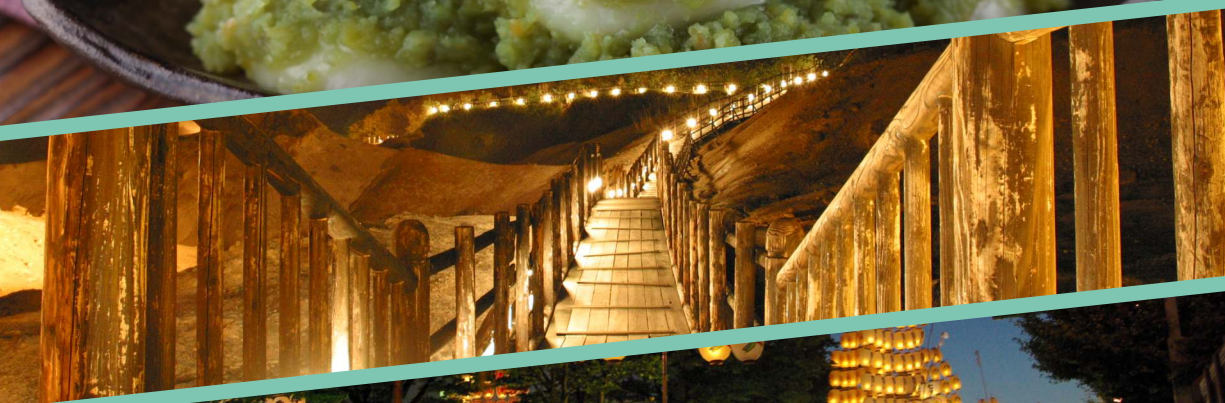


Biuletyn Informacyjny

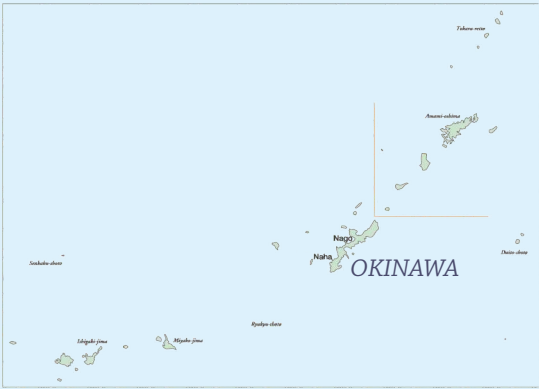
Marzec 2018

Wydawca: Ambasada Japonii w Polsce



Podróż do Japonii:
Hokuriku, Tōhoku i Hokkaido

Morze Ochockie





Sanriku Fukkō
©JNTO

Hokuriku

Region Hokuriku położony jest w środkowej części wyspy Honsiu i rozciąga się wzdłuż wybrzeża Morza Japońskiego. Przynależą do niego cztery prefektury: Fukui, Ishikawa, Toyama i Niigata. Przez Japończyków nazywany jest krainą śniegu, a to za sprawą jego obfitych opadów. Dzięki nim, a także ze względu na górzysty teren, tutejsze kurorty narciarskie są popularnym celem wycieczek. Związek Hokuriku z górami jest bardzo silny – znajdują się tu dwie z trzech (obok Fudzi) świętych gór Japonii, tzw. *sanreizan*. Są to: góra Haku, położona na terenie Parku Narodowego Hakusan (pref. Gifu, Fukui, Ishikawa i Toyama) oraz góra Tate, położona w prefekturze Toyama w obrębie Parku Narodowego Chūbu-Sangaku (pref. Nagano, Gifu, Toyama i Niigata). Pozostałe parki narodowe w regionie Hokuriku to Myōkō-Togakushi Renzan (pref. Nagano i Niigata) oraz Bandai-Asahi (pref. Niigata, Fukushima i Yamagata).

