

Biuletyn Informacyjny

Czerwiec 2017

Wydawca: Ambasada Japonii w Polsce



Podróż do Japonii:
Sikoku, Kiusiu, Okinawa





Ishizuchi ©JNTO

Sikoku

Sikoku jest najmniejszą z czterech głównych Wysp Japońskich. Dzieli się na cztery prefektury: Kagawa (ze stolicą w Takamatsu), Tokushima (ze stolicą w Tokushimie), Kochi (ze stolicą w Kochi) i Ehime (ze stolicą w Matsuyamie).

Najdłuższą rzeką na wyspie jest Shimanto (niecałe 200 kilometrów), która płynie w południowej części prefektury Kochi. Natomiast najwyższy szczyt – Ishizuchi, 1982 metrów n.p.m. – znajduje się w prefekturze Ehime.

Między regionem Chūgoku na wyspie Honsiu a wyspą Sikoku znajduje się Park Narodowy Setonaikai, w którego skład wchodzi około 3000 mniejszych i większych wysp. Natomiast w południowo-zachodniej części wyspy znajduje się Park Narodowy Ashizuri-Uwakai, znany z pięknych klifów i raf koralowych.



Kiusiu i Okinawa

Kiusiu jest trzecią największą spośród Wysp Japońskich. Znajduje się na niej siedem prefektur: Fukuoka, Saga, Nagasaki, Kumamoto, Oita, Miyazaki i Kagoshima, a nazwa stolicy każdej z nich odpowiada nazwie prefektury. Natomiast wyspa Okinawa wraz z pozostałymi wyspami z Archipelagu Riukiu wchodzi w skład prefektury Okinawa, ze stolicą w mieście Naha.

Na wyspach znajduje się aż siedem parków narodowych: Saikai, Unzen-Amakusa, Aso-Kujū, Kirishima-Kinkōwan, Yakushima, Iriomote-Ishigaki i najmłodszy Kerama Shotō. Yakushima znajduje się na Liście Światowego Dziedzictwa UNESCO i znana jest z przebogatej flory, w szczególności cedru japońskiego – sugi, którego niektóre okazy mają ponad tysiąc lat. Natomiast w Parku Narodowym Aso-Kujū znajduje się największa na świecie kaldera o średnicy około 90 kilometrów.

Atrakcje turystyczne

Sikoku

Wiry wodne Naruto (prefektura Tokushima)

Niedaleko miasta Tokushima znajduje się Cieśnina Naruto, gdzie turyści mogą podziwiać jeden z najbardziej wyjątkowych widoków na świecie: olbrzymie wiry wodne. Największy z nich ma średnicę 30 metrów i można zobaczyć go z bliska z pokładu statku lub mostu Ōnaruto.

Trasa Shimanami (prefektury Hiroszima i Ehime)

Wysepki leżące na Morzu Wewnętrznym pomiędzy wyspami Honsiu i Sikoku połączone są dziewięcioma wiszącymi mostami, a każdy z nich posiada specjalny pas dla przechodniów i rowerzystów. Turyści mają możliwość wypożyczenia roweru i przebycia trasy (około 70 kilometrów), która zapewnia niezapomniane widoki na akwen nazywany często Morzem Egejskim Japonii.

Zamek Matsuyama (prefektura Ehime)

Z położonego na szczycie 132-metrowej góry zamku rozpościera się przepiękny widok na miasto Matsuyama. Jest on jednym z niewielu w kraju, który zachował elementy liczące ponad 160 lat. Oprócz pięknych widoków zamek oferuje różne



atrakcje dla zwiedzających, m.in. możliwość przymierzenia oryginalnych zbroi samurajskich. Dodatkowo u podnóża zamku znajdują się słynne gorące źródła - Dōgo Onsen, liczące 3000 lat, a także świątynia Ishite-ji, której brama Niōmon wpisana jest na listę japońskich skarbów narodowych.



