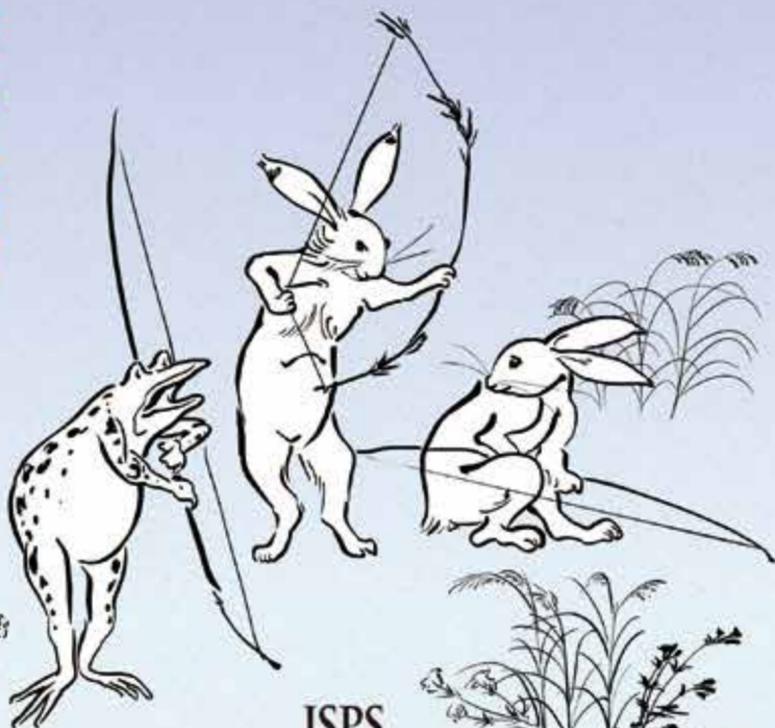




LIFE IN JAPAN

For Foreign Researchers
2018 - 2019

来日外国人研究者のための
生活ガイドブック 2018-2019



JSPS

LIFE IN JAPAN

For
Foreign Researchers

2018-2019

来日外国人研究者のための生活ガイドブック

2018-2019

JSPS

まえがき

本書は、独立行政法人日本学術振興会の外国人特別研究員事業、外国人招へい研究者事業及びサマープログラム等により、来日する外国人研究者のみなさまのために、日本での生活に必要な情報をまとめたガイドブックです。是非、ご活用ください。

みなさまの日本における研究生活が実りあるものになるよう、職員一同心よりお祈り申し上げます。

独立行政法人日本学術振興会

Foreword

This Guide containing information on living in Japan was prepared by the Japan Society for the Promotion of Science (JSPS) for the benefit of overseas researchers who come to Japan under the Postdoctoral Fellowship for Foreign Researchers, the Invitation Fellowship Program for Research in Japan, or the Summer Program. Please make use of it whenever you need assistance.

All of us at JSPS sincerely hope that your research life in Japan will be highly fruitful.

Japan Society for the Promotion of Science

目次

第1章

入国・在留の諸手続き

1-1	査証の取得	2
1-2	在留資格	6
1-3	在留カード	8
1-3-1	出入国港	8
1-3-2	常時携帯義務	10
1-3-3	マイナンバー (社会保障・税番号)	10
1-4	在留手続き	10
1-4-1	一時出国と再入国許可	12
1-4-2	資格外活動	12
1-4-3	在留期間の更新	12
1-4-4	在留資格の変更	14
1-5	家族の同行・呼び寄せ	14
1-5-1	子どもが生まれたとき	16
1-6	入国・在留相談	18
1-6-1	インフォメーションセンター	18
1-6-2	ワンストップ型相談センター	20

第2章

住まい

2-1	宿舍の種類	24
2-1-1	外国人研究者のための宿舍	24
2-1-2	民間宿舍	28
2-2	民間宿舍の借り方	30
2-2-1	家賃の目安	30
2-2-2	賃貸関連費用	30
2-2-3	賃貸契約の仕方と注意	34
2-3	住居費	34
2-4	電気・ガス・水道	36
2-5	居住習慣に関する注意事項	38
2-5-1	換気	38
2-5-2	屋内の手入れ	38
2-5-3	ゴミの捨て方	38
2-5-4	宿舍の共有、騒音など	42
2-5-5	ペット	42
2-5-6	宿舍退去時	42

CONTENTS

Chapter 1

Procedures for Entry and Residence in Japan

1-1	Obtaining a Visa	3
1-2	Status of Residence	7
1-3	Residence Card	9
1-3-1	Ports of Entry	9
1-3-2	Carry Your Residence Card at All Times	11
1-3-3	Social Security and Tax Number System	11
1-4	Residency Procedures	11
1-4-1	Temporary Leave of the Country and Re-entry Permit	13
1-4-2	Activities Other Than Those Authorized	13
1-4-3	Extension of Your Period of Stay	13
1-4-4	Change of Your Status of Residence	15
1-5	Procedures for Family Members	15
1-5-1	If a Child is Born in Japan	17
1-6	Immigration and Visa Consultations	19
1-6-1	Information Centers	19
1-6-2	One-Stop Consultation Support Centers	21

Chapter 2

Living Accommodations in Japan

2-1	Types of Housing	25
2-1-1	Housing for Foreign Researchers	25
2-1-2	Private Housing	29
2-2	Renting Private Housing	31
2-2-1	Average Rental Fee	31
2-2-2	Rent-related Costs	31
2-2-3	Rental Contract Procedures and Precautions	35
2-3	Rent and Other Fees	35
2-4	Electricity, Gas, and Water	37
2-5	Precautions Concerning Daily Living Customs	39
2-5-1	Ventilation	39
2-5-2	Interior Care	39
2-5-3	Garbage Disposal	39
2-5-4	Cohabitation, Noise and Other Matters	43
2-5-5	Pets	43
2-5-6	Moving Out of Your Rented House/Apartment	43

3-1	銀行	46
3-1-1	銀行口座の開設	46
3-1-2	自動支払い、キャッシュカード	46
3-2	郵便	48
3-2-1	郵便局	48
3-2-2	海外宅配便	50
3-3	電話	52
3-3-1	自宅への電話のひき方	52
3-3-2	国内電話	52
3-3-3	国際電話	54
3-3-4	携帯電話とスマートフォンと PHS	56
3-3-5	公衆電話	60
3-3-6	インターネットへの接続	60
3-4	交通機関	64
3-4-1	鉄道 (JR)	64
3-4-2	電車・地下鉄・バス	66
3-4-3	航空路	66
3-4-4	タクシー	68
3-4-5	車の運転免許	68
3-5	医療	72
3-5-1	日本の医療体制	72
3-5-2	外国語による受診	72
3-5-3	海外旅行保険	74
3-5-4	国民健康保険制度	74
3-5-5	妊娠と出産	76
3-5-6	予防接種	78
3-6	文化施設	80
3-6-1	伝統芸能	80
3-6-2	美術館・博物館	82
3-6-3	図書館	84
3-7	日本語の学習	90
3-7-1	日本語学校の選択	90
3-7-2	日本語能力試験	92
3-8	子どもの教育	94
3-8-1	日本の学校制度の概要	94
3-8-2	入学のための手続き	94
3-8-3	児童手当	96

3-1	Banks	47
3-1-1	Opening a Bank Account	47
3-1-2	Automatic Payment and ATM Cash Card	47
3-2	Mail	49
3-2-1	Post Offices	49
3-2-2	Overseas Courier Services	51
3-3	Telephone	53
3-3-1	Installing a Telephone	53
3-3-2	Domestic Telephone Calls	53
3-3-3	International Telephone Calls	55
3-3-4	Cellular Phones, Smartphones, and PHS (Personal Handyphone System)	57
3-3-5	Public Telephones	61
3-3-6	Connecting to the Internet	61
3-4	Transportation	65
3-4-1	Japan Railway	65
3-4-2	Trains, Subways and Buses	67
3-4-3	Airlines	67
3-4-4	Taxis	69
3-4-5	Driver's Licenses	69
3-5	Medical Care	73
3-5-1	Medical System in Japan	73
3-5-2	Medical Care in Foreign Languages	73
3-5-3	Traveler's Insurance	75
3-5-4	National Health Insurance	75
3-5-5	Pregnancy and Childbirth	77
3-5-6	Immunizations	79
3-6	Cultural Facilities	81
3-6-1	Traditional Performing Arts	81
3-6-2	Museums	83
3-6-3	Libraries	85
3-7	Japanese Language Study	91
3-7-1	Selecting a Japanese Language School	91
3-7-2	Japanese Language Proficiency Test	93
3-8	Children's Education	95
3-8-1	Japanese School System	95
3-8-2	Enrollment Procedures	95
3-8-3	Child Allowance	97

3-8-4	かいがい こ ち こ う けい たい せい 海外からの子どもの受入態勢	96
3-8-5	インターナショナル・スクール	98
3-9	ち い き こ く さい こ う り け う け い かい 「地域国際交流協会」による情報提供	98

3-8-4	Acceptance of Children from Overseas	97
3-8-5	International Schools	99
3-9	Information Provided by Local International Exchange Associations	99

第4章 その他の役に立つ情報

4-1	きん きゅう じ れん らく 緊急時の連絡	102
4-1-1	はんざい こ う つう じ こ 犯罪や交通事故にあったとき —警察署110番—	102
4-1-2	か じ きょうびょう 火事があったとき、急病になったとき —消防署119番—	104
4-1-3	しん り 心理カウンセリングサービス	104
4-1-4	い りょうご しょうじょう つた 医療用語 —症状を伝える—	106
4-2	じ しん 地震	110
4-2-1	じ しん ぞな 地震への備え	110
4-2-2	じ しん お ゆ かん 地震が起きたら —揺れを感じたら—	110
4-2-3	つ なみ 津波	112
4-2-4	ぼうさいかん ぼうさいたいけんかん 防災館・防災体験館	112
4-3	たいふう 台風	114
4-4	き こう 気候	114
4-5	しゅくさいじつ 祝祭日など	116
4-6	こくないりょこう 国内旅行	118
4-7	こくさいくうこう と しんかん こ う つう しゅ だん 国際空港・都心間の交通手段	120
4-7-1	なり た こくさいくうこう 成田国際空港	122
4-7-2	はね だ く う とう きょう こくさいくうこう こくさいせん 羽田空港 (東京国際空港) 国際線	124
4-7-3	かんざいこくさいくうこう 関西国際空港	126
4-8	かくしゅ しんぶん 各種メディア —テレビ・ラジオ・新聞—	128
4-9	い ふく くつ ひ かく 衣服と靴のサイズ比較	130

Chapter 4 Other Useful Information

4-1	Emergency Contact Numbers	103
4-1-1	To Report a Crime or Traffic Accident — Dial 110 —	103
4-1-2	To Report a Fire or Request an Ambulance — Dial 119 —	105
4-1-3	Counseling Service	105
4-1-4	Medical Terms for Describing Symptoms	107
4-2	Earthquakes	111
4-2-1	Preparing for an Earthquake	111
4-2-2	If an Earthquake Occurs and You Feel Your House Shaking	111
4-2-3	Tsunamis	113
4-2-4	Life Safety Learning Center	113
4-3	Typhoons	115
4-4	Weather	115
4-5	National Holidays and Other Important Dates	117
4-6	Traveling in Japan	119
4-7	Transportation between International Airports and Metropolitan Areas	121
4-7-1	Narita International Airport	123
4-7-2	Haneda Airport (Tokyo International Airport) International Flights	125
4-7-3	Kansai International Airport	127
4-8	Various Mass Media: TV, Radio, Newspapers	129
4-9	Sizes of Clothes and Shoes	130

第5章 学術関連情報

5-1	にほん か がく ぎ じゅつ たいせい がくじゅつけんきゅう き かん 日本の科学技術体制と学術研究機関	132
5-1-1	だいがく だいがくいん 大学 (大学院)	134
5-1-2	だいがくきょうどうり よう き かんほうじん 大学共同利用機関法人	134
5-1-3	もん ぶ か がくしりおよ かくしりょうしよかん けんきゅう き かん 文部科学省及び各省庁所管の研究機関	134
5-2	がつかい 学会	136
5-3	がくじゅつじょうほう 学術情報システム	136

Chapter 5 Academic Information

5-1	Japan's Science and Technology Administration and Academic Research Institutes	133
5-1-1	Universities (Graduate Schools)	135
5-1-2	Inter-University Research Institute Corporations	135
5-1-3	Research Institutes under Jurisdiction of the MEXT and Others	135
5-2	Academic Societies	137
5-3	Academic Information System	137

だい ろく しょう
第 6 章
にほんがくじゆつしんこうかい
日本学術振興会

6-1	にほんがくじゆつしんこうかい 日本学術振興会	142
6-1-1	にほんがくじゆつしんこうかい 日本学術振興会の事業一覧	144
6-1-2	にほんがくじゆつしんこうかい 日本学術振興会の連絡先・案内図	147
6-2	けんきゆうしゃこくさいこうりゆう 研究者国際交流センター	148
6-3	けんきゆうしや 研究者コミュニティ (同窓会) ネットワーク	150
6-4	かいがいけんきゆうれんらく 海外研究連絡センター	152
6-5	にほんがくじゆつしんこうかい 日本学術振興会の対応機関	154

かんまつ ふ ろく
巻末付録

I	にほん ぎやうせい きこうず 日本の行政機構図	158
II	にほん がくじゆつしんこうかい 日本の学術行政組織図	160
III	かんちやうとう 官庁等	162
IV	だいがくきゆうどうりやうき かんほうじん 大学共同利用機関法人	165
V	おも けんきゆうき かんとう こくりつけんきゆうじよ どくりつぎやうせいほうじん 主な研究機関等 (国立研究所、独立行政法人)	168
VI	ちほうにゅうこくかんりむくおよ しまく 地方入国管理局及びその支局	176
VII	と どう ふ けん ち いきこくさい かきやうかい 都道府県の URL と地域国際化協会	178
VIII	にほんがくじゆつしんこうかい 日本学術振興会以外の がいこくじんけんきゆうしやしやう じんかんとうじよせいだんたい 外国人研究者招へい民間等助成団体	188
IX	ゆうびんりやうきんいちらん 郵便料金一覧	194
X	どりやうこうかんばんひやう 度量衡換算表	198
XI	こうつうひやうしき 交通標識	199
XII	にほんぶんけん ち ず しゅうやうてつどうろせん しゅうやうくうろ 日本分県地図、主要鉄道路線と主要空路	200
XIII	にほん せかい いざん 日本の世界遺産	202

べんり にほんごひやうげん
便利な日本語表現

べんり	にほんごひやうげん 便利な日本語表現 (1)	22
べんり	にほんごひやうげん 便利な日本語表現 (2)	44
べんり	にほんごひやうげん 便利な日本語表現 (3)	100
べんり	にほんごひやうげん 便利な日本語表現 (4)	140
ねんごう	せいれきへんかんりやう 年号・西暦変換表	156

Chapter 6
Japan Society for the Promotion of Science (JSPS)

6-1	Japan Society for the Promotion of Science	143
6-1-1	List of JSPS Programs	145
6-1-2	Map and Contact Information of JSPS Head Office	147
6-2	JSPS Fellows Plaza	149
6-3	Researcher Community Network (Alumni Association)	151
6-4	JSPS Overseas Offices	152
6-5	JSPS's Overseas Counterpart Institutions	154

Appendices

I	Japanese Government Structure	158
II	Organization of Japanese Research Administration	160
III	Government Offices, etc.	162
IV	Inter-University Research Institute Corporations	165
V	Main Research Institutes, etc. (National Research Institutes, Incorporated Administrative Agencies)	168
VI	Regional Immigration Bureaus and District Immigration Offices	176
VII	Prefectural and City Governments' URLs and International Exchange Associations	178
VIII	Private Sector Foundations and Other Organizations Inviting Overseas Researchers Other Than the JSPS	189
IX	Postal Fees	195
X	Weights & Measures	198
XI	Traffic Signs and Public Signs	199
XII	Regions and Prefectures of Japan/Railway and Airline Network	200
XIII	World Heritage Sites in Japan	202

Useful Japanese Expressions

Useful Japanese Expressions (1)	22
Useful Japanese Expressions (2)	44
Useful Japanese Expressions (3)	100
Useful Japanese Expressions (4)	140
Japanese-Gregorian Year Conversion Table	156

Chapter 1

Procedures for Entry and Residence in Japan

だい いっしょう
第 1 章

にゅうこく ざいりゅう しょ て つづ
入国・在留の諸手続き



さくら
桜

はなことば せいしん び ゆうび じよせい
花言葉「精神の美・優美な女性」
にほん こつか へいあん じだい ころ おお
日本の国花。平安時代以降、多
くの^{ひと}人に親しまれるようになった。
た。現在に続く「花見」の文化は、
16 世紀に豊臣秀吉が行った「醍
醐^ごの花見」がきっかけとされる。

Sakura (Cherry Blossoms)

What this flower signifies in Japan:
Spiritual beauty, feminine grace
One of the national flowers of Japan,
the cherry blossom has been loved
by people in Japan since the Heian
Period (794–1185). The custom
of *hanami* (flower viewing) that
Japanese people enjoy can be
traced back to Daigo-no Hanami, a
great flower-viewing banquet held by
Toyotomi Hideyoshi in the sixteenth
century.

第1章

入国・在留の諸手続き

本章においては、外国人研究者が3か月を超える長期間、日本の大学など学術研究機関に滞在する場合、外国人として必要となる日本入国あるいは在留に係る諸手続きについて説明します。ただし、3ヶ月を超えない場合にも、国によっては査証が必要な場合がありますのでご注意ください。

1-1 査証の取得

外国人が日本に入国するためには、予め海外にある日本公館において、自国政府から発給された旅券に入国目的・期間に合った査証を受けなければなりません。

なお、長期に滞在するための査証を申請する外国人研究者は、次の点に注意してください。

査証は、日本公館に申請してから取得まで2～3か月、あるいはそれ以上の時間がかかることがあります。外国人研究者はこの点を考えて、十分な時間的余裕を持って、予め各日本公館に手続き方法を確認してください。

【在留資格認定証明書】

査証申請時に日本で発行される「在留資格認定証明書」を添付すると、発給までにかかる時間を短くすることができます。これは日本にいる代理人（一般的には受入研究機関の研究者）が申請をして発給されるものですので、受入研究機関の研究者に申請を依頼してください。在留資格認定証明書の発行に要する時間は1～3か月を目安としてください。

在留資格認定証明書交付申請による上陸手続きの流れ

- ① 外国人研究者の招へいの決まった受入研究機関は、まず日本の法務省入国管理局に「在留資格認定証明書」を申請します。
- ② 「在留資格認定証明書」の申請から交付まで1～3か月を要し、発行後は受入研究機関宛に送られます。

Chapter 1

Procedures for Entry and Residence in Japan

This chapter explains the immigration and resident registration procedures which must be followed by all foreign researchers planning to conduct academic research activities at a Japanese university or other research institute for a period exceeding three months. Please also note that citizens from some countries are required to obtain a visa even if they plan to stay in Japan for less than three months.

1-1 Obtaining a Visa

To enter Japan, you must first obtain a visa from a Japanese Embassy or Consulate that indicates the purpose and length of your stay in your passport.

Foreign researchers who are planning a long-term stay in Japan should keep in mind that it may take from two to three months (or even longer) to process your visa application after you apply for your visa at the Japanese Embassy or Consulate. You should therefore check with the Embassy or Consulate about the application procedure well in advance of your intended departure.

Certificate of Eligibility

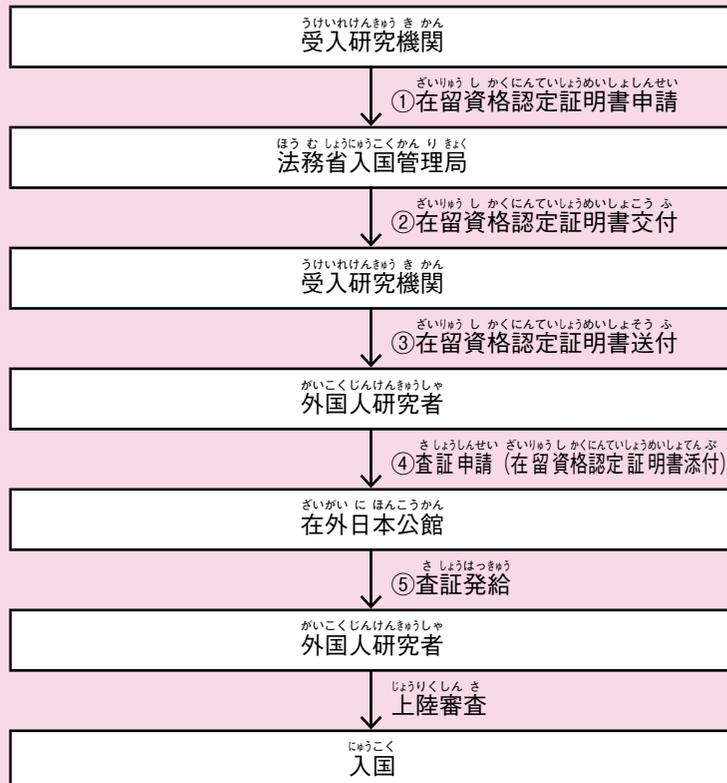
Attaching your **Certificate of Eligibility** when applying for a visa will shorten the time it takes to issue the visa. This certificate is issued when an application is made on your behalf by your agent in Japan (generally a host researcher). You should therefore consult with your host researcher regarding this matter. The application process for a Certificate of Eligibility will take one to three months.

Procedure for Obtaining a Certificate of Eligibility and Disembarkation

- (1) The host institution that invites a foreign researcher applies for a Certificate of Eligibility at the Immigration Bureau of Japan, Ministry of Justice.
- (2) It takes approximately one to three months for the Certificate of Eligibility to be issued, which is then sent to the host institution.