Tōhoku

Jest to najbardziej wysunięty na północ region wyspy Honsiu. Składa się z sześciu prefektur: Yamagata, Fukushima, Miyagi, Akita, Iwate oraz Aomori. Podobnie jak większość regionów Japonii, także Tōhoku cechuje górzystość terenu. Jednakże ta część kraju znana jest również z występowania licznych terenów rolniczych, przede wszystkim pól

ryżowych, ale także na przykład sadów (słynne jabłka z Aomori). W regionie znajdują się trzy parki narodowe: Bandai-Asahi (pref. Niigata, Fukushima i Yamagata), Towada-Hachimantai (pref. Aomori, Iwate i Akita) oraz Sanriku Fukkō (pref. Aomori, Iwate i Miyagi). Ten ostatni powstał w 2013 roku w celu rekonstrukcji wybrzeża po wielkim trzęsieniu ziemi we wschodniej Japonii w 2011 roku.

Hokkaido

Hokkaido jest drugą po Honsiu największą spośród czterech głównych Wysp Japońskich i jednocześnie największą japońską prefekturą. Stolica wyspy, Sapporo, była w 1972 roku gospodarzem Zimowych Igrzysk Olimpijskich. Do dzisiaj na tutejszej skoczni Ōkurayama organizowane są konkursy skoków narciarskich, w tym Puchar Świata. Klimat na Hokkaido jest chłodniejszy niż na innych wyspach, przez co wielu turystów odwiedza ten region latem, aby uciec od upału. Hokkaido to przede wszystkim piękna przyroda – na wyspie znajduje się aż sześć parków narodowych: Rishiri-Rebun-Sarobetsu, Shiretoko, Akan, Kushiro-Shitsugen, Shikotsu-Tōya i Daisetsuzan. Ze względu na swoje położenie na północy Japonii, parki narodowe Hokkaido są domem dla takich gatunków zwierząt jak niedźwiedzie, jelenie, bieliki, pułchacze japońskie i żurawie.

Atrakcje turystyczne

Hokuriku

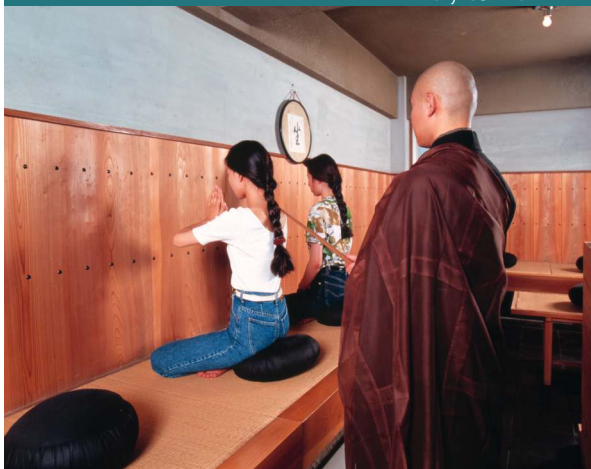
W pobliżu miasta Fukui na zachodzie regionu znajduje się świątynia Eihei-ji, inaczej Świątynia Wiecznego Pokoju. Jej założycielem był mistrz Dōgen, który sprowadził zen szkoły sōtō z Chin do Japonii. Turyści przybywający do świątyni, poza podziwianiem pięknych widoków i architektury, mają wyjątkową okazję doświadczyć praktyki zen pod czujnym okiem tutejszych mnichów.

Kierując się dalej na północ dotrzemy do największego miasta regionu i stolicy prefektury Ishikawa, Kanazawy. Znajduje się tu Kenrokuen, jeden z trzech najstynniejszych ogrodów Japonii (*Nihon sanmeien*). Swoją nazwę zawdzięcza temu, że łączy w sobie wszystkie sześć cech, które według chińskich ksiąg decydują o pięknie ogrodu. Jest rozległy, ale kryje w sobie atmosferę tajemniczości i wrażenie zamkniętej przestrzeni; choć zbudowany ludzkimi rękami, pozostaje wierny naturze; posiada zarówno szlaki wodne typowe dla odizolowanych górskich miejsc, jak i oferuje piękne widoki na otaczający go krajobraz. Kenrokuen jest oblegany przez turystów o każdej porze roku i znany jest jako jedno z najlepszych miejsc do podziwiania kwiatów wiśni. Po spacerze warto wybrać się do przepięknie zachowanej, historycznej części miasta, Higashi-chaya-gai. Znajdziemy tu wiele restauracji, herbariarni i sklepów z pamiątkami.