Kiusiu i Okinawa

Akwarium Churaumi (prefektura Okinawa)

Akwarium Churaumi (w dialekcie okinawskim „churaumi” oznacza „piękne morze”) jest jednym z największych tego typu obiektów na świecie. Główny zbiornik jest wysoki na 8,2 metra i szeroki na 22,5 metra i prezentuje wyjątkowe gatunki zwierząt morskich, m.in. rekiny wielorybie oraz jedne z największych na świecie mant.

©JNTO



Park Pokoju i kościoły w Nagasaki (prefektura Nagasaki)

Jako jeden z kluczowych portów handlowych Japonii Nagasaki znajdowało się pod silnym wpływem obcych kultur. Jedną z pozostałości tego okresu jest XIX-wieczny dom kupiecki w stylu zachodnioeuropejskim znajdujący się w Glover Garden oraz Ōura Tenshu-dō, najstarszy kościół chrześcijański w Japonii. Wielu turystów odwiedza również Park Pokoju i znajdujące się w nim pomniki upamiętniające zrzuconie bomby atomowej na miasto.

©JNTO



Zamek Shuri (prefektura Okinawa)

Zamek Shuri został zbudowany około XV-XVI wieku jako zamek królewski Królestwa Riukiu, które istniało na Okinawie od XV do XIX wieku. Jest to największa budowla Królestwa, w której skład

wchodzi kilka bram i kamienne mury. Styl architektoniczny zamku i techniki kamiennych konstrukcji są połączeniem tradycji budowlanych Chin i Japonii. Zamek Shuri znajduje się na Liście Światowego Dziedzictwa UNESCO.

Relaks i wypoczynek

Wyjątkowa natura

Góra Aso (prefektura Kumamoto)

Góra Aso jest tak naprawdę masywem górskim składającym się z kilku wulkanów, wśród których znajduje się największa na świecie kaldera. Dzięki kolejce linowej turyści mogą obejrzeć z bliska aktywny krater wulkanu Naka, znajdujący się na wysokości 1506 metrów n.p.m. Dodatkowo tereny wyróżnia soczysta zieleń traw rosnących na okolicznych równinach.



Wyspa Yakushima (prefektura Kagoshima)

Wyspa, wpisana na Listę Światowego Dziedzictwa UNESCO, znana jest z obecności wyjątkowych, ponad 1000-letnich cedrów, w tym najstarszego na świecie cedru Jōmon, liczącego 7200 lat. Można go podziwiać z bliska dzięki specjalnej trasie trekkingowej. Wśród turystów popularne jest również nurkowanie i wspinaczka górską – masyw górski na wyspie przekracza 1000 metrów n.p.m. i nazywany jest „Alpami na Oceanie”.



©JNTO

Wyspy Ishigaki i Iriomote (prefektura Okinawa)

Wyspy wchodzą w skład wysuniętego najbardziej na południe Archipelagu Yaeyama. Znane są z wyjątkowej przyrody i białych plaż. Szczególną

faunę i florę możemy zaobserwować na Iriomote – piękne lasy namorzynowe i rzadkie gatunki zwierząt, m.in. koty z Iriomote.

Gorące źródła (Onsen)

Ibusuki Onsen (prefektura Kagoshima)

Zlokalizowane w pobliżu Zatoki Kagoshima gorące źródła Ibusuki są bardzo popularną atrakcją turystyczną ze względu na swój wyjątkowy charakter. Otóż, w przeciwieństwie do „zwykłych” gorących źródeł, gdzie kąpeli zażywa się w wodzie, w Ibusuki goście ubierają się w letnie stroje yukata i zakopują po szyję w piasku ogrzewanym przez podziemne źródła. Zabieg ten ma wyjątkowe właściwości zdrowotne i pozwala na pełen relaks w przepięknej scenerii – z oddali można podziwiać Górę Kaimondake, przypominającą kształtem Górę Fuji.



