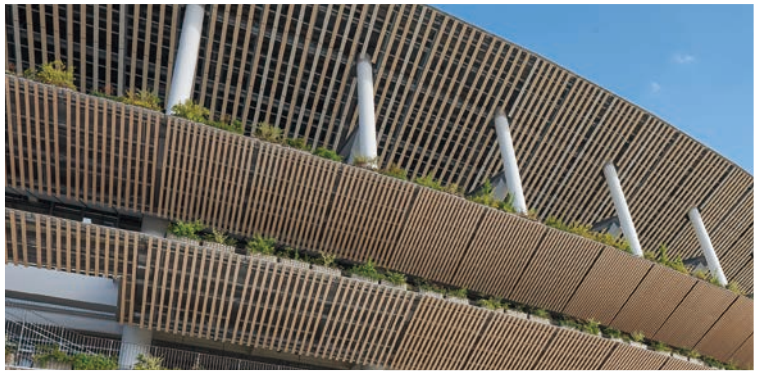
東京教育旅行導覽



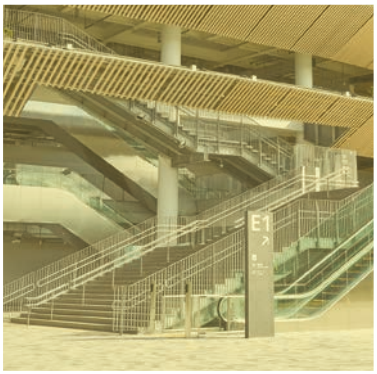




















TCVB Tokyo Convention & Visitors Bureau

Contact : schooltrip@tcvb.or.jp

Old meets New Tokyo Tokyo

Contents

四季分明洋溢著無限魅力的東京	1
作為教育旅行目的地推薦東京的5個理由	2
學校交流	3
東京主要區域的介紹	9
參觀設施、景點地圖	11
參觀設施、景點	13
行程範例	23
自由行動時間的小幫手	34
東京的基本資訊	35

四季分明洋溢著無限魅力的東京

日本春夏秋冬四季分明。
在這裡能享受到每個季節應時的自然美景、豐富多彩的活動及帶有傳統風韻的景觀。



3月 4月 5月

春季是日本畢業及開學的季節。顏色鮮豔的花朵告知春天的來臨，人們熱衷於賞櫻及春季祭祀。



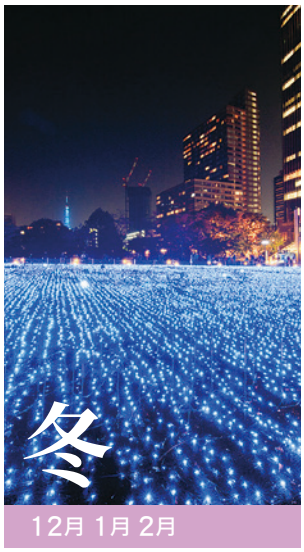
6月 7月 8月

夏季有許多可供大家盡情享受炎夏的歡樂活動。夜晚還舉辦煙火及盂蘭盆節舞等活動，是非常熱鬧的季節。



9月 10月 11月

日本的秋天是最適合娛樂遊玩的季節。也被稱之為「食慾之秋」，是食物最鮮美的季節



12月 1月 2月

冬天是一年中最充滿活力的時期。特別是在聖誕節及跨年夜，聚集了許多的人群，人聲鼎沸異常熱鬧，夜晚的燈飾更是錦上添花。

在新舊文化交融的大都會-東京，體驗日本的魅力吧！

作為首都，東京既繁華又充滿了活力，連續400年以上一直引領日本的發展潮流。
作為最先進的都市，東京始終走在時代的先端，同時還傳承著韻味豐厚的歷史及傳統文化。
「傳統」及「革新」交織衍生出獨一無二的魅力，讓全世界的觀光客對這座城市傾心留戀，
無論何時到訪都會有新的發現和新的感動。每位學生在這裡應都能度過留下美好回憶的時光。

作為教育旅行目的地推薦東京的5個理由

1



與當地學生的交流

得以與當地學校頻繁地交流，可說是去東京教育旅行的一大魅力。在順利舉辦了2020第32屆東京奧林匹克運動會及2020東京帕拉林匹克運動會的東京，有相當多的學校都在尋求國際交流的機會。現在，各年齡層的學生們也期盼能與來自海外的學生們交流。

2



安心安全

到訪地環境的安全安心是教育旅行的必備條件。東京是在英國《經濟學人》雜誌的「The Safe Cities Index 2021（健康安全部門）」中被選為首位，是全球最安全的大城市。來訪者和當地民眾都對東京的治安給予很高的評價。安全清潔的東京名符其實是作為旅行目的地的理想城市。

3



日本經濟的中心

作為經濟重鎮的國際大都市，東京的生產總額佔日本GDP的約21%，與國際間比較，其規模僅次於瑞士，大於波蘭。其充滿生氣的市容，讓到訪的每一位旅客嘆為觀止。還有許多能供參觀的產業、經濟相關設施，也是作為教育旅行目的地的一大長處。

4



日本交通的樞紐

東京是日本的門戶，有羽田和成田二個國際機場。東京作為日本的交通樞紐，從東京到全國各地，空中航線和新幹線的網路四通八達，無論是去富士山還是去周邊的旅遊景點，也能利用高速公路輕鬆出遊。

5



凝聚了日本的觀光魅力

東京是一座魅力城市，充滿了前衛、傳統文化、POP、時尚、購物、餐飲、娛樂等豐富多彩的要素。在這座融合了各種要素的城市中得到的所有體驗，一定能為到訪的旅客帶來難以忘懷的回憶。

「學校交流」能超越語言及文化上的障礙，能與

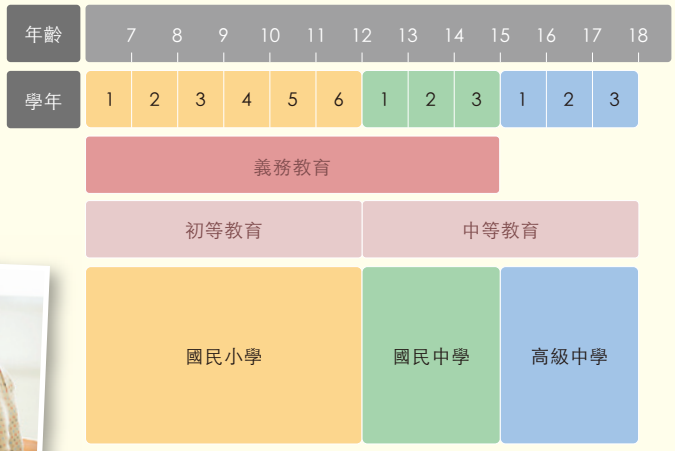
東京作為日本的政治、經濟、文化中心，是一座有著400年以上悠久歷史的城市。
城市中不僅有觀光名勝及古蹟，還有最前瞻的技術、環境、傳統文化、流行文化、
時尚等許許多多的可供學習的主題，是適合學生教育旅行的理想去處。
東京的學生們非常歡迎來自海外同年齡層的朋友，期待能與大家交流學習。

日本的教育制度

日本的教育制度採用「6•3•3制」。義務教育為國小6年(7歲～12歲)，國中3年(13歲～15歲)、高中升學率自1974年超越90%以來始終保持著高水準，近幾年已達到98%。
新學期通常從4月份開始。多數學校是3學期制，其中採用2學期制的學校也有所增加，因此能入學的時期會有變化。







學校活動/年度日程範例

日本學校的年度日程基本上全國統一，詳細日程則根據學校及地域而有各種變化。
學生們除授課以外，還於每個季節參加當季的活動等，度過充實的校園生活。

4 April	5 May	6 June	7 July	8 August	9 September
入學儀式、開學典禮	運動會	校外教學	結業典禮		第2學期開學典禮
				暑假	
入學儀式、開學典禮 健康檢查	修學旅行(3年級) 學生會年度大會	運動會 第一次定期考試	臨海學校修學旅行(1年級)		第二次定期考試 田徑賽大會 校外教學(1、2年級)
				暑假	
入學儀式、開學典禮 健康檢查 學生會年度大會	遠足 期中考試	體育節	期末考試 結業典禮		第2學期開學典禮、避難訓練 文化祭
				暑假	

與東京的學生一同學習成長。

學校交流



關於學校活動（高級中學的情況）

日本大部分的高級中學採用星期一到星期五1日6小時制。也有部分學校採用7小時授課，或者於星期六設置通常授課或課外授課。

■ 高中學生的一天/範例

*各校在時間上有差異

～8:20	8:30～9:20	9:30～10:20	10:30～11:20	11:30～12:20	12:20～13:10	13:10～14:00	14:10～15:00	15:00～17:00
上學	第1節	第2節	第3節	第4節	午餐及運動等	第5節	第6節	社團活動及與朋友交流等放學

上午授課　午休　下午授課　放學後

國民小學　國民中學(2學期制的範例)　高級中學(3學期制的範例)

10 October	11 November	12 December	1 January	2 February	3 March
校外教學 運動會	音樂會	結業典禮	第3學期開學典禮 新年開筆		畢業典禮、結業典禮
		寒假			春假
第1學期結業典禮 第2學期開學典禮	第三次定期考試		滑雪教室(2年級)	職場體驗(1年級) 入學考試	畢業典禮、結業典禮
秋假		寒假			春假
期中考試	修學旅行(2年級)	期末考查 結業典禮	第3學期開學典禮 期末考試(3年級) 入學考試		期末考試 畢業典禮 球賽競技大會 結業典禮
		寒假			春假

TCVB根據各校希望的內容全面支援及提供豐富多彩的交流活動。

東京有公立、私立總計將近500所的高級中學，學習特徵也各有所長。
來日本時一定要來東京的學校參觀一下喔。
與當地學生的交流活動對兩校的學生來說肯定能帶來難忘的經驗,並能成為今後奮發向上的精神食糧。
想在東京進行學校交流，可向東京觀光財團(簡稱TCVB)提交學校交流的申請書。
申請書務必於行程啟程的3個月前提出。TCVB專員將依照申請書、希望的交流內容等，尋找、安排東京都內的學校與貴校交流。
請在訪問日本的三個月前，以英語或日語填妥申請表格及早洽詢，以利安排。

支援內容及委託流程

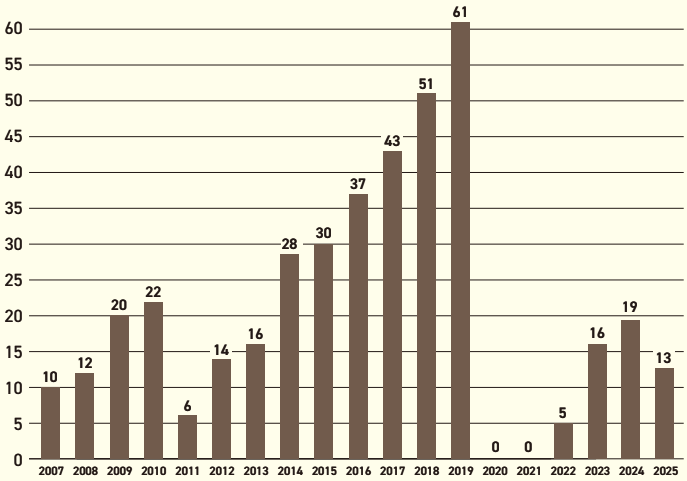
■ 支援內容

- **與東京都內接待學校的交涉**
- **當天日程的調整**
- **當天的支援服務**
  進行學校交流時，TCVB職員全程隨行。
  也可派遣口譯志工協助。

■ 豐富實績

東京觀光財團(TCVB)從2007年起協助海外各學校安排與東京的學校交流，交流對象包含東京的小學到高中等各級學校。

TCVB已協調的學校交流活動的數量



※2020年起有受到COVID-19疫情影響

■ 委託的流程

出發前往日本的3個月前

· 日本行啟程的3個月前，務必向TCVB (schooltrip@tcvb.or.jp)提出學校交流的申請書
· TCVB將依照申請書、希望的交流內容與學校等，尋找、安排東京都內的學校與貴校交流

確定交流對象

· 當天日程的調整
(能參加的授課、社團活動的旁聽及兩校的表演等)
· 根據需要，當天可安排口譯人員

訪問當天

· 到東京都內的學校進行交流

結束後

· 學校交流結束後請配合填寫問卷
(包括訪問學校及接待學校)

交流案例 1

高級中學

透過文化交流增進國際理解

交流活動流程/日程	
15:10	訪問學校抵達
15:30	兩校致詞、分組
15:50	校園參訪
16:20	交流活動（劍玉、書法、花牌等）
17:20	閉幕（致詞、交換伴手禮、紀念合影）





學校交流參與者的感想

■ 訪問學校(澳大利亞)

老師的意見

工作人員與學生都很棒，非常親切。

學生的意見

從重要的文化性內容到現代化的內容，可以嘗試體驗他們頻繁進行的各種活動，別具意義。

書法、運動、下午在榻榻米上的遊戲等等，學校之間的差異真的很有趣。我很喜歡這次的經驗！

■ 接待學校(東京)

老師的意見

學生們開心的樣子讓人印象非常深刻。

學生的意見

平常都是坐在桌子前念書，能有像這樣活用英語的機會非常棒。

很開心能和外國的朋友交流！雖然也有英語溝通不暢的時候，但成功溝通表達時讓我非常感動。

交流案例 2

高級中學

透過體驗授課及表演增進相互理解

交流活動流程/日程	
12:00	訪問學校抵達，兩校老師互致問候
12:40	午餐會
13:15	參加授課（英文）
14:15	參加授課（物理、書法、家政課）
15:20	參加及參觀社團活動（茶道社等）
16:00	交流會 訪問學校：表演唱歌及跳舞 接待學校：表演日式擊鼓 學生代表致詞 互換禮物





學校交流參與者的感想

■ 訪問學校(台灣)

老師的意見

繼去年能再次訪問東京的學校，
感到非常榮幸。

學生的意見

日本的學生大家都非常親切熱心，
太高興了。

想多加學習日文，
希望下次能用日文進行交流。

■ 接待學校(東京)

老師的意見

為了提高本校學生
對社會的關心度，
希望學校從上到下都能致力於
充實的國際交流。

作為能讓學生建立新的關係、
開拓國際視野、
並重新思考自身環境及生活
的一個機會，我想這非常重要。

學校交流的機會
越多，視野就越寬，
我想這能幫助大家成長為適合於
國際舞台的一員。

試著與海外的學生進行交流後，
發現即使言語不通，只要全心表達，
也能進行交流，
真是太感動了。

交流案例 3

國民中學

透過音樂傳遞的異文化交流

交流活動流程/日程	
12:00	訪問學校抵達、午飯
12:30	訪問學校學生移動到體育館、調音
13:30	兩校老師互致問候、互換紀念品
13:40	訪問學校演奏
14:00	接待學校演奏
14:20	訪問學生、接待學校學生打掃現場
15:00	互換禮物