Eihei-ji ©JP /amanaimages

Eihei-ji ©JNTO



Fani japońskich pociągów muszą koniecznie wybrać się do sąsiedniej prefektury Toyama, by wmieście Kurobe rozpocząć niezwykłą podróż uroczą kolejką. Trasa zapewni nam wspaniałe widoki na rzekę i wąwóz Kurobe.

Kenrokuen ©JNTO



Kurobe ©JNTO





Tarai-bune ©JNTO

Odwiedzając prefekturę Niigata warto wybrać się w rejs na pobliską wyspę Sado. To właśnie tutaj znajdują się pozostałości największej w Japonii kopalni złota. Założona w okresie Edo (1603-1868) funkcjonowała poprzez cały okres Meiji (1868-1912) i została zamknięta dopiero w 1989 roku. Zwiedzający, spacerując tunelami, mogą zapoznać się z technikami wydobywania stosowanymi w poszczególnych okresach. Wielką atrakcją wyspy są także przejażdżki *tarai-bune* – łódkami używanymi do połowu skorupiaków i glonów, przypominającymi kształtem duże balie.

Tōhoku

Jednym z najpiękniejszych miejsc prefektury Yamagata jest bez wątpienia kompleks świątynny *Risshaku-ji*, znany również jako *yama-dera* (dosłownie: górska świątynia). Zarówno pawilon główny, jak i mniejsze świątynki, zostały wzniesione na zboczu górskim, dzięki czemu wyglądają, jakby wynurzały się ze skał. *Risshaku-ji* stała się szczególnie znana dzięki japońskiemu poecie Matsuo Bashō, który odwiedził świątynię podczas podróży. To właśnie tu powstał wiersz o ciszy, zawarty w jego słynnym dzienniku poetyckim „Ścieżki północy” (*Oku no hosomichi*).

Na południe od miasta Aizuwakamatsu w prefekturze Fukushima znajduje się urocz miasteczko *Ōuchijuku*, które w okresie Edo było jednym z *shukuba* – stacji postojowych dla podróżnych na szlakach łączących miasto Edo (dzisiejsze Tokio)



Risshaku-ji ©JNTO

z oddalonymi prowincjami. Do dnia dzisiejszego główna ulica usłana jest po obu stronach tradycyjnymi, niewielkimi gospodami *minshuku*, których dachy pokryte są strzechą. Dziś można w nich znaleźć nie tylko nocleg, ale również restauracje czy sklepiki z pamiątkami.