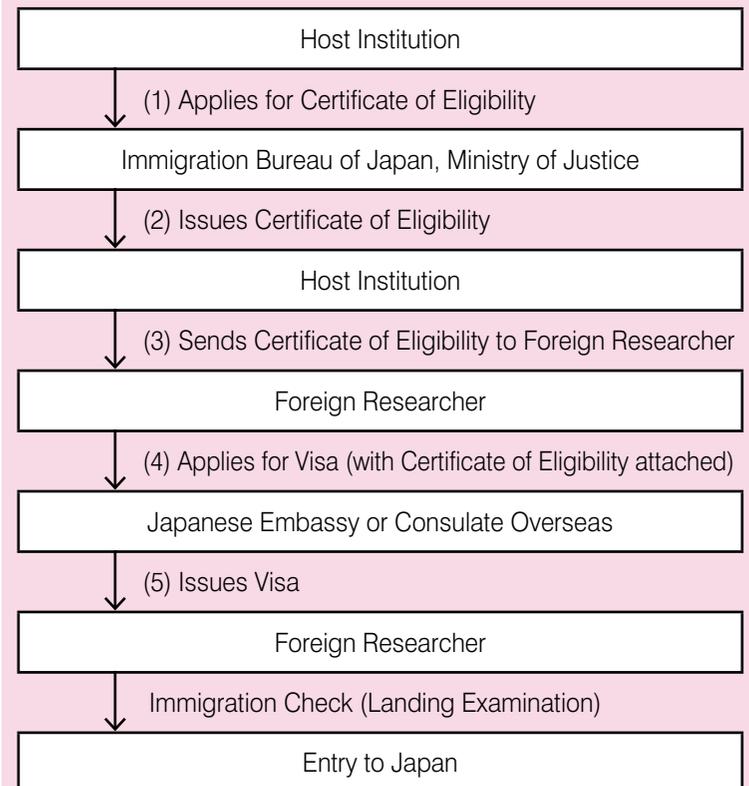
- ③ 「在留資格認定証明書」を受け取った受入研究機関の担当者は、海外にいる招へい予定の外国人研究者に送ります。
- ④⑤ 外国人研究者は、「在留資格認定証明書」を添えて、管轄の日本公館に査証を申請してください。査証申請の詳細については、各公館に確認してください。

審査及び送付にかかる期間も計算に入れると、受入研究機関は外国人研究者の入国予定日の3～3か月半前には「在留資格認定証明書」を入国管理局に申請すると良いでしょう。外国人研究者は担当の受入研究者と十分な時間的余裕を持って、相談してください。



- (3) Once the Certificate of Eligibility is received, the person in charge at the host institution forwards it to the foreign researcher overseas.
- (4)(5) The foreign researcher should submit his/her visa application, accompanied by the Certificate of Eligibility, to the Japanese Embassy or Consulate in his/her country of residence. The researcher should contact the nearest Japanese Embassy or Consulate for details.

The host institution is advised to take into account the time it takes for processing and sending the certificate and apply for the Certificate of Eligibility at least three to three and a half months prior to the foreign researcher's scheduled date of entry to Japan. It is recommended that the foreign researcher consult his/her host researcher about the application well in advance.



1-2 在留資格

外国人が入国（上陸）を許可されると、在留資格と在留期間が決定され、上陸許可証印が旅券に表示されます。上陸許可証印については、下記のシール式の証印が使用されています。



3か月を超えた長期間にわたり日本で研究活動を行う外国人研究者には、「教授」、「研究」又は、「文化活動」の在留資格が与えられます。

在留資格	本邦において行うことができる活動	在留期間
教授	本邦の大学若しくはこれに準ずる機関 又は高等専門学校において研究、研究 の指導又は教育をする活動	5年、3年、 1年又は3 か月
研究	本邦の公私の機関との契約に基づいて 研究を行う業務に従事する活動（「教 授」の在留資格に相当する活動を除く）	5年、3年、 1年又は3 か月
文化活動	収入を伴わない学術上若しくは芸術上 の活動又は我が国特有の文化若しくは 芸芸についての専門的な研究を行い若 しくは専門家の指導を受けてこれを修 得する活動（「留学」・「研修」の在留資 格に相当する活動を除く）	3年、1年、 6か月又は 3か月

1-2 Status of Residence

A foreign person's status of residence and period of stay are officially determined when he or she is permitted to enter (land in) Japan, and a landing permission stamp will be imprinted in his or her passport. A sample of the landing permission stamp is shown below.

Long-term (exceeding three months) foreign researchers conducting research in Japan are assigned one of three statuses of residence: **Professor**, **Researcher** or **Cultural Activities**.

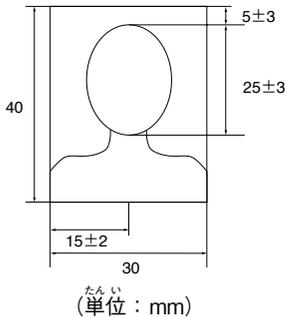
Status of Residence	Authorized Activities in Japan	Period of Stay
Professor	Research, research guidance and educational activities at universities and affiliated institutes or at advanced technical schools designated as <i>Kotosenmon-gakko</i> in Japan.	5 years, 3 years, 1 year, or 3 months
Researcher	Research activities performed under a contract with public or private institutions in Japan (excluding activities described under the status of "Professor").	5 years, 3 years, 1 year, or 3 months
Cultural Activities	Non-salaried academic/artistic activities, specialized research into Japanese culture/art, or study of Japanese culture/art under the guidance of specialists (excluding activities under the status of "Student" or "Trainee").	3 years, 1 year, 6 months, or 3 months

1-3 在留カード

3か月以上日本で研究滞在を行い、「短期滞在」以外の在留資格を持つ外国人が対象となり、在留カードが交付されます。

在留カードの交付手続きに際しては次の規格の写真が必要となります。

1. 申請者本人のみが撮影されたもの
2. 提出の日前3か月以内に撮影されたもの
3. 縁を除いた部分の寸法が、左記図画面の各寸法を満たしたもの（顔の寸法は、てっぺん（髪を含む）からあごの先まで）
4. 無帽で正面を向いたもの
5. 背景（影を含む）がないもの
6. 鮮明であるもの



1-3-1 出入国港

【成田空港、羽田空港、中部空港、関西空港を利用する場合】

旅券に上陸許可の認証シールが貼付され、在留カードが交付されます。居住地を定めてから14日以内に在留カードを持参し、居住地の市区町村の窓口で居住地を届け出てください。



在留カード (表)

Residence Card (front)

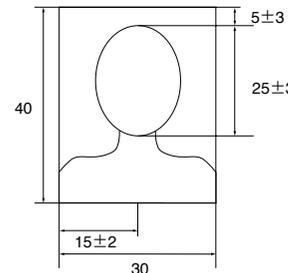


裏 (裏) (back)

1-3 Residence Card

A Residence Card is issued to all foreign persons who will be conducting research in Japan for three months or longer, including those who have any resident status other than a “Temporary Visitor” visa.

Please provide a photo meeting the following criteria when completing the Residence Card issuance procedures.



(Unit: mm)

1. The photo must be of the applicant only.
2. The photo must have been taken within three months before the application for registration.
3. The measurements excluding the border of the photo must meet the required dimensions in the illustration on the left (the size of the face includes the top of the head, including hair, to the tip of the chin).
4. The photo subject must be facing forward and without a hat.
5. Photo must not have any background (including shadows).
6. The photo must be clear.

1-3-1 Ports of Entry

If Entering Via Narita Airport, Haneda Airport, Chubu Airport or Kansai Airport

A landing permission verification stamp will be entered into your passport, and you will be issued a Residence Card. Within 14 days of establishing your place of residence, you must bring your Residence Card to your local municipal office and notify the authorities of your address.

If Entering Via Another Port of Entry

The landing permission entered in your passport will be accompanied by a note indicating that you will be issued a Residence Card at a later date. Within 14 days of establishing your place of residence, you must visit your local municipal office and notify the authorities of your address. Once you do that, a regional immigration office will mail your Residence Card to you.

【その他の出入国港を利用する場合】

旅券に上陸許可の認証とともに、在留カードが後日交付されること
が記載されます。居住地を定めてから14日以内に居住地の市区町村
窓口で居住地を届け出て下さい。その後、在留カードが地方入国管
理局から居住地に郵送されます。

3か月以上日本に滞在する人は、国民健康保険及び国民年金への加入義
務がありますので、上記手続きを行う際にこれらの加入手続きも行って
下さい。在留カードを持っている人は、日本人と同様に居住地の市区町村
で住民票の写しの交付を申請できます。
国民健康保険制度については、3-5-4を参照して下さい。

1-3-2 常時携帯義務

旅券を携帯しているかどうかにかかわらず、在留カードは常時携帯
することが必要です。入国審査官、入国警備官、警察官などからその
提示を求められたときはこれを提示しなければなりません。なお、不
携帯の場合、罰金に処されることがあります。

1-3-3 マイナンバー (社会保障・税番号)

2016年1月から運用が開始された「社会保障・税番号制度 (マイナ
ンバー制度)」では、3か月以上日本で研究滞在を行い「短期滞在」以
外の在留資格を持つ外国人を含む、住民票を有する全ての方に12桁の
個人番号が通知されます。

社会保障や税、災害対策を含む各種行政手続きに順次必要となり、
勤務先の研究機関等でも税の手続き等のために提出を求められますの
で、住民登録などと併せて通知を受けてください。一度発行された
番号は原則一生変更されず、本国へ単純出国した場合でも日本への
再入国時に同じ番号が交付されます。

1-4 在留手続き

在留に関する諸手続きは、居住地を管轄する地方入国管理局で行う必
要があります。

結婚して姓や国籍・地域が変わった場合など氏名、国籍・地域、性別
等の変更届を出して下さい。また、在留カードの紛失、盗難又は滅失
等をした場合は、その事実を知った日 (海外で知ったときは再入国の日)
から14日以内に地方入国管理局で再交付を申請して下さい。

Individuals who will be staying in Japan for three months or longer are required to enroll in the national health insurance and the national pension systems. Be sure to complete procedures for enrolling in these programs when completing the procedures noted above.

Individuals with a Residence Card, like Japanese citizens, can request copies of their resident registry at their local municipal office.

For the national health insurance system, see section 3-5-4.

1-3-2 Carry Your Residence Card at All Times

You are required to carry your Residence Card with you at all times, even if you are carrying your passport. You must show your card to any immigration inspector, immigration control officer, police officer or other such authority that asks to see it. If you forget to keep your Residence Card with you, you may be punished by law with a fine.

1-3-3 Social Security and Tax Number System

In accordance with the Social Security and Tax Number System (nicknamed “My Number”), which went into effect in January 2016, all registered residents of Japan are being issued a twelve-digit individual number, including foreign residents conducting research in Japan for three months or longer who have a visa status other than “short-term stay” (temporary visitors).

This number will be required for various types of administrative procedures, including social security and tax procedures as well as disaster countermeasures. Since you will be asked for your individual number for tax procedures at the research institute where you work and other places, please be sure to obtain your individual number and individual number notification card when you file your resident registration. As a rule, once you receive your number, it will not change throughout your lifetime. If you leave Japan and then re-enter the country, you will be given the same number.

1-4 Residency Procedures

Visa-related procedures must be performed at the regional immigration office that administers the area where you live.

If you get married, or if there is a change in your surname or your nationality/region, please file a notification of a change of

1-4-1 一時出国と再入国許可

有効な旅券及び在留カードを持つ外国人が出国する際、出国後1年以内にこれまでの活動を継続するために再入国する場合は、原則として再入国許可を受ける必要はありません（この制度を「みなし再入国許可」といいます）。みなし再入国許可で出国した人は、その有効期間を海外で延長することはできません。出国後1年以内に再入国しないと在留資格が失われることとなりますので、注意してください。在留期限が出国後1年未満の場合は、その在留期限までに再入国してください。

1-4-2 資格外活動

外国人が現に有する在留資格に属する活動以外の、収入を伴う事業を運営する活動、又は報酬を受ける活動を行おうとする場合には、予め、資格外活動の許可を受けなければなりません。外国人が許可を受けることなく資格外の活動を行った場合は、処罰の対象となります。

1-4-3 在留期間の更新

在留期間は、入国の際に在留資格とともに決定されますが、外国人はその決定された在留期間内に限って日本に在留することができません。従って、現在の在留資格のまま許可された在留期間を超えて引き続き在留しようとする場合には、在留期間の更新の許可を受けて、在留期間を延長する必要があります。

在留期間の更新を希望する場合には、現在の在留期間が満了する日までに在留期間の更新の許可申請（6か月以上の在留期間を有する人にあたっては在留期間の満了するおおよそ3か月前から受付）をしなければなりません。申請手続きには、旅券、在留カード等の提示が必要ですが、詳細は、居住地の地方入国管理局、外国人在留総合インフォメーションセンターに問い合わせてください。

「在留期間更新許可申請書」は、法務省のホームページ（[URL http://www.moj.go.jp/ONLINE/IMMIGRATION/16-3.html](http://www.moj.go.jp/ONLINE/IMMIGRATION/16-3.html)）でも直接入手できます。

なお、在留期間を超えて不法に残留すれば処罰の対象となり、また、退去強制の対象にもなります。

name, gender, or nationality/region. If your Residence Card is lost, stolen or destroyed, you must request a replacement card from your regional immigration office within 14 days of the day you noticed it was missing (or from the day you re-enter Japan, if you noticed this while you were overseas).

1-4-1 Temporary Leave of the Country and Re-entry Permit

In July 2012, the Ministry of Justice put in place a new residency management system, under which foreign nationals who possess a valid passport and Residence Card may leave Japan and return within one year without, as a rule, needing to apply for a re-entry permission. This is called the “Special Re-entry System.” When departing Japan on leave, be sure to bring your Residence Card with you.

As this system is subject to change, please be sure to check the latest information on the Immigration Bureau’s webpage:

[URL http://www.immi-moj.go.jp/newimmiact_1/en/point_3-4.html](http://www.immi-moj.go.jp/newimmiact_1/en/point_3-4.html)

1-4-2 Activities Other Than Those Authorized

Foreigners who want to engage in an activity involving the management of a business or remuneration other than that authorized under the assigned status of residence must apply for and obtain permission to do so in advance.

Foreigners engaging in an activity other than that authorized are subject to punishment by law.

1-4-3 Extension of Your Period of Stay

Your period of stay is determined together with your status of residence at the time of your landing in Japan. Foreigners are only allowed to stay in Japan within that period of time. If you want to remain in Japan under the same status of residence beyond your authorized period of stay, you must apply for and obtain an extension.

If you wish to extend your period of stay, you must apply to renew your visa by the last day of the period of stay permitted under your current visa. Individuals with a period of stay of six months or longer can generally apply three months prior to their visa expiration date. When you submit an application, you need to present your passport, Residence Card and other documents. For details, please inquire at the regional immigration bureau where you live or the Immigration Information Center.

1-4-4 在留資格の変更

外国人は、現在行っている活動をやめて、現に有する在留資格以外の在留資格に属する活動を専ら行おうとするときは、在留資格の変更許可を受けなければなりません。

なお、在留資格の変更は、申請すれば必ず許可されるというわけではありません。

在留資格の変更許可を受けることなしに、その在留資格の下では認められていない収入を伴う事業を運営する活動又は報酬を受ける活動を専ら行っている者は、処罰の対象となり、また、退去強制の対象ともなります。

「在留資格の変更、在留期間の更新許可のガイドライン（改正）」
 が策定され、2010年4月より社会保険への加入をうながすために在留期間の更新、在留資格の変更の申請時に窓口にて健康保険証の提示を求められることになりました。なお、健康保険証を提示できないことでこれらの申請が不受理、不許可処分となることはありません。

1-5 家族の同行・呼び寄せ

「教授」、「研究」、「文化活動」などの在留資格をもって在留する者の扶養を受ける配偶者又は子は、「家族滞在」の在留資格をもって日本に在留することができます。

在留資格	本邦において行うことができる活動	在留期間
家族滞在	「教授」、「研究」、「文化活動」などの在留資格をもって在留する者の扶養を受ける配偶者又は子として行う日常的な活動	5年、4年3か月、4年、3年3か月、3年、2年3か月、2年、1年3か月、1年、6か月 また、3か月

The **Application for Extension of Period of Stay** can be downloaded from website of the Ministry of Justice ([URL http://www.moj.go.jp/ONLINE/IMMIGRATION/16-3.html](http://www.moj.go.jp/ONLINE/IMMIGRATION/16-3.html))

Anyone staying in Japan beyond their authorized period of stay is subject to punishment and/or deportation by law.

1-4-4 Change of Your Status of Residence

Foreigners who want to stop their present activity and concentrate on an activity that is different from the one authorized under their status of residence must apply for and obtain a change of status of residence.

The submission of such an application does not necessarily guarantee its approval.

Anyone receiving an income from an activity other than that authorized under their status of residence or conducting an unauthorized activity with remuneration without first obtaining this permission is subject to punishment and/or deportation by law.

Guidelines for Changes in the Visa Status of Residence and Extension of Visa Period of Stay (Revised) have been established, and from April 2010, to encourage enrollment into Social Insurance, you must now show your health insurance card at the service counter when applying for changing a visa status. Please note that even if you are not able to show a health insurance card, this does not mean that your application will not be accepted or considered invalid.

1-5 Procedures for Family Members

The spouse or children of those residing in Japan under the status of Professor, Researcher, or Cultural Activities are eligible for the status of residence of **Dependent**. This status is defined as follows:

Status of Residence	Authorized Activities in Japan	Period of Stay
Dependent	The daily activities as spouse and dependent children of those authorized to reside in Japan under the status of Professor, Researcher, or Cultural Activities.	5 years, 4 years and 3 months, 4 years, 3 years and 3 months, 3 years, 2 years and 3 months, 2 years, 1 year and 3 months, 1 year, 6 months, or 3 months

外国人研究者が家族を同行する場合、本人の査証申請とは別に、同行する家族滞在の査証取得に時間がかかることがあります。

家族の査証の取得方法は、既に外国人研究者が来日している場合は、家族本人が日本の在外公館で申請する方法と、外国人研究者が日本国内の入国管理局で家族の在留資格認定証明書を申請する方法があります。申請書類等詳細は地方入国管理局に問い合わせてください。

同伴家族で3か月を超える長期間の滞在予定者が誤って在留資格「短期滞在」(通称観光ビザ)を受けて入国してしまった場合、日本国内で在留資格を変更することは極めて困難ですので十分に注意する必要があります。

在留資格	本邦において行うことができる活動	在留期間
短期滞在	本邦に短期間滞在して行う観光、保養、スポーツ、親族の訪問、見学、講習又は会合への参加、業務連絡その他これらに類似する活動	90日、 30日又は 15日

1-5-1 子どもが生まれたとき

日本で子どもが生まれたときは、以下のような手続きが必要になります。

① 出生届

医師から出生証明書を受け、出生の日から14日以内に出生届を居住地の市区町村の窓口へ提出します。申請に基づき出生届受理証明書が交付されます。

出生届に必要なものは下記のとおりです。

- a. 出生証明書
- b. 母子健康手帳
- c. 届出人の印鑑 (サインでも可)
- d. 健康保険証



If family members accompany foreign researchers, a separate visa application from that of the foreign researcher must be made and extra time may be required to process the application.

If the foreign researcher is already in Japan, the researcher can either submit an Application for the Certificate of Eligibility at an immigration bureau in Japan for his/her family to obtain a visa, or the main family member can apply at a Japanese Embassy or Consulate abroad. For application forms and details, please inquire at your regional immigration bureau.

Please be aware that if accompanying family members are planning a long-term stay of more than three months and mistakenly enter Japan under the status of **temporary visitor** (normally called a “tourist visa”), it is quite difficult to change their visa status after they enter the country.

Status of Residence	Authorized Activities in Japan	Period of Stay
Temporary Visitor	Sightseeing, vacation, sports, visiting relatives, going on site inspection tours, participating in lectures/meetings, business contacts or other similar activities during a short period of stay in Japan.	90 days, 30 days, or 15 days

1-5-1 If a Child is Born in Japan

The following procedures are required if a child is born while in Japan:

1) Birth Registration Certificate

Obtain a birth certificate from the supervising physician and submit the birth registration application to municipal office of the city, ward or town where you reside within 14 days of the date of birth. A **Birth Registration Receipt Certificate** will be issued based on the application.

The following items are required when applying for a birth registration.

- a. Birth certificate
- b. Mother and Child Health Handbook
- c. Applicant's *inkan* stamp (signature also acceptable)
- d. Health Insurance Card

② 旅券申請

日本にあるそれぞれの国の大使館または領事館に申請します。

③ 在留資格及び在留期間の取得許可申請

出生の日から30日以内に入国管理局で申請します。
在留資格取得申請に際して住民票の写しを提出しておけば、許可取得後に再度市区町村に居住地の届出をする必要はありません。

以上、本章では外国人の入国・在留の諸手続きについて説明しましたが、詳しいことは市販の次の図書が参考になります。

外国人のための入国・在留手続きの手引
(出入国管理法令研究会編、日本加除出版(株)発行、和英対訳版)

1-6 入国・在留相談

1-6-1 インフォメーションセンター

入国管理局では、日本に在留する外国人のために、仙台、東京、横浜、名古屋、大阪、神戸、広島及び福岡の各地方入国管理局・支局(P.176参照)に「外国人在留総合インフォメーションセンター」を開設し、外国語(英語、中国語、韓国語、スペイン語等)でも入国、在留に関する相談・案内をしています。

また、札幌、高松及び那覇の各地方入国管理局・支局(P.177参照)には相談員を配置し、電話や訪問による問い合わせに対応しています。

★外国人在留総合インフォメーションセンター(平日8:30~17:15)

Tel: 0570-013904 (ナビダイヤル)

Tel: 03-5796-7112 (IP電話・PHS・海外から)

URL http://www.immi-moj.go.jp/info/

2) Passport Application

Apply for a passport for the newborn child at the Embassy or Consulate of your home country.