學校交流參與者的感想

■ 訪問學校(台灣)

老師的意見

因為是難得的機會，
教職員工之間也能交流則更好。

學生的意見

日本的師生非常親切與熱情，
太讓人感動了。

不僅聆聽彼此的演奏，
若能一起演奏或者交流則更好。

■ 接待學校(東京)

老師的意見

因為有安排翻譯等
當天的交流活動進行的相當
順暢。

不僅僅是音樂表演，
若對授課體驗等也能根據
各自國家的情況發表感想則更好。

學生的意見

只是聽了彼此的演奏，
想有更多面對面交流。

台灣的學生們用簡單的英語及
日語單字搭話，
大家都笑容滿面實在太高興了。

漸漸地能夠彼此溝通，
讓我度過了一段美好的時光。

東京主要區域的介紹

東京作為世界上首屈一指的大都會圈，根據車站及路線的不同，街道的風情也各式各樣。
您既可參觀具有歷史氣息的文化財，又可接觸最前瞻的青少年文化，
東京凝聚多彩的學習魅力，在此分區向您介紹。



1 多摩地區



自然景觀豐富的郊外地區。擁有眾多可自在享受大自然恩典的景點，如山岳、湖泊、溫泉等。亦有歷史悠久的神社、寺廟，以及美術館分布其間。

2 吉祥寺地區



這裡既有商店街及橫丁等的熱鬧氣氛，又有綠意盎然的井之頭公園，街道間隨處散發著安祥和諧的氣息，是個不論男女老少皆喜愛的人氣景點。

3 新宿地區

新宿是東京的文化中心，是一個不斷進化的市街區。東京都市政廳作為東京的行政中心是新宿的地標。新宿有著購物天堂的東口及商務中心的西口等各種不同的樣貌。

4 原宿、表參道地區



這一帶是能感受兩種不同風情的區域，原宿是年輕人文化的發源地，這裡匯聚了充滿時尚又價廉物美的商品，表參道則名牌精品店林立，構築奢華時尚的風景。

5 澀谷地區



持續推動都市更新，不斷發展進化的流行發訊地。購物、美食、藝術、娛樂等，是個網羅了全方位樂趣的地區。

6 六本木地區



六本木集中了許多現代風格的複合商業設施及餐飲店，街道上外國人隨處可見，盪漾著國際大都會的風情。六本木還有散發藝術氣息的另一面，這裡匯集了許多文化設施。

7 代官山地區



代官山是代表時尚的街區,包括街區象徵-Hillside Terrace，周邊皆是高品味且充滿個性的商店與餐廳。

8 上野地區



上野集中了許多美術館及博物館等設施，整條街飄散著濃郁的文化氣息，同時還是具有阿美橫商店街及批發商店街等充滿活力、極具魅力的地區。

9 淺草、墨田、押上地區



這是個交織著東京新舊文化的區域，以堪稱世界最高的自立式電視塔「東京晴空塔®」及大紅燈籠「雷門」為地標。

*此地圖是示意圖。各設施的正確位置關係等,請使用詳細地圖確認。

10 秋葉原地區



要找電腦等設備及其周邊相關商品，來秋葉原準沒錯!這裡還是備受全球動漫迷關注的次文化聖地。

11 丸之內地區



東京站身為日本的核心轉運車站，周邊的商業設施及餐飲店也相當充實多元。是不斷進化中的東京都的中心地帶。

12 日本橋地區



日本橋與東京站比鄰，自江戶時代起即為商業金融重鎮。老店及名店的口味、重要文化財的建築等，隨處散發著歷史的氣息。



13 銀座地區



銀座與倫敦牛津街、紐約第五大道齊名，代表了世界頂尖水準的高級購物精 品街。能享受一流「美食」也是銀座的魅力之一。

14 台場地區



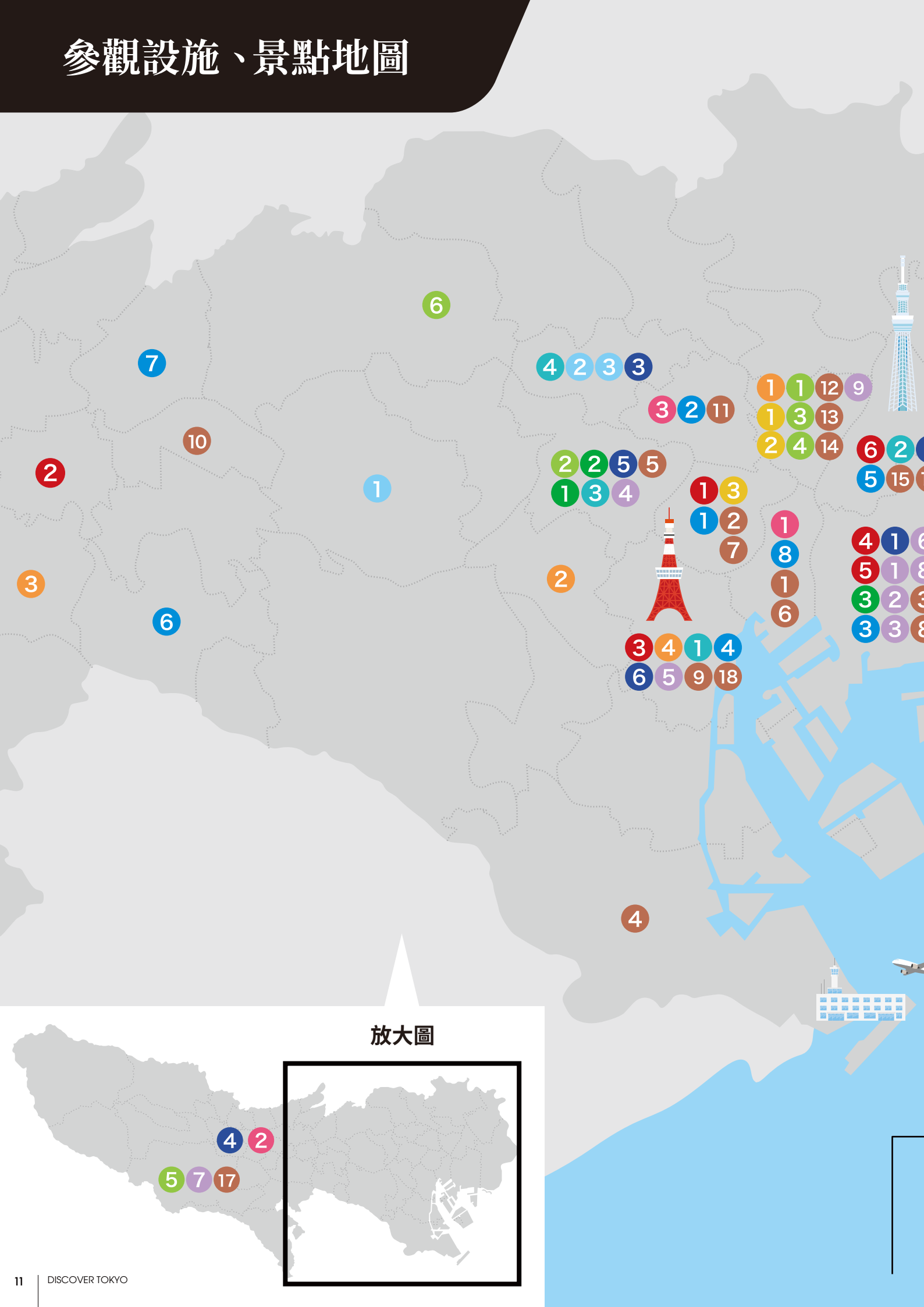
位於水濱，是個購物商場和休閒設施群集的區域。可在公園或海灘邊散步，也能在此欣賞夜景。

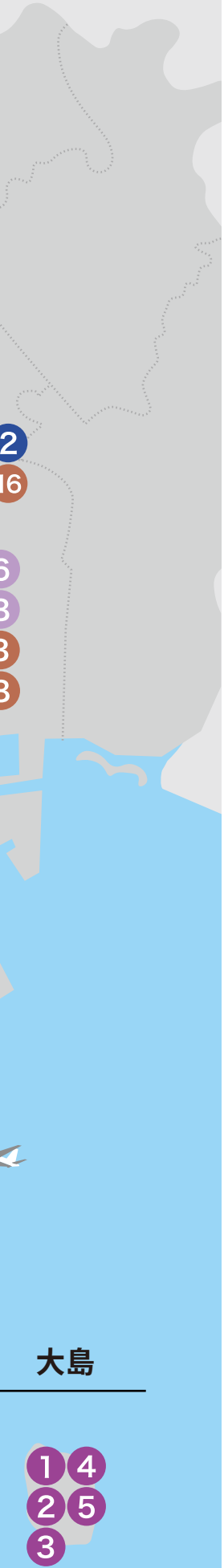
15 大島地區



大島是伊豆群島中最大的島嶼。位於島嶼中央的活火山——三原山的東部，有一座由火山灰等飛落堆積而成，同時也是日本唯一的沙漠「裡沙漠」。

參觀設施、景點地圖





歷史 P13

1. 國民公園 皇居外苑
2. 江戶東京建築園
3. 迎賓館赤坂離宮
4. 東京大空襲戰災資料中心
5. 江東區深川江戶資料館
6. 東京都江戶東京博物館

庭園 P13

1. 濱離宮恩賜庭園
2. 國營昭和紀念公園
3. 六義園

神社寺廟 P14

1. 淺草寺
2. 明治神宮
3. 大國魂神社
4. 增上寺

交通觀光 P14

1. 屋形船
2. 水上巴士
3. SKY BUS TOKYO

體驗 P15

1. 元祖食品樣品屋 合羽橋店
2. 染之里落合 (二葉苑)
3. Wanariya
4. 水晶玻璃（切子）工坊Ojima
5. 高尾山
6. 東京華納兄弟哈利波特影城

運動 P15

1. MUFG STADIUM（國立競技場）
2. 日本奧林匹克博物館
3. livedoor URBAN SPORTS PARK（有明都市運動公園）

瞭望景點 P16

1. 東京鐵塔
2. 東京晴空塔®
3. 都廳展望室
4. 陽光60瞭望台 TENBOU-PARK

動畫 P16

1. 東京工藝大學 杉並動畫博物館
2. 豐島區立常盤莊漫畫博物館
3. Anime Tokyo Station

*此地圖是示意圖。
各設施的正確位置關係等，請使用詳細地圖確認。

科技 P17

1. 科學技術館
2. Space Travelium TeNQ
3. 日本科學未來館
4. Kawasaki Robostage
5. Orbitarium
6. JAXA調布航空宇宙中心
7. 多摩六都科學館
8. 分身機器人咖啡廳 DAWN ver.β

防災 P18

1. 防災體驗學習設施「Sona Area東京」
2. 東京消防廳 都民防災教育中心（本所防災館）
3. 東京消防廳 都民防災教育中心（池袋防災館）
4. 東京消防廳 都民防災教育中心（立川防災館）
5. 消防博物館
6. 氣象科學館

SDGs（永續發展目標） P19

1. 氫科技情報館 東京氫科技體驗館
2. 東京都 夢之島熱帶植物館
3. 東京都廢棄物掩埋處理場
4. JICA地球廣場
5. WATERS takeshiba
6. 東京迷你世界博物館
7. 多摩森林科學園
8. 東京都虹之下水道館
9. 時代屋

島嶼 P20

1. 伊豆大島博物館 -GEO NOUS-
2. 伊豆大島鄉里體驗館
3. 舞孃之鄉資料館
4. 大島町鄉土資料館
5. 貝殼博物館PALAIS LA MER

社區參訪、美術館、博物館 P21 P22

1. 日本銀行總行
2. 國會議事堂（參議院）
3. 東京都中央批發市場 豐洲市場
4. 羽田Chronogate
5. 早稻田大學
6. Daiichi Sankyo藥品博物館
7. INTERMEDIATHEQUE
8. teamLab Planets TOKYO
9. NHK廣播博物館
10. NTT技術史料館
11. 印刷博物館
12. 國立西洋美術館
13. 國立科學博物館
14. 東京國立博物館
15. 刀劍博物館
16. 相撲博物館
17. 高尾599博物館
18. teamLab Borderless: MORI Building DIGITAL ART MUSEUM

參觀設施、景點

東京有許多日本政治、經濟、科學、防災、文化等
各領域的著名景點及豐富的設施能參觀，有助學生開拓眼界。

歷史

※根據2026年8月資訊編輯而成。營業時間、公休日、需否事前預約等可能變更，請事先確認。



來源:環境省 皇居外苑管理事務所

❶國民公園 皇居外苑

範例行程1

皇居外苑地區內，有著零星散布著黑松的大草坪與江戶城、城濠、城門遺跡等的史跡遙相呼應風情並茂，作為我國具代表性的公園深受大眾的喜愛。

千代田區皇居外苑1-1
二重橋前＜丸之內＞（地鐵）/ 東京（JR、地鐵）
無休　免費　小冊子（英・中・韓）
https://www.env.go.jp/garden/kokyogaien/english/
參觀皇居除了暫停實施日等之外，每天上午、下午各舉辦1次（提前預約每次名額200人，當日受理每次名額300人）



提供:江戶東京建築園

❷江戶東京建築園

範例行程2

遷建、修復具有高度文化與歷史價值的建築物，並加以保存與展覽的戶外博物館。過去東京的農家、旅館、錢湯（大眾澡堂）等30棟建築林立於此營造出街景，建築的內部則展出當時的生活用品與商品等。

小金井市櫻町 3-7-1（位於都立小金井公園內）
武藏小金井（JR）/ 花小金井（西武）　9:30～17:30（10月至3月閉園時間為16:30）※入園截至閉園前30分鐘　星期一（逢國定假日或補休日延至下一個平日）、年末年初　成人400日圓（320日圓）、大學生320日圓（250日圓）、高中生200日圓（160日圓）※()為20名以上的團體
小冊子（英・繁・簡・韓）　20名以上需經電話事先洽詢
+81-42-388-3300　https://www.tatemonoen.jp/zh-tw/



來源:內閣府迎賓館官方網站

❸迎賓館赤坂離宮

範例行程11

1909年興建為東宮御所，是日本唯一一座新巴洛克式的西式宮殿建築。第二次世界大戰後，成為接待國外賓客的迎賓設施，至今為止曾有來自世界各國的國王與總統等賓客造訪。可在此親身感受日本的歷史與外交的舞台。