Ōuchijuku ©JNTO





Chuson-ji ©JP/amanaimages



Goryokaku ©JNTO

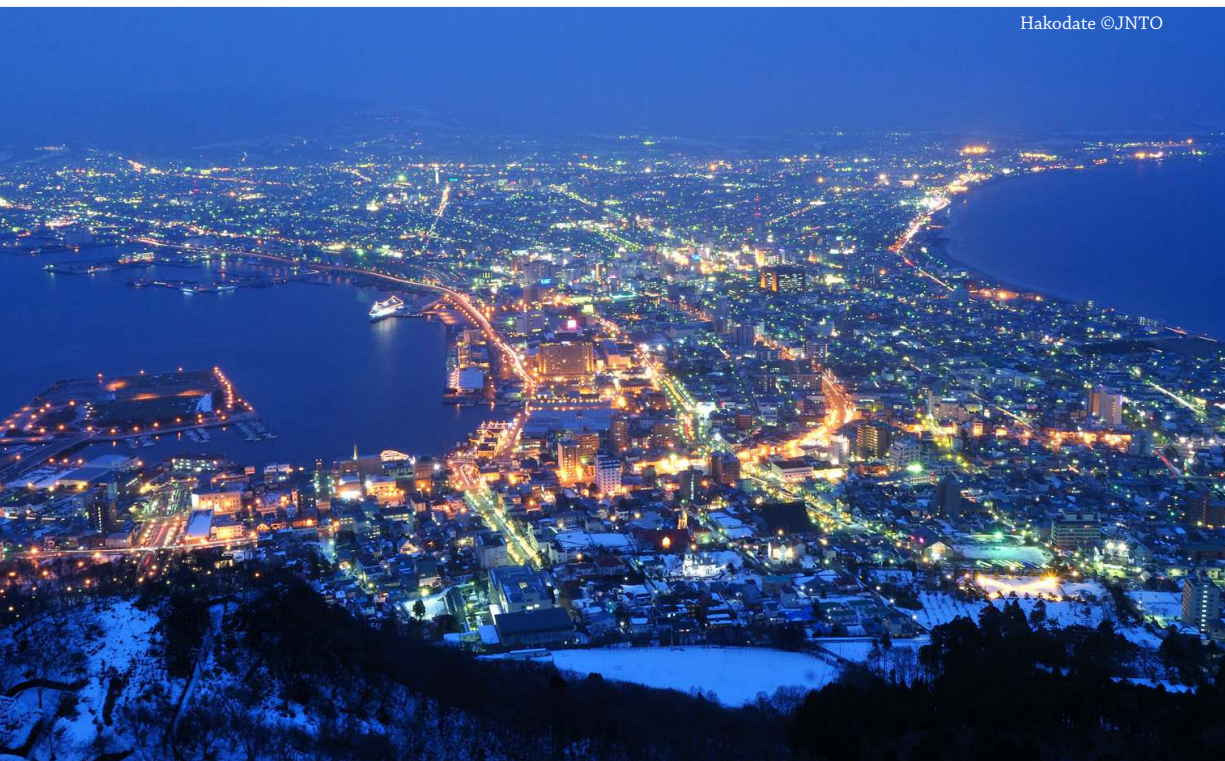
Natomiast w południowo-zachodniej części prefektury Iwate znajduje się miasteczko Hiraizumi, które w XI i XII wieku było jednym z najważniejszych miejsc na mapie Tōhoku. To właśnie tutaj mieścił się dwór rodu Fujiwara, który rządził ówczesnie regionem. W tym czasie powstał kompleks świątynny Chūson-ji, wpisany na listę światowego dziedzictwa UNESCO. Mieści się tam około 3000 skarbów narodowych, a także słynny pawilon Konjiki-dō, w całości pokryty złotem płatkowym.

Hokkaido

Na południu wyspy znajduje się Hakodate, miasto znane z przepięknego nocnego krajobrazu.

Przylega do niego góra Hakodate, która, szczególnie wieczorem, gwarantuje niezapomniane widoki na okolicę, przede wszystkim miasto i rejony portowe. Port handlowy rozwinął się tu w XIX wieku, czego pozostałością jest wiele budynków wzniesionych w zachodnim stylu architektonicznym. Jedną z najbardziej charakterystycznych budowli w mieście jest pięciokątny fort Goryōkaku, przypominający kształtem gwiazdę.

Nieco dalej na północ znajduje się największe miasto wyspy, Sapporo, znane jako ośrodek sportów zimowych. Warto wybrać się do położonego w sercu miasta parku Ōdori, w którym przez cały rok organizowane są ciekawe wydarzenia, jak np. Święto Śniegu (zima) czy Piwa (lato).



Hakodate ©JNTO

Wyjątkowa natura

W prefekturze Miyagi znajdziemy kolejny z trzech najpiękniejszych widoków Japonii – około 260 niewielkich wysepek rozsianych po zatoce Matsushima. W okolicy znajduje się również świątynia zen Zuigan-ji, typowa dla regionu Tōhoku.

