznego należy pamiętać o tym, aby przed wejściem do pociągu lub autobusu ustawić się w kolejce. Ciekawostką jest to, że do autobusu wchodzi się wyznaczonymi drzwiami, przy których znajduje się specjalny kasownik wydający bilecik z numerem. Wsiadając podchodzimy do kierowcy i płacimy mu należność za przejazd odpowiadającą numerowi na bileciku (kwoty wyświetlają się na specjalnym ekranie). W autobusach, pociągach dalekobieżnych i w metrze należy wyciszyć telefon i powstrzymać się od rozmów telefonicznych. Korzystając ze schodów ruchomych, w regionie Kantō (Tokio) ustawiamy się zawsze po lewej stronie, a w regionie Kansai (Kioto, Osaka) po prawej.

# Etykieta w miejscu pracy

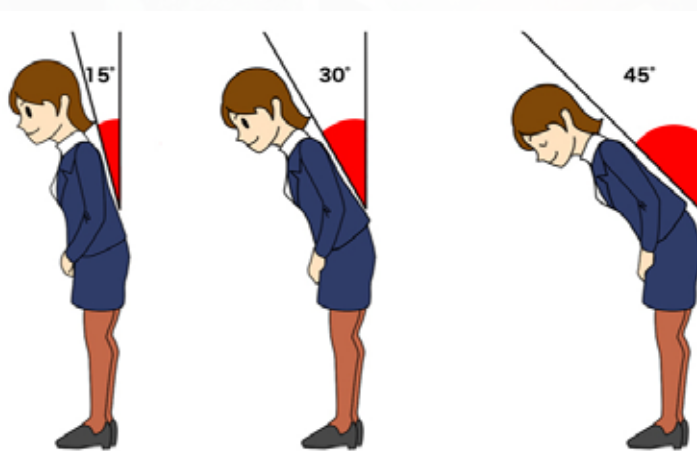
Podczas wizyty prezydenta Bronisława Komorowskiego w Japonii w lutym 2015 r. podpisane zostało porozumienie pomiędzy rządami japońskim i polskim w sprawie programu „Zwiedzaj i Pracuj”. Jest to program skierowany do młodych ludzi w wieku od 18 do 30 lat, który umożliwia wyjazd do Japonii w celach turystycznych i wypoczynkowych na okres do jednego roku. Ponadto pozwala na podjęcie pracy zarobkowej celem pokrycia kosztów pobytu i podróży. Można znaleźć zatrudnienie na przykład w kawiarni, restauracji czy hotelu. Więcej informacji o programie na stronie: <http://www.pl.emb-japan.go.jp/konsulat/wh.html>.

Przed wyjazdem do Japonii warto więc zapoznać się z etykietą obowiązującą w miejscu pracy. Oczywiście nie popełnimy błędu trzymając się podstawowych uniwersalnych zasad grzeczności, jednak znajomość panujących w Japonii obyczajów bardzo wiele ułatwi i na pewno pozwoli zyskać przychyłość.

## O czym warto wiedzieć?

**Hierarchia** w miejscu pracy jest w Japonii bardzo ważna. Nie chodzi tu jedynie o oczywiste relacje między przełożonymi a podwładnymi, ale również między pracownikami tej samej rangi. Tych, którzy zaczęli pracę przed nami nazywamy *sempai*, czyli „starszy kolega” (niekoniecznie wiekiem), zaś tych, którzy po nas – *kohai*, czyli młodszy kolega. Chociaż formalnie *sempai* nie jest przełożonym, to w hierarchii pracowniczej stoi wyżej. W Japonii nie jest mile widziane zdecydowane wyrażanie swojego zdania, zwłaszcza jeśli jest inne niż przełożonego. Także *sempaiowi* należy okazywać szacunek i stosować się do jego rad czy zaleceń. Wydawać się może, iż bycie na dole w hierarchii wiąże się jedynie z koniecznością podporządkowywania się innym. Warto jednak pamiętać, że ci, którzy są od nas wyżej, zarówno przełożeni, jak i starsi koledzy, są za nas odpowiedzialni i mają być dla nas wzorem i oparciem.