港區元赤坂2-1-1　四谷（JR、地鐵）　10:00～17:00
星期三，或因公務接待或其他迎賓館營運上的因素休館
本館、庭園：成人1,800日圓、大學生1,000日圓、國高中生500日圓、小學生以下免費 本館高級參觀行程400日圓（額外支付、各年齡均一價）
部分付費語音導覽（英・法・西・中・韓）
參觀和風別館或20名以上參觀本館時，需預約
+81-3-3479-1430（參觀相關洽詢）
https://www.geihinkan.go.jp/zh-tw/akasaka/



❹東京大空襲戰災資料中心

以1945年3月10日的東京大轟炸為首，呈現第二次世界大戰中東京遭受空襲的實際狀態之博物館。陳列當時的照片、受災物品、燃燒彈、防空洞、燈火管制的復原模型，並有經歷戰災民眾的紀錄與證言等展示。也有機會聽到經歷過戰事者的講述。

江東區北砂 1-5-4　住吉、西大島（地鐵）
10:30～16:00　星期一（逢國定假日或補休日延至翌日）
成人300日圓、國高中生200日圓、小學生100日圓
英文（需事先洽詢）　10名以上需事先洽詢
https://tokyo-sensai.net/english



❺江東區深川江戶資料館

範例行程9

以實際尺寸再現江戶時代末期（天保年間，1840年左右）江戶深川的城鎮風光，透過音響與照明呈現出一天之內的情景變化。提供體驗型展覽，可走進舊式的屋宅，接觸過往的生活用品等。

江東區白河1-3-28　清澄白河（地鐵）　9:30～17:00（最終入場時間為16:30）　第二、第四個星期一（逢國定假日則開館）、年末年初（12/29～）、臨時休館（設備點檢、展示更換等）　成人400日圓（300日圓）、高中生及國中小學生50日圓（30日圓）※()為20名以上的團體
展示室提供志工導覽（英）※不定期、提供小冊子（英・法・德・西）
20名以上需預約　+81-3-3630-8625
https://www.kcf.or.jp/fukagawa/



❻東京都江戶東京博物館

範例行程2

2026年3月底重新開幕。在這裡可以透過寓教於樂的方式，認識從江戶時代到現代的約400年間，東京的歷史、文化與人們生活樣貌的變遷。除了實際的史料之外，重現當時街景的1:1等比例模型也是一大看點。

墨田區橫網1-4-1　兩國（JR、地鐵）　9:30～17:30（星期六至19:30，入館截至閉館前30分鐘）　星期一（逢國定假日或補休日延至翌日）、年末年初　成人800日圓（640日圓）、65歲以上400日圓（320日圓）、大學生480日圓（380日圓）、高中生300日圓（240日圓）、國中生以下免費　※()為20人以上的團體價格　語音導覽（支援13種語言）
學校教育機構參訪需預約　+81-3-3626-9974
https://www.edo-tokyo-museum.or.jp/zh-tw/

庭園



照片提供: 東京都公園協會

❶濱離宮恩賜庭園

範例行程8

擁有潮入之池與豐富的大自然景觀，是代表江戶時代的德川將軍家庭園。所謂潮入之池，是指將海水引入池中，可欣賞池水因潮起潮落影響而產生的變化，為東京都內現存江戶的庭園中唯一一座海水池。

中央區濱離宮庭園1-1　築地市場、汐留（地鐵）/ 新橋（JR、地鐵）
9:00～17:00（最終入場時間為16:30）
年末年初（12/29～1/1）　成人300日圓、65歲以上150日圓、小學生以下免費　小冊子（英・繁・簡・韓・法・西）
+81-3-3541-0200
https://www.tokyo-park.or.jp/park/hama-rikyu/



❷國營昭和紀念公園

範例行程8

總面積寬達180公頃的國營公園。可欣賞四季應時的花草與自然景觀，如春天的鬱金香、秋天的銀杏林道等。廣闊的園區內精彩看點眾多，涵蓋了大眾草坪、日本庭園、水鳥池、花綠文化中心等，可以自由安排活動，享受充實的一天。

立川市緑町3173　西立川（JR）
9:30～17:00（11月～2月至16:30，因時期而異）
年末年初（12/31～1/1）及1月第3星期一至星期五　成人450日圓、國中生以下免費、65歲以上210日圓　小冊子（英・中・韓）
體驗活動為預約制（請參照官網）　+81-42-528-1751
https://www.showakinen-koen.jp/guide-english/



❸六義園

範例行程9

從17世紀晚期到18世紀初建造的庭園，呈現日本的古詩——和歌，以及中國漢詩中吟詠的景觀。包括盈滿豐富池水的池塘、人工打造出的假山等，經過精心設計，讓人能在此欣賞繽紛多元的情景。

文京區本駒込 6-16-3　駒込（JR、地鐵）/ 千石（地鐵）
9:00～17:00（最終入場時間為16:30）　年末年初（12/29～1/1）
成人300日圓（240日圓）、65歲以上150日圓（120日圓）※()為20名以上的團體　小冊子（英・繁・簡・韓・法・西）、數位地圖（英・繁・簡・韓・法・西・越・印尼・緬・泰）　+81-3-3941-2222
https://www.tokyo-park.or.jp/park/rikugien/

神社寺廟

※根據2026年8月資訊編輯而成。營業時間、公休日、需否事前預約等可能變更，請事先確認。



©淺草寺

❶淺草寺

範例行程2　範例行程4

淺草寺是東京都內最古老的寺院，許多的參拜客在這流連忘返。從參拜用道路入口的「雷門」到「寶藏門」約延續250公尺的「仲見世」，販售土特產及糖果點心等。

台東區淺草2-3-1　淺草（地鐵、東武、筑波快線）
6:00～17:00（10月～3月為6:30開門）　無休
https://www.senso-ji.jp/chinese/han/



❷明治神宮

範例行程2

明治神宮創立於大正9年（1920年），是一座用以祭祀明治天皇與皇后昭憲皇太后的神社。這座由日本全國所供奉10萬株樹木所建造的人工森林，打造出了一個讓參拜者不禁沈浸其中的肅穆空間，彷彿是都會中心的綠洲一般。

澀谷區代代木神園町1-1　原宿、代代木（JR）/ 明治神宮前<原宿>（地鐵）/參宮橋（小田急）　日出～日落（每月都有變動）
無休　御苑（清正井），維護捐贈金：500日圓。明治神宮博物館：成人1,000日圓、高中生以下900日圓　小冊子（英）・QR Code（中・韓）
+81-3-3399-5511　https://www.meijijingu.or.jp/en/



❸大國魂神社

範例行程2

擁有約1,900年悠久歷史的神社，保存著被指定為國家指定重要文化財的木造狛犬，以及被列為天然紀念物的欅樹林蔭道等珍貴文化資產，並以每年5月舉行的「暗闇祭」聞名。

府中市宮町3-1　府中（京王）/ 府中本町（JR）
6:00～17:00（4月1日～9月14日）、6:30～17:00（9月15日～3月31日）
無休
+81-42-362-2130
https://www.ookunitamajinja.or.jp/



❹增上寺

範例行程9

擁有600年的歷史，安置江戶時代（1603～1868）德川將軍家祖墓的寺院。以祭祀度過戰國亂世的佛像「黑本尊」的「勝運之寺」廣為人知。在執行儀式或法事的大殿後方，聳立著東京鐵塔與摩天大樓，呈現出象徵新舊東京的景象。

港區芝公園 4-7-35　御成門、芝公園、大門、赤羽橋、神谷町（地鐵）/ 濱松町（JR）　9:00～17:00
小冊子（英・中・韓）、建議申請方安排導覽員
團體參拜（收費）需預約
+81-3-3432-1431　https://www.zojoji.or.jp/en/



明治神宮



仲見世商店街

交通觀光



❶屋形船

範例行程2

「屋形船」從武士時代傳承至今。在日本最古老的詩集《萬葉集》中也曾提及，可一邊搭乘屋形船暢遊隅田川，一邊享用美食並欣賞美景。

¥ 13,200日圓起　需諮詢
需透過官方網站（屋形船東京都共同組合）或電話預約
+81-3-5825-5526
https://www.yakatabune-kumiai.jp/en/



東京都觀光汽船株式會社

❷水上巴士

範例行程6

搭乘水上巴士，可一邊眺望水濱美景，一邊前往淺草、日之出碼頭等隅田川沿岸的各地區及台場。部分路線還可搭乘造型設計充滿未來感且獨特的水上巴士。

因路線而異　東京都觀光汽船 原則無休
因路線而異
語音導覽（英）※需另行付費
需從官方網站預約
https://www.suijobus.co.jp/en/



❸SKY BUS TOKYO

範例行程10

日本首輛敞篷雙層觀光巴士「SKY BUS」，可在洋溢開闊感的座席上享受東京。設有多種附導覽並周遊著名景點的路線，如：東京鐵塔、彩虹大橋、銀座、皇居等。

千代田區丸之內 2-5-2 三菱大樓　東京（JR、地鐵）
9:00～當天最後一班的發車時間為止　元旦（運行日因路線而異）
因路線而異（詳情請見官方網站）　GPS語音導覽（英・中・韓）
請透過SKY BUS官方網站的諮詢表單聯繫 ※團體預約可於6個月前起洽詢
+81-3-3215-0008（9:30～18:00）
https://www.skybus.jp/

所在地　交通(地鐵站出口)　營業及開園時間　公休日　費用　外國語應對　申請　電話號碼　首頁

體驗

※根據2026年8月資訊編輯而成。營業時間、公休日、需否事前預約等可能變更，請事先確認。



❶元祖食品樣品屋 合羽橋店

範例行程1

透過食品樣品製作技術，孕育出多種獨特且有趣的商品。還能體驗使用「蠟」製作傳統食品樣品。

台東區西淺草3-7-6　淺草（地鐵、東武、筑波快線）
10:00～17:30　年末年初
食品樣品製作體驗（天婦羅＆生菜）：3,300日圓
建議申請方安排導覽員　請從官方網站聯絡詢問
0120-17-1839
https://www.ganso-sample.com/en/



❷染之里落合（二葉苑）

範例行程6

傳承江戶染色技法和精神的傳統模板染色作坊。染色技術來自擁有100多年歷史的工匠技藝，已被日本政府和東京都指定為傳統工藝。另外也有染色體驗和學習教室等。

新宿區上落合2-3-6　中井（地鐵、西武）　11:00～17:00
星期一　參觀：免費、體驗：收費（參照網站）
小冊子、影片（英）　需從官方網站預約
+81-3-3368-8133　https://www.ochiai-san.com/
※從9:00起可應對團體客預約，詳情需洽詢



❸Wanariya

範例行程2

使用植物染料染製而成的藍染服飾與生活雜貨，在江戶時代深受庶民喜愛。這家店傳承了這項傳統技藝，讓人能在進行絞染體驗的同時，感受日本傳統染色技法的魅力。透過摺疊布料或搭配各種小道具，用真正的藍染染料製作出世界上獨一無二的藍染作品。完成的作品當天即可帶回家。

台東區千束1-8-10 黑澤大樓1樓　入谷（地鐵）/ 淺草（筑波快線）
10:00～18:00　不定期公休　¥2,500日圓起
英語　從官方網站預約
+81-3-5603-9169
https://wanariya.co.jp/english/



❹水晶玻璃（切子）工坊Ojima

範例行程11

東京的傳統工藝品：製作江戶切子的作坊。針對一般遊客設有體驗教室，中小學生也能安全操作。先用筆在透明的迷你玻璃杯上做記號後，靠在圓盤上削出花紋。完成的作品包裝後即可帶回家。

台東區淺草4-49-7　淺草（地鐵、東武、筑波快線）
9:00～17:00　不定期公休　切子體驗：成人4,500日圓，高中生及國中小學生2,700日圓　英文　需電話預約　+81-3-4285-9664
https://www.edokiriko.jp/



❺高尾山

範例行程8

海拔標高599公尺。可依距離或難易度選擇健行路線，若搭乘纜車或吊椅，約步行40分鐘即可抵達山頂。山上有擁有超過千年歷史的高尾山藥王院，是東京都內學校必訪的遠足景點。

八王子市高尾町　高尾山口（京王）
纜車、吊椅均為國中生以上980日圓、小學生以下500日圓 ※來回
+81-42-673-3461（高尾山口旅遊服務中心）
https://www.hkc.or.jp/tw/



❻東京華納兄弟哈利波特影城

在這座可體驗《哈利波特》及《怪獸》系列電影幕後製作內容的室內型設施內，可近距離欣賞實際拍攝場景、服裝和道具，同時了解影像製作過程與特效的運作原理。能夠激發創造力與好奇心的體驗正是此處的魅力所在。

練馬區春日町1-1-7　豐島園（地鐵、西武）　因時期而異
不定期公休　成人6,600日圓起、國中小學生5,500日圓起、兒童4,000日圓起　數位導覽（英・韓・簡・繁）　需事先預約
https://www.wbstudiotour.jp/en/

運動



©JNSE

❶MUFG STADIUM（國立競技場）

範例行程4

開辦場館導覽之旅，可體驗2020東京奧林匹克運動會和東京帕拉林匹克運動會所留下的遺產。詳情請至場館導覽之旅的專用網站確認。

新宿區霞丘町10-1
外苑前、國立競技場（地鐵）/ 千駄谷、信濃町（JR）
10:00～17:00※因場館之旅不定期舉辦、詳情請見官方網站
成人3,200日圓起、高中生以下1,600日圓起　展覽品、語音導覽(英)
專用網站提前購買票券。
+81-3-6628-0377（平日10:00～18:00）
場館導覽之旅專用網站 https://jns-e.com/kokuritu-tours/



©JOC

❷日本奧林匹克博物館

範例行程4

這是由日本奧委會設立的博物館，其目的是作為日本奧林匹克運動會的資訊傳播基地。在博物館內，可以透過各種展示品和影像等感受奧運會的價值。

新宿區霞丘町4-2 JAPAN SPORT OLYMPIC SQUARE 1、2樓　外苑前、國立競技場（地鐵）/ 千駄谷、信濃町（JR）
10:00～17:00（最終入場時間為16:30）　星期一（逢國定假日或補休日延至翌日）、年末年初、展覽更換期間　成人500日圓、65歲以上400日圓、一般團體（20人以上）400日圓，高中生以下免費　展覽品(英)
如為團體，需從官方網站預約　+81-3-6910-5561
https://japan-olympicmuseum.jp/en/