©JNTO



©JNTO

Beppu Onsen (prefektura Oita)

Jeśli chodzi o liczbę gorących źródeł, wschodni region prefektury Oita znajduje się w krajowej czołówce. Osobom, którym zwykła kąpiel już nie wystarcza, poleca się odwiedzić w Beppu, gdzie można wykąpać się w „wodach piekielnych”: czerwonych i niebieskich. Zmiana koloru wody ma związek z występowaniem minerałów, które w zależności od stężenia barwią wodę na jasnoczerwono (Chinoike Jigoku – piekielny staw krwi) lub kobaltowo-niebiesko (Umi Jigoku – morskie piekło).



©JNTO

Kurokawa Onsen (prefektura Kumamoto)

Gorące źródła Kurokawa znajdują się na północy góry Aso i są jednymi z najpopularniejszych w Japonii. Liczne ryokany (hotele w stylu japońskim),

sklepy z pamiątkami i restauracje tworzą wyjątkową atmosferę miejsca, znanego także z występowania *roten-buro*, czyli kąpielisk na świeżym powietrzu.

Kuchnia lokalna

Nie sposób odbyć podróży po Japonii bez poznania jej kultury kulinarnej. Kraj Kwitnącej Wiśni może poszczycić się bardzo bogatą kuchnią regionalną, która doda smaku każdej wycieczce. Warto przed wyjazdem zaczerpnąć informacji o tym, jakich specjałów można spróbować w okolicy, w którą się wybieramy. Kuchnia japońska to nie tylko sushi!

Sikoku

Prefektura Kagawa jest szczególnie znana z udonu, czyli grubego pszennego makaronu o szczególnej sprężystości i gładkiej teksturze. Jego nazwa – Sanuki udon – wzięła się od dawnej nazwy regionu. Udon może być podawany np. w lekkim wywarze rybnym przyprawionym sosem sojowym, z surowym jajkiem, drobno posiekanym porem, imbirem i sezamem. Jako dodatki dobrze sprawdzają się także owoce morza i warzywna tempura (kawałki warzyw w cieście smażone w głębokim oleju).



©JNTO



Bonito tataki
@ayustety

Dumą prefektury Kochi jest z kolei tuńczyk bonito. Można go jeść na surowo jako sashimi, ale popularne jest również bonito *tataki*, czyli wersja prażona. Filet ryby delikatnie się obsmaża - tak, by jego wierzch przybrał złoty kolor, ale środek pozostał surowy. Następnie należy włożyć go do zimnej wody, a potem szybko osuszyć. Tak przygotowane kawałki tuńczyka podaje się maczane w delikatnym sosie *ponzu* (wywar z soku z cytrusów, octu ryżowego, słodkiej sake i wodorostów z sosem sojowym), z dodatkiem np. pora, imbiru, shiso (pachnotka) czy czosnku.



Sawachi
©JNTO

Sawachi – tak określa się pełne kolorów danie, na które składają się ryby i owoce morza w postaci między innymi sushi lub sashimi, podane na dużych porcelanowych talerzach. Nie zabraknie tam także tuńczyka bonito.

Kiusiu

Champon to inspirowane kuchnią chińską pożywne danie z makaronem, z którego słynie Nagasaki. Mięso, owoce morza i warzywa smaży się na smalcu, zalewa bulionem z kości drobiowych i wieprzowych, a następnie dodaje cienki makaron pszenny i chwilę razem gotuje.



©A.Sasaki/©JNTO

W prefekturze Miyazaki można delektować się *hiyajiru* – daniem, które - jak niektórzy uważają - stworzyli miejscowi rolnicy, by szybko zaspokoić głód w trakcie pracowitego dnia. Wywar z suszonych ryb z dodatkiem pasty miso najpierw się chłodzi, a następnie polewa nim gorący ryż i podaje ze świeżymi warzywami, np. ogórkiem oraz dodatkami, takimi jak shiso lub imbir. To pożywne, a jednocześnie odświeżające danie jest idealne na lato.