Niezapomniany widok czeka na nas także w kurorcie narciarskim Tomamu w centralnej części Hokkaido. Z tamtejszego tarasu widokowego można obserwować zjawisko atmosferyczne *unkai*, czyli morze chmur. Powstałe z mgły znad Oceanu Spokojnego chmury pokrywają pobliską Równinę Tokachi i mogą być zaobserwowane wczesnym rankiem od czerwca do października.



Matsushima ©JNTO



Morze chmur nad Tokachi
© TAKASHI KOMATSUBARA/
a.collectionRF/
amanaimages

Gorące źródła (Onsen)

Wakura (pref. Ishikawa)

Jeden z najpopularniejszych kurortów w Japonii o ponad tysiącletniej historii, położony na północy półwyspu Noto. Co roku w okresie letnim odbywa się tu pokaz sztucznych ogni oraz festiwal tańca *yosakoi*.

Ginzan (pref. Yamagata)

Kurort ten, położony w mieście Obanazawa, jest jednym z najurokliwszych zakątków prefektury. Znajduje się tu wiele hoteli w tradycyjnym stylu japońskim, a także restauracji i sklepów z pamiątkami.

Nyūtō (pref. Akita)

Cechą charakterystyczną kurortu jest położenie w pobliżu ważnych atrakcji prefektury Akita: rezydencji samurajskich Kakunodate i najgłębszego

jeziora w Japonii, Tazawa (423,4 m). Dodatkowego uroku dodaje mu sąsiedztwo pradawnego lasu bukowego, który cieszy oko korzystających z kąpeli na świeżym powietrzu.

Noboribetsu (Hokkaido)

Jedne z najsłynniejszych gorących źródeł na wyspie, położone na obszarze parku narodowego Shikotsu-Tōya. W pobliżu kurortu znajduje się słynna „piekielna” dolinka *Jigokudani*, która wykazuje aktywności wulkaniczne.

Noboribetsu ©JNTO



Kuchnia lokalna

Ryż

Z pewnością nikogo nie trzeba przekonywać, że ryż to najważniejszy składnik kuchni japońskiej. Z jego upraw znane są szczególnie prefektury Niigata i Akita. Koshihikari z Niigaty to jeden z najbardziej rozpoznawalnych i lubianych gatunków ryżu, nie tylko w Japonii, ale i za granicą. Ryż z Akity charakteryzuje się większą wilgotnością, która sprawia, że smakuje równie dobrze na zimno i znakomicie nadaje się do sushi.



Ryż ©GYRO PHOTOGRAPHY/a.collectionRF/amanaimages

Hotaruika, czyli kałamarnica *Watasenia scintillans* (pref. Toyama)

Te nieduże kałamarnice występują w Zatoce Toyama. Pod wpływem bodźców zewnętrznych ich ciała emitują delikatne, niebiesko-białe światło i tej właściwości zawdzięczają swoją japońską nazwę: *hotaru*, czyli świetlik i *ika*, czyli kałamarnica. Żyją w głębinach, ale od kwietnia do maja wypływają na mielizny. Podziwianie tego widoku jest wiosenną tradycją w prefekturze Toyama. *Hotaruika* mogą być spożywane jako *sashimi*, gotowane lub marynowane w sosie sojowym, czy też przyrządzane z octem i pastą miso. Po wysuszeniu i podpieczeniu zyskują lekko gorzki aromat i posmak. Znakomicie sprawdzają się jako zakąska do sake.



Jibuni ©Ishikawa Prefecture Tourist Association and Kanazawa Convention Bureau/©JNTO

Jibuni i *wagashi* (pref. Ishikawa)

Jibuni przygotowuje się z mięsa kaczki. Jego cienkie kawałki obtacza się w mące lub skrobi ziemniaczanej i dusi w wywarze na bazie bulionu dashi z dodatkiem grzybów *shiitake*, pędów bambusa i *mitsuby* (japońskiej pietruszki). Dzięki mące mięso zatrzymuje swój smak, a cały wywar ulega zagęszczeniu. Danie doprawia się przed podaniem tartym chrzaniem. Trudno określić jednoznacznie, skąd wzięła się nazwa *jibuni*: albo od nazwiska osoby, która to danie stworzyła, albo od odgłosów (*jibu jibu*) powstających w trakcie duszenia.

