



Chapter 1 : สิบไมล์... จังหวัดกัมพู & จังหวัดโกยาบา 16

- กุโจฮาซิมัง (Gujohachiman) เมืองแห่งสายน้ำและปราสาท 18
- กุโจโอดิริ 22
- เมืองแห่งอาหารจำลอง 24
- เข้าออนเซ็นรวมชายหญิงที่โกโรออนเซ็น! 26
- ปลาอายุย่างเกลือของย่านมาเซะ เมืองโกโร อร่อยที่สุดในญี่ปุ่น! 32
- หมูบ้านมรดกโลก โกะคะยามะ 34
- สูดยอดทิวทัศน์คืนราตรีใจ คุโรบะออนเซ็น โกะคะยามะ 38

Chapter 2 : ยอมบอกก็ได้ ฮอกไกโดในแบบของผม 44

- ยุคิคาเซะ ราเม็งชิปปิโร ร้านแนะนำของผม 46
- สิบไมล์ ข้าวโพดฮอกไกโดชื่อ Pure White 50
- ทำไมอาหารทะเลของฮอกไกโดถึงอร่อย 52
- สระน้ำสีฟ้าที่เมืองบิเอ! 54
- ชีวิตนี้ต้องได้เห็นสักครั้ง! น้ำตกชิระฮิเกะ 56
- เนื้อหมูบิเอ แปรพันธุ์ของเมืองบิเอ 60
- มาริโมะ ลูกบอลสำหรับแข่งทะเลสาบอะดัง 62
- -15 องศาในน้ำร้อนที่โอตารุ 64
- หมูบ้านน้ำแข็งที่โหมามุ 68
- ร้านในดวงใจที่ฟูราโนะ! 72
- ร้านรวมขนมสุดฮอตของฮอกไกโด 76
- ถนนในฮอกไกโดเต็มไปด้วยลูกศรแบบนี้ เพราะอะไรนะ 78
- ตลาดโจไก ชิปปิโร 80
- One scene 1 เมืองหลังการถ่ายทำรายการโทรทัศน์ 84
- One scene 2 เมืองหลังการถ่ายทำรายการโทรทัศน์ 85

Chapter 3 : ความทรงจำที่จังหวัดมิยาจิ ยามากาตะ และฟูกูชิมะ

	88
○ ฮิตะเมะเซ็นบงซากุระ สถานที่ชมซากุระอันโด่งดังในเซ็นได	90
○ ซาคุนามิออนเซ็นที่จังหวัดมิยาจิ	94
○ ซูชิล้นถ้วยของเซ็นได?	98
○ ตลาดเช้าเซ็นไดอะสะอิชิ	100
○ มัตสึชิมะ วิวดงามติดสามอันดับแรกของญี่ปุ่น	104
○ ออนเซ็นลับแลที่จังหวัดยามากาตะ! อาซุยามะเรียวกัง	108
○ เส้นทางของยามากาตะโมโกะ	112
○ สำหรับทุกคนที่ชื่นชอบดอกไม้ ภูเขาฮานามิยามะโคเอ็น	114
○ ซากุระสำหรับผม	118

Chapter 4 : วัฒนธรรมเฉพาะถิ่น

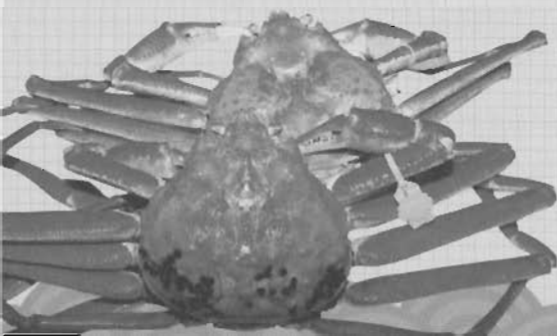
จังหวัดคาโกชิมา จังหวัดชิโกกุ

	122
○ ไดโรคุ ออนเซ็นธรรมชาติในคาโกชิมา (KAGOSHIMA)	124
○ พิพิธภัณฑสถานคามิคาเซ (KAMIKAZE)	126
○ หมู่บ้านซามูไร	128
○ ซากุระจิมะที่พิกังของชาวคาโกชิมา	130
○ ที่สุดของออนเซ็นรวมชายหญิงในซากุระจิมะ!	132
○ โซเม็งนากาชิแบบใช้น้ำแร่!	134
○ เรียวกังตราตรึงใจในคาโกชิมา	136
○ สวนญี่ปุ่นใช้ถ่ายละคร	138
○ น้ำตกที่ช่องแคบทาคาชิโอะ	140
○ ศาลเจ้าอามาโนะอิวะโตะที่จังหวัดมิยาซากิทำผมชนลูก	142
○ มะม่วงลูกละแสนเยน (ราวสามหมื่นสามพันบาท)	144