Ramen, czyli cienki pszenny makaron podawany w gorącym bulionie, jest bardzo popularnym daniem w Japonii. Przypadł do gustu także Polakom. Kiusiu jest ojczyzną *tonkotsu ramen*. Sprężysty makaron podawany jest w gęstym i esencjonalnym bulionie gotowanym wiele godzin na wieprzowych kościach. Jako dodatki służą między innymi boczek i marynowany czerwony imbir. To pożywne danie powstało z myślą o ciężko pracujących robotnikach. Zyskało uznanie w całej Japonii, a także wśród turystów z zagranicy. W licznych restauracjach i barach w mieście Fukuoka ugotują dla nas ramen o takiej twardości, jaką lubimy najbardziej.



©Jpatokal



©663highland



©Miyazaki Prefecture Tourist Association
and Miyazaki Convention Bureau/© JNTO

© Y.Shimizu/© JNTO



Okinawa

Gōyā, czyli przepékla ogórkowata, to roślina o charakterystycznym gorzkim smaku, która stosowana jest w kuchni Okinawy. Sztandarowym daniem jest *gōyā champurū* – smażona potrawa składająca się z przepékli, tofu, cienko pokrojonej wieprzowiny, warzyw i jajka. Jej nazwa oznacza „coś zmieszanego”. *Champurū* występuje na Okinawie w wielu odmianach, z bardzo różnymi składnikami. Na wyspach można kupić także napoje o smaku *gōi*, bywa także dodawana do piwa.

Na Okinawie próbujemy także *umibudō*, czyli zielonego kawioru (dosłownie morskie winogrona). Jest to gatunek alg, które mogą stanowić dodatek np. do sałatek czy sashimi. *Umibudō* sprawdza się także na surowo z dodatkiem sosu sojowego lub *sanbaizu* (ocet, sos sojowy, mirin) oraz jako dodatek do ryżu czy gryczanego makaronu *soba*.



©Okinawa Convention
& Visitors Bureau/©JNTO

Festiwale

Wybierając się do Japonii warto sprawdzić kalendarium matsuri, czyli japońskich festiwali. To niezwykle barwne wydarzenia z muzyką, tańcami, ulicznymi paradami i stoiskami z różnorodnym jedzeniem, które pozwolą lepiej poznać lokalny koloryt.

Sikoku

Festiwal Awa Odori odbywający się w połowie sierpnia w mieście Tokushima jest wielkim wydarzeniem przyciągającym każdego roku przeszło milion turystów. Bierze w nim udział około stu tysięcy tancerzy, tworzących barwny pochód przemierzający ulice miasta. Historia tańca Awa sięga XVI wieku. Wykonuje się go przy szybkiej i energetycznej muzyce bębnow, shamisenu (instrument strunowy) i fletów. Taniec podzielony jest na dwie kategorie: dla mężczyzn i kobiet. Podstawowy krok jest prosty – prawą rękę i prawą nogę wysuwa się na przemian z lewą ręką i lewą nogą w rytmie na dwa. Widzowie również mogą dołączyć do tancerzy!



Jedną z grup wykonujących taniec Awa jest Gojyahei, która powstała w 1946 roku i liczy ponad 400 członków. To największa grupa w Japonii, a co za tym idzie, na świecie. Kiloro jej przedstawicieli odwiedziło Polskę występując 3 czerwca 2017 roku podczas „Matsuri – Pikniku z Kulturą Japońską”. Polska publiczność bardzo chętnie włączyła się do tańca.



© Kochi Visitors & Convention Association/©JNTO



Także w Polsce istnieje grupa tańca *yosakoi* – Sakuramai Poland, która powstała w 2012 roku. W jej skład wchodzi Japończycy i Polacy.