**Uklon** jest w Japonii tradycyjną i powszechnie stosowaną formą powitania, pożegnania i wyrażania szacunku. Istnieje kilka jego rodzajów, stosowanych odpowiednio do sytuacji. Bardzo ważna jest też prawidłowa postawa – przy uklonieniu należy złączyć nogi, a plecy trzymać wyprostowane. Podczas prostego pozdrowienia pochylamy tułów pod kątem ok. 15 stopni. Wyrażając szacunek lub wdzięczność należy uklonąć się nieco głębiej – ok. 30 stopni. Głęboki szacunek lub przeprosiny wymagają pochylecia ciała o ok. 45 stopni. Warto mieć to na uwadze, jeśli podejmuje się pracę



w japońskim sektorze usługowym. Niezależnie od klasy restauracji, kawiarni, hotelu czy sklepu, obsługa zawsze jest bardzo nastawiona na potrzeby klienta i gotowa do usług, a jednocześnie dyskretna i nienarzucająca się. Właściwy uklon, pogodny uśmiech i uprzejmy ton to niezbędne elementy japońskiej obsługi. Wydawać się może to z początku trudne do opanowania, ale w każdym miejscu pracy na pewno znajdzie się *sempai* służący dobrą radą.

**Spotkania towarzyskie** ze współpracownikami po godzinach są istotnym elementem japońskiej kultury pracy. Daje to możliwość lepszego poznania osób, z którymi się pracuje. Jeżeli proponuje nam się takie wyjście, raczej nie powinno się odmawiać. Warto zapamiętać również, że jeśli spotkanie odbywa się przy alkoholu należy polewać innym a nie sobie. Dla obcokrajowców to znakomita okazja do spojrzenia na prywatne życie Japończyków, które trudno jest poznać będąc w kraju tylko turystycznie.



## Wizyta w gorących źródłach

Jednym z miejsc, do którego warto wybrać się będąc w Japonii jest *onsen*, czyli gorące źródła. Można je znaleźć w każdym regionie kraju, zarówno w miastach jak i na prowincji. Cieszą się niezwykłą popularnością ze względu na dobroczynny wpływ wody na naszą skórę, a także fakt, że są idealnym miejscem do wypoczynku (wiele osób wybiera kurorty z gorącymi źródłami jako miejsce weekendowych wycieczek). Z *onsenu* może skorzystać każdy, ale ze względu na specyfikę miejsca, przed i w czasie kąpieli należy trzymać się ściśle określonych zasad:

1. Należy upewnić się, że wchodzimy do właściwej szatni, a co za tym idzie części przeznaczonej dla danej płci. Zapamiętajmy japońskie znaki oznaczające mężczyznę (男) i kobietę (女). *Onseny* koedukacyjne są dość rzadkie.
  2. Przed wejściem do wody należy dokładnie umyć się pod prysznicem, który z reguły zlokalizowany jest zaraz przy wyjściu z szatni. Niedozwolone jest mycie podczas kąpieli w gorącym źródle. Po wyjściu spod prysznica możemy mieć na sobie ręcznik, który jednak trzeba koniecznie zdjąć przed wejściem do wody (kąpiemy się wyłącznie nago). Ręcznik można wtedy położyć na głowie lub zostawić przy basenie. Należy także spiąć włosy, aby nie dotykały wody.
  3. *Onsen* służy wyłącznie do kąpieli. Pływanie i skakanie do wody jest niedozwolone.
  4. Należy powstrzymać się od głośnych rozmów.
  5. Po wyjściu z wody można, po wytarciu całego ciała, wrócić bezpośrednio do szatni. Część osób woli jednak opłukać ciało lub umyć się ponownie po kąpieli.
- Osoby posiadające tatuaż, powinny zakryć go całkowicie przed skorzystaniem z *onsenu*. W przeciwnym razie mogą zostać wyproszone przez obsługę.

Więcej informacji o podróżowaniu po Japonii na stronie JNTO: <http://www.jnto.go.jp>