Chapter 5 : จังหวัดจันทบุรีอะไรแบบนี้นั๊ยย!	148
○ นาริตะเมืองแห่งปลาไหลในจังหวัดจันทบุรี	150
○ อาหารทะเลเมนูแนะนำของจังหวัดจันทบุรี	154
○ กุ้งฮิสเทอริคสเตอร์แห่งจังหวัดจันทบุรี	158
○ ชูชิของเมืองโจชิ	160
○ รถไฟสายโจชิ รถไฟท้องถิ่น	163
○ หนุ่มสาวสารภาพรักกันที่นี่!	166
○ วิวชั่นเลิศที่ภูเขาโนโคทริ!	168
○ พระใหญ่ในวัดนิยงจิ	174
○ ออนเซ็นสีดำให้คุณสวย!	176
○ วัดคาซาโมริ วัดแบบนี้มีหนึ่งเดียวในญี่ปุ่น	178
○ ต้นไม้มีอำนาจอัศจรรย์	182

Chapter 6 : รับคืนเก่าๆ ของญี่ปุ่นยังคงหลงเหลืออยู่ จังหวัดฟูกูอิ	186
○ วัดเอเฮจิ ดินแดนแห่งเซน	188
○ ปูเอจิเซ็น แบรนต์ของฟูกูอิ	190
○ มิคุนิ เมืองนี้ยังหลงเหลือภาพเก่าๆ ของญี่ปุ่น	191
○ สถานที่ถ่ายทำจากกระโดดผาฆ่าตัวตายสุดฮิต!	192
○ สูดยอช้าวต้มปู	194
○ One scene 3 เบื้องหลังการถ่ายทำรายการโทรทัศน์ -เรื่องเล่าแบบผีๆ	195



Chapter 7 : ญ่บ่ันอ้นดงดงบ จ้งหวัดบาระ & จ้งหวัดวากายมะ 198

- ผู้ส่งสารแห่งเทพกวางของจังหวัดนาระ 200
- รองเท้าแบบนี้ใส่เข้าท่า! 204
- นาคาทานิโด ร้านที่ชนะเลิศในรายการทีวีแชมเปียน 206
- หมู่บ้านโทชิคาวะมูระ สะพานแขวนยาวที่สุดในญี่ปุ่น 208
- หมู่บ้านโทชิคาวะมูระ 2 เมฮาริซุชิ (ผักดองห่อข้าว)
และเมนูปลาอามาโกะ 210
- หมู่บ้านโทชิคาวะมูระ 3 เห็นคุโนะซาโตะ 211
- ออนเซ็นลับในจังหวัดวากายมะ 214
- ย้อนเวลากลับไป 1,000 ปีในยุคเฮอัน 216
- น้ำตกนาจิ หนึ่งในสามน้ำตกยิ่งใหญ่ของญี่ปุ่น 218
- ออนเซ็นในถ้ำ 220
- เซเลบของจังหวัดวากายมะ ทามะจัง 222
- ดินแดนศักดิ์สิทธิ์ มีวัดถึง 117 แห่งในระยะทาง 3 กิโลเมตร 224
- ค้างแรมในวัด!? 228

Chapter 8 : จ้งหวัดชิซุโอกะ ภูเขาไฟฟูจิ ปรดกโลกแห่งใหม่ 234

- สุดยอดสถานที่ชมภูเขาไฟฟูจิสำหรับผม 236
- คิวคะมูระ ฟูจิ ทุกห้องพักที่นี้มองเห็นวิวภูเขาไฟฟูจิ 238
- น้ำตกชิระอิโตะ 240
- ภูเขาไฟฟูจิไม่ใช่สมบัติของประเทศ แต่เป็นสมบัติส่วนตัว?! 242
- ฮานะโนะยู ฟูจิคิร ออนเซ็น Theme Park 244
- เรื่องเล่าเสริม เก็บเชอร์รี่ที่บ้านเกิดผม 245

บทส่งท้าย 255