3) Application for Visa Status of Residence and Period of Stay

Apply at an immigration bureau office within 30 days of the date of birth.

If you submit a copy of your resident register when you apply for your newborn child's visa status of residence, you do not need to report his/her address again to the municipal office after obtaining the visa.

For more details concerning the entry and residence procedures described in this chapter, please refer to:

A Guide to Entry and Residence Procedures in Japan for Foreign Nationals

(a bilingual text published by Nihon Kajo Publishing Co., Ltd., available in Japanese-English editions)

1-6 Immigration and Visa Consultations

1-6-1 Information Centers

To help foreign residents of Japan, the Immigration Bureau has established Immigration Information Centers at Regional Immigration Bureaus and branch offices (see p. 176) in Sendai, Tokyo, Yokohama, Nagoya, Osaka, Kobe, Hiroshima and Fukuoka. These centers provide consultation services and information on immigration and visa-related issues in several foreign languages (including English, Chinese, Korean and Spanish).

Consultants will respond to your inquiries over the phone or in person at Regional Immigration Bureaus and branch offices (see p. 177) in Sapporo, Takamatsu and Naha.

★ Immigration Information Centers (weekdays 8:30 a.m. to 5:15 p.m.)

Tel: 0570-013904 (Navi Dial)

Tel: 03-5796-7112 (for an IP phone, PHS, or overseas)

URL http://www.immi-moj.go.jp/english/info/index.html

1-6-2 ワンストップ型相談センター

地方公共団体の相談窓口と連携して、入国管理手続などの行政手続や生活の相談を行う相談センターを設置しています。外国語（英語、中国語等）でも対応しています。

★外国人総合相談支援センター

〒160-0021 東京都新宿区歌舞伎町2-44-1 東京都健康センター「ハ
イジア」11階 多文化共生プラザ内

Tel: 03-3202-5535

★外国人総合相談センター埼玉

〒330-0074 埼玉県さいたま市浦和区北浦和5-6-5 埼玉県浦和合同
庁舎3階

Tel: 048-833-3296

★浜松外国人総合支援ワンストップセンター

〒430-0916 静岡県浜松市中区早馬町2-1 クリエイト浜松4階

Tel: 053-458-2170

1-6-2 One-Stop Consultation Support Centers

In partnership with the consultation desks of local government offices, support centers have been established to provide advice on government procedures related to immigration control and everyday life issues. Consultations are also available in foreign languages (including English and Chinese).

★ Consultation Support Center for Foreign Residents

Shinjuku Multicultural Plaza, Tokyo Metropolitan Health Plaza “Hygeia” 11F., 2-44-1 Kabuki-cho, Shinjuku-ku, Tokyo 160-0021

Tel: 03-3202-5535

★ Saitama Information & Support Center for Foreign Residents

Urawa Godo Chosha 3F, 5-6-5 Kitaurawa, Urawa-ku, Saitama-shi, Saitama 330-0074

Tel: 048-833-3296

★ Hamamatsu One-Stop Support Center for Foreign Residents

Create Hamamatsu 4F, 2-1 Hayauma-cho, Naka-ku, Hamamatsu-shi, Shizuoka 430-0916

Tel: 053-458-2170

Useful Japanese Expressions (1)

べんり にほんごひょうげん
便利な日本語表現 (1)

おはよう (ございます)。 Ohayō (gozaimasu).	Good morning.
こんにちは。 Konnichiwa.	Hello. /Good afternoon.
おやすみ (なさい)。 Oyasumi (nasai).	Good night.
こんばんは。 Konbanwa.	Good evening.
さようなら。 Sayōnara.	Goodbye.
じゃ また。 Ja mata.	See you.
はい。 Hai.	Yes.
いいえ。 Iie.	No.
ありがとう (ございます)。 Arigatō (gozaimasu).	Thank you.
どういたしまして。 Dōitashimashite.	You're welcome.
すみません。 Sumimasen.	Excuse me.
ごめんなさい。 Gomennasai.	I'm sorry.
どうぞ。 Dōzo.	Please. /Here you are.
わかりません。 Wakarimasen.	I don't understand.
わかりました。 Wakarimashita.	I understand.

ō: Pronunciation should be lengthened, like “oh.”

Chapter 2 Living Accommodations in Japan

だい にしゅう
第 2 章

す
住まい



あやめ
菖蒲

はなごころば よ たより きぼう
花言葉「良い便り・希望」
ぼんしゅん はな
晩春の花。「ショウブ」や「カキ
ツバタ」と見た目が非常に似てお
り、混同された時代もあった。ど
ちらも優れていて選ぶことができ
ないことを表す「いずれアヤメか
カキツバタ」という諺がある。

Ayame (Japanese Iris)

What this flower signifies in Japan:
Good news, hope
A flower of late spring, the *ayame* is
a very popular iris species in Japan.
However, there are similar iris species
(*shobu* and *kakitsubata*), which
causes some confusion. Since all of
them are beautiful, there is a Japanese
expression—“In any case, it's either
ayame or *kakitsubata*”—meaning that
it is difficult to select one.

第2章

住まい

外国人研究者が日本で長期間研究生活を送っていくためには、その生活の基盤となる良質の宿舎を早く確保することが大切です。良質の宿舎を確保するためには、外国人研究者は、来日前の早い時期から受入研究者とよく相談することをお勧めします。

2-1 宿舎の種類

2-1-1 外国人研究者のための宿舎

受入研究機関の中には、外国人研究者用の家賃の安い宿舎（通常、家具付）を用意しているところがあります（次表参照）。しかし、現状では各研究機関で受け入れる外国人研究者全員を収容するにはまだ十分ではありません。従って、当該宿舎への入居を希望する場合は、速やかに来日を確定し、受入研究者を通じて入居希望を申し出る必要があります。採用条件によっては入居できない場合があります。

【外国人研究者のための宿泊施設を持つ学術研究機関】

① 国立大学法人

北海道大学	北海道教育大学	室蘭工業大学
小樽商科大学	帯広畜産大学	旭川医科大学
北見工業大学	弘前大学	岩手大学
東北大学	秋田大学	山形大学
福島大学	茨城大学	筑波大学
宇都宮大学	群馬大学	埼玉大学
千葉大学	東京大学	東京医科歯科大学
東京外国語大学	東京学芸大学	東京農工大学
東京芸術大学	東京工業大学	東京海洋大学
お茶の水女子大学	電気通信大学	一橋大学
横浜国立大学	新潟大学	長岡技術科学大学
上越教育大学	山梨大学	信州大学
富山大学	金沢大学	福井大学
岐阜大学	静岡大学	浜松医科大学

Chapter 2

Living Accommodations in Japan

To conduct long-term research in Japan, it is important for foreign researchers to secure suitable living accommodations as quickly as possible. We therefore recommend that you discuss your lodging requirements with your host researcher well before coming to Japan.

2-1 Types of Housing

2-1-1 Housing for Foreign Researchers

Some research institutions which host foreign researchers provide inexpensive (usually furnished) lodging (see table below). Most, however, do not have sufficient housing to accommodate everyone. If you wish to secure housing at your host institution, you should decide the date of your arrival in Japan, and consult with your host researcher and apply for it through the person in charge of housing well in advance. Please note that you may not be able to live in this housing depending on your employment status.

The following academic institutions provide housing facilities for foreign researchers:

1) National University Corporations

Hokkaido University	Hokkaido University of Education
Muroran Institute of Technology	Otaru University of Commerce
Obihiro University of Agriculture & Veterinary Medicine	Asahikawa Medical College
Kitami Institute of Technology	Hirosaki University
Iwate University	Tohoku University
Akita University	Yamagata University
Fukushima University	Ibaraki University
University of Tsukuba	Utsunomiya University
Gunma University	Saitama University
Chiba University	The University of Tokyo
Tokyo Medical & Dental University	Tokyo University of Foreign Studies
Tokyo Gakugei University	Tokyo University of Agriculture & Technology
Tokyo National University of Fine Arts & Music	Tokyo Institute of Technology
Tokyo University of Marine Science & Technology	Ochanomizu University
The University of Electro-Communications	Hitotsubashi University
Yokohama National University	Niigata University
Nagaoka University of Technology	Joetsu University of Education
University of Yamanashi	Shinshu University
University of Toyama	Kanazawa University
Fukui University	Gifu University
Shizuoka University	Hamamatsu University School of Medicine

なごやだいがく 名古屋大学	あいちきょういくだいがく 愛知教育大学	なごやこうぎょうだいがく 名古屋工業大学
とよはしぎじゅつかがくだいがく 豊橋技術科学大学	みえだいがく 三重大学	しがだいがく 滋賀大学
しがいかだいがく 滋賀医科大学	きょうとだいがく 京都大学	きょうとだいがく 京都教育大学
きょうとこうげいせんいだいがく 京都工芸繊維大学	おおさかだいがく 大阪大学	おおさかきょういくだいがく 大阪教育大学
ひょうごきょういくだいがく 兵庫教育大学	こうべだいがく 神戸大学	ならじょしだいがく 奈良女子大学
わかやまだいがく 和歌山大学	とっとりだいがく 鳥取大学	しまねだいがく 島根大学
おかやまだいがく 岡山大学	ひろしまだいがく 広島大学	やまぐちだいがく 山口大学
とくしまだいがく 徳島大学	なるときょういくだいがく 鳴門教育大学	かがわだいがく 香川大学
えひめだいがく 愛媛大学	こうちだいがく 高知大学	ふくおかきょういくだいがく 福岡教育大学
きゅうしゅうだいがく 九州大学	きゅうしゅうこうぎょうだいがく 九州工業大学	さがだいがく 佐賀大学
ながさきだいがく 長崎大学	くまもとだいがく 熊本大学	おおいただいがく 大分大学
みやぎだいがく 宮崎大学	かごしまだいがく 鹿児島大学	かのたいたくだいがく 鹿屋体育大学
りゅうきゅうだいがく 琉球大学	ならせんたんかがくぎじゅつだいがく 奈良先端科学技術大学院大学	
ほくりくせんたんかがくぎじゅつだいがく 北陸先端科学技術大学院大学		せいさくけんきゅうだいがく 政策研究大学院大学

② 大学共同利用機関法人

にんげんぶんかけんきゅうきこう 人間文化研究機構	しぜんかがくけんきゅうきこう 自然科学研究機構
こうエネルギーかそくきけんきゅうきこう 高エネルギー加速器研究機構	じょうほうけんきゅうきこう 情報・システム研究機構

③ その他

こくりつみなまたびょうそうこうけんきゅう 国立水俣病総合研究センター	こっけん うちゅうこうくうけんきゅうかいほつきこう (国研) 宇宙航空研究開発機構
こっけん ほうしやせんい がくそうこうけんきゅうじよ (国研) 放射線医学総合研究所	こっけん のうぎょうしよくひんさんぎょうぎじゅつそうこうけんきゅうきこう (国研) 農業・食品産業技術総合研究機構
こっけん さんぎょうぎじゅつそうこうけんきゅうじよ (国研) 産業技術総合研究所	こっけん りかがくけんきゅうじよ (国研) 理化学研究所
こっけん かがくぎじゅつしんこうきこう (国研) 科学技術振興機構	こっけん にほんげんしりょくけんきゅうかいほつきこう (国研) 日本原子力研究開発機構
こっけん こくりつこくさいりょうけんきゅう (国研) 国立国際医療研究センター	

また、公・私立大、国立研究機関、都道府県などにも、外国人研究者のための宿泊施設を用意しているところがあります。

次の二つの施設は、それぞれ東京地区、つくば地区にあり、入居の条件として所属研究機関を限定せず、また、居室を多く有し設備も整っています。

《東京地区の宿泊施設》

東京地区には、臨海副都心、青海の国際研究交流大学村に留学生、研究者のための施設「東京国際交流館」があります。この施設は約800室（研究者用居室はうち約10%）の居室（家具等設備付き）と自習室、ラウンジ、体育室等の共用施設を提供しています。

Nagoya University	Aichi University of Education
Nagoya Institute of Technology	Toyohashi University of Technology
Mie University	Shiga University
Shiga University of Medical Science	Kyoto University
Kyoto University of Education	Kyoto Institute of Technology
Osaka University	Osaka Kyoiku University
Hyogo University of Teacher Education	Kobe University
Nara Women's University	Wakayama University
Tottori University	Shimane University
Okayama University	Hiroshima University
Yamaguchi University	The University of Tokushima
Naruto University of Education	Kagawa University
Ehime University	Kochi University
Fukuoka University of Education	Kyushu University
Kyushu Institute of Technology	Saga University
Nagasaki University	Kumamoto University
Oita University	University of Miyazaki
Kagoshima University	National Institute of Fitness and Sports in Kanoya
University of the Ryukyus	Nara Institute of Science and Technology
Japan Advanced Institute of Science & Technology	National Graduate Institute for Policy Studies

2) Inter-University Research Institute Corporations

National Institutes for the Humanities	National Institutes of Natural Sciences
High Energy Accelerator Research Organization	
Research Organization of Information and Systems	

3) Others

National Institute for Minamata Disease	Japan Aerospace Exploration Agency
National Institute of Radiological Sciences	
National Agriculture and Food Research Organization	
National Institute of Advanced Industrial Science and Technology	
RIKEN	Japan Science and Technology Agency
Japan Atomic Energy Agency	National Center for Global Health and Medicine

Some public and private universities, as well as prefectural and other local bodies in Japan, offer housing for foreign researchers. The following two facilities in the Tokyo and Tsukuba areas do not restrict conditions of residence to certain affiliated research organizations. This housing also has a large number of rooms and equipment.

Housing in the Tokyo Area

In the Tokyo area, the **Tokyo International Exchange Center** of the Tokyo Academic Park in Aomi, the Rinkai district, is a housing facility for foreign students and researchers. This facility provides about 800 furnished rooms for living (about 10% of which are for researchers) and common facilities such as study rooms, lounges, and gyms. The facility includes an international conference hall, meeting rooms, and open spaces where a variety of international exchange events can be held. If you want to live here, you must apply through your host institution.

また、施設内には国際会議場、会議室、交流広場等が併設され、様々な国際交流イベントも行われています。

入居希望者は、受入研究機関を通して申し込むことができます。

★ 独立行政法人日本学生支援機構 東京国際交流館

連絡先：〒135-8630 東京都江東区青海 2-2-1 国際研究交流大学村内

Tel: 03-5520-6033 [URL](http://www.jasso.go.jp/tiec/) http://www.jasso.go.jp/tiec/

《つくば研究学園都市地区の宿泊施設》

つくば地区では、科学技術振興機構 (JST) が所有し、科学技術国際交流センター (JISTEC) が管理している研究者のための宿泊施設、「二の宮ハウス」、「竹園ハウス」があります。居室には家具等が完備されています。

「二の宮ハウス」においては、交流サロン、情報ライブラリー (インターネット使用可)、セミナールーム、ゲストルーム等を備えています。

また、毎月国際色豊かなものからアカデミックなものまで様々なイベントが開催されています。

★ 二の宮ハウス (184 居室)

★ 竹園ハウス (36 居室)

連絡先：JST 外国人研究者宿舎「二の宮ハウス」

Tel: 029-858-7000 [URL](http://www.jst.go.jp/inter/jsthouse/) http://www.jst.go.jp/inter/jsthouse/



二の宮ハウス中庭
Garden of Ninomiya House



二の宮ハウス (二人用居室)
Room for two at Ninomiya House

2-1-2 民間宿舎

民間宿舎には、大きく分けて次の2種類のタイプがあります。

- ① アパート、マンション：部屋数1～3でトイレ・風呂や台所の備えのあるところが普通です。立地条件、付帯設備によって価格も様々です。
- ② 貸家：日本風の家屋が普通です。

★ Japan Student Services Organization
Tokyo International Exchange Center

Tokyo Academic Park, 2-2-1 Aomi, Koto-ku, Tokyo 135-8630
Tel: 03-5520-6033 [URL](http://www.jasso.go.jp/index_e.html) http://www.jasso.go.jp/index_e.html

Housing in the Tsukuba Science City Area

In the Tsukuba area, **Ninomiya House** and **Takezono House**, owned by the Japan Science and Technology Agency (JST) and managed by the Japan International Science and Technology Exchange Center, are housing facilities for researchers. These rooms are furnished.

Ninomiya House is equipped with a salon, a library offering wireless Internet access, seminar rooms and guest rooms. It also holds a variety of monthly events, including ones with an international flavor and others with academic content.

★ Ninomiya House (184 rooms)

★ Takezono House (36 rooms)

Please contact the following for further information about these houses:

**JST International Residence for Foreign Researchers:
Ninomiya House**

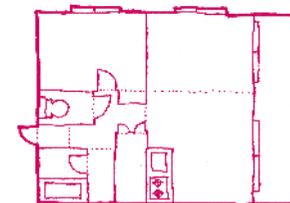
Tel: 029-858-7000 [URL](http://www.jst.go.jp/inter/jsthouse/en/index.html) http://www.jst.go.jp/inter/jsthouse/en/index.html

2-1-2 Private Housing

Private housing can be divided into two general types:

- 1) **Apartments** – usually of one to three rooms with a bathroom and kitchen, rental rates vary depending on the facilities provided and location.
- 2) **Rental Houses** – usually Japanese style. As a rule, neither of these types come furnished. You may, therefore, need to either rent or buy necessary furnishings if you choose to rent private housing.

Although some universities have recently begun providing housing facilities for families, it is likely that you will need to rent a private apartment or house if you plan to have your family with you in Japan.



2DK タイプの間取り図
Typical 2DK accommodation
(2 rooms + “dining kitchen”)

民間宿舎には、通常、家具は付いていません。必要な家具は、自分で購入するかレンタルすることになります。

なお、家族を呼ぶ場合は、民間のアパート・マンションに入居することが多いようですが、最近では各大学とも家族用の宿舎を用意しているところもあります。

2-2 民間宿舎の借り方

来日後、民間宿舎を探す場合、通常、民間不動産業者に当たり、希望の物件があれば仲介を依頼することになります。この場合、日本独特の商習慣があるため外国人には手続きに困難が伴いますので、自分一人で業者に当たるのではなく日本人に同行してもらうことをお勧めします。

また、その他の方法としてインターネット、住宅情報誌、英字新聞等で探す方法もあります。条件が合えば直接電話などで交渉ができます。

公益財団法人日本賃貸住宅管理協会のホームページでは、英語、中国語、韓国語などの外国語で賃貸情報を提供しています。

(URL <http://www.welcome.jp/>)

2-2-1 家賃の目安

家賃は、大都市と地方都市で大きな差があるほか、大都市では市街の中心地までの距離、部屋の広さ、築年数などによって異なります。

月額家賃の目安としては、現在、一部屋に台所、トイレ・風呂付で、大都市では8～9万円程度、地方都市で6～7万円程度でしょう。

なお、これに共益費、公共料金に加わった金額が、毎月必要な住居費となります。詳細は2-3を参照してください。

2-2-2 賃貸関連費用

日本では、民間宿舎に入居するために各種の費用を要します。その代表的な例は、手付金と、契約時に払う敷金、礼金、仲介斡旋料などの費用です。

手付金とは、契約前に入居の意思を表明するために家主に払う予約



ふどうさんや
不動産屋
Real Estate Agent

2-2 Renting Private Housing

If you plan to look for private housing after you arrive in Japan, you will probably need to use the services of a real estate agent in order to find housing that suits your needs. Since there are special customs involved in the process of searching for and renting real estate in Japan which foreigners may have difficulty in understanding, we recommend that you not try to do so on your own but bring a Japanese person along to assist you.

Another way of looking for private housing is to look on the Internet, or in housing information magazines, English-language newspapers, etc. If you find something that looks good, you can call the number provided directly to inquire about it.

The Japan Property Management Association provides rental housing information on its website in foreign languages including English, Chinese, and Korean (URL <http://www.welcome.jp/english/>).

2-2-1 Average Rental Fee

Rental fees are substantially higher in metropolitan areas than in outlying cities, and rent varies according to the distance of the house/apartment from the central district, the size of the property, and its age.

Generally, the monthly rental fee for an apartment with one living room, a kitchen and a bathroom is about ¥80,000 to 90,000 in major cities and ¥60,000 to 70,000 in outlying cities.

A maintenance fee and utility charges will also be added to your monthly housing expense. For details, see **section 2-3**.

2-2-2 Rent-related Costs

Various fees and deposits are required when renting real estate in Japan. These may include *tetsuke-kin* (holding deposit), *shiki-kin* (security deposit), *rei-kin* (key money), and *chukai-assenryo* (real estate agent's fee).