❸livedoor URBAN SPORTS PARK（有明都市運動公園）

範例行程10

為了東京2020大會進行整備，並繼承了奧運會項目中的城市運動遺產的最新運動設施。設有跑步館、健力繩架等運動設施，並有咖啡廳和美食賣場等餐飲設施。

江東區有明 1-13-7　國際展示場（臨海線）/ 有明網球之森（百合鷗線）　平日13:00～21:00、星期六、日及國定假日10:00～21:00
第3星期一（逢國定假日或補休日延至翌日）　因設施而異
建議申請方安排導覽員　透過網頁或電話申請
https://ariake-usp.com/
※店家的營業時間與休息日皆各有不同，請至設施官網查詢或個別洽詢

瞭望景點

※根據2026年8月資訊編輯而成。營業時間、公休日、需否事前預約等可能變更，請事先確認。



©TOKYO TOWER

❶東京鐵塔

範例行程1

1958年啟用的綜合電波塔。從高150公尺和250公尺的兩個瞭望台看去，可以欣賞到東京充滿立體感的景觀。

港區芝公園4-2-8　赤羽橋、神谷町、御成門（地鐵）
詳情請見官方網站　無休（Top Deck因惡劣天氣及其他原因可能暫停營業）　¥Main Deck：成人1,500日圓，高中生1,200日圓，中小學生900日圓，幼兒（4歲以上）600日圓　Top Deck Tour（網路購票價格）：成人3,300日圓，高中生3,100日圓，國中小學生2,100日圓，幼兒（4歲以上）1,500日圓 ※團體另有優惠　有來自英語系國家的工作人員　需從官方網站預約　+81-3-3433-5121　https://zh.tokyotower.co.jp/



©TOKYO-SKYTREETOWN

❷東京晴空塔®

範例行程2　範例行程4

東京晴空塔®是世界最高的自立式電波塔。從地上350公尺和450公尺的兩個展望台看去，東京的美景盡收眼底。塔的下方有名為東京晴空街道（約300家店鋪）的商業設施，另外水族館也很受歡迎。

墨田區押上1-1-2　東京晴空塔（東武晴空塔線）/ 押上〈晴空塔〉（地鐵、京成）　星期一至星期五 10:00～22:00／星期六、星期日及國定假日 9:00～22:00（最終入場時間為21:00）　無休、有時會因時期等而變更　¥天望甲板＋天望回廊套票（網路購票價格）：成人（15歲以上）3,000日圓起、兒童（國中生以下，6～14歲）1,500日圓起 ※團體另有折扣（15人以上的預約適用團體票價）　小冊子（英・繁・簡・韓・法・西）、導覽需另行諮詢　需電話預約　0570-55-0634（接待時間 10:00～18:00）部分IP電話・國際電話：+81-3-6700-4822
https://www.tokyo-skytree.jp/cn_t/



❹陽光60瞭望台 TENBOU-PARK

範例行程7

位於池袋的「陽光60大樓」60樓的瞭望台，2023年全面翻新開幕。從海拔251公尺可將東京都心盡收眼底。鋪滿人工草坪並種植季節花草，宛如公園般綠意豐沛的空間也是此處的特徵。依當下的天候條件，還有機會見到富士山。

豐島區東池袋3-1 太陽城 陽光60大樓 60樓
東池袋（地鐵）/ 池袋（JR、地鐵、東武、西武）　11:00～21:00（最終入場時間為20:00）※因時期而異
¥高中生以上700日圓起，中小學生500日圓起
語音導覽（英・繁・簡・韓）※需下載智慧型手機的語音導覽APP
如為團體，需電話預約：03-3989-3455（9:30～17:00，週六、週日、國定假日、黃金週、年底年初公休）　+81-3-3989-3457
https://sunshinecity.jp/zh-tw/observatory/



東京晴空塔®



東京鐵塔

動畫



❶東京工藝大學 杉並動畫博物館

範例行程11

可有系統地從玩中學習、體驗、理解日本動畫製作過程全貌，在日本是首間有這樣的設施。以動畫攝影和錄音的體驗區為首，還有像是滿載動畫資訊的「特展」等許多能一邊玩樂一邊探索動畫幕後的內容。

杉並區上荻3-29-5 杉並會館3樓　西荻窪（JR）/ 荻窪（JR、地鐵）
10:00～18:00（最終入場時間為17:30）
星期一（逢國定假日或補休日延至翌日）　¥免費
部分展覽品（英・簡・繁）、語音導覽（英・簡・繁・韓・法）
如為團體，請從官方網站聯絡詢問　+81-3-3396-1510
https://sam.or.jp/chinese_home



©常盤庄漫畫博物館

❷豐島區立常盤莊漫畫博物館

範例行程11

以《原子小金剛》等漫畫作品聞名的手塚治虫為首，重現出眾多日本漫畫界大師們度過青春時代的公寓「常盤庄」的博物館。復刻他們曾經居住過的房間，讓人能加深對其當時生活與漫畫製作的理解。

豐島區南長崎3-9-22（南長崎花咲公園內）　落合南長崎（地鐵）/ 東長崎、椎名町（西武）　10:00～18:00（最終入場時間為17:30）
星期一（逢國定假日或補休日延至下一個平日）、年末年初、展示更換期間　¥特展期間全館需付入場費　小冊子（英・中・韓）
建議事先預約　+81-3-6912-7706
https://tokiwasomm.jp/tw/



❸Anime Tokyo Station

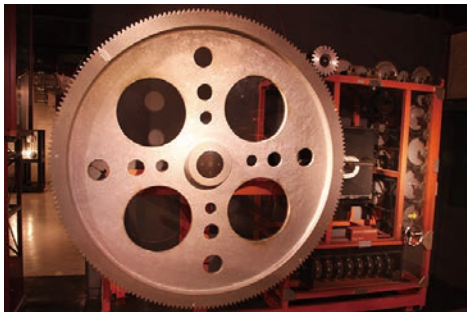
範例行程11

在這個傳遞動畫魅力的據點內，不僅有保管多達5萬件動畫資料的典藏庫，也有可學習動畫製作流程的「常設展」。此外，除了能感受人氣動畫作品魅力的「特展」之外，也會舉辦活動與工作坊。

豐島區南池袋2-25-5 藤久大樓東5號館 B1樓～2樓　池袋（JR、地鐵、西武）　11:00～19:00（最終入場時間為18:45／特展為18:30止）
星期一（逢國定假日延至下一個平日）、年末年初、臨時休館日　¥免費
常駐可應對外語的工作人員　如為團體，請從官方網站聯絡詢問
https://animetokyo.jp/en/

所在地　交通(地鐵站出口)　營業及開園時間　公休日　費用　外國語應對　申請　電話號碼　首頁

※根據2026年8月資訊編輯而成。營業時間、公休日、需否事前預約等可能變更，請事先確認。



❶科學技術館

範例行程3

來到科學技術館，能從體驗中學習生活科學與技術。館內設有汽車、電力、建築、醫藥、金屬等約20個主題的展廳，提供透過觀看、觸摸、操作來學習的豐富體驗型展示。是一座充滿學習與發現，並為思考未來帶來啟發的設施。

千代田區北之丸公園2-1　竹橋、九段下（地鐵）
9:30～16:50（最終入場時間為16:00）
星期三不定期公休、年末年初（12/28～1/3）
成人950日圓（710日圓）、65歲以上850日圓（710日圓）、國高中生600日圓（450日圓）、兒童（4歲以上）500日圓（350日圓）※（）為20名以上的團體價格　小冊子（英）　如為團體，需傳真申請表預約
+81-3-3212-8458　https://www.jsf.or.jp/en/



❷Space Travelium TeNQ

範例行程3

設施內以「太空旅行」為主題，提供逼真VR體驗與展覽。在可自由行走的VR體驗中，能從太空中眺望地球與浩瀚宇宙的景色，還能體驗月球觀光和拍攝紀念照。館內也設有豐富的展示區域，讓人了解各種宇宙相關知識及未來太空旅行的樣貌。

文京區後樂1-3-61 黃色大樓 6F　水道橋（JR、地鐵）
11:00～21:00（星期六、日及國定假日為10:00起、最終入場時間為20:00）　不定期公休　一般 2,500日圓起 (2,300日圓起)、國高中生1,800日圓 (1,500日圓)、小學生1,300日圓 (1,000日圓) ※（）為15人以上的團體價格　VR 體驗（英語）　最晚需於2天前從官方網站預約
東京巨蛋城WAKUWAKU專線+81-3-5800-9999
https://www.tokyo-dome.co.jp/zh-CHT/tenq/
※未滿7歲的兒童及符合VR使用規範所列限制條件者，無法體驗VR設施。
※欲體驗VR設施者，請事先確認官方網站資訊。



提供：日本科學未來館

❸日本科學未來館

範例行程3

可體驗先進科學技術的國立科學博物館。除了機器人、人工智慧、生命科學、地球環境、宇宙等主題的常設展之外，還透過舉辦各式各樣主題的特展和活動，讓人可體驗與我們的未來息息相關的科學技術。
※因設備工程將閉館至2027年4月22日為止

江東區青海2-3-6　遠程通信中心（百合鷗線）
10:00～17:00（入館券的購買至閉館前30分鐘）
詳情請見官方網站
成人630日圓，18歲以下210日圓（部分另有收費）
樓層導覽（英・簡）　如為團體，需預約
+81-3-3570-9151（洽詢電話），+81-3-3570-9188（團體預約）
https://www.miraikan.jst.go.jp/en/

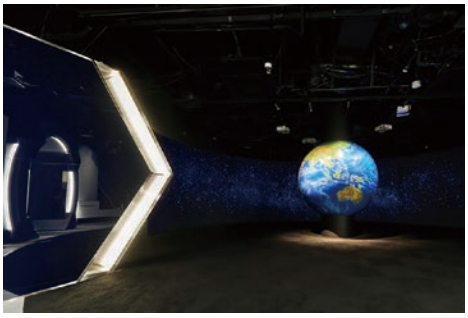


❹Kawasaki Robostage

範例行程6

以「實現人與機器人的共存與協作」為理念，這是一個由川崎重工提供的機器人學習空間。可實際觀看、觸摸並體驗產業用機器人、社交型機器人等多樣化的機器人。

港區台場2-3-1台場TRADEPIA大樓1樓　御台場海濱公園（百合鷗線）/東京電訊（臨海線）　平日13:00～18:00／星期六、星期日、國定假日10:00～18:00　星期二（逢國定假日延至下一個營業日）、年末年初 ※因更新展覽內容和維修，開館時間可能更改　免費　有可說英文、中文、韓文的工作人員 ※可應對之語言因工作人員出勤日而異　如為團體，需從官方網站預約　+81-3-6457-2800
https://kawasakirobotics.com/jp-sp/robostage/en/



❺Orbitarium

範例行程10

2023年開張，認識太空垃圾問題與太空永續性的參觀設施。可學習地球與宇宙、軌道，以及人工衛星的關係。另有可參觀進行衛星製造與零件測試的無塵室內開發情景的空間。

墨田區錦糸4-17-1 Hulic Kinshicho Collabo Tree2樓　錦糸町（JR、地鐵）　星期三11:00～12:00、15:00～16:00※團體為星期一～星期五，需事先洽詢　880日圓起，學齡前幼兒免費
建議申請方安排導覽員　需預約，若超過15名請由網站的洽詢處聯絡
https://orbitarium-astroscale.com/en/



©宇宙航空研究開發機構(JAXA)

❻JAXA調布航空宇宙中心

範例行程10

從事先進的航空、太空領域的研究與技術研發。備有展出製作實驗用飛機和風洞裝置等的空間，淺顯易懂地介紹與航空和太空相關的研究活動，亦可體驗模擬操縱未來的太空飛行器。

調布市深大寺東町7-44-1　三鷹（JR）/ 吉祥寺（JR、京王）/ 調布（京王）可由上述各站搭乘公車，至三鷹市役所前（步行約5分鐘）或航研前（步行約2分鐘）下車　10:00～17:00　星期日、星期一、國定假日、12/29～1/3、臨時休館日　免費　提供英文團體參訪導覽
團體需事先預約　https://global.jaxa.jp/about/centers/cac/



❼多摩六都科學館

除了可在投影1億4000萬顆星星，全球最大級別的星象儀巨蛋觀察星空，是個還能參與實驗、勞作的體驗型博物館。

西東京市芝久保町 5-10-64　花小金井（西武）
9:30～17:00（最終入場時間為16:00）　星期一（逢國定假日或補休日延至翌日）、國定假日翌日、年末年初、臨時休館日　成人520日圓、4歲～高中生210日圓 ※天象儀與大型影像另計　於展覽室備有學習單（英・中・韓）。星空解說與影像節目（英）　學校等以教育為目的之參訪，需事先洽詢　+81-42-469-6100
https://www.tamarokuto.or.jp/english/



©OryLab Inc.