Kanazawa, stolica prefektury Ishikawa, słynie z *wagashi*, czyli typowo japońskich słodczy. Są one precyzyjnie wykonane, kolorowe, dostosowane do zmieniających się pór roku – cieszą oko i podniebienie. W Kanazawie od wieków celebrowano drogę herbaty, czemu towarzyszyła produkcja przeznaczonych do niej słodczy.



Hotaruika ©Toyama Prefectural Tourism Association/©JNTO

Wagashi ©Kanazawa City/©JNTO





Wanko soba
©SOURCENEXT CORPORATION/
amanaimages

Wanko soba (pref. Iwate)

Gryczany makaron *soba* jest bardzo popularny w całej Japonii, ale w prefekturze Iwate serwuje się go w szczególny sposób. Mała porcja ciepłego makaronu podana jest w niedużej miseczce przykrytej pokrywką. Gdy tylko zjemy *sobę*, obsługa za pomocą drugiej miseczki natychmiast nakłada nam kolejną porcję. Trwa to dopóki nie przykryjemy swojej miseczki – to znak, że już skończyliśmy posiłek. Razem z makaronem podane są przyprawy, które dodajemy wedle uznania. Zwyczaj podawania gościom *soby* istnieje w Japonii od dawna. Jedna z teorii mówi, że taki sposób serwowania narodził się, kiedy gospodarze nie nadążali z gotowaniem na raz całego makaronu dla licznych gości, więc podawali go stopniowo, każdemu po trochu. Organizowane są nawet zawody w jedzeniu *wanko soba*, a najlepsi potrafią zjeść ponad 500 porcji!

Gyūtan ©upmphoto/a.collectionRF/amanaimages



Zunda mochi i gyūtan (pref. Miyagi)

Specjały te pochodzą z Sendai, czyli stolicy prefektury Miyagi. *Mochi* to miękkie ciasteczka z mąki ryżowej. Podawane są z pastą *zunda*, którą robi się z soi strączkowej *edamame* z dodatkiem cukru. Doskonale smakują podane z zieloną herbatą i, dla podkreślenia smaku, z kiszunkami japońskimi. Obecnie można zjeść nie tylko *mochi* z dodatkiem *zunda*, ale dostępne są również wszelkiego rodzaju słodycze o smaku tej pasty: ciasta, ciasteczka, lody czy naleśniki, a także koktajle.

Zunda mochi ©SOURCENEXT CORPORATION/amanaimages



Gyūtan to ozory wołowe, z których słynie Sendai. Pierwsza restauracja podająca to danie została założona w 1948 roku przez Keishirō Sano. Jednak nie od razu stało się ono popularne. Początkowo solone plasterki ozorów serwowane były jako przekąska, np. do alkoholu. Obecnie podaje je się grillowane z przyprawami i warzywami razem z ryżem.

Kitakata ramen (pref. Fukushima)

Miłośnicy makaronu obowiązkowo muszą udać się do miasta Kitakata w zachodniej części prefektury Fukushima, by spróbować znanego i cenionego ramenu. Można wybierać spośród około 120 miejsc serwujących ten specjał. Ramen w Kitakata stał się popularny w latach 20. ubiegłego stulecia. Wyróżnia się strukturą: jego nitki są płaskie, lekko zwinięte i mają około 4 mm grubości; odpowiednio ugotowany jest jędrny i sprężysty. Nie ma jednego przepisu na bulion, w którym podaje się ten ramen, każda restauracja ma swoją własną recepturę. Najczęściej jednak spotykany jest wywar na bazie sosu sojowego. W Kitakata są miejsca podające go nawet jako poranny posiłek. Podobno w mieście jest najwięcej w całej Japonii miejsc serwujących ramen w przeliczeniu na liczbę mieszkańców.