The *tetsuke-kin* is a deposit paid to the landlord in advance of signing the rental contract to show that you are interested in securing the property. (Please note that the deposit may not be refundable if you decide not to rent the property.) The *tetsuke-kin* is applied to the rent-related fees when you sign the contract. You will need to pay the required *shiki-kin* and *rei-kin* as well as one month's rent in advance to the landlord when you sign the

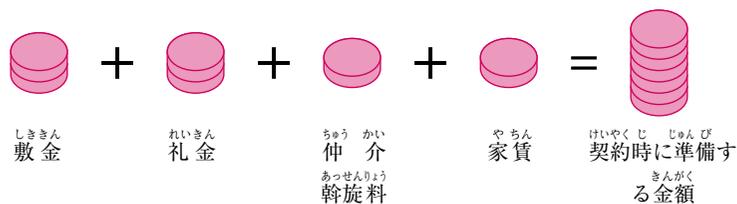
金です。(予約を取消した場合に返金されることがありますので注意してください。)手付金は、契約成立時に払う費用の一部に充当されます。契約時には敷金、礼金と1か月目の家賃と併せて家主へ支払い、仲介手数料は不動産業者を通した場合、業者に支払います。

これらの金額は、地域や物件によって違いがあります。一応の目安として、1か月目の家賃を含めて、家賃のおおよそ5~7か月分は必要だと考えておいた方がよいでしょう。

これらの費用の内訳及び返金の有無はおよそ次の表のとおりです。

ひょうめい 費用名	きんがく 金額の目安	へんきん 返金の 有無	びこう 備考
しき きん 敷金 (補償金)	やちん 家賃1~2か げつぶんていど 月分程度*	あり	たいのう たい たんぼきん たい 滞納などに対する担保金です。退 きよじ へや せいそう びひん しゅうとう 去時に部屋の清掃、備品などの修 り こうしん ひ じゅうとう あま 理・更新費に充当され、余りがあ れば返金されますが、追徴される こともあります。
れい きん 礼金 (権利金)	やちん 家賃1~2か げつぶんていど 月分程度*	なし	しゅうかんてき ひつよう けい ひ しゅうしゃ り 習慣的に必要な経費で、宿舍を利 よう けんり えん たいか 用する権利を得たことへの対価とし て払います。必要のない物件もあ ります。
ちゅう かい 仲介 あつせんりよう 手数料	やちん げつぶん 家賃1か月分 ていど 程度*	なし	ふどうさんあつせん たい ちゅうかいりよう 不動産仲介に対する仲介料です。
や ちん 家賃	やちん げつぶん 家賃1か月分 *	なし	つきなか じゅうきよ ばあい とうがいつき ひ 月半ばに入居の場合、当該月の日 わりぶん しほら ばあい 割分を支払う場合もあります。

*地域差があり必ずしも一律ではありません。



この他、火災保険に加入しないと、契約できない場合があります。

contract. If you use the services of a real estate agent, you will also need to pay the agent's fee at that time.

The amount of these fees and deposits can vary by district and type of property. As a general practice, it is best to be prepared to pay fees and deposits, as well as advance rent in an amount equivalent to five to seven months' rent when signing the rental contract.

A description of these fees—their amounts and whether or not they are refundable—is as follows:

Fee/ Deposit	Amount Required	Refundable	Description
Shiki-kin (security deposit)	About 1 - 2 months' rent*	Yes	Security deposit is to cover such costs as unpaid rent. The landlord may apply this deposit to the cleaning of the room or repairs and replacement of fixtures when the tenant moves out. The remaining balance, if any, is refundable to the tenant, but in some cases, tenants may be invoiced for further payment.
Rei-kin (key money)	About 1 - 2 months' rent*	No	Paid to the landlord as a custom to thank them for the right to use their property. Some landlords do not charge this fee.
Chukai-assenryo (real estate agent's fee)	About 1 month's rent*	No	Fee paid to the intermediary real estate agent.
Advance Rent	1 month's rent*	No	May be prorated when moving in or out in the middle of the month.

*There is no set amount as this differs by region.



In some cases, you will also be required to take out fire insurance.

2-2-3 賃貸契約の仕方と注意

不動産業者のもとで借主と貸主のあいだで話がまとまると賃貸契約書が作成されます。

契約書には、押印（又はサイン）が必要ですが、押印（又はサイン）した契約は遵守しなくてはなりませんので、十分記載内容を検討してから押印（又はサイン）するようにしてください。

通常、賃貸契約のためには保証人が必要です。保証人になりうる資格をもつ人（受入研究者など）に保証人となってもらってください。

なお、契約書の多くは日本語で書かれていますので、契約時には、保証人又はその代理の日本人に同行してもらおうことをお勧めします。

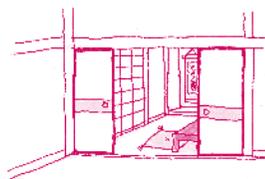
2-3 住居費

入居以後に毎月必要な住居費には、家賃、共益費、公共料金などがあります。

- ① 家賃：家賃は、習慣として、月払いです。
- ② 共益費：共益費とは、アパートなどで、共通の廊下、階段、エレベータ、外灯など、生活上の共有部分の維持、管理のために住人が出し合う費用のことで、家賃とは別です。
- ③ 公共料金：電気、ガス、水道、電話などの料金は家賃とは別で、公共料金と呼ばれます。

公共料金は、それぞれ取扱う会社などに使用料を支払う必要があります。

支払方法は、銀行口座からの自動振替、または金融機関、郵便局、コンビニエンスストアなどで支払うことができます。



和風の居室
Japanese-style living room

よく使われる住居関連用語

House	jūtaku	住宅
Apartment (wooden walls)	apāto	アパート
Apartment (concrete walls)	manshon	マンション
Real Estate Agent	fudōsanya	不動産屋
Landlord	ōya-san	大家さん

ā, ō, ū: Pronunciation should be lengthened, like “ah,” “oh” and “you.”

2-2-3 Rental Contract Procedures and Precautions

A **Rental Contract** is drawn up after details have been settled between the landlord and tenant with the help of the real estate agent.

An **inkan stamp** (or a signature) is required to conclude the rental contract. Since a rental contract is legally binding once concluded, be certain you thoroughly understand its terms before you stamp or sign it.

Further, rental contracts normally require a **guarantor (hoshonin)**. You will, therefore, need to ask a qualified person (such as a researcher at your host institution) to be your guarantor.

Since most rental contracts are written in Japanese, you should have your guarantor or another Japanese person accompany you when you sign the rental contract.

2-3 Rent and Other Fees

After you move in, you will need to pay the required rent, maintenance fees and utility charges every month.

- 1) **Rent (Yachin)**: Rent is customarily paid monthly.
- 2) **Maintenance Fee (Kyoeki-hi)**: The maintenance fee covers the maintenance and management of common facilities, such as hallways, stairways, elevators, outdoor lighting and other shared parts of such properties as apartment buildings. This fee is separate from the rent, as it is pooled by the residents to cover the cost of maintenance.
- 3) **Utility Charges (Kokyo-ryokin)**: Utilities include electricity, gas, water, telephone and other such services charged separately from rent. These fees are paid to the respective service/utility companies. You can pay these fees by having them automatically debited from your bank account, or you can pay them at a bank, post office, or convenience store.

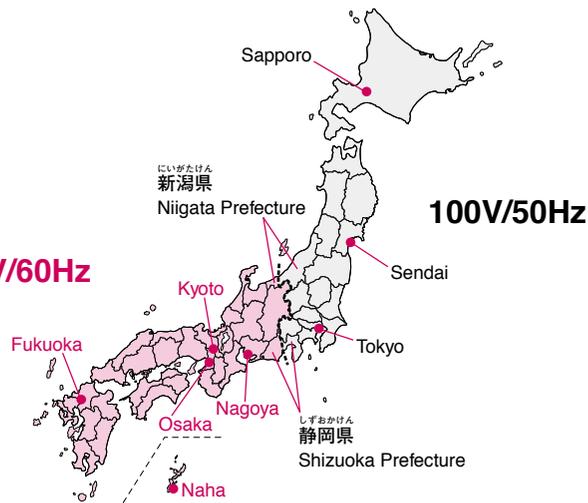
Frequently Used Housing Terms

Holding deposit	tetsuke-kin	手付金
Security deposit	shiki-kin	敷金
Key money	rei-kin	礼金
Rent	yachin	家賃
Real estate agent's fee	chūkai-assenryō	仲介斡旋料

2-4 電気・ガス・水道

電気は、日本では富士川（静岡県）と糸魚川（新潟県）を境にして東と西とで電気の周波数が異なっています。東側では100ボルト50ヘルツ、西側では100ボルト60ヘルツと異なりますので電化製品の使用には注意が必要です。

部屋全体の電気が消えた時は、許容量オーバーが原因であることが考えられますので、不要なスイッチを切りスイッチボックス（ブレーカー）のスイッチを入れてみてください。落雷などが原因の場合には修理されるまでに多少時間がかかることもありますが、慌てないで少し待ってみてください。



ガスは、地域により都市ガスとプロパンガスの2種類があります。使用開始時には、ガス会社に連絡をして開栓してもらいます。種類に合った器具が正しくセットされているか確認し、十分注意して使用してください。使用しない時は、必ず元栓を閉めることをお勧めします。

ガス漏れの疑いがある場合には部屋の空気を入れ換えるとともに、必要に応じて、最寄りのガス会社のサービスステーションに連絡してください。

水道の使用開始時には、地区水道局に連絡をします。日本の水道水は飲用することができます。

2-4 Electricity, Gas, and Water

Electricity The electrical frequency differs between eastern and western Japan as divided by the Fuji River (in Shizuoka Prefecture) and Itoi River (in Niigata Prefecture). Since it is 100 volts/50 hertz in eastern Japan and 100 volts/60 hertz in western Japan, please take care when using electrical appliances in an area they were not designed for.



電気のブレーカー
Power circuit breaker

If you have a power failure at your home, it may be because you are using electricity in excess of your home's amperage capacity. Turn off any unnecessary electricity and reset the breaker switch. If the power failure is due to a lightning surge or other system failure, it may take a while before your service is restored, so please wait calmly.

Gas There are two types of gas service depending on the area: city gas and propane gas. You need to ask the gas company to come to open the main valve before you start using the gas. Be sure that gas appliances are correctly installed and suit the type of gas you have before using them. Then take sufficient care when using the gas. When not in use, you should close the valve of each of the gas outlets in your home. If you suspect a gas leak, open the windows and doors to ventilate the room thoroughly and contact your local gas company for service when needed.



プロパンガスボンベ
Propane gas cylinder

Water You need to contact your local waterworks bureau before you can start using the water. Water supplied to Japanese homes can be used for drinking.

2-5 居住習慣に関する注意事項

日本の文化、生活習慣は外国とは異なるため、家主や隣人と思わぬところでトラブルが起きるかもしれません。日本の居住習慣には十分従うようお願いします。特に、次の点に注意してください。

2-5-1 換気

日本の気候は湿潤なため、特に、夏場は湿度が高いためカビが発生しやすくなります。

家屋内のカビの発生には注意してください。家主とのトラブルの原因になりますので、普段から十分に換気を行うことをお勧めします。

2-5-2 屋内の手入れ

部屋、備品などを破損したり汚したりした場合、自費で修理する必要がある場合があります。もしも改装をしたい場合には必ず事前に家主に了解を得てください。

2-5-3 ゴミの捨て方

家庭内で生じたゴミの捨て方は、市区町村によって指定されています。家主や各自治体のホームページやパンフレット等でルールを確認し、指示に従ってください。次に挙げるのは指定カテゴリーの例です。

- ① 種別 (分別) : 可燃ゴミ、不燃ゴミ、粗大ゴミ、資源ゴミ (紙・ビン・カンなど)
分別は地域により異なることがあります。
- ② 収集日 (曜日) : 各分別ゴミにより、収集される曜日や日時が指定されることがあります。
- ③ 収集場所 : 宿舎、居住地区ごとに指定されています。
- ④ ゴミ袋 : ゴミ袋を指定 (透明のゴミ袋等) している市区町村もあります。
- ⑤ 粗大ごみ処理券 : 自治体によって処理手数料が異なります。処理券 (シール) をコンビニなどで購入し貼付けて出してください。収集には各地域の「粗大ごみ受付センター」への予約が必要ですので気をつけてください。

2-5 Precautions Concerning Daily Living Customs

Since Japanese culture and customs are different from your home country, misunderstandings may arise between foreign tenants and their landlord or neighbors over unexpected matters. Please be careful about observing the daily living customs of Japan. Particular attention should be given to observing the customs described in the following subsections.

2-5-1 Ventilation

Due to the high level of humidity in Japan, mold tends to develop inside houses, particularly in the summer. Please be careful about preventing the growth of mold in your home as this may cause a problem between you and your landlord. We recommend that you keep your home well ventilated to prevent the growth of mold.

2-5-2 Interior Care

If you damage or soil the property or its furnishings, you must pay for the repairs by yourself. As a custom, you should also restore everything to its original condition at your own expense before moving out. If you wish to make any renovations, you must first obtain permission from your landlord.

2-5-3 Garbage Disposal

Each city, ward, town and village has its own rules for the disposal of household garbage. Please ask your landlord or see the municipal office's website or pamphlet for information on garbage disposal rules and be sure to follow these rules. The following are examples of common points concerning garbage disposal:

1) Garbage Categories

Combustible garbage, Non-combustible garbage, Large-sized garbage, Recyclables (paper, bottles, cans, etc.). Rules for separating garbage vary from district to district.

2) Garbage Collection Days

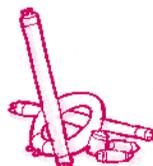
Collection days and times may be designated for each category of garbage.

3) Collection Station

Garbage-collection stations are also designated for each building or district.



かねん
可燃ゴミ
Combustible garbage



ふねん
不燃ゴミ
Non-combustible garbage



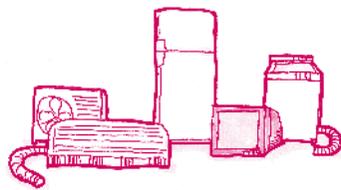
そだい
粗大ゴミ
Large-sized garbage



しげん
資源ゴミ (紙、ビン、カン等)
Recyclables (paper, bottles, cans, etc.)

⑥家電4品目

家電リサイクル法により、冷蔵庫・冷凍庫、エアコン、洗濯機・衣類乾燥機、テレビの4品目は粗大ゴミとして処理できません。販売店または市区町村の窓口にご相談してください。東京23区では、家電リサイクル受付センター (Tel: 03-5296-7200) で受け付けます。



れいぞうこ 冷凍庫・冷凍庫、エアコン、洗濯機・衣類乾燥機、テレビ
Refrigerators and freezers; air conditioners; washing machines and clothes dryers; and TVs

⑦家庭用パソコン

パソコンは粗大ゴミとしては収集しません。製品メーカーに直接申し込んで回収してもらってください。リサイクルマークのついたパソコン (2003年10月以降に販売されたもの) の回収は無料ですが、それ以前の製品はリサイクル料金がかかります。詳しいことはパソコン3R推進

4) Garbage Disposal Bags

Some cities, wards, towns and villages specify the type of garbage disposal bag (such as transparent garbage bags) that may be used.

5) Large-sized Garbage Handling Fee Coupon

Handling fees for large-sized garbage vary depending on the municipality. Please purchase the necessary coupons (stickers) at a convenience store or other such outlet, and attach them to your large-sized garbage. Please note that you must make reservations for pickup with the large-sized garbage reception center of your local community.

しげん 資源 Recyclables 土 (Sat.) 8:00
かねん 可燃ゴミ Combustible waste 月 (Mon.) 木 (Thu.) 9:30
ふねん 不燃ゴミ Non-combustible garbage 火 (Tue.) 9:30



しゅうじゅうび し かんぱん
ごみ収集日を知らせる看板
Notice board indicating garbage collection days

6) Electrical Appliances

According to the Home Appliances Recycling Law, four types of electrical appliances must not be disposed of, even as large-sized garbage: refrigerators and freezers; air conditioners; washing machines and clothes dryers; and TVs. Please consult a local electrical appliances shop or your local government office. The Home Appliances Recycling Center (Tel: 03-5296-7200) accepts disposal of these items within the 23 wards of Tokyo.

7) Home Computers

Since personal computers are not collected with other large-sized garbage, apply directly with manufacturers to have your computers collected. Computers bearing Recycling Seals (marketed after October 2003) are collected free of charge. Recycling fees are charged for earlier models. For further details,

Useful Japanese Expressions (2)

べんり にほんごりょうげん
便利な日本語表現 (2)

にほんご
日本語がわかりません。

Nihongo ga wakarimasen. I don't understand Japanese.

えいご はなひと
英語を話す人はいますか。

Eigo wo hanasu hito wa imasuka? Is there anyone who can speak English?

ゆっくりおねがいします。

Yukkuri onegai shimasu. More slowly, please.

か
書いてください。

Kaite kudasai. Please write it down.

きぶんわる
気分が悪い。

Kibun ga warui. I don't feel good.

___ をください。

___ wo kudasai. Please give me ___.

にほんご
日本語でなんと言いますか。

Nihongo de nanto iimasuka? How do you say it in Japanese?

いくらですか。

Ikura desuka? How much?

___ は、ありますか。

___ wa arimasuka? Do you have ___?

___ は、どこですか。

___ wa doko desuka? Where is ___?

___ に、行きたいです。

___ ni ikitai desu. I want to go to ___.

Chapter 3 Daily Life in Japan

だいさんしょう
第3章

にちじょうせいかつ
日常生活



あじさい
紫陽花

はなごころば うつぎ しんぼうづよ むじょう
花言葉「移り気・辛抱強さ・無常」
つゆ (6~7月) に咲く、古くか
ら愛され「万葉集」にも詠まれた
はな いくえ かきかべん はんえい
花。幾重にも重なる花弁が「繁栄」
を表すことでも好まれた。
あらかわ この
土壌の pH 値により色が変わる。

Ajisai (Hydrangea)

What this flower signifies in Japan:
Fickleness, patience, transience
Hydrangeas bloom during the rainy
season in Japan (June through July),
and have been loved by Japanese
people since ancient times,
appearing even in the *Manyoshu*,
an anthology of ancient poetry.
The layers of overlapping petals
symbolize prosperity. The colors of
these flowers change depending on
the pH balance of the soil.

第3章

日常生活

本章では、外国人研究者が日常生活を送る上で必要となる基本的な事柄について説明します。

3-1 銀行

3-1-1 銀行口座の開設

銀行口座を開設しておく、滞在費の受け取りや公共料金の支払いなどに大変便利です。

銀行口座開設の場合は、本人であることが確認できる書類（在留カード、旅券など）と印鑑を持参してください。

なお、銀行によっては、サインでも口座を開設できる場所がありますので、事前に問い合わせてください。

印鑑の基礎知識

銀行口座開設の際、日本では、申込書にサインの代わりに印鑑を使用することが多く、印鑑による押印にはサインと同じ効果があります。銀行に登録した印鑑は、預金の引出しや口座を解約するときには必要ですので、保管には十分注意してください。

また、市区町村に印鑑登録したものを「実印」と呼び、それ以外の印鑑（認印）と区別します。「実印」は契約書作成や法的手続きのために使用され、車の購入時などに必要です。住民登録を完了した人は、一人につき1個の印鑑を登録できます。認印は、漢字、仮名、ローマ字などでもよいですが、「実印」は在留カードと同じ表記でなければなりません。登録できない印鑑がありますので、詳しくは市区町村の担当課に問い合わせてください。

3-1-2 自動支払い、キャッシュカード

銀行口座から、公共料金などの自動支払いができます。詳しいことは、銀行の窓口で尋ねてください。



また、キャッシュカードを作れば、お金の引出し、振込などに現金自動預け払い機（ATM）を利用できるようになります。

Chapter 3

Daily Life in Japan

This chapter describes the fundamentals necessary for overseas researchers for their daily life in Japan.

3-1 Banks

3-1-1 Opening a Bank Account

Opening a bank account is a convenient way to receive your living allowance, pay utility bills, and conduct other transactions.

Since you will be asked to present some form of personal identification for verification purposes when opening a bank account, you should bring your Residence Card, passport, or other form of identification, as well as your *inkan* stamp. Some banks will also allow you to open an account with your signature, so it is best to ask in advance.

Basic knowledge about *inkan* stamps

In Japan, an *inkan* stamp is typically used instead of a signature on the application form when opening a bank account. Affixing your *inkan* to a document has the same effect as signing it. Since you will need to use this *inkan* when making withdrawals from your savings account or closing the account, you should take care to keep it in a safe place.

The *inkan* that you register at your local government office, however, is called a *jitsuin* and is different from other *inkan* which are referred to as *mitomein*. The *jitsuin* is used when making formal contracts or legal documents. You will need a *jitsuin*, for instance, when you purchase a car. Each foreign resident who has completed their resident registration is permitted to register one *jitsuin*. While kanji, kana, or roman letters can be used for a *mitomein*, with a *jitsuin*, your name must appear as shown on your Residence Card. Since some types of *inkan* cannot be registered, please inquire at your local government office for details.

3-1-2 Automatic Payment and ATM Cash Card

Utility payments can be made by automatic bank transfer from your account. For more information, ask at the counter of your bank.

If you apply for a cash card, you can conveniently withdraw cash from your account through **automated teller machines (ATMs)**.

【銀行の営業時間】

窓口の営業時間は、主に月曜日～金曜日は9:00～15:00で、土曜日、日曜日、祝日は休みのところが多いです。ただし、サービスの多様化から営業時間も銀行によって異なります。詳しくは利用する各銀行・支店に直接確認してください。

キャッシュコーナーの営業時間は、各銀行・支店によって異なり、時間帯によって手数料もさまざまですが、土曜日、日曜日、祝日も営業しています。

現金自動預け払い機（ATM）は、コンビニエンスストアにも設置されていて24時間使用できる場所もあります。

3-2 郵便

3-2-1 郵便局

郵便局では、各種郵便物の取り扱いのほか、貯金や保険などの業務も行っています。

窓口の受付時間は、郵便物については9:00～17:00、保険と貯金については9:00～16:00のところが多いです。主に土曜日、日曜日、祝日は休みですが、各地域に1か所程、休日にも開業している郵便局があります。詳しいことは、郵便局の窓口で尋ねてください。

また、切手やはがきは郵便局のほか、コンビニエンスストアなどでも販売しています。

受取の印鑑、サインなどを必要とする小包や書留が配達される際、不在だと配達員は郵便物を持ち帰り、不在配達通知書を置いていきます。これらの小包や書留は、再配達してもらうか、ふざいはいたつちしよざいりゆうみぶん不在配達通知書と在留カードなど身分証明書、サイン（印鑑でも可）を持参して、指定の郵便局で受け取ることができます。

また、国内で引っ越したときは、日本郵便のホームページ（URL <https://welcometown.post.japanpost.jp/etn/>）で転居届を申込み、郵便局に備えて



てんきよとびけよう
転居届用はがき
Postcard requesting mail to be forwarded to a new address

Banking Hours

Most banks are usually open from 9:00 a.m. to 3:00 p.m. on weekdays and closed on Saturdays, Sundays, and national holidays. Since their services are becoming diversified and business hours vary these days, please inquire at the bank you are intending to use for more information.