❽分身機器人咖啡廳 DAWN ver.β

範例行程4

由行動不便、難以外出的人士遠端操控分身機器人，提供接待與送餐服務的常設實驗性咖啡廳。在這裡可以體驗由名為「OriHime」及「OriHime-D」的機器人接待服務。透過OriHime操作體驗與遠端咖啡師系統等，能了解科技在實際社會中的運用，並思考多元共生的未來社會與城市發展。營運公司OryLab也提供針對學校的教育課程。

中央區日本橋本町3-8-3 日本橋Life Science Building 3 (1F)　小傳馬町、三越前（地鐵）/ 新日本橋、神田（JR）　11:00～19:00（團體包場可另行洽詢）※可能因包場等因素調整營業時間。　不定期公休
團體使用以每人5,500日圓為基準，可另行商議（包場另收包場費）
店內提供翻譯工具，支援多國語言　需透過電子郵件或官方網站預約
https://orihime.orylab.com/school-service.html



Orbitarium

※根據2026年8月資訊編輯而成。營業時間、公休日、需否事前預約等可能變更，請事先確認。



❶防災體驗學習設施「Sona Area東京」

範例行程4

可使用平板電腦，臨場感十足地學習在首都圈發生大地震後72小時內存活下來的竅門。除動漫及研討會外，還舉辦防災活動。

江東區有明3-8-35　國際展示館（臨海線）/ 有明（百合鷗線）
9:30～17:00（最終入場時間為16:30）　詳情請見官方網站
免費　建議申請方安排導覽員
如為團體（10人以上），需從官方網站預約
+81-3-3529-2180
https://www.tokyorinkai-koen.jp/en/



❷東京消防廳 都民防災教育中心（本所防災館）

一座讓您可以輕鬆了解防災相關知識與技術的防災體驗設施，提供寓教於樂的學習方式。專業講師將以導覽行程的方式，帶您實際體感地震、火災、暴風雨等各種災害的模擬狀態。另外，設施中也有提供可自由參觀的區塊。

墨田區橫川4-6-6
錦糸町（JR、地鐵）/ 押上（晴空塔）（地鐵、京成、東武晴空塔線）
9:00～17:00（最終入場時間為16:45）　星期三，第3個星期四（逢國定假日延至下一個平日）、年末年初　免費　小冊子(英・中・韓)
如希望參加體驗，需經電話或官方網站預約　+81-3-3621-0119
https://www.tfd.metro.tokyo.lg.jp/taiken/honjo/



❸東京消防廳 都民防災教育中心（池袋防災館）

範例行程7

以「體驗防災是從災害保護寶貴的生命」為主題，實施防災體驗觀摩。觀摩在教練的指導下可親身感受1小時40分鐘的防災體驗。每個星期五晚上，舉辦設想夜間引起火災的「夜間觀摩」。

豐島區西池袋2-37-8 池袋消防局4樓　池袋（JR、地鐵、東武、西武）
9:00～17:00（星期五至21:00）
詳情請見官方網站　免費
小冊子（英・中・韓）
體驗導覽需經電話或官方網站預約
+81-3-3590-6565
https://www.tfd.metro.tokyo.lg.jp/taiken/ikebukuro/



❹東京消防廳立川都民防災教育中心（立川防災館）

在這座防災教育設施內，能夠學習到遇上自然災害時能派上用場的實用技能。透過實際體驗，輕鬆學習地震應對、滅火、急救等自保的知識與行動。地震體驗室已於令和8年3月整修完工，能體驗包括重現過往地震在內的最新內容。

立川市泉町1156-1　高松（多摩單軌電車）/ 從JR立川站北口巴士①號 乘車處搭乘，於「立川消防署」巴士站牌下車　9:00～17:00
星期四、第3個星期五（逢國定假日延至下一個平日）、12/29～1/3
免費　小冊子（英），體驗時的口譯須由申請方安排
如欲參與體驗，需透過電話或至官網確認　+81-42-521-1119
https://www.tfd.metro.tokyo.lg.jp/taiken/tachikawa/



❺消防博物館

可一邊了解消防的歷史，並學習防火、防災知識的博物館。館內展出各種資料，除了江戶時代與消防相關的文獻與滅火工具外，還有大正時代至現代的消防車輛、防火衣、消防活動資材器材等。

新宿區四谷3-10　四谷三丁目、曙橋（地鐵）/ 信濃町、四谷（JR）
9:30～17:00（最終入場時間為16:30）　星期一（逢國定假日或補休日延至下一個平日）、12/29-1/3、館內整備日　免費
小冊子（英）、展覽品（英）、館內導覽APP（英・簡・繁・韓・法・德・西・葡・意・俄・泰）　如為團體，經電話預約
+81-3-3353-9119
https://www.tfd.metro.tokyo.lg.jp/taiken/hkkan/



來源：日本氣象廳

❻氣象科學館

範例行程7

備有氣象與地震的觀測儀器、可學習防災知識的相關裝置、體驗日本自然的劇場等。部分亦有提供英語字幕。常駐有氣象預報員擔任解說員，可詢問氣象與地震的相關問題。

港區虎之門3-6-9 氣象廳2樓　虎之門Hills、神谷町、虎之門、六本木一丁目（地鐵）　9:00～20:00
第2星期一、星期二（星期一逢國定假日，則為星期二、星期三）、年末年初（12/29～1/3）其他臨時休館日 ※詳情請見官方網站　免費
部分展覽（英）　+81-3-6758-3900
https://www.jma.go.jp/jma/kishou/intro/kagakukan.html

所在地　交通(地鐵站出口)　營業及開園時間　公休日　費用　外國語應對　申請　電話號碼　首頁

防災之日

在日本，每年9月1日是「防災之日」，這是因為在1923年的這天發生了關東大震災而制定。這場震災造成了10萬5千多人死亡、失蹤，損害非常嚴重。基於此經驗，為使每一個國民都能認識到防災措施的重要性，因此將9月1日訂定為「防災之日」。日本不僅有地震，也是會發生颱風、豪雨等天災的國家，因此這是一個用以思考各種災害問題，並提升防災意識與行動力的日子。



※根據2026年8月資訊編輯而成。營業時間、公休日、需否事前預約等可能變更，請事先確認。



❶氫科技情報館 東京氫科技體驗館

範例行程3

氫科技情報館 東京氫科技體驗館是一個綜合學習設施，在這裡可以一邊觀看、觸摸和體驗，一邊學習看不見的氫能源和氫社會的未來願景。來這裡任何人都可以輕鬆地對新能源「氫」有所了解。

江東區潮見1-3-2　潮見（JR）
9:00～17:00（最終入場時間為16:30）
詳情請見官方網站　免費
展覽室同時標註日文和英文　如為團體，需從官方網站預約
+81-3-6666-6761
https://www.tokyo-suisomiru.jp/language/tw/



❷東京都 夢之島熱帶植物館

範例行程3

館內有巨蛋型大溫室，在這集中了熱帶及亞熱帶（包括小笠原諸島）的植物，還包括影像大廳、企劃展示室、活動大廳等。溫室的熱源是利用鄰接的新江東清掃工廠的餘熱。

江東區夢之島2-1-2　新木場（JR、地鐵、臨海線）
9:30～17:00（最終入場時間為16:00）
星期一（逢國定假日或補休日延至翌日）、年末年初（12/29～1/3）
成人250日圓（200日圓）、國中生100日圓（80日圓）※( )為20名以上的團體
小冊子（英・中・韓）　如為團體，需預約　+81-3-3522-0281
https://www.yumenoshima.jp/zh_tw/botanicalhall



照片提供:東京都環境局

❸東京都廢棄物掩埋處理場

東京都垃圾的最終處理場。這是一個可以了解大都市垃圾處理問題的設施。如果可以安排車輛，在掩埋處理場的概要說明後，還可實際參觀掩埋處理場、大件垃圾粉碎處理設施、中防不可燃垃圾處理中心。

江東區海之森2-4-76　從東京電訊（臨海線）/ 遠程通信中心（百合鷗線）搭乘開往「中央防波堤」的公車，於「環境局中防合同廳舍前」下車
9:00～10:00、13:10～14:10（參觀開始時間）
詳情請見官方網站　免費　小冊子（英・中），須口譯員陪同
請從官方網站申請　+81-3-3570-2230
https://www.tokyokankyo.jp/learn/umetate/



❹JICA地球廣場

範例行程4

這個項目結合了看得到、聽得到和摸得到的體驗展示內容，以及在發展中國家的活動體驗談和研討會，使我們得以了解發展中國家的生活現狀、地球所面臨的課題和國際合作的實際情況等。

新宿區市谷本村町10-5（JICA市谷大樓內）　市谷（JR、地鐵）
10:00～18:00（體驗區）
第1、第3星期日及年末年初（12/29～1/3）　免費
提供英語導覽　團體訪問需電話預約（一般參觀不需預約）
+81-3-3269-9090
https://www.jica.go.jp/english/



❺WATERS takeshiba

範例行程6

與濱離宮恩賜庭園相鄰的水濱複合設施，設有劇團四季的專用劇場、飯店、商業設施，以及水上巴士的乘船處。此外，這裡也有推動過去被稱作「江戶前」的東京灣之環境再生的干潟，是個學習環境生態的場域。

港區海岸1-10-30
濱松町（JR、東京單軌電車）/ 大門（地鐵）/ 竹芝（百合鷗線）
因店而異
不定期公休
https://waters-takeshiba.jp/en/



©SMALL WORLDS

❻東京迷你世界博物館

範例行程6

亞洲最大級別的室內型微縮模型博物館。內有SDGs永續發展目標、職業教育、STEAM教育、國際理解、最先進科技的多元探索學習活動，提供透過體驗主動學習的空間。

江東區有明1-3-33 有明物流中心　有明網球之森（百合鷗線）/ 國際展示場（臨海線）　9:00～20:00（教育團體的特別受理時間）
詳情請見官方網站　18歲以上3,200日圓，12～17歲2,100日圓，4～11歲1,700日圓，3歲以下免費
英文（有些項目並無英文，建議申請方安排導覽員）
需從官方網站預約
https://smallworlds.jp/zh-tw/



照片提供: 國立研究開發法人 森林研究與整備機構 森林總合研究所

❼多摩森林科學園

範例行程8

園內設有對外開放的櫻花保存林與樹木園外，「森林科學館」內也展示了與森林相關的研究成果及動植物標本。全年舉辦導覽活動。森林講座、觀察會、特展等最新資訊，請參閱官方網站。

八王子市廿里町1833-81　高尾（JR、京王）
9:30～16:00（最終入場時間為15:30）
星期一（逢國定假日或補休日延至翌日）、年末年初（12/26～1/6）
成人200日圓，兒童免費（僅限4月：成人300日圓，兒童100日圓）
建議申請方安排導覽員
+81-42-661-0200
https://www.ffpri.go.jp/tmk/en/



❽東京都虹之下水道館

範例行程3

可學習東京都下水道的功能與水資源環境重要性的體驗型設施。使用實際尺寸大小的下水道管等，可體驗清掃或修理設備，以及操作機械等與下水道相關的工作。館內展示區還設有透明排水管，能清楚觀察污水的流動狀況。

江東區有明2-3-5 有明水再生中心5樓　御台場海濱公園（百合鷗線）/ 國際展示場（臨海線）　9:30～16:30（最終入場時間為16:00）
星期一（逢國定假日或補休日延至翌日）、年末年初 ※暑假期間無公休，下水道之日（9/10）與都民之日（10/1）開館　免費
小冊子（英・中・韓）　團體需預約
+81-3-5564-2458
https://www.nijinogesuidoukan.jp/en/



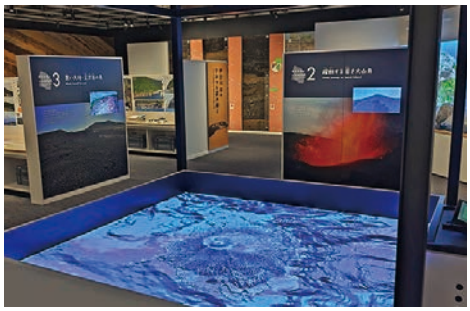
❾時代屋

範例行程6

於淺草提供人力車、和服體驗等各式各樣的文化體驗。在「使用風呂敷實現SDGs」的課程中，將學習如何使用日本的傳統布巾「風呂敷」包裹物品，可一邊接觸傳統文化一邊輕鬆地實踐SDGs永續發展目標。亦可了解極致的環保SDGs交通工具——人力車的歷史，並進行實際駕駛人力車的職業體驗活動。

台東區雷門2-3-5　淺草（地鐵、東武、筑波快線）
10:00～17:00（其他時間也可協商）　有料（詳情請見官方網站）
備有英語講師　需透過電話、電子郵件、官方網站預約
+81-3-3843-0890　https://jidaiya.biz/index-e.html

※根據2026年8月資訊編輯而成。營業時間、公休日、需否事前預約等可能變更，請事先確認。



❶伊豆大島博物館 -GEO NOUS-

範例行程5

作為伊豆大島地質公園的主要據點設施開幕啟用。館內介紹包含伊豆大島的形成歷史、地質、地形、豐富的生態系，以及與自然共生建立起的島上生活。氣勢磅礴的VR投影劇場中，可以親身感受火山噴發所形成的壯闊地形。是座讓人在感受伊豆大島的魅力的同時，還能獲得許多新收穫的博物館。

大島町元町字神田屋敷617　「伊豆大島博物館 -Geonous-前」巴士站牌下車　9:30～16:30（最終入場時間為16:00）　星期三（逢國定假日或補休日延至下一個平日）、12/28～1/1、其他臨時休館日　常設展 包含觀賞入館影片 成人820日圓（620日圓）、高中生及國中小生、70歲以上、持身心障礙者手冊者與其陪同者410日圓（310日圓）※（）為團體價格
建議申請方安排導覽員　+81-4992-7-5300
https://izuoshima-geonous.org/



伊豆大島鄉里體驗館

❷伊豆大島鄉里體驗館

範例行程5

以大島的自然體驗、文化體驗為主，是一個「能在鄉間悠閒度假」的設施。在這裡可參加山茶花榨油體驗、草木染色體驗、御神火太鼓體驗等鄉土文藝體驗。(2人以上可參加)

大島町元町字北之山125-4　「鄉里體驗館入口」巴士站牌下車
僅於有體驗預約時營業　須付費
建議申請方安排導覽員
最晚需於前一天透過LINE預約。團體需提早預約（詳情請見官方網站）
https://island-net.jp/taikenkan/
※體驗活動上午1場（10:00或11:00開始）、下午1場（13:30開始）。
※可能因農務或商品製造安排而無法受理體驗預約。詳情請於預約時洽詢。



舞孃之鄉資料館

❸舞孃之鄉資料館

舞孃之鄉資料館分為「舊港屋旅館」和「舊甚之丸邸」，均為明治時代的建築物。可以一邊感受當時的氣氛，一邊悠閒觀賞。

「舊港屋旅館」大島町波浮港1「舊甚之丸邸」大島町波浮港7
「波浮港」巴士站牌下車
「舊港屋旅館」9:00～16:00、「舊甚之丸邸」9:00～16:00
免費　建議申請方安排導覽員
+81-4992-2-1446（大島町公所觀光課）
www.town.oshima.tokyo.jp/soshiki/kankou/habu-harbor.html



❹大島町鄉土資料館

可以了解大島的起源、歷史和民族的博物館。展示品包括大島的火山活動，還有「海洋與大島」、「繩文時代的土器與石器」、「女性風俗」、「大島祭典」等約600件當地的鄉土民族資料。

大島町元町字地之岡30-5　「鄉土資料館入口」巴士站牌下車
9:00～16:30
成人200日圓（140日圓）、小學生100日圓（70日圓）※()為15名以上的團體、價格可能會變動　建議申請方安排導覽員
+81-4992-2-3870
www.town.oshima.tokyo.jp/soshiki/kyouiku/kyodo-shiryo.html



貝殼博物館PALAIS LA MER

❺貝殼博物館PALAIS LA MER

這是在日本全國也很罕見的貝殼專門博物館。除了伊豆・小笠原諸島的貝殼，還收藏了日本及世界各地約4,000種共50,000個美麗的貝殼，並展示出其中2,400種共10,000個。此外，還展示許多貝類的化石、貝類的民間工藝品等。
※目前因施工閉館中，預計於2027年4月重新開館。

大島町差木地字Kudatchi（大島町勤勞福祉會館內）
「勤勞福祉會館前」巴士站牌下車　9:00～17:00　星期三
成人400日圓、小學生・國中生200日圓　※20人以上的團體適用優惠價格
※價格可能會變動　建議申請方安排導覽員
+81-4992-4-0501
https://www.town.oshima.tokyo.jp/~palais/