Kitakata ramen ©SOURCENEXT CORPORATION/amanaimages

wśród nich jeżowce, ikra łososia i kalmary. Popularnym sposobem podania jest *donburi*, czyli położenie składników na ugotowanym ryżu w misce. Na targach rybnych, takich jak Nijō w Sapporo, poranny targ w Hakodate czy Washō w Kushiro, można skosztować *donburi* z najświeższymi produktami. Na pewno warto się tam udać.

Donburi z owocami morza ©Kazu/a.collectionRF/amanaimages



Jingisukan i owoce morza (Hokkaido)

Jingisukan to danie, które swoją nazwę wzięło od nazwiska Czyngis-chana, XIII-wiecznego władcy mongolskiego. Jest to baranina lub jagnięcina grillowana z warzywami w rondlu z wypukłym środkiem. Mięso, czasami wcześniej marynowane, układa się wyżej, tak by w trakcie przygotowywania sok z niego spływał na warzywa. Gotowe składniki można też przed spożyciem zanurzyć w sosie.

Hokkaido znane jest również z wysokiej jakości świeżych ryb i owoców morza. Szczególnie cenione są



Jingisukan
©Kazu/a.collectionRF/
amanaimages

Święta i festiwale

Cztery główne święta regionu Tōhoku

Święto *Nebuta* (*Nebuta Matsuri*) odbywa się między 2 a 7 sierpnia w mieście Aomori, stolicy prefektury o tej samej nazwie. Co roku przyciąga ponad 3 miliony turystów. Jego główną atrakcją jest parada platform z ogromnymi lampionami i postaciami wojowników wykonanymi z papieru. Wokół nich tancerze w charakterystycznych strojach tańczą w rytm żywej muzyki bębnowej. Jest kilka teorii dotyczących początków święta. Jedna z nich mówi o zwyczaju *nebuta-nagashi*, czyli symbolicznego spuszczenia z prądem rzek do morza lenistwa i ospałości przeszkadzających w pracy. Istnieje także legenda o Sakanoue no Tamuramaro (758-811), wojowniku, który ukrył swoich podkomendnych we wnętrzu wielkich lalek, aby zwać nimi przeciwników i pokonać ich z zaskoczenia. W 1980 roku Święto *Nebuta* zostało uznane za Ważny Niematerialny Zabytek Kultury Ludowej.



Nebuta Matsuri ©Aomori Prefecture/©JNTO

Tanabata w *Sendai*, inaczej niż w pozostałych regionach Japonii, obchodzona jest nie 7 lipca, ale przez 3 dni między 6 a 8 sierpnia. *Tanabata*, czyli Święto Gwiazd nawiązuje do romantycznej legendy o dwóch zakochanych gwiazdach: Przędce (Wega) i Pasterzu (Altair), które zostają rozdzielone i mieszkają po przeciwnych stronach Drogi Mlecznej, a spotkać się mogą tylko raz w roku. Japończycy dekorują domy i mieszkania bambusowymi gałązkami z zawieszonymi na nich *tanzaku*, czyli kolorowymi paskami papieru z wypisanymi życzeniami. Obchody w *Sendai* są jedyne w swoim rodzaju – ogromne dekoracje wykonane z bambusa i japońskiego papieru umieszczane są na arkadach przed dworcem głównym i w wielu innych częściach miasta. Dekoracje składają się z siedmiu elementów, z których każdy ma swoje znaczenie: *tanzaku* – postępy w nauce, papierowe kimono – ochrona przed chorobami i innymi nieszczęściami, żurawie wykonane z origami – spokój domostwa i długowieczność, woreczki *kinchaku* – powodzenie w interesach, sieci – dobre połowy i zbiory, kosze na śmieci – oszczędność i porządek, frędzle – postępy w sztuce i tkactwie. *Tanabata* w *Sendai* ma ponad 400 lat tradycji. Podczas święta odbywają się także pokazy sztucznych ogni, parady i koncerty.