ATMs are usually in operation on Saturdays, Sundays, and national holidays as well. Operating hours, however, differ depending on the bank and branch. Also, handling fees vary depending on the time of the transaction.

ATMs are also located at many convenience stores where they can be used 24 hours a day.

3-2 Mail

3-2-1 Post Offices

Besides handling all types of mail, the post office offers banking, insurance, and other services. Most post offices are open 9:00 a.m. to 5:00 p.m. for mail, 9:00 a.m. to 4:00 p.m. for insurance or savings transactions. Although the counter is usually closed on Saturdays, Sundays and national holidays, one post office in each district is open for business on these days. Ask at your local post office for more information.

Besides post offices, stamps and postcards are also sold at convenience stores.

If you are not at home when the mail-carrier delivers mail such as a parcel or registered letter that requires your signature (or *inkan*), he/she will take these back to the post office and leave a **notice of delivery** instead. You can arrange a redelivery, or, if you would like to pick it up, you must bring the notice of delivery, personal identification such as your Residence Card and your *inkan* if you have to the designated post office.



ゆうびんきょく
郵便局
Post office



ひだりくち つうじょうゆうびん みぎくち ほかにゆうびんよう
左の口は通常郵便、右の口はその他の郵便用
Left slot is for normal letters and cards, right for other or larger envelopes

ある転居届用はがきを投函しておくとして1年間転居先(国内)へ転送して
くれます。

【郵便案内サービス】

★日本郵便お客様サービス相談センター

月曜日から金曜日の8:00～22:00まで
土曜、日曜、休日の9:00～22:00まで

Tel: 0120-23-28-86 (日本語音声ガイダンス)

0570-046-111 (英語受付) ※有料

0570-046-666 (携帯電話からの受付、日本語) ※有料

日本郵便の英語のホームページ (URL <http://www.japanpost.jp/en/>) でも各種情報を得ることができます。

3-2-2 海外宅配便

郵便局とは別に、民間会社でも国内外への配達事業を行っています。
主な海外宅配業者は、以下のとおりです。

★ディー・エイチ・エル・ジャパン (DHL) Tel: 0120-39-2580

URL <http://www.dhl.co.jp/>

★フェデラルエクスプレスジャパン (FedEx)

Tel: 0120-003200 (043-298-1919)

URL <http://www.fedex.com/jp/>

★日本クーリエサービス Tel: 03-6892-8120

URL <http://www.nippon-courier.co.jp/>

★OCS (旧海外新聞普及) Tel: 0120-627-012

URL <http://www.ocs.co.jp/>

★西濃シエンカー Tel: 03-5769-7300

URL <http://www.dbschenker-seino.jp/log-jp-jp/start/>

★TNT エクスプレスジャパン Tel: 0120-599-868

URL http://www.tnt.com/express/ja_jp/site/home.html

★UPS ジャパン Tel: 0120-27-1040

URL <http://www.ups.com/content/jp/ja/index.jsx>

注) 0120 で始まる電話番号は、通話料金がかかりません。

If you move within Japan, you can notify your new address using online service of Japan Post (URL <https://welcometown.post.japanpost.jp/etn/>) or a **change of address postcard** available at your local post office. Any mail sent to your old address will be forwarded to your new address (in Japan) for one year.

[Postal Services Information]

★Japan Post Customer Service Center

Monday through Friday, 8:00 a.m. – 10:00 p.m.

Saturdays, Sundays and national holidays, 9:00 a.m. – 10:00 p.m.

Tel: 0120-23-28-86 (recorded guidance in Japanese)

0570-046-111 (for calls in English, fees apply)

0570-046-666 (for calls from a cellular phone in Japanese, fees apply)

Information is also available on the **Japan Post** English website (URL <http://www.japanpost.jp/en/>).

3-2-2 Overseas Courier Services

Besides the post office, there are also private courier companies that deliver letters and parcels both within Japan and overseas. The major overseas courier companies are as follows:

★ DHL Japan Tel: 0120-39-2580

URL <http://www.dhl.co.jp/en/>

★ Federal Express Tel: 0120-003200 (043-298-1919)

URL http://www.fedex.com/jp_english/

★ Nippon Courier Service Tel: 03-6892-8120

URL <http://www.nippon-courier.co.jp/>

★ Overseas Courier Service (OCS) Tel: 0120-627-012

URL http://www.ocs.co.jp/en/index_en.html

★ Schenker-Seino Tel: 03-5769-7300

URL <http://www.dbschenker-seino.jp/log-jp-jp/start/>

★ TNT Express Japan Tel: 0120-599-868

URL http://www.tnt.com/express/en_us/site/home.html

★ UPS Japan Tel: 0120-27-1040

URL <http://www.ups.com/>

Note: The 0120 numbers are toll-free.

3-3 電話

3-3-1 自宅への電話のひき方

自宅へ電話をひくには、NTT (116番) に電話をして申し込みます。その際、パスポートや在留カード、健康保険証等の身分を証明できるものがが必要です。施設設置費用は、契約料 864 円と施設設置負担金 38,880 円です。また、施設設置負担金が不要になるかわりに、月々支払う回線使用料が若干割高になる加入電話・ライトプランもあります (料金はすべて税込み価格です)。

電話回線には、アナログ回線方式とデジタル回線方式の2タイプがあります。インターネットへ接続するには、アナログ回線およびデジタル回線のどちらでも利用できます。(インターネットへの接続については 3-3-6 を参照)

注) これまでは、自宅に電話をひくサービスは NTT のみが行なってきましたが、ソフトバンクや KDDI などの電話会社も、新たにサービスを始めました。その際、施設設置負担金は必要ありませんが、サービスの提供区域や特殊な番号 (コレクトコールなど) の利用に制限がありますので、まずは問い合わせをしてください。

3-3-2 国内電話

国内電話は、NTT が広く利用されていますが、この他、ソフトバンク、KDDI 等があります。通話料金には若干の差がありますが、夜間割引や休日割引などの割引プランがあります。

それぞれの問い合わせ先は、次のとおりです。

★ NTT
※携帯電話・PHS からは Tel: 0120-116000

URL <http://www.ntt.co.jp/>

★ソフトバンク Tel: 0088-82/0120-0088-82

URL <http://www.softbank.jp/>

★ KDDI Tel: 0077-777

URL <http://www.kddi.com/>

なお、電話番号などを英語で案内したのものとしては、インターネットの「Japan Tips」があります。

★ Japan Tips URL <https://jptips.itp.ne.jp/en/>

3-3 Telephone

3-3-1 Installing a Telephone

To install a telephone at your residence in Japan, first make a call to NTT (dial 116) and make an application. You will need your ID such as passport, Residence Card, or Health Insurance Card. There is a contract fee of ¥864 and a line facilities charge of ¥38,880. There is also Kanyu Denwa Lite Plan which does not charge a line facilities fee if you pay a slightly higher basic monthly fee (prices included tax).

There are two types of phone lines: analog and digital. To connect to the Internet, you can use either the analog type or the digital type. (See section 3-3-6 for information on connecting to the Internet.)

Note: Until recently, only NTT provided telephone line installation services. However, SoftBank, KDDI and other carriers have also started offering these services as well. Though these carriers do not require a line facilities charge, there are restrictions of their service areas or special phone numbers (such as collect calls). Please inquire with these companies for details.

3-3-2 Domestic Telephone Calls

For domestic calls, NTT is most widely used. Alternative companies include SoftBank and KDDI. While there are some slight rate differences among the companies, all offer nighttime and holiday discount rates.

For more information, please contact these companies at the following numbers:

★ NTT Tel: 116
Tel: 0120-116000 (from mobile phone and PHS)
URL http://www.ntt.co.jp/index_e.html

★ SoftBank Tel: 0088-82/0120-0088-82
URL <http://www.softbank.jp/en/>

★ KDDI Tel: 0077-777
URL <http://www.kddi.com/english/>

You can find a telephone directory in English called Japan Tips on the Internet.

★ Japan Tips URL <https://jptips.itp.ne.jp/en/>

【外国語によるNTT情報問い合わせ窓口】

★ NTT 東日本外国語情報センター：

Tel: 0120-364-463 (無料)

★ NTT 西日本外国語相談センター：

Tel: 0120-064-337 (無料)

いずれも英語、中国語、韓国語、ポルトガル語、スペイン語で対応できます。(月曜日～金曜日の9:00～17:00。祝日および年末年始を除く)

3-3-3 国際電話

国際電話は、KDDIが広く利用されていますが、その他、ソフトバンク、NTT コミュニケーションズなどがあります。国内電話の場合同様、通話料金には若干の差があるようですが、夜間割引や休日割引などの割引プランがあります。それぞれの識別番号、問い合わせ先は以下のとおりです。

おも 主な電話会社	しきべつばんごう 識別番号	と 問い合わせ (無料)
★ KDDI	001	Tel: 0057
★ ソフトバンク	0061	Tel: 0120-03-0061
★ NTT コミュニケーションズ	0033	Tel: 0120-506506

【国際電話のかけ方】

「申込電話会社の識別番号」+ 010 + 「国番号」+ 「市外局番」(最初の0を除く) + 「相手の電話番号」の順にダイヤルします。



国際電話のかけられる公衆電話
Public pay phone from which international calls can be made

For inquiries in foreign languages concerning NTT

★ NTT East Information Tel: 0120-364-463 (toll-free)

★ NTT West Information Tel: 0120-064-337 (toll-free)

Inquiries can be made in English, Chinese, Korean, Portuguese, and Spanish. (9:00 a.m.–5:00 p.m., Monday through Friday, except national holidays and year-end/New Year holidays)

3-3-3 International Telephone Calls

KDDI is the most widely used company for international calls. Alternative companies include SoftBank, NTT Communications and others. As with domestic calls, there are some slight rate differences among these companies. All offer nighttime and holiday discount rates.

The prefix codes and contact numbers for these companies are as follows:

Main Telephone Companies	Prefix	Contact Numbers (toll-free)
KDDI	001	Tel: 0057
SoftBank	0061	Tel: 0120-03-0061
NTT Communications	0033	Tel: 0120-506506

How to Make an Overseas Call

Dial

Telephone Company Prefix + 010 + Country Code + Area Code (without first 0) + Telephone Number in the correct order.



Skype (スカイプ)

インターネット電話サービスの Skype は、対応するソフトウェアをパソコンやスマートフォンにダウンロードすれば、Skype 同士なら世界中の場所へ無料で通話ができます。また、有料となりますが、固定電話・携帯電話への通話もできます。

ユーザーガイド：[URL https://support.skype.com/ja/](https://support.skype.com/ja/)

3-3-4 携帯電話とスマートフォンと PHS

モバイル電話には、携帯電話とスマートフォンと PHS があります。いずれも電話（日本国内・海外）をするという基本的な機能に加えて、電話会社によって様々な付加サービスが用意されています。これらの付加サービスにより、インターネットへ接続してメールの送受信やホームページの閲覧、各種アプリケーションをダウンロードしたり、別の端末をワイヤレスでインターネットにアクセスさせることもできます。また、写真や短い映像を撮り、送受信することができるサービスもあります。さらに、高速通信サービスの開始により、テレビ電話をはじめ動画その他大容量データの送受信が可能となりました。サービス内容、初期費用、毎月の使用料金などは各社により異なりますので、自分の使用目的に合った契約内容を選択する必要があります。これらの契約にもパスポート、在留カードなどが必要です。



スマートフォンと携帯電話
A smartphone and a cellular phone

Skype

Skype is an Internet telephone service. If you download the appropriate software for your PC or smartphone, you can converse with other Skype users anywhere in the world for free. Skype also allows users to connect with users of other types of phones such as fixed-line phones and cell phones for a fee.

User guide: [URL https://support.skype.com/en/](https://support.skype.com/en/)

3-3-4 Cellular Phones, Smartphones, and PHS (Personal Handyphone System)

There are three types of mobile phones in Japan: cellular (cell) phones, smartphones, and PHS. In addition to the basic telephone functions such as domestic and international calling, all types offer a variety of other services depending on the mobile phone service provider. These services include sending and receiving e-mail, accessing the Internet, browsing websites, downloading various applications, and allowing other devices to access the Internet over a wireless network. There are also services that let you take, send, or receive pictures and short movies. Sending and receiving video streams and other high-volume data as well as videophone service has become possible with the start of high-speed communication services. Since service offerings, sign-up charges, and monthly usage fees vary from company to company, you will need to choose the plan that best serves your needs. You will need to have your passport and Residence Card with you when signing a mobile phone contract.

SIMロック解除、日本国外から持ち込んだ端末の使用

日本では一般的に、スマートフォン・携帯電話端末とSIMカードはセットで契約・販売されており、ほとんどの端末にはSIMロックがかかれています。SIMロックは購入した携帯電話会社へ申し込むと解除できます。申し込み方法によっては有料になる場合があります。

自国で使用していたスマートフォン・携帯電話（技適マークのついていないもの）に日本で契約・購入したSIMカードを挿入して使用することは、入国から90日間まで認められています。その期間を超えて使用すると電波法違反となりますのでご注意ください。

【主なモバイル電話会社】

携帯電話・スマートフォン・PHS

★ NTT docomo Tel: 0120-005-250 (英語、中国語、スペイン語、ポルトガル語 9:00 ~ 20:00)

URL <http://www.nttdocomo.co.jp/>

★ SoftBank Tel: 0800-919-0157 (音声ガイドの「8」を押すと英語で案内します)

URL <http://softbank.jp/mobile/>

★ KDDI (au) Tel: 0077-7-111 (音声ガイドの「9」を押すとオペレーターにつながります)

URL <http://www.au.kddi.com/>

★ Y!mobile Tel: 0570-039-151 (音声ガイドの「0」を押すとオペレーターにつながります。9:00 ~ 20:00)

URL <http://ymobile.jp/>

携帯電話レンタルサービス

日本国内及び海外で使用可能な携帯電話をレンタルサービスする会社が数多くあります。上記携帯電話会社やそのグループ会社等でもレンタルサービスを行っています。利用料金、手続きなど会社によってまちまちですので、それぞれの会社に確認してください。

空港の到着ロビーにおいて、その場で手続きすれば、予約なしで即日レンタルできるサービスを行っている会社もあります。

Unlocking SIMs and Using Mobile Phones from Outside Japan

Smartphones and cell phones in Japan are usually sold together with a SIM (subscriber identification module) card, and the SIMs in most devices are locked. You can ask the mobile phone company where you purchase your device to unlock it, which may involve additional fees.

When you insert a SIM card purchased and contracted in Japan into the smartphone/cell phone (without the Japanese technical standard mark) you use in your home country, you may use it for a maximum of ninety days after arrival to Japan. If you continue to use your device with the unlocked SIM card beyond the authorized period, however, you will be in violation of the Radio Act.

Main mobile phone companies

Cellular phone, smartphones, PHS

★ NTT docomo Tel: 0120-005-250 (English, Chinese, Spanish, Portuguese: 9:00 a.m.–8:00 p.m.)

URL <http://www.nttdocomo.co.jp/english/>

★ SoftBank Tel: 0800-919-0157 (press 8 to hear options in English)

URL <http://softbank.jp/en/mobile>

★ KDDI (au) Tel: 0077-7-111 (press 9 to be connected to an operator)

URL <http://www.au.kddi.com/english/>

★ Y!mobile Tel: 0570-039-151 (press 0 to be connected to an operator; 9:00 a.m.–8:00 p.m.)

URL <http://ymobile.jp/>

Cellular Phone Rental Service

There are many companies providing rental services of cellular phones that can be used in Japan and overseas. The companies above and their group companies also offer such services. Since the fees and application systems differ depending on the company, you should confirm the details with each company.

In the arrival lobby at airports, some companies rent cellular phones without a reservation.

3-3-5 公衆電話

10円、100円硬貨かテレホンカードを入れてダイヤルします。テレホンカードは、駅の売店や自動販売機などで買うことができます。

公衆電話の中には、国際電話ができるものもあります。

110番（警察）・119番（火事・救急時）には硬貨やテレホンカードは必要ありません。

3-3-6 インターネットへの接続

自宅でインターネットに接続する方法として、光ファイバーや高速モバイルなどのブロードバンド接続が主流となっています。それぞれの特徴を以下に説明します。

■ 光ファイバー

光ファイバーケーブルを使用する方法で通信速度が高速です。プロバイダーを選んで申し込みます。プロバイダーが提供するIP電話を利用するのであれば、電話回線は必要ありません。ただし光ファイバーのサービス提供区域に住んでいることが条件となります。またマンションやアパートの場合、技術的に工事ができるかどうかが問題となります。場合によっては工事費が追加請求となることもありますので、業者に申し込む前に、大家さんの同意を得るようにしてください。

■ 高速モバイル

無線通信で高速インターネットに接続する方法です。回線の工事等の必要も無く端末とパソコンなどの機器をWi-Fi接続するだけで利用することができます。また、外出先でも電波の届くエリアではインターネットに接続することができます。

■ ダイアルアップ接続

ダイアルアップによるインターネット接続は、通常の電話回線を利用します。ダイアルアップサービスを受けるにはプロバイダーと契約し、毎月自分が接続するおおよその時間を目安に最も適した料金体系を選択するとよいでしょう。

3-3-5 Public Telephones

Public telephones can be used with 10-yen or 100-yen coins or a **prepaid telephone card**. Telephone cards are available at kiosks or automated vending machines, etc.

Some public telephones allow users to make international calls.

No coins or telephone cards are needed when making emergency calls for police (110) or fire/ambulance (119) services.

3-3-6 Connecting to the Internet

To connect to the Internet at your residence, broadband (such as optical-fiber and high-speed mobile) has become very common in Japan. Features of the various Internet connections are as follows:

■ Optical-fiber Cable

Optical-fiber cable enables speedy Internet connection for the user. To apply for this service, choose an ISP and talk to them about installation. If you also use IP phone service provided by the ISP, you will not need a phone line. To use optical-fiber cable connections, however, you will need to be living in an area where this service is available and there may also be technical problems that make the installation of cable to some apartment buildings very difficult or impossible. Please obtain permission from the landlord for installation before you order service from an ISP, since installing cable to the building itself requires additional work and an additional fee.

■ High-Speed Mobile

This is a method of connecting to the Internet by radio. There is no need to install a cable, and you can use the Internet simply by connecting your computer and a mobile hotspot device via Wi-Fi. You can also connect to the Internet in areas where you can pick up radio signals.

■ Dial-up

This traditional method of connecting to the Internet uses a standard analog phone line. To set up dial-up service, you need to open an account with an ISP and choose a plan based on the amount of time you expect to be on line each month.

■ CATV 回線

CATV 回線を利用してインターネットに接続する方法です。お住まいの地域や建物でサービスを受けられるか CATV 会社に問い合わせてみてください。

インターネット接続にあたっての注意事項

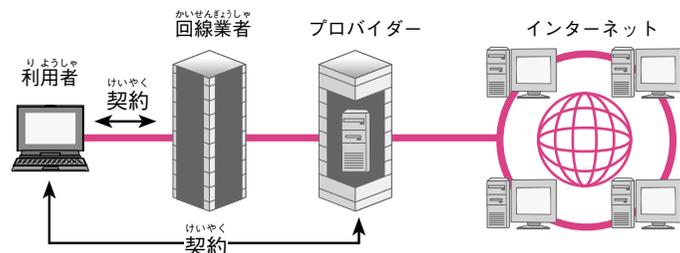
設置にあたっての工事では複数の業者がかかわることも珍しくありませんので、責任範囲を明確にすることが大切です。1 社だけで済む場合でも 1) 工事の責任範囲と費用、2) 装置は買取りかレンタル方式かリース方式か、3) 月額の利用料金の明細等を業者と明確にしておく必要があります。接続機器を自分で用意する場合は、業者推奨のものでないと思われトラブルにみまわれることがありますので、注意が必要です。

プロバイダーの選択

日本国内には、プロバイダーが多数あり、サービスや料金も様々です。また、ブロードバンドと IP 電話を組み合わせたサービスなど個々の特徴を生かした業者も見られるので、友人や同僚などにも聞いてみてください。

主なインターネット接続事業者を次に示します。

@nifty	URL http://www.nifty.com/	Tel: 0120-50-2210
au one net	URL http://www.au.kddi.com/internet	Tel: 0077-777 (0120-22-0077)
BIGLOBE	URL http://www.biglobe.ne.jp/	Tel: 0120-56-0962
J:com	URL http://www.jcom.co.jp/	Tel: 0120-999-000
OCN	URL http://www.ocn.ne.jp/	Tel: 0120-506-506
ODN	URL http://www.odn.ne.jp/	Tel: 0088-228-325
So-net	URL http://www.so-net.ne.jp/	Tel: 0120-117-268
Yahoo! BB	URL http://bbpromo.yahoo.co.jp/	Tel: 0120-33-4546



■ Cable TV line

This method uses the cable TV line to connect to the Internet. Please inquire with the cable TV companies to check if they provide such services in your area or the building you live in.

Notes on Connecting to the Internet

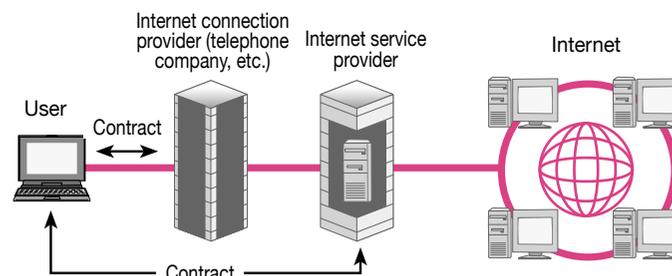
Since it is not unusual for several companies to be involved in the process of installation, you should confirm the range of responsibility for each company. Even if one company will handle everything, you should ask the company for details concerning (1) their range of responsibility in installation and the costs involved, (2) whether you will be buying, renting, or leasing the equipment, and (3) the monthly charges. If you want to utilize your own equipment, you should confirm with the company whether the equipment can be used, as equipment not recommended by the company can be a source of troubles.