東京諸島觀光連繫推進協議會
「教學旅行・運動合宿訓練事例」
www.tokyo-islands.com/corp/

所在地　交通(地鐵站出口)　營業及開園時間　公休日　費用　外國語應對　申請　電話號碼　首頁

都立大島高中所推行的活動

伊豆大島的都立大島高中的山茶花園，是由高中生們管理與經營，園內共有約380種共1,000多株山茶花。除了用於學生的栽培管理實習、園藝講座等教育外，山茶花園對外開放時，學生們也會親自導覽。學校與島上企業合作，利用校內採收的山茶花籽開發山茶花油商品等等，積極地融入當地社會。





©tcvb

※根據2026年8月資訊編輯而成。營業時間、公休日、需否事前預約等可能變更，請事先確認。



來源：日本銀行官網

❶日本銀行總行

範例行程7

日本的中央銀行。總行本館（1896年竣工）是日本建築師設計的第一個國家近代建築（國家指定重要文化財）。在附帶導覽員解說的參觀行程（1小時）中，還能參觀一直用到2004年的地下金庫。

中央區日本橋本石町2-1-1　三越前（地鐵）、東京（JR、地鐵）、神田（JR、地鐵）　9:30～、11:00～、13:45～（限星期二、星期四）、15:15～　星期六、星期日、國定假日、年末年初（12/29～1/4）※另有臨時休館　免費　英文（需諮詢）　需從官方網站預約　+81-3-3277-2815（星期一～星期五9:30～16:30）　https://www.boj.or.jp/en/about/services/kengaku.htm

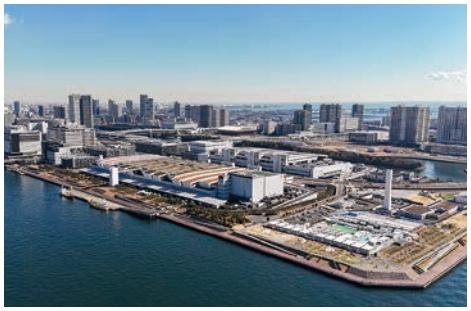


❷國會議事堂（參議院）

範例行程1

這是日本用來召開國會的建築物，作為國家唯一的立法機關，國會負責法律的制定和預算的表決。這座建築物是左右對稱的，面朝正面望去，左側是眾議院，右側是參議院（舊稱：貴族院）。

千代田區永田町1-7-1　永田町、國會議事堂前（地鐵）　9:00～16:00（參觀時間）　星期六、星期日、國定假日、年末年初　免費　小冊子（英・中・韓・俄・法・西）　如為團體，需先以電話確認後，再傳真申請表預約　+81-3-5521-7445　https://www.sangiin.go.jp/eng/info/dbt/



❸東京都中央批發市場 豐洲市場

範例行程1

豐洲市場由3個街區組成，包括設有水產大盤賣場棟的7街區、設有水產中盤賣場棟的6街區和設有青果棟的5街區。不僅要求食品的安全安心、高效率的物流和環境對策，還致力於創造地區的活力和繁榮。

江東區豐洲6丁目（地址因街區而異）　市場前（百合鷗線）　豐洲市場PR專區8:30～14:30（星期六至11:30）參觀者通道5:00～17:00　屋頂綠化廣場5:00～23:00　詳情請見官方網站　免費　小冊子（英・中・韓）　國小、國中的團體參觀，需電話預約（前述以外可自由參觀　+81-3-3520-8205　https://www.english.metro.tokyo.lg.jp/w/016-101-003992



❹羽田Chronogate

「羽田Chronogate」是鄰接羽田機場，雅瑪多集團最大級別的綜合物流總站。是個結合了陸海空快捷輸送網絡與高附加價值機能的綜合物流總站。

大田區羽田旭町 11-1　穴守稻荷（京急）/天空橋（京急、東京單軌電車）　10:00～11:30、14:00～15:30（請至預約網站確認）　星期一（逢國定假日或補休日延至翌日）、年末年初、盂蘭盆節假期　免費　付字幕（英・中）影片、自助導覽手冊（英・中）　需預約，每組人員的人數上限為10名　+81-3-6756-7180　https://www.yamato-hd.co.jp/facilities/en/haneda-chronogate/



提供：早稻田大學

❺早稻田大學

範例行程1

日本國內教育研究水準數一數二的大學。校園參觀行程由學生導覽員為您說明歷史軼事和學生生活，還能參觀大隈講堂的鐘塔等未向一般民眾公開的場所。

新宿區戶塚町1-104　早稻田（地鐵）　校園參觀行程的時間請透過官網或撥打下列電話號碼諮詢　免費　英文　需從官方網站預約　+81-3-5286-1276　https://www.waseda.jp/top/en/about/work/campus-tours



❻Daiichi Sankyo藥品博物館

使用CG影像及體驗型遊戲，是個能輕鬆愉快地學習藥品知識的設施。能利用看、聽、摸來了解藥品的功能、構造、製藥的流程及「製藥街 日本橋」的歷程等。

中央區日本橋本町3-5-1　三越前（地鐵）/ 新日本橋（JR）　10:00～17:30　星期一（逢國定假日或補休日延至翌日）、年末年初　※詳情請見官方網站　免費　語音導覽（英・中）　本設施採完全預約制　https://kusuri-museum.com/



©INTERMEDIATHEQUE

❼INTERMEDIATHEQUE

範例行程10

與東京車站相鄰，在保存並再生舊東京中央郵局的部分建築所打造的綜合商業設施「KITTE」內，展出東京大學學術標本的博物館。展出考古學、地質學、現代美術等多元領域的標本與資料。富有設計性，能喚起求知慾與好奇心的空間是此處的特色。

千代田區丸之內2-7-2 ＫＩＴＴＥ２、3樓　東京（JR、地鐵）/ 二重橋前〈丸之內〉（地鐵）　11:00～18:00（星期五、星期六至20:00）　星期一（逢國定假日延至翌日）、年末年初、其他本館所定休假日　免費　建議申請方安排導覽　+81-47-316-2772　https://www.intermediatheque.jp/en



teamLab《漂浮的花園——花朵與我同根同源，花園與我合為一體》© teamLab

❽teamLab Planets TOKYO

範例行程10

運用數位科技打造，讓人能以全身沉浸其中、與藝術融為一體的美術館。展出打赤腳並以全身感受藝術的作品們，加入水、花等元素打造的夢幻空間，廣獲來自日本國內外的人氣。

江東區豐洲6-1-16 teamLab Planets TOKYO　新豐洲（百合鷗線）　8:00～22:00　不定期公休　成人3,800日圓起，國高中生2,800日圓，兒童（4歲~12歲）1,500日圓，3歲以下免費，持身心障礙者手冊者1,900日圓起　英・簡・繁・韓・泰　經官方票券網站購買　https://teamlabplanets.dmm.com/zh_tw



❾NHK廣播博物館

範例行程7

1956年開幕，全球首座專門展示廣播相關物品的博物館。可了解廣播100年來演變、發展的歷史。主播和氣象預報員的攝影棚體驗、戲劇、音樂節目、兒童節目等各種主題的展覽也是此處的看點。

港區愛宕2-1-1　神谷町、虎之門Hills、虎之門、御成門（地鐵）　9:30～16:30　星期一（不包括國定假日）、年末年初※詳情請見官方網站　免費　小冊子（英）　需電話預約　+81-3-5400-6900　https://www.nhk.or.jp/museum/english/about.html

※根據2026年8月資訊編輯而成。營業時間、公休日、需否事前預約等可能變更，請事先確認。



⑩NTT技術史料館

範例行程7

展出日本具有代表性的通訊企業集團之一——NTT集團龐大的技術研發相關歷史資產的博物館。多達4個樓層，展出珍貴的古老電話機，以及行動電話的變遷等，可學習通訊技術的演進。

武藏野市緑町3-9-11 NTT武藏野研究開發中心內　三鷹（JR）/ 東伏見（西武）　團體參觀：星期一至星期五 10:00～17:00（完全預約制）/ 一般開放：星期四、星期五13:00～17:00（不需預約，團體需事先聯絡）
國定假日 ※詳情請見官方網站　免費
樓層導覽（英·中·韓）　需透過電話或官方網站預約
+81-422-59-3311　https://hct.rd.ntt/



⑪印刷博物館

從印刷的起源到現代的印刷技術，為您介紹古今中外的印刷相關歷史資料，以及印刷身為溝通媒介的價值與可能性。

文京區水道1-3-3 Toppan小石川本社大樓　江戶川橋（地鐵）/ 飯田橋（JR、地鐵）　10:00～18:00（最終入場時間為17:30）
星期一（逢國定假日或補休日延至翌日）、年末年初、展覽更換期間 ※詳情請見官方網站　成人500日圓（450日圓）、學生200日圓（150日圓）、高中生100日圓（50日圓）※( )為20名以上的團體 ※特展舉辦時入場費會變更。詳情請見官方網站　英・中・韓　如為團體，需從官方網站預約
+81-3-5840-2300
https://www.printing-museum.org/en/



©國立西洋美術館

⑫國立西洋美術館

範例行程11

日本唯一展示所有類型西洋美術作品的國立美術館，其中「本館」由建築大師勒·柯比意所設計，並在2016年登記為世界文化遺產。可感受西洋美術的歷史與魅力。

台東區上野公園7-7　上野（JR、地鐵）/ 京成上野（京成）
9:30～17:30（星期五、星期六至20:00）※入館截至閉館前30分鐘
星期一（逢國定假日或補休日延至下一個平日）、年末年初
常設展：成人500日圓、大學生250日圓 ※高中生以下、未滿18歲、65歲以上、以及身心障礙者和其伴隨者一名可免費入館（入館時需檢查學生證、可確認年齡之證件、或是殘障者手冊等）企劃展：另行收費　英・中・韓
常設展：如為團體，需從官方網站預約　050-5541-8600(Hello Dial)
https://www.nmwa.go.jp/zh/



圖片提供:國立科學博物館

⑬國立科學博物館

範例行程1

獨一無二、可說是日本最具代表性的國立綜合科學博物館，內部分為「日本館」與「地球館」兩大常設展區，並依樓層不同設定不同的展示主題。除了有恐龍化石與動物標本之外，同時也展示了科學技術發展的歷史。

台東區上野公園7-20　上野（JR、地鐵）/ 鶯谷（JR）/ 京成上野（京成）
9:00～17:00（最終入場時間為16:30）　星期一（逢國定假日或補休日延至翌日）、年末年初（12/28～1/1）※詳情請見官方網站　成人630日圓，高中生（含高專生）以下、65歲以上免費 ※特展詳情請見官方網站
小冊子（英・中・韓・泰）、語音導覽（英・中・韓）
如為團體，需從官方網站預約　050-5541-8600
https://www.kahaku.go.jp/chinese_trad/



⑭東京國立博物館

範例行程9

1872年創立，日本歷史最悠久的博物館。共有6座展覽館，展出涵蓋日本在內的東洋古美術與考古遺物。收藏品數量十分龐大，約有12萬件；其中包含約90件國寶，以及約650件重要文化資產。

台東區上野公園13-9　上野（JR、地鐵）/ 鶯谷（JR）
9:30～17:00（星期五、星期六至20:00）※入場截至閉館前30分鐘
星期一（逢國定假日或補休日延至下一個平日）、年末、另有臨時休館、臨時開館日　成人1,000日圓、大學生500日圓、高中生以下免費 ※特展門票另計　小冊子（英・中・韓・法・德・西）、APP（英・中・韓）
School Programs（僅提供日語服務）使用時，需預約
050-5541-8600
www.tnm.jp/modules/r_free_page/index.php?id=1659&lang=en



⑮刀劍博物館

範例行程9

保存與展出各種年代和流派的日本刀。其中也有獲列為國寶或重要文化資產的刀劍，這些刀劍除了是武器之外，也可了解其作為美術工藝品的一面。另外，亦收藏了與刀相關的裝備品與甲冑等。

墨田區橫網1-12-9　兩國（JR、地鐵）　9:30～17:00（最終入場時間為16:30）　星期一（逢國定假日延至星期二）、年末年初、展示更換期間　常設展：成人1,000日圓（700日圓）、高中、大學、專門學校生500日圓、國中生以下免費　※( )為20名以上的團體　小冊子（英）、部分展示有英文說明　學校團體等需事先聯絡
+81-3-6284-1000
https://www.touken.or.jp/english/



©日本相撲協會

⑯相撲博物館

範例行程1

收集並保存相撲的相關資料，如錦繪、排行榜和織錦圍裙等，每年舉辦3次公開展示。

墨田區橫網1-3-28 兩國國技館1樓　兩國（JR、地鐵）
10:00～16:30（最終入場時間為16:00）　星期六、星期日、國定假日（部分開放日），以及其他臨時休館日 ※詳情請見官方網站　免費（東京賽事中須有大相撲觀覽券）　建議申請方安排導覽員
+81-3-3622-0366
https://www.sumo.or.jp/EnSumoMuseum/



Photo / Tiaji Yamazaki

⑰高尾599博物館

範例行程8

可學習高尾山的動植物、歷史、登山禮儀等的博物館，不同時期也會舉辦不同特展和體驗活動等。遼闊的草坪廣場上還有玩水區，是民眾休憩的地點。

八王子市高尾町2435-3　高尾山口（京王）　4月～11月為8:00～17:00、12月～3月為8:00～16:00　※入場截至閉館前30分鐘
全年無休 ※可能因維修而休館　免費（有部分收費設施）
常駐通曉英語的工作人員、小冊子（英・簡・繁・韓）
+81-42-665-6688
https://www.takao599museum.jp/?lang=tw



teamLab Borderless: MORI Building DIGITAL ART MUSEUM, Tokyo
© teamLab *Shot in real space. No AI or CGI.