Akita Kantō Matsuri ©Yasufumi Nishi/©JNTO



Święto *Kantō* (*Akita Kantō Matsuri*) odbywa się w mieście Akita od 3 do 6 sierpnia w intencji dobrych zbiorów oraz odegnięcia zła i chorób. Jego najbardziej charakterystycznym elementem są *kantō*, czyli bambusowe konstrukcje symbolizujące kłosa ryżu, dochodzące do 12 metrów wysokości i 50 kilogramów wagi, na których zawieszane są lampiony (nawet 46 sztuk). Uczestniczący w pochodzie mężczyźni umieszczają je na przemian na swoich głowach, ramionach i biodrach, starając się zachować przy tym równowagę. Ważne jest, by żaden z lampionów nie zgaśł podczas akrobacji. Szczególnie biegli w tej sztuce potrafią jednocześnie machać wachlarzem!

Tanabata w *Sendai* ©Yasufumi Nishi/©JNTO



Yamagata Hanagasa Matsuri jest najmłodszym wśród 4 największych świąt w Tōhoku i odbywa się od 1964 roku. Trwa trzy dni od 5 do 7 sierpnia i przyciąga rocznie około miliona turystów. *Hanagasa*, od którego święto wzięło swoją nazwę, to pleciony kapelusz udekorowany kwiatami krokosza barwierskiego. Korowody tancerek trzymających te kapelusze przemierzają w rytm muzyki bębnow ulice miasta Yamagata. W święcie bierze udział około 100 grup i 10 000 tancerek. Na czele korowodów jadą bogato udekorowane platformy.



Yamagata Hanagasa Matsuri

©HISAO NAKAMURA/a.collectionRF/amanaimages



Owara Kaze no Bon

©Toyama Prefectural Tourism Association/©JNTO

Yuki Matsuri ©SOURCENEXT CORPORATION /amanaimages



Owara Kaze no Bon odbywa się w trzech pierwszych dniach września w mieście Toyama, stolicy prefektury o tej samej nazwie. Jest to ludowe święto, którego początki nie są do końca znane. Najprawdopodobniej narodziło się z połączenia dwóch tradycji: święta na cześć zmarłych, czyli *bon* i obrzędów w intencji pomyślnych zbiorów. Data święta ma związek z tajfunami, które nawiedzały tereny rolnicze na początku września. W tym czasie ulice dekorowane są papierowymi lampionami. Przez Toyamę przechodzi korowód tancerzy: kobiety noszą jednakowe letnie kimona, czyli *yukaty* oraz plecione nakrycia głowy (*amigasa*), zaś mężczyźni krótkie narzutki *happi* i również plecione kapelusze. Tańczą w rytm ludowej przyspiewki do akompaniamentu między innymi *shamisenu* (trzystrunowy instrument szarpany) i bębnow. Przez długi czas było to wyłącznie lokalne święto, ale w ostatnich latach stało się znane w całej Japonii i wielu turystów zaczęło w nim uczestniczyć.

Zimowa pogoda i obfite opady śniegu w północnej części Japonii to doskonała okazja do organizacji Święta Śniegu, czyli *Yuki Matsuri*. Odbywa się ono w Sapporo w drugim tygodniu lutego. Z tej okazji ze śniegu i lodu budowane są rzeźby o najsłynniejszych kształtach, sięgające czasami kilku, a nawet kilkunastu metrów wysokości. Każdego roku przyciągają dziesiątki tysięcy widzów zarówno z Japonii, jak i zagranicą, którzy przyjeżdżają podziwiać ten niezwykły i dostępny jedynie przez krótki okres widok.

Ambasada Japonii w Polsce
Wydział Informacji i Kultury
Al. Ujazdowskie 51, 00-536 Warszawa

www.pl.emb-japan.go.jp
www.facebook.com/JapanEmb.Poland
e-mail: info-cul@wr.mofa.go.jp