Choosing a Provider

There is a large number of Internet service providers (ISPs) in Japan, and their services and charges vary. Since different carriers offer their own features in such services as broadband and IP phone combinations, we recommend that you ask friends or colleagues for information you can use.

The main Internet providers in Japan are as follows:

@nifty	URL http://www.nifty.com/	Tel: 0120-50-2210
au one net	URL http://www.au.kddi.com/internet	Tel: 0077-777 (0120-22-0077)
BIGLOBE	URL http://www.biglobe.ne.jp/	Tel: 0120-56-0962
J:com	URL http://www.jcom.co.jp/english.html	Tel: 0120-999-000
OCN	URL http://www.ocn.ne.jp/english/	Tel: 0120-506-506
ODN	URL http://www.odn.ne.jp/english/	Tel: 0088-228-325
So-net	URL http://www.so-net.ne.jp/	Tel: 0120-117-268
Yahoo! BB	URL http://bbpromo.yahoo.co.jp/	Tel: 0120-33-4546



3-4 交通機関

各種交通機関の切符の予約などは、各交通機関の営業所、全国の主要な駅の「みどりの窓口」もしくは旅行代理店などで扱っています。みどりの窓口では、パッケージツアーやホテルの手配も行っています。切符の料金やダイヤなどは、市販の『時刻表』に詳しく記載されています。

また、日本国内の旅行についての情報は 4-6 を参照してください。



みどぐち
JR みどりの窓口
JR Midorino Madoguchi
(ticket office)

3-4-1 鉄道 (JR)

JRの鉄道網は日本国内に張り巡らされていますので、国内を旅行する際には便利です。(巻末付録 XII 参照)

JRの切符には乗車券のほかに、特急券、急行券、指定券、グリーン券などの種類があります。これらは駅の窓口や旅行代理店で1か月前から購入することができます。また、各種の割引切符もあります。

【外国語 (英語、中国語、韓国語) による JR 情報問い合わせ窓口】

★ JR East Infoline

Tel: 050-2016-1603 (10:00 ~ 18:00 年末年始を除く)

JR 東日本ホームページ URL <http://www.jreast.co.jp/>



じどうかいきつ
JR 自動改札
JR automatic ticket gate

3-4 Transportation

Tickets of major public transport are available at the **Midorino Madoguchi** (green window) reservation counter at major railway stations, service offices and travel agencies throughout the country. Midorino Madoguchi can arrange package tours and hotel reservation as well.

Details on ticket fares, schedules, and other information can be found in timetables (*jikokuhyo*) sold at kiosks and bookstores.

Refer to **section 4-6** for more information on traveling within Japan.



けんばいき
JR 券売機
JR ticket vending machine

3-4-1 Japan Railway

Since the Japan Railway (JR) operates a network of train lines throughout Japan, traveling around the country is very convenient. (See **Appendix XII**.) When riding the JR, besides a passenger ticket (*josha-ken*), there are optional add-on tickets, such as a limited express ticket (*tokkyu-ken*), express ticket (*kyuko-ken*), reserved seat ticket (*shitei-ken*), or special reserved “green car” ticket (*guriin-ken*). These tickets may be purchased up to one month in advance at the station counter or a travel agency. There are also various discounted tickets available.

JR Information Service in English, Chinese and Korean

★ JR East Infoline

Tel: 050-2016-1603

(10:00 a.m. – 6:00 p.m., except year-end/New Year holidays)

JR East: URL <http://www.jreast.co.jp/e/>

3-4-2 電車・地下鉄・バス

大都市では、電車、地下鉄、バス等の公共交通システムがよく発達していますので、利用の仕方に慣れれば通勤や移動に大変便利です。

同じ経路を頻繁に利用する場合は、回数券または定期券を購入すると割安になります。

ICカードである「Suica」(JR東日本)、「ICOCA」(JR西日本)や「PASMO」(首都圏を中心とした鉄道・バス)は、複数の会社が運営する鉄道・路線バスで共通利用できるだけでなく、電子マネー機能も備えていて大変便利です。利用前にはチャージ金額が十分かを確認しておきましょう。



東京メトロのマーク
Tokyo Metro sign

都営地下鉄のマーク
Toei subway line sign

JR線のマーク
JR line sign

3-4-3 航空路

航空便は、国内の各主要都市間を頻繁に往復しています。

航空券は搭乗の2か月前から発売しており、電話やインターネット

で航空会社から直接購入できる他、旅行代理店でも取り扱っています。

日本の主要な航空会社は、日本航空 (JAL) と全日空 (ANA) があり

ますが、近年は格安航空会社 (LCC) も充実してきており、低価格で国内外の航空路を利用することが可能になりました。

(巻末付録 XII 参照)

【フライト・インフォメーション (予約・問い合わせ)】

国内線 全日空 (ANA) Tel: 0570-029-222

Tel: 0570-029-709 (English)

URL <http://www.ana.co.jp/>

日本航空 (JAL) Tel: 0570-025-071

Tel: 0570-025-121 (English)

URL <http://www.jal.co.jp/>

3-4-2 Trains, Subways and Buses

In major cities, the public transportation system, which includes trains, subways and buses, is highly developed. Once you grow accustomed to using public transportation, you will find it very convenient for commuting or moving from place to place.

If you need to travel the same route often, commuter passes and multiple tickets are very economical.

IC cards such as Suica (JR East), ICOCA (JR West), and PASMO (private railway and bus companies in the metropolitan area), can be used to pay fares on train and bus lines operated by multiple companies. They can also be used as electronic money, and are very convenient. Please be sure to load your card with money before you use it.



3-4-3 Airlines

Domestic airline flights make frequent round-trips to major cities in Japan.

Tickets can be purchased up to two months in advance directly from airline companies by phone or over the Internet. You can also purchase tickets at travel agencies. In addition to Japan Air Lines (JAL) and All Nippon Airways (ANA), the two long-standing major carriers, low-cost carriers have emerged that enable users to fly in and out of Japan at lower fees. (See Appendix XII.)

Flight Information (For reservations and inquiries)

Domestic Airlines

All Nippon Airways (ANA) Tel: 0570-029-222

Tel: 0570-029-709 (English)

URL <http://www.ana.co.jp/asw/index.jsp?type=de>

Japan Air Lines (JAL) Tel: 0570-025-071

Tel: 0570-025-121 (English)

URL <http://www.jal.co.jp/en/>

3-4-4 タクシー

タクシーは、駅や路上、公共施設などにあるタクシー乗り場で利用
できます。ドアは自動開閉が主流です。

料金は、各都市、車の大きさによって異なります。東京の場合は、
普通車で初乗1,052mまで410円(2017年10月現在)ですが、深夜・
早朝は割増し料金となります。料金は、運転席脇のメーターに表示
され、チップは必要ありません。



タクシー乗り場
Taxi stand

3-4-5 車の運転免許

日本で自動車を運転するには、外国で国際免許証を取得してから来
日するか、外国の免許証を日本の免許証に書き換える方法があります。
ただし国際免許証の有効期間は日本に到着後1年間、または当該免許
証の有効期間のいずれか短い期間で、更新は日本国内ではできません。
引き続き日本で運転をする場合は、外国の有効な免許証を日本の免許
証に書き換える必要があります。

外国の免許証の書き換えは、最寄りの運転免許試験場で行ってくだ
さい。

免許証の書き換えには、次の書類が必要です。

- (1) 現在有効な外国の免許証(発行後、発行国に3か月以上滞在していた
ことを証明する必要があります。発行日が記載されていない場合、発
行日の証明書が必要です)
- (2) 免許証の日本語訳文(免許を発行した国の大使館または日本自動車連
盟(JAF)で翻訳されたものに限りです)
- (3) 在留カード
- (4) パスポート
- (5) 最近6か月以内に撮影した写真(縦3cm×横2.4cm)1枚(写真は、
申請先で撮ることもできます—有料)
- (6) 手数料(2017年10月現在)
普通自動車 4,450円
原付 3,750円

3-4-4 Taxis

You can catch a taxi at designated taxi stands at stations and public
facilities, or hail one along the street. The rear doors of virtually
all taxis open and close automatically. Fares vary from city to city
and according to the size of the cab. The initial charge in Tokyo is
¥410 for the first 1,052 meters (as of October 2017); a surcharge is
added late at night and in the early morning. The fare is displayed
on the meter by the driver's seat. You don't need to pay a tip.



おも
主なタクシーの後部座席ドア
は自開閉式です
The rear door of virtually all
taxi opens automatically.

3-4-5 Driver's Licenses

To drive a car in Japan, you need to obtain an international driver's
license before arriving in Japan or convert your overseas
driver's license to a Japanese driver's license. An international
driver's license is valid for one year after entry into Japan or un-
til your overseas driver's license expires, whichever comes first.
You cannot renew your international driver's license in Japan.
To continue driving in Japan after that, you need to convert your
regular overseas driver's licenses to a Japanese driver's license
before its expiration.

To transfer to a Japanese license, you need to go to your nearest
Driver's License Center and bring the following documents:

- (1) Valid driver's license issued overseas. (You need to prove residency in the
country where it was issued for a minimum of three months after license
issuance. If the date of issue is not shown on the license, you also need to
obtain a document certifying the date of issue.)
- (2) Japanese translation of your driver's license. (The translation must be pre-
pared at the embassy of the country where the license was issued, or at a
Japan Automobile Federation [JAF] office.)
- (3) Residence Card
- (4) Passport
- (5) One photo taken within the last six months (3.0 × 2.4 cm). (Photos can be
taken for a fee at the office accepting applications.)
- (6) License fees (as of October 2017)
Ordinary passenger vehicle: ¥4,450
Moped: ¥3,750

書き換えのための試験には次の2種類があります。

- (1) 交通規則に関する筆記試験 (10問: Yes/No 選択)
 言語は通常、日本語、英語、中国語、ポルトガル語、タイ語、韓国語、スペイン語をはじめとする19カ国語ですが、試験地域によって異なりますので、事前に確認してください。
- (2) 運転試験場での実技試験

以下27の国と地域の免許証の所有者は筆記試験・実技試験を受ける必要はありません。(2017年10月現在)

アイスランド、アイルランド、アメリカ合衆国のメリーランド州及びワシントン州、イギリス、イタリア、オーストリア、オーストラリア、オランダ、カナダ、韓国、ギリシャ、スイス、スウェーデン、スペイン王国、チェコ、デンマーク、ドイツ、ニュージーランド、ノルウェー、フィンランド、フランス、ベルギー、ポルトガル、ルクセンブルク、スロベニア、モナコ、台湾
 なお、手続きの書類は日本語で作成されていますので、日本語を話せない場合や、書類に記入できない場合は、通訳と一緒に試験会場へ行ってください。

運転免許関係手続きについては、警察庁の英語のホームページ

([URL](http://www.keishicho.metro.tokyo.jp/multilingual/english/index.html) <http://www.keishicho.metro.tokyo.jp/multilingual/english/index.html>) を参照ください。

また、日本自動車連盟 (JAF) では、日本の交通法規に関する小冊子「交通の教則」の外国語版 (英語版、スペイン語版、ポルトガル語版、中国語版、韓国語版) を販売しています。

★日本自動車連盟本部 (JAF)

〒105-0012 東京都港区芝大門 1-1-30 日本自動車会館

Tel: 0570-00-2811 [URL](http://www.jaf.or.jp/) <http://www.jaf.or.jp/>



くるま ひだりがわつこう
 車は左側通行
 Traffic in Japan keeps to the left

There are also two tests when converting to a Japanese license:

- (1) Knowledge test on Japanese traffic rules (10 yes/no questions)
 Generally, tests are available in 19 languages, including Japanese, English, Chinese, Portuguese, Thai, Korean, and Spanish. Since some of these languages are not available at some regional centers, it is advisable to check in advance.
- (2) Driving test
 These tests are not required, however, if you have a valid driver's license issued in any of the following 27 countries and regions (as of October 2017): Australia, Austria, Belgium, Canada, Czech Republic, Denmark, Finland, France, Germany, Greece, Iceland, Ireland, Italy, Korea, Luxembourg, Monaco, the Netherlands, New Zealand, Norway, Portugal, Slovenia, Spain, Sweden, Switzerland, the UK, the US (only Maryland and Washington states), Taiwan.

Since procedural documents are written in Japanese, you had better go to the test center with an interpreter.

For more details on procedures, please visit the following English webpage of the National Police Agency ([URL](http://www.keishicho.metro.tokyo.jp/multilingual/english/index.html) <http://www.keishicho.metro.tokyo.jp/multilingual/english/index.html>).

The Japan Automobile Federation (JAF) issues a booklet entitled *Kotsu-no Kyosoku*, which describes Japanese traffic rules. The booklet's foreign-language versions—in English, Spanish, Portuguese, Chinese and Korean—are also available for sale.

★Japan Automobile Federation (JAF) Headquarters

Nihon Jidosha Kaikan, 1-1-30 Shiba-daimon, Minato-ku, Tokyo 105-0012

Tel: 0570-00-2811

[URL](http://www.jaf.or.jp/e/) <http://www.jaf.or.jp/e/>



じてんしゃせんよう
 自転車専用レーン
 とない ほじ おお どうろ
 都内を始め多くの道路で、
 ブルーでペイントされた
 じてんしゃせんよう
 「自転車専用レーン」の設置
 が増えてきています。

Bicycle lanes
 More and more bicycle lanes, which are painted in blue, are appearing in Tokyo and other areas.

3-5 医療

3-5-1 日本の医療体制

病気やケガで、医師の診察が必要になった時のために、日本の医療機関について説明します。(緊急の場合の連絡先は、4-1を参照してください。)日本には、総合病院や専門病院、個人医院などがありますが、どの病院に行くべきかは、病気やケガの種類、程度によります。近所の医院については、普段から情報(専門の診療科目、診療時間、休日等)を得ておきましょう。

日本の医療機関は、多くの場合もって予約をする必要はありませんが、歯科医院は予約を必要とする場合が多いです。

軽い病気やケガの時には、薬局、薬店で市販の薬を購入することもできます。

3-5-2 外国語による受診

日本の医療機関で診療を受ける時には、あなたが日本語を話せない場合は、あなたと医療機関との意思疎通のために、日本語を話せる人につき添ってもらえると良いでしょう。(医療用語については4-1-4参照)

英語や他の日本語以外の言語で診療できる医療機関で診療を受けることを希望する場合は、普段から情報を集めておかなければなりません。あなたの周りの人から情報を入手するのも良いでしょうし、役所などの窓口で尋ねてみるのも一つの方法です。

また、各地域の「国際交流協会」(巻末付録VII参照)ではホームページ上で、その地域の英語等による受診ができる病院情報を提供しているところもあります。

大都市では、電話などで外国語のできる医師を紹介している団体があります。以下に、その一部を紹介します。

★ AMDA 国際医療情報センター

URL <http://amda-amic.com/>

センター東京 Tel: 03-5285-8088

(英語、中国語、韓国語、スペイン語、タイ語、ポルトガル語、フィ

リピン語、ベトナム語で対応)

大阪オフィス Tel: 050-3598-7574

(英語、中国語、スペイン語で対応)

※曜日・時間により対応できる言語が異なります

3-5 Medical Care

3-5-1 Medical System in Japan

This section describes Japan's medical facilities in the event you need to see a doctor due to illness or injury. (See **section 4-1** for the phone number for emergency medical services.) There are general hospitals, specialized clinics, and private hospitals in Japan, and where you should go depends on the type of the illness or injury and how serious it is. It is a good idea to gather information on hospitals/clinics (their specialties, treatment hours, holidays, etc.) in your neighborhood in advance.

Many Japanese hospitals/clinics do not require appointments while many dental clinics do. It is advisable to call in advance to make sure.

For minor illnesses and injuries, you may also purchase over-the-counter medicine at a pharmacy or drug store.

3-5-2 Medical Care in Foreign Languages

If you do not speak Japanese, it is a good idea for you to bring someone who can interpret for you when visiting a doctor. (See **section 4-1-4** for medical terms.)

If you wish to receive medical care in English or another foreign language, you should collect information on hospitals/clinics that provide foreign language services beforehand. You could ask people around you in your daily life for this information, or ask at your local municipal office.

In addition, the websites of some of the **International Exchange Associations** (see **Appendix VII**) provide information on hospitals/clinics where you can receive medical care in English or other foreign languages.

Referral services over the telephone of doctors who can understand/speak foreign languages are available in some major cities. A few such services are as follows:

★ AMDA International Medical Information Center

URL http://amda-amic.com/lng_eng/

Center Tokyo Tel: 03-5285-8088

(Services provided in English, Chinese, Korean, Spanish, Thai, Portuguese, Filipino, and Vietnamese.)

Osaka Office Tel: 050-3598-7574

(Services provided in English, Chinese and Spanish.)

The languages available vary depending on the day of the week and the time of day.

★ **東京都医療機関案内サービス “ひまわり”**
 (東京の外国語で診療できる医療機関や日本の医療制度などの問い合わせに、英語、中国語、韓国語、タイ語、スペイン語で対応)
 Tel: 03-5285-8181 毎日 午前9時～午後8時

URL <http://www.himawari.metro.tokyo.jp/qq/q13tomnlt.asp>

★ **外国人医療センター (MICA)**
 〒450-0003 愛知県名古屋市中村区名駅南 2-11-43 日商ビル 2階
 NPO STATION Tel: 052-588-7040

URL <http://npomica.jimdo.com/>

★ **外国人のための医療情報ガイド**
 (大阪地区の医療情報を英語、中国語、韓国語で紹介)

URL <http://www.pref.osaka.lg.jp/iryu/medicalinfo/>

★ **公益財団法人福岡国際交流協会 レインボープラザ (外国語で対応できる医療機関検索サイトを提供)**
 〒810-0001 福岡県福岡市中央区天神 1-7-11 イムズビル 8階
 Tel: 092-733-2220 URL <http://www.rainbowfia.or.jp/hospital/>

3-5-3 海外旅行保険

海外旅行に出かける時に海外旅行保険に加入するように、研究のために来日する時も、海外旅行保険に加入することをお勧めします。(日本学術振興会では、研究員の採用期間中、傷害及び疾病に係る海外旅行保険を付し、保険料を負担します。)

日本は医療費が高く、事故、急病のために医療機関で診察、治療などを受けた場合は高額な医療費を請求されます。その際、海外旅行保険に加入していれば負担が軽くて済みます。

しかし、海外旅行保険が適用されない病気やケガもありますので、あなたが加入する保険の約款をよく読んでおきましょう。

3-5-4 国民健康保険制度

国民健康保険制度は、医療費の負担を軽くするために、普段からお金を出し合い、病気やケガをしたときの医療費に充てようという相互扶助を目的としたものです。

日本に3か月以上在留する人は、同伴家族を含めて、企業等に雇用されている人を対象とした社会保険か、外国人研究者を含むそれ以外の人を対象とした国民健康保険のどちらかに加入しなければなりません。

★ Tokyo Metropolitan Health and Medical Information Center “Himawari”

(Provides information on the Japanese medical systems and medical institutions that have foreign language-speaking staff. Inquiries in English, Chinese, Korean, Thai and Spanish are accepted.)

URL <http://www.himawari.metro.tokyo.jp/qq/q13enmnl.asp>

Tel: 03-5285-8181 (9:00 a.m. – 8:00 p.m., daily)

★ Medical Information Center Aichi (MICA)

NPO Station, Nissho Bldg. 2F, 2-11-43 Meieki-minami, Nakamura-ku, Nagoya-shi, Aichi 450-0003
 Tel: 052-588-7040

URL <http://npomica.jimdo.com/english/>

★ Medical Information for Foreigners

(Medical information in Osaka, provided in English, Chinese and Korean.)

URL http://www.pref.osaka.lg.jp/iryu/medicalinfo/index_e.htm

★ Rainbow Plaza, Fukuoka International Association

(Offers a site where you can search for medical facilities that can accommodate foreign-language speakers)

IMS Bldg. 8F, 1-7-11 Tenjin, Chuo-ku, Fukuoka-shi, Fukuoka 810-0001

Tel: 092-733-2220 URL <http://www.rainbowfia.or.jp/en/>

3-5-3 Traveler’s Insurance

We recommend that you sign up for traveler’s insurance before leaving to conduct your research in Japan. (JSPS provides visiting researchers with overseas traveler’s insurance coverage for injuries or illnesses during their period of stay in Japan, and bears the cost of the insurance premiums.)

Since medical services are expensive in Japan, if you receive an examination or treatment for an accident or medical emergency, the amount billed will be fairly high. If you are enrolled in traveler’s insurance, it would help lessen your burden of payment.

Be sure to read the terms of your traveler’s insurance carefully, as there are illnesses and injuries that may not be covered.

3-5-4 National Health Insurance

The National Health Insurance Program in Japan is an insurance system designed to reduce the individual’s medical cost in the event of illness or injury through a system of mutual payments and assistance. Japan has a compulsory insurance system, and everyone who lives or stays in Japan for three months or more must be covered by either form of insurance: “social insurance system” for those working at company or office or “national health insurance system” for those uncovered by the former system including foreign researchers.