Kiusiu

W pierwszej połowie lipca w Fukuoce odbywa się Festiwal Hakata Gion Yamakasa, podczas którego mężczyźni niosą na swoich barkach przez ulice miasta wielkie, fantazyjnie zdobione palankiny, ważące około 1 tony, zwane *yamakasa*. Można na nich zobaczyć figury zarówno postaci historycznych, jak i bohaterów popularnych filmów animowanych, wykonane przez miejscowych rzemieślników. Niektóre z palanekinów stanowiące dekorację ulic (*kazariyama*) mają nawet 10 metrów wysokości i można je podziwiać przez cały czas trwania festiwalu, czyli przez pierwsze dwa tygodnie lipca. Część stanowi całoroczną ekspozycję w chramie Kushida Jinja. Ostatniego dnia festiwalu odbywają się zawody: grupy mężczyzn muszą przebiec z palanekinami dystans 5 kilometrów w jak najkrótszym czasie, ale jednocześnie w pięknym stylu.

Także w sierpniu odbywa się kolorowy i żywiołowy Festiwal Yosakoi, którego motywem przewodnim również jest taniec. Ma on dużo krótszą historię niż festiwal Awa Odori, został zapoczątkowany w mieście Tosa w prefekturze Kochi w latach 50-tych. Jego nazwa nawiązuje do ludowej żartobliwej przyśpiewki o mnichu buddyjskim, który wbrew zakazom utrzymywania relacji z kobietami, kupował biżuterię dla ukochanej. W festiwalu bierze udział bardzo wiele grup tanecznych, złożonych głównie z młodych ludzi. Nie są jednak profesjonalnymi tancerzami, ale amatorami-entuzjastami, samodzielnie opracowującymi choreografię i stroje. Wykonują układy do różnorodnej muzyki, np. japońskich ballad enka czy muzyki współczesnej, takiej jak hip-hop, rock, czy samba.



©A.Sasaki/©JNTO



©A.Sasaki/©JNTO

Innym ważnym dorocznym wydarzeniem na Kiusiu jest odbywający się w pierwszych dniach listopada Festiwal Karatsu Kunchi w mieście Karatsu w prefekturze Saga. Jego historia liczy 400 lat. Podczas tego festiwalu można podziwiać platformy *hikiyama*, które mają kilka metrów wysokości, ważą około 3 ton i są ciągnięte przez mężczyzn ulicami miasta. Ich bogate zdobienia wykończone są laką oraz złotem i srebrem. Na platformach znajdują się postaci zwierząt (lwów, ssaków morskich, ryb) i smoków. Najstarsza z nich – Akajishi, czyli Czerwony Lew - pochodzi z 1819 roku. Platformy można podziwiać przez cały rok w holu wystawowym przy świątyni Karatsu Jinja. Drugiego dnia festiwalu ciągnięte są w rytm muzyki bębnowej i fletów po plaży Nishinohama, tworząc niezwykle spektakularny widok. W 1980 roku rząd Japonii wpisał festiwal na listę ważnych niematerialnych skarbów kultury ludowej. Od 2016 roku znajduje się on także – razem z innymi paradami platform – na liście reprezentatywnej niematerialnego dziedzictwa kulturowego UNESCO.



© Y.Shimizu/© JNTO



©Saga Prefecture/©JNTO



©JNTO

Okinawa

Latem w różnych częściach Okinawy podziwiać można *eisa* – mający wielowiekową tradycję taniec wykonywany na cześć zmarłych przodków podczas japońskiego święta zmarłych O-Bon. Młodzi ludzie ubrani w kolorowe stroje tańczą w rytm muzyki *sanshinu* (tradycyjny okinawski instrument strunowy) i bębnowej *taiko*. Jednym z największych wydarzeń, podczas którego można podziwiać *eisa* jest letni festiwal w Naha, odbywający się w pierwszą niedzielę sierpnia. Korowód około 10 tysięcy tancerzy przemierza główną ulicę miasta.