⑱teamLab Borderless: MORI Building DIGITAL ART MUSEUM

範例行程4

由藝術團隊teamLab打造，以無邊界藝術作品群構成的「沒有地圖的美術館」。在一個沒有邊界且連續不斷的世界中，享受徘徊、探索與發現的體驗。體驗作品的過程中，每走一步都能邂逅全新的景色，正是這裡的一大魅力。

港區虎之門5-9 麻布台Hills Garden Plaza B B1　神谷町站、六本木一丁目（地鐵）　8:30～21:00（最終入場時間為20:00）、最新資訊請參閱官方網站　不定期公休　成人3,400日圓起、國高中生2,800日圓、兒童（4歲～12歲）1,500日圓、3歲以下免費、身心障礙者優惠1,700日圓起
入場導覽影片（英・簡・韓）　團體需從團體專用申請頁面預約
https://jtb-entertainment.net/tour/2024/group-teamlabborderless/
https://www.teamlab.art/zh-hant/e/tokyo/

所在地　交通(地鐵站出口)　營業及開園時間　公休日　費用　外國語應對　申請　電話號碼　首頁

範例行程1

了解日本精髓的東京經典之旅

DAY1

11:30
① 國民公園 皇居外苑
東京具有代表性的賞櫻名所



出典：環境省 皇居外苑管理事務所

12:30
② 國會議事堂（參議院）
日本的政治核心



14:00
③ 相撲觀戰或相撲博物館
近距離魄力感受日本國技魅力



©日本相撲協會

住宿處

DAY2

9:30
④ 東京都中央批發市場 豐洲市場
支撐著日本和食的批發市場



12:00
⑤ 澀谷班別研修
文化與流行文化的發源地



17:00
⑥ 東京鐵塔
從東京的地標欣賞東京的風景吧



住宿處

DAY3

9:00
⑦ 早稻田大學
創立於1882年，歷史悠久的大學



提供：早稻田大學

11:00
⑧ 國立科學博物館
唯一的國立綜合科學博物館



圖片提供：國立科學博物館

12:30
⑨ 元祖食品樣品屋 合羽橋店
食品模型製作體驗



前往車站／機場

探究式學習

☑ **行程前預習**
日本首都東京以政治和經濟為首，在許多領域都發揮著核心的作用。
讓我們想想，那裡實際上有什麼樣的設施和景點，以及來自日本各地聚集在那裡的是怎樣的人和物。

☑ **實地學習**
在日本政治和經濟中發揮核心作用的參觀目的地，針對其作用根據事前學習的情況進行訪談。

☑ **行程後回顧**
選擇您所在地區的一個產業並深入了解。
此外，了解該產業在國內外發揮的作用。

☆ 默默支撐著東京的重要角色

元祖食品樣品屋 合羽橋店

食品模型誕生於日本的飲食文化與職人技藝之中。期盼各位能透過實際動手做的體驗，感受手工製作的樂趣與巧思，以及日本特有的細膩表現。請務必將在東京的學習收穫與回憶帶回家。



元祖食品模型屋
合羽橋店　店長
佐藤 香央里

範例行程2

認識東京傳統文化 江戶歷史之旅

DAY1

① 11:30 淺草寺

東京都內最古老的寺院



©淺草寺

② 14:00 Wanariya

體驗藍染文化



③ 16:00 江戶東京建築園

各式各樣極具文化價值的歷史建築



提供:江戶東京建築園

住宿處

DAY2

④ 10:00 東京晴空塔®

能360度欣賞東京全景的電波塔



©TOKYO-SKYTREETOWN

⑤ 12:00 東京都江戶東京博物館

來學習江戶東京的歷史吧



⑥ 17:00 屋形船

實際體驗江戶時代的文化



住宿處

DAY3

⑦ 10:00 明治神宮

地處東京都心卻有綠意環繞的神社



⑧ 11:00 原宿、表參道班別研修

年輕人文化的發源地和俐落時尚的街區





前往車站／機場

探究式學習

☑ **行程前預習**
調查江戶時代人們的生活與文化，思考當時有哪些支撐日常生活的技術和巧思。

☑ **實地學習**
透過藍染體驗以及參觀歷史建築與街景，學習江戶時代人們的生活方式與智慧。

☑ **行程後回顧**
回顧參觀與體驗的內容，思考如何在現代生活中運用從江戶時代傳承至今的智慧與巧思。

☆ 默默支撐著東京的重要角色

東京都江戶東京博物館

從江戶延續至東京的漫長歷史中，人們的生活、文化與智慧代代相傳。希望大家能透過展覽，接觸當時人們的生活樣貌，並從中發現與現代的連結。在親身感受東京歷史的同時，試著找出全新的收穫與啟發吧！



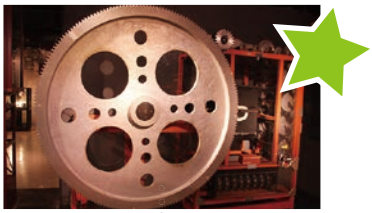
東京都江戶東京博物館
丸山 遙

範例行程3

思考地球永續發展 科學技術之旅

DAY1

11:00
① 科學技術館
透過親自觀察與觸摸，來學習科學吧



13:00
② Space Travelium TeNQ
探索宇宙與未來

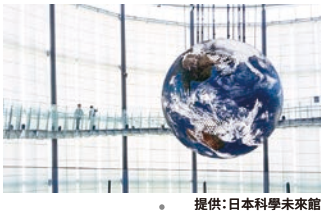




住宿處

DAY2

10:00
③ 日本科學未來館
涵蓋各領域知識的寶庫
※因設備工程將閉館至2027年4月22日為止



提供：日本科學未來館

12:00
④ 台場班別研修
匯集多元商業設施與休憩景點的水濱地區



15:00
⑤ 氫科技情報館
東京氫科技體驗館
從透明的氫氣科技中，了解有關東京的未來吧



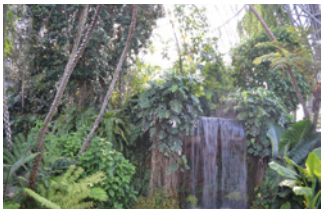
住宿處

DAY3

10:00
⑥ 東京都虹之下水道館
學習東京都下水道的職責與
水資源環境的重要性



14:00
⑦ 東京都 夢之島熱帶植物館
培育了超過1,000種以上的熱帶植物
在大都會之中，盡情感受大自然的風情





前往車站／機場

探究式學習

☑ **行程前預習**
調查有哪些科學技術支撐著我們的生活，並了解與環境及能源相關的技術。

☑ **實地學習**
透過參觀設施，學習宇宙、能源、水環境等廣泛領域的科學技術，並思考它們對人類生活帶來了哪些幫助。

☑ **行程後回顧**
回顧所學內容，試著統整科學技術對社會及環境做出了哪些貢獻。

☆ 默默支撐著東京的重要角色

科學技術館

支撐我們生活的科學與技術，誕生自無數的鑽研與挑戰中。希望各位透過展覽和體驗，在享受新發現的同時，也藉此機會思考未來社會的發展以及自身的可能性。



科學技術館
藏居 悠

範例行程4

學習東京奧運帕運遺產傳承之旅

DAY1

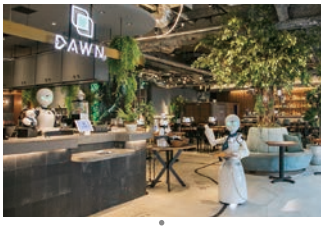
11:00
① MUFG STADIUM(国立競技場)
親身體驗世界級國際運動盛會所留下來的寶藏


©JNSE

13:00
② 日本奧林匹克博物館
從各種不同的角度，來了解這個歷史悠久的國際運動盛會吧


©JOC

15:00
③ 分身機器人咖啡廳 DAWN ver.β
能學習與科技共生的咖啡廳



住宿處

DAY2

10:00
④ JICA地球廣場
親身感受全球面臨的各種問題，以及其與開發中國家的關聯性



15:10
⑤ 淺草寺
東京都內最古老的寺院


©淺草寺

16:30
⑥ 東京晴空塔®
能360度欣賞東京全景的電波塔


©TOKYO-SKYTREETOWN

住宿處

DAY3

10:00
⑦ 防災體驗學習設施 Sona Area東京
來學習自然災害及防災相關知識吧




※防災體驗區

14:00
⑧ teamLab Borderless: MORI Building DIGITAL ART MUSEUM
在藝術美術館享受無邊界世界


teamLab Borderless: MORI Building DIGITAL ART MUSEUM, Tokyo © teamLab *Shot in real space. No AI or CGI.

前往車站／機場

探究式學習

☑ **行程前預習**
為籌備2020東京奧林匹克・帕拉林匹克運動會，在改善接待環境、旅遊資源開發方面取得了進展。讓我們思考一下，本屆奧運會給東京這座城市和人們帶來了怎樣的變化和影響。

☑ **實地學習**
引領東京未來的「遺產」是什麼？參觀運動設施，了解無障礙、安全和安心的措施，並了解可以從準備好迎接來自世界各地人們的東京學到什麼。

☑ **行程後回顧**
了解一下自己所在地區擁有什麼世界級的吸引力。另外，想想需要做些什麼才能把這些流傳後世。

默默支撐著東京的重要角色

防災體驗學習設施「Sona Area東京」

請大家想像看看自己居住地區發生天災時的狀況，希望這裡防災體驗區能成為大家思考求生方式的契機。



國營東京臨海廣域防災公園
管理中心主任
長谷部 隆介

範例行程5

體驗東京島嶼文化與自然生態之旅

DAY1

14:15
① 竹芝客船總站



16:00
② 地層大橫切面

經歷數百次噴發形成的
條紋狀圖樣是其特徵



17:00
③ 伊豆大島鄉里體驗館

體驗島嶼生活



伊豆大島鄉里體驗館

住宿處

DAY2

9:00
④ 三原山

大島最具代表性的地標



©TCVB

13:00
⑤ 學校交流



15:00
⑥ 大島椿的椿花色染體驗

認識大島的象徵——椿（山茶花）



住宿處

DAY3

10:00
⑦ 伊豆大島博物館 -GEO NOUS-

在寓教於樂中認識大島的魅力





17:15
⑧ 竹芝客船總站



前往車站／機場

探究式學習

☑ **行程前預習**
調查自己居住的地區有哪些傳承至今的傳統和值得驕傲的特色，並事先製作好資料以便在當地進行比較。

☑ **實地學習**
實地認識大島的傳統、文化、自然與地方特色。
透過參觀和體驗，了解大島的魅力及當地居民的努力，並試著找出與自己居住地區的共通點與差異。

☑ **行程後回顧**
透過行程前的預習與實地學習，整理出屬於自家區域所維繫的傳統文化以及魅力吧。同時，也不要忘記思考為什麼這份傳統值得維繫、以及要如何維繫等重點喔。

默默支撐著東京的重要角色

伊豆大島博物館 -GEO NOUS-

伊豆大島最大的魅力，在於火山活動塑造出的豐饒自然，以及從中孕育出的人文生活。希望大家在博物館學習的過程中，能開始思考大自然的力量與恩賜，以及與自然共生的智慧。



伊豆大島博物館
-GEO NOUS-
池田 陽介

範例行程6

學習多樣性與友善環境的措施之旅

DAY1

11:10
① WATERS takeshiba
東京嶄新的水濱地區。
到「竹芝干潟」學習環境再生吧!



14:00
② 東京迷你世界博物館
亞洲最大級別的微縮模型「寓教於樂」之處



©SMALL WORLDS

16:30
③ 台場海濱公園
夕陽優美，環繞海灣的公園



住宿處

DAY2

10:30
④ Kawasaki Robostage
在最新機器人的展覽室中
思索人與機器人的共生共存



搭乘水上巴士



東京都觀光汽船株式會社

13:30
⑤ 時代屋
體驗極致的環保袋——「風呂敷」包巾



15:00
⑥ 淺草班別研修
融合了傳統與活力的東京的文化據點



住宿處

DAY3

11:00
⑦ 染之里落合 (二葉苑)
在新宿/落合體驗擁有超過百年
歷史的職人技藝——染色技術





14:00
東京站



前往車站／機場

探究式學習

☑ **行程前預習**
調查什麼是SDGs，以及在日本和全球採行哪些SDGs的相關措施。

☑ **實地學習**
前往可認識自古流傳下來的傳統技術和最先進技術的景點，
並且思考它們如何對SDGs做出貢獻。

☑ **行程後回顧**
活用透過事先調查與現場學習了解到的知識，思考並討論自己能以什麼樣的方式對SDGs盡一份心力。

默默支撐著東京的重要角色

時代屋

時代屋提供「重複使用」的代表範例——風呂敷包巾的體驗，以及極致環保的人力車。我們認為崇尚自然、再生，以及重複使用的概念，深藏在日本傳統價值觀的底蘊之中。我們希望透過傳揚日本文化，對推動SDGs有所貢獻。