国民健康保険制度に加入すると、保険料の支払い義務が生じますが、医療機関で国民健康保険被保険者証を提示することにより、かかった医療費の3割負担で、病気やケガの治療が受けられるため、万一、海外旅行保険から支払われる保険金の限度額を超える費用を要する病気やケガをした場合にも安心です。また、海外旅行保険では対象外の歯科治療、既往症、慢性疾患などにも適用されるほか、規定の出産育児一時金も支給されます。

保険料は、あなたの住んでいる市区町村、あなたの所得や世帯人員などによって異なります。

住んでいる市区町村で住民登録を済ませた後、併せて国民健康保険の加入手続きを行ってください。

詳しいことは市区町村の国民健康保険を担当している部署に問い合わせてください。

また、他の市区町村への転出、帰国、出産、死亡、紛失したときは手続きが必要です。

必要な手続きをしていないと保険証が無効扱いになりますので注意してください。



見本

国民健康保険被保険者証
National Health Insurance Card

3-5-5 妊娠と出産

日本には、母と子を守るために様々なサービスがあります。外国人でも住民登録をしていれば、これらのサービスを受けることができます。妊娠と診断されたら居住地の市区町村に妊娠届をします。この届け出をすることにより、母子健康手帳の交付を受けたり、他のいろいろな母子保健サービスを受けることができます。母子健康手帳には母と子の健康状態が記録されます。妊婦健診、出産時、出産後、子どもを病院や保健所に連れて行くときには、忘れずにこの手帳を持参しましょう。

分娩にかかる費用は、健康保険などの医療保険は適用されません。原則として自費で支払います。それぞれの医療機関で分娩費用や入院日数が違いますので、出産を予定されている病院等で直接確認してください。あなたが国民健康保険に加入していて、申請すれば、出産育児一時金42万円が支給されます。

子どもが誕生してからの手続きは1-5-1、子どもの教育については3-8を参照してください。

If you are residing in Japan for at least three months, you and any accompanying family members are obliged to enroll in national health insurance.

If you subscribe to this program, a **National Health Insurance Card** will be issued, which allows you to receive medical treatment at only 30% of the cost by showing the card at the medical facility. National health insurance can also partially cover fees for illnesses and injuries that may exceed the limit paid by your traveler's insurance, or it may help pay for treatment for dental care and treatment for pre-existing/chronic conditions not covered by your traveler's insurance. Also, it provides lump-sum childbirth benefit.

You need to pay monthly premiums for national health insurance, which vary according to the municipality where you live, your income and the number of family members.

After completing your resident registration at your local municipal office, you should also complete the necessary procedures for enrolling in national health insurance.

For more details, please contact the section in charge of national health insurance at your municipal office.

If you move to a different local district, leave Japan, have a birth or death in your family, or lose your health insurance certificate, you need to report these types of changes to the national health insurance section of your current or new local municipal office. If you fail to report such changes, your health insurance certificate will be treated as invalid.

3-5-5 Pregnancy and Childbirth

Japan has various health services to protect the health of both the mother and child. Non-Japanese who have completed resident registration are also eligible to receive these services. If you are diagnosed as having become pregnant, you should register your pregnancy at your local municipal office. You will then be given a **Mother and Child Health Handbook** (*boshitecho*) and become eligible to receive various health services. In the Mother and Child Health Handbook, the health conditions of the mother and child will be recorded. Be sure to take your Mother and Child Health Handbook with you when receiving prenatal checkups, when giving birth or when taking your child to the hospital or public health center.

3-5-6 予防接種

日本では、子どもの感染症を防ぐために、予防接種を実施しています。

予防接種の対象となる病気：

BCG、ポリオ、ジフテリア、百日咳、破傷風、麻しん（はしか）、
風しん（三日はしか）等

国民健康保険（国保）の仕組み

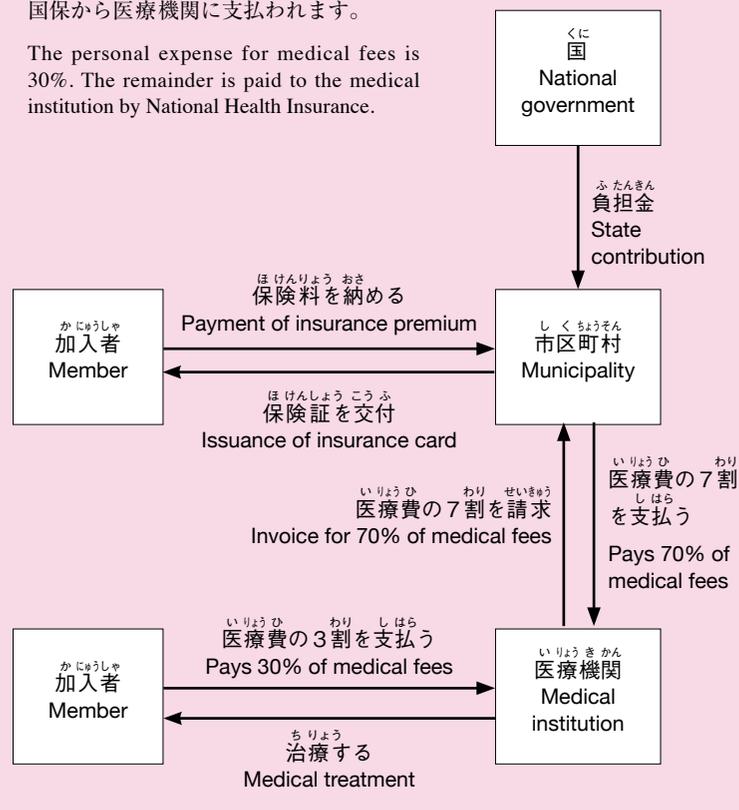
Structure of the National Health Insurance Plan

皆さんの保険料と国からの負担金および各種調整交付金によって医療費を
支出し、運営は市区町村単位で行います。

Medical treatment costs are covered partly by members who pay insurance premiums, and the remainder is made up by the national government and through a number of subsidies. The insurance scheme is managed by your municipality.

医療費の自己負担分は3割です。残りは
国保から医療機関に支払われます。

The personal expense for medical fees is 30%. The remainder is paid to the medical institution by National Health Insurance.



Child delivery cost is not covered by health insurance. As a rule, all costs must be personally borne. Fees for child delivery and hospitalization period vary according to the medical facility. For further information, please inquire of the medical facility that you are planning to give birth. If you are enrolled in national health insurance, a lump-sum childbirth benefit of ¥420,000 is paid upon application.

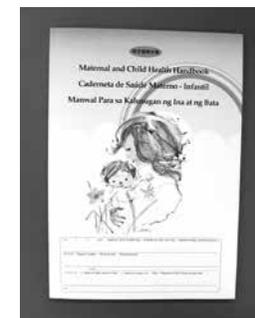
Refer to **section 1-5-1** for additional procedures to take following the birth of a child in Japan, and **3-8** for education of children.

3-5-6 Immunizations

Japan offers immunizations for designated diseases to prevent epidemics among children.

Immunizations are available for the following diseases:

BCG, Polio, diphtheria, pertussis, tetanus, measles, rubella, etc.



母子健康手帳
Mother and Child Health Handbook



3-6 文化施設

3-6-1 伝統芸能

ここでは、日本の伝統芸能のうち、歌舞伎、文楽、能を鑑賞することができる代表的な施設を紹介します。

【歌舞伎・文楽】

国立劇場

〒102-8656 東京都千代田区隼町41

Tel: 03-3265-7411

URL <http://www.ntj.jac.go.jp/>

歌舞伎座

〒104-0061 東京都中央区銀座4-12-15

Tel: 03-3545-6800

URL <http://www.kabuki-za.co.jp/>

国立文楽劇場

〒542-0073 大阪府大阪市中央区日本橋

1-12-10

Tel: 06-6212-2531

URL <http://www.ntj.jac.go.jp/>

南座

〒605-0075 京都府京都市東山区四条大橋

東詰

Tel: 075-561-1155

URL <http://www.shochiku.co.jp/play/minamiza/>

【能・狂言】

国立能楽堂

〒151-0051 東京都渋谷区千駄ヶ谷4-18-1

Tel: 03-3423-1331

URL <http://www.ntj.jac.go.jp/>

なお、国立劇場には、日本の伝統芸能に関する書籍を集めた図書閲覧室や視聴室があります。

また、外国人のための鑑賞会を定期的に開催している施設もあるので、関心のある方は各施設に問い合わせて（または英字新聞〈P.128 参照〉などを参照して）ください。



National Theatre



Kabuki-za



National Bunraku Theatre



Minami-za



National Noh Theatre

3-6 Cultural Facilities

3-6-1 Traditional Performing Arts

Some of the main theaters for viewing *Kabuki* performances, *Bunraku* puppet shows, and *Noh* plays are as follows:

Kabuki and Bunraku

National Theatre (Kokuritsu Gekijo)

4-1 Hayabusa-cho, Chiyoda-ku, Tokyo
102-8656

Tel: 03-3265-7411

URL <http://www.ntj.jac.go.jp/english/>

Kabuki-za

4-12-15 Ginza, Chuo-ku, Tokyo 104-0061

Tel: 03-3545-6800 URL <http://www.kabuki-bito.jp/eng/contents/theatre/kabukiza.html>

National Bunraku Theatre (Kokuritsu Bunraku Gekijo)

1-12-10 Nipponbashi, Chuo-ku, Osaka-shi, Osaka 542-0073

Tel: 06-6212-2531

URL <http://www.ntj.jac.go.jp/english/>

Minami-za

Higashizume, Shijo-ohashi, Higashiyama-ku, Kyoto-shi, Kyoto 605-0075
Tel: 075-561-1155

URL <http://www.shochiku.co.jp/play/minamiza/>

Noh and Kyogen

National Noh Theatre (Kokuritsu Nohgakudo)

4-18-1 Sendagaya, Shibuya-ku, Tokyo
151-0051

Tel: 03-3423-1331

URL <http://www.ntj.jac.go.jp/english/>



The National Theatre (Kokuritsu Gekijo) maintains a library on Japan's traditional performing arts and also has an A/V room.

Some facilities also offer periodic art appreciation events for foreigners. If you are interested in such events, please contact the theaters (or consult a source of information such as an English-language newspaper [refer to page 129]).

3-6-2 美術館・博物館

美術館・博物館は、日本全国に多数ありますが、そのうち主なものは、以下のとおりです。

【美術館】

東京国立近代美術館 (工芸館も併設)

〒102-8322 東京都千代田区北の丸公園 3-1

Tel: 03-3214-2561

URL <http://www.momat.go.jp/>

国立西洋美術館

〒110-0007 東京都台東区上野公園 7-7

Tel: 03-3828-5131

URL <http://www.nmwa.go.jp/>

国立新美術館

〒106-8558 東京都港区六本木 7-22-2

Tel: 03-6812-9900

URL <http://www.nact.jp/>

京都国立近代美術館

〒606-8344 京都府京都市左京区岡崎円勝寺町

Tel: 075-761-4111

URL <http://www.momak.go.jp/>

国立国際美術館

〒530-0005 大阪府大阪市北区中之島 4-2-55

Tel: 06-6447-4680

URL <http://www.nmao.go.jp/>

東京都現代美術館

〒135-0022 東京都江東区三好 4-1-1 (木場公園内)

Tel: 03-5245-4111

URL <http://www.mot-art-museum.jp/>

【博物館】

東京国立博物館 (日本最大の博物館)

〒110-8712 東京都台東区上野公園 13-9

Tel: 03-3822-1111 URL <http://www.tnm.jp/>

国立科学博物館

〒110-8718 東京都台東区上野公園 7-20

Tel: 03-3822-0111 URL <http://www.kahaku.go.jp/>

3-6-2 Museums

There are literally thousands of museums throughout Japan. The following is a list of major museums.

Art Museums

The National Museum of Modern Art, Tokyo (includes a crafts gallery)

3-1 Kitanomaru-koen, Chiyoda-ku, Tokyo 102-8322

Tel: 03-3214-2561

URL <http://www.momat.go.jp/english/>



東京国立近代美術館

The National Museum of Modern Art

The National Museum of Western Art

7-7 Ueno-koen, Taito-ku, Tokyo 110-0007

Tel: 03-3828-5131

URL <http://www.nmwa.go.jp/en/>

The National Art Center, Tokyo

7-22-2 Roppongi, Minato-ku, Tokyo 106-8558

Tel: 03-6812-9900

URL <http://www.nact.jp/english/>

The National Museum of Modern Art, Kyoto

Okazaki-enchoji-cho, Sakyo-ku, Kyoto-shi, Kyoto 606-8344

Tel: 075-761-4111

URL <http://www.momak.go.jp/English/>

The National Museum of Art, Osaka

4-2-55 Nakanoshima, Kita-ku, Osaka-shi, Osaka 530-0005

Tel: 06-6447-4680

URL <http://www.nmao.go.jp/english/home.html>

Museum of Contemporary Art Tokyo

Kiba Park, 4-1-1 Miyoshi, Koto-ku, Tokyo 135-0022

Tel: 03-5245-4111

URL <http://www.mot-art-museum.jp/eng/>

Museums

Tokyo National Museum (Japan's largest museum)

13-9 Ueno-koen, Taito-ku, Tokyo 110-8712

Tel: 03-3822-1111

URL <http://www.tnm.jp/?lang=en>

National Museum of Nature and Science

7-20 Ueno-koen, Taito-ku, Tokyo 110-8718

Tel: 03-3822-0111

URL <http://www.kahaku.go.jp/english/>

National Museum of Japanese History

117 Jonai-cho, Sakura-shi, Chiba 285-8502

Tel: 03-5777-8600

URL <http://www.rekihaku.ac.jp/english/>

Kyoto National Museum

527 Chayamachi, Higashiyama-ku, Kyoto-shi, Kyoto 605-0931

Tel: 075-541-1151

URL http://www.kyohaku.go.jp/eng/index_top.html

国立歴史民俗博物館

〒285-8502 千葉県佐倉市城内町117

Tel: 03-5777-8600 [URL http://www.rekihaku.ac.jp/](http://www.rekihaku.ac.jp/)

京都国立博物館

〒605-0931 京都府京都市東山区茶屋町527

Tel: 075-541-1151 [URL http://www.kyohaku.go.jp/](http://www.kyohaku.go.jp/)

奈良国立博物館

〒630-8213 奈良県奈良市登大路町50

Tel: 0742-22-7771 [URL http://www.narahaku.go.jp/](http://www.narahaku.go.jp/)

国立民族学博物館

〒565-8511 大阪府吹田市千里万博公園10-1

Tel: 06-6876-2151 [URL http://www.minpaku.ac.jp/](http://www.minpaku.ac.jp/)

九州国立博物館

〒818-0118 福岡県太宰府市石坂4-7-2

Tel: 092-918-2807 [URL http://www.kyuhaku.jp/](http://www.kyuhaku.jp/)

なお、日本の美術館・博物館を網羅的に紹介した書籍には、『全国博物館総覧』（(株)ぎょうせい発行、日本語のみ）などがあります。

また、以下のサイトでは、日本の美術館等の展覧会情報を英語でも案内しています。

DNP Museum Information Japan [artscape URL http://artscape.jp/](http://artscape.jp/)

Tokyo Art Beat [URL http://www.tokyoartbeat.com](http://www.tokyoartbeat.com)

3-6-3 図書館

図書館は、日本で最大の蔵書数をもつ国立国会図書館から、都道府県や市区町村の公立図書館、各大学や多くの美術館・博物館の付属図書館まで、全国各地に設置されています。ここでは、東京にある主な図書館を紹介します。

国立国会図書館 東京本館

〒100-8924 東京都千代田区永田町1-10-1

Tel: 03-3581-2331 [URL http://www.ndl.go.jp/](http://www.ndl.go.jp/)

(蔵書643万冊以上。館外貸出不可。インターネットを通しての資料・情報提供)

都立中央図書館

〒106-8575 東京都港区南麻布5-7-13

Tel: 03-3442-8451 [URL http://www.library.metro.tokyo.jp/](http://www.library.metro.tokyo.jp/)

(蔵書188万冊以上。一部開架。館外貸出不可)

Nara National Museum

50 Noborioji-cho, Nara-shi, Nara 630-8213

Tel: 0742-22-7771 [URL http://www.narahaku.go.jp/english/](http://www.narahaku.go.jp/english/)

National Museum of Ethnology

10-1 Senri-banpakukoen, Suita-shi, Osaka 565-8511

Tel: 06-6876-2151 [URL http://www.minpaku.ac.jp/english/](http://www.minpaku.ac.jp/english/)

Kyushu National Museum

4-7-2 Ishizaka, Dazaifu-shi, Fukuoka 818-0118

Tel: 092-918-2807 [URL http://www.kyuhaku.com/](http://www.kyuhaku.com/)

A cyclopedic guidebook of the art and science museums in Japan is *Zenkoku Hakubutsukan Soran* (A Guidebook of Museums in Japan, published by Gyosei Corporation, in Japanese only).

You can get English information on museums around Japan from the following websites:

DNP Museum Information: artscape Japan [URL http://www.dnp.co.jp/artscape/eng/](http://www.dnp.co.jp/artscape/eng/)

Tokyo Art Beat [URL http://www.tokyoartbeat.com/index.en](http://www.tokyoartbeat.com/index.en)

3-6-3 Libraries

There are many libraries in Japan, ranging from the National Diet Library, which holds the largest volume of books, to public libraries operated by prefectures, cities, wards and towns; university-affiliated libraries; and libraries accompanying art and other museums. The main libraries in Tokyo are as follows:

National Diet Library (NDL)

1-10-1 Nagata-cho, Chiyoda-ku, Tokyo 100-8924

Tel: 03-3581-2331 [URL http://www.ndl.go.jp/en/](http://www.ndl.go.jp/en/)

(Stocks more than 6.43 million volumes. Books may not be checked out.

Provides materials and information via the Internet.)

Tokyo Metropolitan Central Library

5-7-13 Minami-azabu, Minato-ku, Tokyo 106-8575

Tel: 03-3442-8451 [URL http://www.library.metro.tokyo.jp/1b/](http://www.library.metro.tokyo.jp/1b/)

(Stocks over 1.88 million volumes, partly on open shelves. Books may not be checked out.)

The Japan Foundation Information Center Library

4-4-1 Yotsuya, Shinjuku-ku, Tokyo 160-0004

Tel: 03-5369-6086 [URL http://www.jpf.go.jp/e/about/jfic/lib/](http://www.jpf.go.jp/e/about/jfic/lib/)

(Stocks approximately 37,000 volumes related to Japanese studies and international relations. Most books may be checked out.)

JFIC ライブラリー

〒160-0004 東京都新宿区四谷 4-4-1

Tel: 03-5369-6086 [URL http://www.jpfg.jp/j/about/jfic/lib/](http://www.jpfg.jp/j/about/jfic/lib/)

(日本研究と国際交流関係の図書など 37,000 冊。館外貸出可)

また、海外の新聞・雑誌などは、以下の図書館や施設でも閲覧することができます。

アメリカン・センター レファレンス資料室

[URL https://americancenterjapan.com/](https://americancenterjapan.com/)

(東京) 〒107-0052 東京都港区赤坂 1-1-14

NOF 溜池ビル 8 階 アメリカンセンター Japan

Tel: 03-5545-7431

(札幌) 〒064-0821 北海道札幌市中央区北 1 条西 28 丁目

米川総領事館内

Tel: 011-641-1115

(関西) 〒530-8543 大阪府大阪市北区西天満 2-11-5

米川総領事館ビル 7 階

Tel: 06-6315-5970

(福岡) 〒810-0001 福岡県福岡市中央区天神 2-2-67

福岡アメリカン・センターレファレンス資料室

Tel: 092-733-0246

日仏会館図書室

〒150-0013 東京都渋谷区恵比寿 3-9-25

Tel: 03-5421-7643

[URL http://www.mfj.gr.jp/bibliotheque/presentation/index_ja.php](http://www.mfj.gr.jp/bibliotheque/presentation/index_ja.php)

アンステイチュ・フランセ東京メディアテーク

〒162-8415 東京都新宿区市谷船河原町 15

Tel: 03-5206-2500 [URL http://www.institutfrancais.jp/tokyo/mediatheque/](http://www.institutfrancais.jp/tokyo/mediatheque/)

東京ドイツ文化センター図書館

〒107-0052 東京都港区赤坂 7-5-56 ドイツ文化会館 2 階

Tel: 03-3584-3203 [URL http://www.goethe.de/ins/jp/ja/tok/bib.html](http://www.goethe.de/ins/jp/ja/tok/bib.html)

ゲーテ・インスティトゥート・ヴィラ鴨川図書館

〒606-8305 京都府京都市左京区吉田河原町 19-3

Tel: 075-761-2188

[URL http://www.goethe.de/ins/jp/ja/kam.html](http://www.goethe.de/ins/jp/ja/kam.html)

Overseas newspapers, magazines, and other materials can also be read at the following facilities:

American Center Reference Service

[URL https://americancenterjapan.com/](https://americancenterjapan.com/)

(Tokyo) American Center Japan, NOF Tameike Bldg. 8F, 1-1-14 Akasaka, Minato-ku, Tokyo 107-0052

Tel: 03-5545-7431

(Sapporo) American Consulate General Sapporo, Kita 1-jo, Nishi 28-chome, Chuo-ku, Sapporo-shi, Hokkaido 064-0821

Tel: 011-641-1115

(Kansai) Consulate General of the United State of America 7F, 2-11-5 Nishitenma, Kita-ku, Osaka-shi, Osaka 530-8543

Tel: 06-6315-5970

(Fukuoka) Fukuoka American Center Reference Service, 2-2-67 Tenjin, Chuo-ku, Fukuoka-shi, Fukuoka 810-0001

Tel: 092-733-0246

Maison Franco-Japonaise Library (MFJ)

3-9-25 Ebisu, Shibuya-ku, Tokyo 150-0013

Tel: 03-5421-7643

[URL http://www.mfj.gr.jp/bibliotheque/presentation/index_ja.php](http://www.mfj.gr.jp/bibliotheque/presentation/index_ja.php)

Mediatheque de l'institut Franco-Japonais de Tokyo

15 Ichigaya-funagawara-machi, Shinjuku-ku, Tokyo 162-8415

Tel: 03-5206-2500 [URL http://www.institutfrancais.jp/tokyo/mediatheque/](http://www.institutfrancais.jp/tokyo/mediatheque/)

Tokyo German Cultural Center Library

Doitsu Bunka Kaikan 2F, 7-5-56 Akasaka, Minato-ku, Tokyo 107-0052

Tel: 03-3584-3203

[URL http://www.goethe.de/ins/jp/ja/tok/bib.html](http://www.goethe.de/ins/jp/ja/tok/bib.html)

