

人民币换日元好，还是美元换日元？

如果楼主是兑换做理财而且拿的时间比较长的话建议目前不要将人民币兑换成外币，目前人民币升值压力巨大，兑换成外币亏损风险较大，况且美元长期贬值已成为大家的共识，所以不建议楼主兑换，日元的话如果出现较大波动日本政府是有很大的可能出面干预的，所以目前也不建议兑换，楼主可以再等等，看看美国政府量化宽松政策的效果如何，还有就是欧元区国家主权债务危机会怎样发展，如果形势比较好的话，再出手也不迟，如果形势不容乐观就不要兑换了，以上仅是个人观点，如果楼主是兑换来用以消费或是旅游的话可以忽略

国内银行能拿美元换日元吗？

可以的，中国银行就可以兑换的。 货币兑换 1美元=114.3400日元
1日元=0.0087美元