株式會社時代屋
日本文化承辦人
瀨戶 青空

範例行程7

學習安心與安全的生活機制之旅

DAY1

12:30
① NTT技術史料館
學習現代生活不可或缺的
電信通訊之歷史與技術吧



15:30
② 陽光60瞭望台 TENBOU-PARK
從60樓的展望台俯瞰東京



16:00
③ 池袋班別研修
次文化與藝術的寶庫



住宿處

DAY2

9:30
④ 池袋防災館
透過導覽行程體驗防災吧





15:00
⑤ 日本銀行總行
認識日本的中央銀行之職責與業務內容



來源：日本銀行官網

住宿處

DAY3

10:00
⑥ 氣象科學館
認識氣象、地震以及防災知識



來源：日本氣象廳

11:45
⑦ NHK廣播博物館
了解廣播的演進與歷史



15:00
東京站



前往車站／機場

探究式學習

☑ **行程前預習**
想一想是什麼東西守護著我們的日常生活，並讓我們的生活更豐富。

☑ **實地學習**
學習地震等天災的相關內容，了解災害時適當的行動與判斷。
此外，也一併學習現代生活中不可或缺的電訊等基礎建設的歷史吧。

☑ **行程後回顧**
重新檢視我們視為理所當然，但其實備受呵護的日常生活。
並思考為了往後也能安心與安全地生活，需要有什麼樣的措施。

默默支撐著東京的重要角色

氣象科學館

在氣象科學館，可以學習氣象、地震的基礎知識，以及與防災知識有關的內容。
也可以向有氣象預報員資格的解說員提問，歡迎來此盡情享受學習的樂趣！



來源：日本氣象廳

氣象科學館
館長
Harerun

範例行程8

享受綠意盎然的多摩地區與都心的對比之旅

DAY1

11:00
① 都廳展望室
從東京的地標——「都廳」的展望台盡覽東京



14:00
② 國營昭和紀念公園
享受四季應時花卉與活動吧





住宿處

DAY2

9:00
③ 高尾599博物館
了解高尾山的動植物與歷史



Photo / Tiaji Yamazaki

10:10
④ 高尾山
最靠近東京都心的知名健行景點



14:50
⑤ 多摩森林科學園
認識森林與木材產業



照片提供: 國立研究開發法人
森林研究與整備機構
森林總合研究所

住宿處

DAY3

10:00
⑥ 原宿、表參道班別研修
在都心也找一找綠意盎然的景點吧



14:00
⑦ 濱離宮恩賜庭園
與摩天大樓群的對比魅力獨具，代表江戶時代的大名庭園



照片提供: 東京都公園協會

15:30
東京站



前往車站／機場

探究式學習

☑ 行程前預習
提前調查多摩地區位於東京的哪一帶，以及具有哪些特色。

☑ 實地學習
除了欣賞豐富的大自然景觀，造訪可學習自然科學與環境學的設施，了解迥異於都心一帶的自然環境的特色吧。

☑ 行程後回顧
日本有許多大自然景觀豐富之處，思考並一起討論為了持續保護自然環境，必須採取哪些措施。

默默支撐著東京的重要角色

高尾599博物館

我們透過獨創的影片和展覽，宣揚高尾山引以為傲的豐富生態系、歷史以及文化等全球罕見的魅力。希望能成為大家與嶄新發現和驚奇相遇的契機。



TAKAO 599 MUSEUM
學藝員 副館長
古茂田 慎也

範例行程9

學習江戶時代生活與文化的歷史探索之旅

DAY1

11:00
① 江東區深川江戶資料館
學習江戶時代人們的生活方式





14:00
② 刀劍博物館
了解日本刀作為美術工藝品的魅力



住宿處

DAY2

9:30
③ 六義園
融合了自然與文化的大名庭園



13:00
④ 東京國立博物館
從國寶與重要文化資產中了解日本與東方世界的歷史



15:00
⑤ 班別研修：上野東照宮、寬永寺
學習與德川將軍家有淵源的神社寺廟及信仰之歷史



住宿處

DAY3

10:00
⑥ 增上寺
德川將軍家的墓地所在，以六百餘年悠久歷史為傲的寺院



14:00
⑦ 班別研修：人形町
充滿庶民風情與商業文化的街區



17:00
東京站



前往車站／機場

探究式學習

☑ **行程前預習**
了解江戶時代的人們過著怎樣的生活，以及是由哪些文化和技術建構起當時的生活。

☑ **實地學習**
參觀保留著江戶文化的設施、庭園與歷史建築，學習當時的生活與文化。同時透過歷史資料與文化資產，感受日本傳統與技術的價值。

☑ **行程後回顧**
與現代的生活與文化進行比較，進而思考如何將自江戶時代流傳至今的智慧與價值觀傳承到未來。

默默支撐著東京的重要角色

增上寺

創建於1393年的淨土宗大本山，在與德川家康結下緣分後成為德川將軍家的菩提寺。寺院將600年歷史傳承至今，並做為宗教與文化活動的據點廣受人們喜愛。



增上寺
參拜部
當間 陽平

範例行程10

體驗不斷進化的東京 未來都市之旅

DAY1

11:30
① SKY BUS TOKYO
搭乘敞篷雙層巴士巡遊市區觀光



15:00
② Orbitarium
學習宇宙永續發展的相關知識



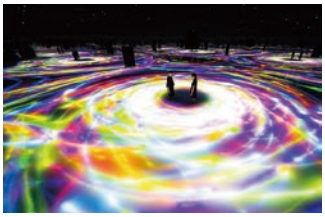


住宿處

DAY2

10:00
③ teamLab Planet TOKYO
以全身感受的沉浸式體驗型藝術博物館


teamLab《漂浮的花園——花朵與我同根同源，花園與我合為一體》© teamLab


teamLab《錦鯉與人共舞所描繪之水面圖——無限》© teamLab

15:00
④ JAXA調布航空宇宙中心
航空宇宙技術研究與實驗的據點


©日本宇宙航空研究開發機構(JAXA)

住宿處

DAY3

13:00
⑤ livedoor URBAN SPORTS PARK（有明都市運動公園）
體驗在東京2020
奧運會中備受矚目的城市運動



15:30
⑥ INTERMEDIATHEQUE
從學術標本中學習尖端研究


©INTERMEDIATHEQUE

17:30
東京站



前往車站／機場

探究式學習

☑ 行程前預習
了解東京這座城市如何從過去發展至今，以及現代都市所面臨的課題與未來的城市營造。

☑ 實地學習
體驗最新的觀光設施、藝術與科學技術現場，學習都市的魅力與發展背景，以及支撐未來社會的技術與創意。

☑ 行程後回顧
根據在當地獲得的體驗，思考未來的東京與自己的城市如何變得更好，並試著統整出構想與意見吧！

☆ 默默支撐著東京的重要角色

JAXA調布航空宇宙中心

在這座進行航空研究的設施內，展示著從航空飛行器的構造到未來的航空飛行器的各種內容，還有實驗用的機體與戶外展示區，從小孩到銀髮族的各年齡層都能樂在其中。誠摯期待各位的蒞臨。



JAXA調布航空宇宙中心
航空技術部門
業務推廣部
荒瀨 梨繪

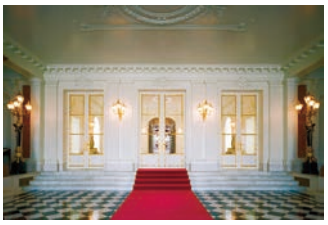
範例行程11

學習動畫與藝術的文化探索之旅

DAY1

11:00
① 迎賓館赤坂離宮
身歷其境地感受歷史與外交的舞台





來源：內閣府迎賓館官方網站

14:00
② 國立西洋美術館
享受西洋美術的歷史與魅力



©國立西洋美術館

住宿處

DAY2

10:00
③ 水晶玻璃（切子）工坊 Ojima
體驗繼承傳統之美的細膩技術



13:00
④ 班別研修・淺草
融合了傳統與活力的東京文化重地



15:30
⑤ Anime Tokyo Station
動畫的產業與藝術價值的推廣據點



住宿處

DAY3

10:00
⑥ 豐島區立 常盤莊漫畫博物館
加深對漫畫文化的
歷史與漫畫製作的認識



©常盤庄漫畫博物館

14:00
⑦ 東京工藝大學 杉並動畫博物館
能夠學習動畫的歷史與創作過程的博物館



17:00
東京站



前往車站／機場

探究式學習

☑ 行程前預習
了解動畫、漫畫、美術與傳統工藝各自是如何誕生並發展的，以及它們對社會與人們帶來了哪些影響。

☑ 實地學習
接觸動畫與漫畫的歷史、美術館中的藝術作品與傳統工藝技術，透過實際體驗，學習各自的魅力與多元的表現形式。

☑ 行程後回顧
回顧所看到與接觸到的文化與藝術魅力，試著表達自己所感受到的事物以及新產生的興趣。

☆ 默默支撐著東京的重要角色

東京工藝大學杉並動畫博物館

在這座設施內，能夠透過動畫的歷史、製作過程以及工作坊學習相關知識。在杉並區開館後，於2025年迎來20週年，今後也將持續傳遞動畫的樂趣，並且播下孕育未來創作者的種子。

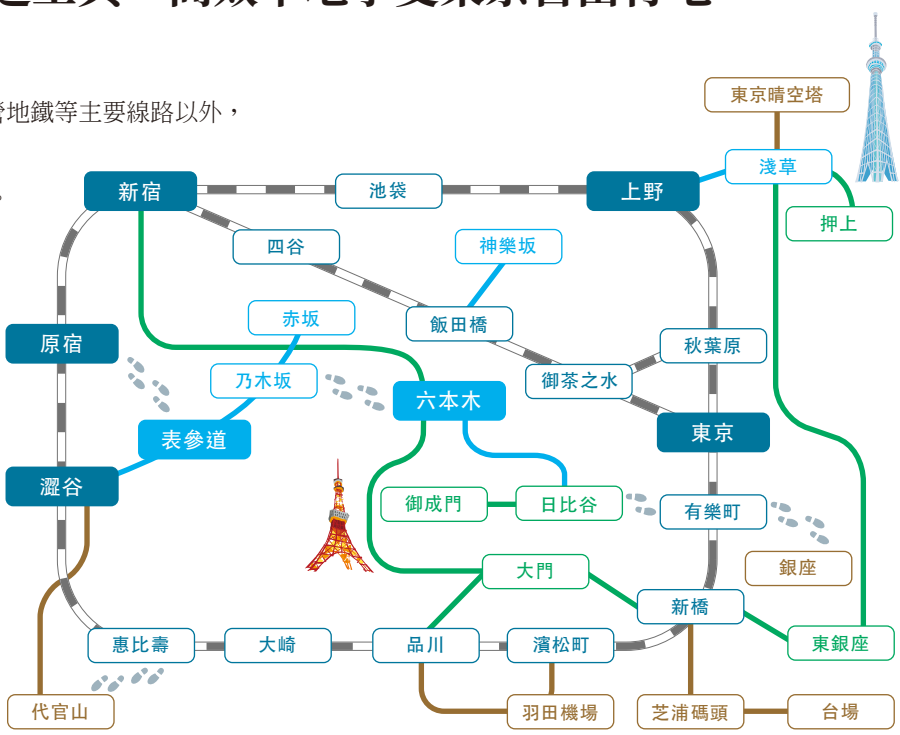


東京工藝大學
杉並動畫博物館
製作人
藤田 輝

自由行動時間的小幫手

請熟練地利用公共交通工具，高效率地享受東京自由行吧。

在東京的移動，基本上是利用電車。
在東京都內除JR、東京Metro地鐵、都營地鐵等主要線路以外，
各民營地鐵也提供服務。
在此對車票及電車的乘坐方法進行說明。



車票的種類

■ IC卡（PASMO及SUICA）

是能乘坐東京都內的大部分電車及公車的IC卡。可在車站的自動售票機購買，卡面金額從1,000日圓，以1,000日圓為單位，一直可到5,000日圓及10,000日圓。除500日圓的保證金外都可作為電子貨幣使用。若餘額用完，可在車站的自動售票機儲值。根據發行公司有PASMO和Suica兩種,但使用用法及範圍在東京都內幾乎一樣。



PASMO(帕斯莫)



Suica(絲伊咖)

■普通票

在車站的自動售票機購買。在自動售票機旁的費用表上確認從所乘車站到目的地的金額後再購票。

電車的乘坐方法

■ IC卡

· 進站時請與檢票機的讀取部平行並確實地與檢票機接觸。
· 出站時也請接觸。費用則按乘車區間被自動扣除。
餘額顯示在顯示器上。



■ 車票

· 把購買的票放入檢票機的投入口中，車票會從另一方的出口送出，請別忘了取票，取票後通過檢票機。車票直到下車時請不要遺失。
· 出場時也請在檢票機的投入口放入車票。
出場時由於車票直接被機器回收，請逕自通過檢票機（轉乘時，車票會被送出，請務必領取車票）。

優惠票的資訊
請洽各大交通運輸
公司官方網站

JR東日本	https://www.jreast.co.jp/multi/zh-CHT/index.html
東京Metro地鐵	https://www.tokyometro.jp/tcn/ticket/
都營交通	https://www.kotsu.metro.tokyo.jp/eng/tickets/

東京的基本資訊

日本有時會發生地震與颱風等天災，除了發生緊急情況時之外，東京都也致力於宣導各式各樣的資訊，呼籲民眾日常做好防災準備，以便於緊急情況發生時採取適當的應對。東京都防災網站上可透過14種語言查看最新的防災資訊，此外，也有東京都官方防災APP（支援日文、英文、繁體中文、簡體中文、韓文），內有發生災害時非常實用的豐富資訊，並能以有趣的方式學習防災的基礎知識。

■東京都防災網站
https://www.bousai.metro.tokyo.lg.jp/

■東京都防災 APP
Android　https://play.google.com/store/apps/details?id=jp.tokyo.metro.tokyotobousaiapp&pli=1
iOS　https://apps.apple.com/jp/app/id1290558619?l=jp

■ 平均氣溫與降水量

	攝氏(℃)	華氏(°F)	降水量(mm)
1月	6.1	43	52.3
2月	6.5	43.7	56.1
3月	9.4	48.9	117.5
4月	14.6	58.3	124.5
5月	18.9	66	137.8
6月	22.1	71.8	167.7
7月	25.8	78.4	153.5
8月	27.4	81.3	168.2
9月	23.8	74.8	209.9
10月	18.5	65.3	197.8
11月	13.3	55.9	92.5
12月	8.7	47.7	51.0

■ 與世界各地的航空聯網

※機場間的移動時間

	城市	飛行時間
亞洲/大洋洲	台北	3:30
	新加坡	7:00
	首爾	2:30
	香港	4:30
	北京	4:00
	曼谷	6:30
	吉隆坡	7:00
北美	芝加哥	11:30
	紐約	12:30
	舊金山	9:00
	溫哥華	8:30
歐洲	倫敦	12:30
	巴黎	12:30
大洋洲	雪梨	10:00
	奧克蘭	11:00

有關安全、醫療及衛生的資訊



飲用水

自來水能安心飲用，
也可在自動販賣機、
便利店等購買礦泉水。

旅客諮詢熱線

日本國家旅遊局(JNTO)設立了一條遊客熱線，提供全年無休的全天候服務。如果發生事故或緊急情況，請來電諮詢旅遊資訊或尋求協助。遊客熱線提供英文、中文、韓語和日語的服務。

電話號碼　050-3816-2787
國際長途　+81-50-3816-2787



緊急時的電話號碼

警　察 …… 110

救護車 …… 119

相 關 網 站

東京教育旅行
https://tokyoschooltrips.com/tc/

日本教育旅行 - 日本觀光局
https://education.jnto.go.jp/tw/

GO TOKYO 東京旅遊官方網站
https://www.gotokyo.org/tc/index.html

TokyoTokyo
https://tokyotokyo.jp/

DESTINATION TOKYO TAMA
https://global.tama.metro.tokyo.lg.jp/zh-TW/

東京旅遊指南
https://www.gotokyo.org/book/zh-TW/list/1166/

DESTINATION TOKYO ISLAND
https://global.shima.metro.tokyo.lg.jp/zh-TW/

東京旅遊電子手冊
https://www.gotokyo.org/book/zh-TW/

東京觀光信息中心
https://x.gd/42hbR

東京觀光信息中心 在線觀光導覽
https://x.gd/zBMkH

Tokyo Sightseeing Accessibility Guide
https://x.gd/PKAM9

東京都防災主頁
https://www.bousai.metro.tokyo.lg.jp/

東京都醫療機構・藥局嚮導服務
https://x.gd/aRbtj

日本之旅的官方指南 - Travel Japan
https://www.japan.travel/tw/tw/

禁止擅自複印及複寫本說明書的全部或一部分內容，並禁止散發這些複印物。
本書內容基於截至2026年8月確認後的資訊。
刊載設施的資訊可能會不經預告而變更，敬請見諒。

TCVB 公益財団法人 東京観光財団
Tokyo Convention & Visitors Bureau
https://www.tcvb.or.jp/jp/
schooltrip@tcvb.or.jp

2026年11月發行