Villa Kamogawa Künstlerresidenz des Goethe-Instituts

19-3 Yoshida-kawara-machi, Sakyo-ku, Kyoto-shi, Kyoto 606-8305

Tel: 075-761-2188

[URL http://www.goethe.de/ins/jp/ja/kam.html](http://www.goethe.de/ins/jp/ja/kam.html)

Italian Cultural Institute Library

2-1-30 Kudan-minami, Chiyoda-ku, Tokyo 102-0074

Tel: 03-3264-6011

[URL http://www.iictokyo.esteri.it/IIC_Tokyo/Menu/La_Biblioteca/](http://www.iictokyo.esteri.it/IIC_Tokyo/Menu/La_Biblioteca/)

Japan Russian Sources Library

1-11-2 Kyodo, Setagaya-ku, Tokyo 156-0052

Tel: 03-3429-8239 [URL http://www.tokyorus.ac.jp/jrsl/](http://www.tokyorus.ac.jp/jrsl/)

イタリア文化会館図書室

〒102-0074 東京都千代田区九段南 2-1-30

Tel: 03-3264-6011

URL http://www.iictokyo.esteri.it/IIC_Tokyo/Menu/La_Biblioteca/

日本ロシア語情報図書館

〒156-0052 東京都世田谷区経堂 1-11-2

Tel: 03-3429-8239 URL <http://www.tokyorus.ac.jp/jrsl/>

OECD 東京センター閲覧室

〒100-0011 東京都千代田区内幸町 2-2-1

日本プレスセンタービル 3階

Tel: 03-5532-0021 URL <http://www.oecd.org/tokyo/publications/library.htm>

日本貿易振興機構 (JETRO) アジア経済研究所図書館

〒261-8545 千葉県千葉市美浜区若葉 3-2-2

Tel: 043-299-9716 URL <http://www.ide.go.jp/Japanese/Library/>

日本貿易振興機構 JETRO ビジネスライブラリー

URL <http://www.jetro.go.jp/lib/>

(東京) 〒107-6006 東京都港区赤坂 1-12-32

アーク森ビル 6階

Tel: 03-3582-1775

(大阪) 〒541-0052 大阪府大阪市中央区安土町 2-3-13

大阪国際ビルディング 29階

Tel: 06-4705-8607

アジア・アフリカ図書館

〒181-0004 東京都三鷹市新川 5-14-16

Tel: 0422-44-4640 URL <http://www.aacf.or.jp/library/>

東洋文庫

〒113-0021 東京都文京区本駒込 2-28-21

Tel: 03-3942-0122 URL <http://www.toyo-bunko.or.jp/>

韓国文化院図書映像資料室

〒160-0004 東京都新宿区四谷 4-4-10 韓国文化院 3階

Tel: 03-3357-6071 URL <http://www.koreaculture.jp/>

中近東文化センター附属『三笠宮記念図書館』

〒181-0015 東京都三鷹市大沢 3-10-31

Tel: 0422-32-7111 URL <http://www.meccj.or.jp/>

OECD Tokyo Center Library

Nippon Press Center Bldg. 3F, 2-2-1 Uchisaiwai-cho, Chiyoda-ku, Tokyo 100-0011

Tel: 03-5532-0021

URL <http://www.oecd.org/tokyo/publications/library.htm>

Institute of Developing Economies Library, Japan External Trade Organization (JETRO)

3-2-2 Wakaba, Mihama-ku, Chiba-shi, Chiba 261-8545

Tel: 043-299-9716 URL <http://www.ide.go.jp/English/Library/>

JETRO Business Library, Japan External Trade Organization

URL <http://www.jetro.go.jp/en/jetro/lib/>

(Tokyo) Ark Mori Bldg. 6F, 1-12-32 Akasaka, Minato-ku, Tokyo 107-6006

Tel: 03-3582-1775

(Osaka) Osaka Kokusai Bldg. 29F, 2-3-13 Azuchi-machi, Chuo-ku, Osaka-shi, Osaka 541-0052

Tel: 06-4705-8607

Asia-Africa Library

5-14-16 Shinkawa, Mitaka-shi, Tokyo 181-0004

Tel: 0422-44-4640 URL <http://www.aacf.or.jp/library/>

The Toyo Bunko

2-28-21 Honkomagome, Bunkyo-ku, Tokyo 113-0021

Tel: 03-3942-0122 URL <http://www.toyo-bunko.or.jp/ToyoBunko-E/index-e.html>

Korean Cultural Center Library

Korean Cultural Center 3F, 4-4-10 Yotsuya, Shinjuku-ku, Tokyo 160-0004

Tel: 03-3357-6071 URL <http://www.koreaculture.jp/>

His Imperial Highness Prince Mikasa Memorial Library, Middle Eastern Culture Center in Japan

3-10-31 Osawa, Mitaka-shi, Tokyo 181-0015

Tel: 0422-32-7111 URL <http://www.meccj.or.jp/>

E. H. Norman Library, Embassy of Canada

7-3-38 Akasaka, Minato-ku, Tokyo 107-8503

Tel: 03-5412-6200 URL http://www.canadainternational.gc.ca/japan-japon/library-bibliotheque/index.aspx?lang=eng&highlights_file=&left_menu_en=&left_menu_fr=&mission=

ACCU Library, Asia-Pacific Cultural Centre for UNESCO

Japan Publishers Bldg., 6 Fukuromachi, Shinjuku-ku, Tokyo 162-8484

Tel: 03-3269-4435 URL http://www.accu.or.jp/jp/en/accu_library/

カナダ大使館 E・H ノーマン図書館

〒107-8503 東京都港区赤坂7-3-38
Tel: 03-5412-6200

URL <http://www.canadainternational.gc.ca/japan-japon/library-bibliotheque/index.aspx?lang=jpn>

ユネスコ・アジア文化センター ACCU ライブラリー

〒162-8484 東京都新宿区袋町6 日本出版会館

Tel: 03-3269-4435 URL http://www.accu.or.jp/jp/accu_library/

国際協力機構図書館

〒162-8433 東京都新宿区市谷本村町10-5

Tel: 03-3269-2301 URL <https://libportal.jica.go.jp/library/public/Index.html>

国連大学ライブラリー

〒150-8925 東京都渋谷区神宮前5-53-70

Tel: 03-5467-1359 URL <http://www.unu.edu/about/unu-services/library#overview>

このほか、公文書を集めたものとして、次の施設があります。

国立公文書館

〒102-0091 東京都千代田区北の丸公園3-2

Tel: 03-3214-0621 URL <http://www.archives.go.jp/>

なお、大学の附属図書館の多くは、国立情報学研究所を中心としたネットワークにオンラインで結ばれており、これにより、他大学などの図書館に所蔵されている図書・雑誌の検索、複写、資料の借り出しが可能となっています。利用資格・方法などの詳細は、各図書館に問い合わせてください。

国立情報学研究所については、5-3を参照してください。

3-7 日本語の学習

来日するにあたって日本語が役に立つことは言うまでもありません。大都市や地方の公共施設には日本語・英語が併記されているところがほとんどですが、来日前に機会のある方は、ある程度の日本語を勉強することをお勧めします。

3-7-1 日本語学校の選択

日本国内にある日本語学校の数は増加しており、来日後に日本語を学ぶ意思のある外国人研究者にとって、選択の幅は広いといえます。

また、受入の大学、研究所でも独自の日本語研修コースを開設して

JICA Library, Japan International Cooperation Agency

10-5 Ichigaya-honmura-cho, Shinjuku-ku, Tokyo 162-8433
Tel: 03-3269-2301

URL <https://www.jica.go.jp/english/about/organization/library/index.html>

UNU Library, United Nations University

5-53-70 Jingu-mae, Shibuya-ku, Tokyo 150-8925
Tel: 03-5467-1359

URL <http://www.unu.edu/about/unu-services/library#overview>

Official documents are stored at the following facility:

National Archives of Japan

3-2 Kitanomaru-koen, Chiyoda-ku, Tokyo 102-0091

Tel: 03-3214-0621 URL <http://www.archives.go.jp/english/>

Many university-affiliated libraries are connected to an interuniversity library network that links with the **National Institute of Informatics (NII)**, and you can search, request copies or borrow literature collected at the libraries of affiliated universities. For more information on how to use these services and their requirements, please inquire at your university libraries.

See **section 5-3** for information on the National Institute of Informatics (NII).

3-7 Japanese Language Study

Obviously, it would be beneficial if you were able to speak and read some Japanese while you are in Japan. Although most public facilities in major cities and provincial towns provide signs in English and Japanese, we recommend foreign researchers to learn Japanese before coming to Japan.



3-7-1 Selecting a Japanese Language School

Since the number of Japanese language schools has been increasing, there is a wide selection of the schools for foreign researchers who wish to learn Japanese after coming to Japan.

Many of the universities and institutions have their own Japanese-language training courses. Making use of these courses is recommended because they are convenient and priced reasonably. You can also find Japanese language schools and classes by inquiring at the local **International Exchange Association**.

いるところも少なくありません。利便性、経済的な面からも利用をお勧めします。その他、各地域の「国際交流協会」(巻末付録 VII 参照)に問い合わせ探すのも一つの方法です。

日本語学校を選択する際の基準は、まず、入学しようとする日本語学校が、財団法人日本語教育振興協会(日振協)によって認定されたものかどうか確認してみてください。同協会が、文部科学省の設定した「日本語教育施設の運営に関する基準」に基づき認定した日本語学校であれば、外国人が安心して日本語を学習できる環境・条件を備えている施設と思ってまず差し支えないでしょう。

財団法人日本語教育振興協会の認定した日本語学校は315施設(2016年度末現在)あり、同協会のホームページ上で、日本語、英語、中国語、韓国語での日本語学校検索ができるようになっています。

財団法人日本語教育振興協会

〒151-0053 東京都渋谷区代々木1-58-1 石山ビル2階

Tel: 03-5304-7815 URL <http://www.nisshinkyo.org/>

しかしながら、日本語学校の数は地域によってかなり差があります。大都市では日本語学校が質量とも豊富にあるため問題はないでしょうが、地方都市などでは外国人研究者のニーズに合う学校の数はまだ少ないのが現状のようです。

日本語学校の案内書は書店で入手できます。また、日本語の教科書も多数発行されており、研究者向きなど対象者を絞った教科書も販売されています。

3-7-2 日本語能力試験

外国人が自分の日本語能力の到達度を知るために現在活用されているものの一つに「日本語能力試験」があります。外国人の日本語能力を5段階に評価するもので、公益財団法人日本国際教育支援協会、及び独立行政法人国際交流基金が共催で実施に当たっています。受験は日本国内主要都市のほか、国外81の国・地域(2017年10月現在)で7月と12月の年2回(海外では7月、ないしは12月の試験だけを行う都市があります)行われます。

【問い合わせ先】

★日本語能力試験 (JLPT)

URL <http://www.jlpt.jp/>



See Appendix VII for the one nearest you.

Before enrolling in a school, you should check whether it has been certified by the **Association for the Promotion of Japanese Language Education**. The Association examines the management of Japanese language schools based on criteria established by the Ministry of Education, Culture, Sports, Science and Technology (MEXT) and certifies those that satisfy its standards for Japanese language learning environments.

As of the end of fiscal year 2016, the Association had certified 315 Japanese-language schools nationwide. You can search for those schools on the Association's website in Japanese, English, Chinese, or Korean.

Association for the Promotion of Japanese Language Education

Ishiyama Bldg. 2F, 1-58-1 Yoyogi, Shibuya-ku, Tokyo 151-0053

Tel: 03-5304-7815 URL <http://www.nisshinkyo.org/english/index.html>

The number of language schools available depends on the region. While there are many high quality schools in the metropolitan areas, there are still few schools that can satisfy foreign researchers' needs in many of the provincial cities.

Informative books introducing Japanese language schools are available at bookstores. Some bookstores also carry a wide variety of Japanese textbooks, including those tailored to the language needs of certain people such as researchers.

3-7-2 Japanese Language Proficiency Test

This test is used as a means for foreigners to learn their levels of Japanese language proficiency. Language proficiency levels are measured in five rankings. The Japan Educational Exchanges and Services and the Japan Foundation jointly administer the test. They offer the test in many major cities in Japan and at 81 locations in countries/regions around the world (as of October 2017), twice a year in July and December. In some overseas cities it is only offered in either July or December, but not both.

For more information:

★ Japanese Language Proficiency Test

URL <http://http://www.jlpt.jp/e/index.html>

3-8 子どもの教育

3-8-1 日本の学校制度の概要

1947年に現在の教育基本法、学校教育法が制定され、教育の機会均等を目指して、いわゆる6・3・3・4制の学校教育制度が発足しました。小学校と中学校段階の9年が義務教育期間とされています。下表に示すように小中学校はそのほとんどが市区町村立の学校となっています。学校や地域によって特色のある様々な教育活動が取り組まれています。国公立の別を問わず、文部科学省が定める学習指導要領に基づき授業が行われており、全国どこでも一定の水準の教育を受けることができます。通常日本の学校年度は、4月にはじまり3月に終わります。

就学前から後期中等教育までを対象とする子どもの年齢区分、学校数とその内訳は、次のようになっています。

【幼稚園から高校までを対象とする子どもの年齢、学校数とその内訳】

	対象とする年齢	学校数	国立	公立	私立
幼稚園	3歳～6歳	11,252	0.4%	36.7%	62.9%
小学校	6歳～12歳	20,313	0.4%	98.5%	1.1%
中学校	12歳～15歳	10,404	0.7%	91.8%	7.5%
高校	15歳～18歳	4,925	0.3%	72.9%	26.8%

(『文部科学統計要覧〔平成29年度版〕』より作成)

また、障害のある児童生徒に対しては、障害の状態に応じて盲学校・聾学校・養護学校や小・中学校の特殊学級などでそれぞれ適切な教育が行われています。

なお、小学校入学前の子どものための施設には、幼稚園以外に保育所(厚生労働省が所管)があります。

3-8-2 入学のための手続き

公立の幼稚園または小・中学校に子どもを入園・入学させることを希望する場合には、居住地の市区町村の教育委員会(多くの場合市区町村の役所と同じ建物の中にあります)へ、公立高校の場合には都道府県の教育委員会へ、また、保育所の場合は、市区町村の福祉事務所へ問い合わせてください。(直接足を運ぶ場合には、子どもの在留カードを携帯する他、誰か日本語のできる人と一緒に行くことをお勧めし

3-8 Children's Education

3-8-1 Japanese School System

The current Fundamental Law of Education and School Education Law were enacted in 1947. The so-called 6-3-3-4 academic system was adopted with the aim to provide equal opportunities in education. The nine years of elementary school and junior high school are compulsory. As shown in the table below, most elementary and junior high schools are operated by local governments. While a variety of special educational activities unique to local districts are also incorporated, both public and private schools must conduct classes following the Course of Study established by the MEXT so that pupils throughout the country can receive a uniform standard of education. Generally, Japanese school year begins in April and ends in March.

The following table gives information on children's ages, number of schools, and the breakdown of each type of school from preschool to senior high school.

Description of Children's Ages and Number of Schools

	Age	Number	National	Public (Locally-affiliated)	Private
Kindergarten	3-6	11,252	0.4%	36.7%	62.9%
Elementary School	6-12	20,313	0.4%	98.5%	1.1%
Junior High School	12-15	10,404	0.7%	91.8%	7.5%
Senior High School	15-18	4,925	0.3%	72.9%	26.8%

(Statistical Abstract 2017 Edition [Education, Culture, Sports, Science and Technology])

Japan also has schools for pupils who have physical or mental learning disabilities. There are special classes at elementary and junior high schools for these pupils as well.

Besides kindergartens, there are also nursery schools (under the jurisdiction of the Ministry of Health, Labour and Welfare) for pupils of preschool age.

3-8-2 Enrollment Procedures

If you would like to enroll your children in a public (locally-affiliated) preschool, elementary school or junior high school, you should apply at the **Board of Education** in the city, ward, town or village where you live. (The Board of Education is usually located in the local municipal office.) If you would like to enroll them in a public high school, you should apply at the prefectural Board of Education. If you would like to enroll them in a nursery school, you

ます。) 一方、国立・私立学校への入学を希望する場合には、それぞれの学校に直接問い合わせてください。

国・公立の小・中学校の場合、授業料、教科書代などは、日本国籍の子どもと同様の扱いを受け、無料です。(但し、これ以外に、学用品・実験実習材料費など、おおよそ、下表に示す費用が必要となります。)

公立の高等学校の場合は授業料は無料ですが、入学金、教科書代、修学旅行費は無償になりません。また、高校の授業料無償化については今後、見直しも予想されます。

【学校教育に係る費用の概算 (年間/1人当たり)】

	国・公立	私立
幼稚園	14万円	36万円
小学校	10万円	93万円
中学校	17万円	102万円
高校	24万円	74万円

(「文部科学省平成26年度「子供の学習費調査」より作成)

3-8-3 児童手当

国籍を問わず、日本国内に住所を持つ0歳以上から中学校修了までの子どもに児童手当が支給されます。

3歳未満は一律月15,000円、3歳～12歳の第一子と第二子は月10,000円(第三子以降は月15,000円)、中学生は一律月10,000円。所得制限があります。

詳しくは、お住まいの各市区町村にお問い合わせください。

3-8-4 海外からの子どもの受入態勢

近年、海外からの子どもの就学が増えており、学校の中には、海外からの子どもの教育を担当する教員を雇用するなどして、受入に積極的に取り組んでいるところもあります。平成10年には、はじめて体系的な日本語指導カリキュラムが作成され、現在その普及・啓発に努めるなど充実を図っているところですが、未だ、その受入態勢は緒についたばかりで整っているとは言えず、日本語指導をはじめとする教育の充実は急務となっています。

子どもが言語も生活習慣も異なる環境の中に入ることは、学校関係

should apply at the welfare office of your city, ward, town or village. (When you go to enroll your children, bring their Residence Card with you. It is also a good idea to take along someone who can interpret for you.) If you would like to enroll your children in a national school or private school, you should ask the school directly.

If you enroll your children in a national or public (locally-affiliated) elementary or junior high school, their tuition and books will be free of charge just as they are for children of Japanese citizenship. (There are other costs, however, such as for school supplies and materials for classroom experiments, which you must pay. The following table shows general estimates of the annual expenses for each school level.)

Public high school tuition is free, but parents must pay fees for enrollment, textbooks, and school excursions. The policy of free high school tuition may be revised in the future.

Estimated School Expenses (Annual, per student)

	National/Public (Locally-Affiliated)	Private
Kindergarten	¥140,000	¥360,000
Elementary School	¥100,000	¥930,000
Junior High School	¥170,000	¥1,020,000
Senior High School	¥240,000	¥740,000

(FY2014 Survey of Household Expenditure for Children's Education, MEXT)

3-8-3 Child Allowance

A child allowance is paid for children who have a Japanese address from under the age of one until they complete junior high school, regardless of nationality.

All children under the age of three: ¥15,000/month

Children ages 3 to 12: First and second children—¥10,000/month (subsequent children—¥15,000/month)

All Junior high school students: ¥10,000/month.

Note: Income restrictions apply.

Please ask the municipal office administering your community for more details.

3-8-4 Acceptance of Children from Overseas

The number of children from overseas attending Japanese schools has been increasing in recent years. Some schools have been hiring staff specifically to take charge of education for

者、親はもちろん子ども自身にも、多くの努力が必要となることが予想されます。

3-8-5 インターナショナル・スクール

海外からの子どもの受入に慣れている学校としては、インターナショナル・スクールが挙げられます。インターナショナル・スクールとは、日本在住の外国人の子どものために設置されている学校で、日本の小・中学校とは教育内容が違います。

また、授業料等については、各々のインターナショナル・スクールにより異なりますが、日本の学校に比べてかなり高くなります。詳細は直接問い合わせてください。

3-9 「地域国際交流協会」による情報提供

各地の都道府県、政令指定都市には、総務省の認定を受けた「国際交流協会」があり、様々な活動をしています。

その一環として、在日外国人に対し、英語等で日本（各々の地域）での生活に必要な各種情報を提供しています。

各地域の「国際交流協会」によって情報提供の内容は様々ですが、その地域の日本語学校、病院、教育機関の案内、各種手続方法、外国人のための生活相談窓口、文化施設やイベント情報、日本文化の体験クラスの開設など有益な情報を提供していますので利用してください。

また、ホームページを使って、英語だけではなく、韓国語、中国語、フランス語、スペイン語などでの情報提供を行っているところもあります。（巻末付録 VII 参照）



ホームページでの日本情報

Information about Japan on the Web

Japan Information Network URL <http://nippon-jin.com/>

these children. These schools show a positive attitude toward accepting overseas children. In 1998, the first systematic curriculum for Japanese language instruction was created. At present, plans are being made to further propagate this program and expand awareness. However, to accept overseas children is still at an early stage. The need to strengthen such Japanese-language instruction is being treated as an urgent issue. Considerable efforts on the part of school personnel, parents, as well as children themselves are required when children from overseas enter an environment where the language and customs are different.

3-8-5 International Schools

International schools are used to receiving children from overseas. Since they are established to educate the children of foreigners living in Japan, their curricula differ from those of Japanese elementary and junior high schools. The tuition and other fees at these schools vary depending on the school, however, and are considerably higher than those of Japanese schools.

3-9 Information Provided by Local International Exchange Associations

In all prefectures and certain designated cities around Japan, there are local international exchange associations approved by the Ministry of Internal Affairs and Communications that perform a variety of activities. One of these activities is to provide essential information in English and other languages to foreign residents about living in Japan. Though the content of the information varies with each association, it is generally beneficial information on such topics as the Japanese language schools in your area, hospitals and clinics, educational facilities, details on various procedures, an advisory service on living in Japan for foreign residents, cultural facilities and events, and classes that let you experience Japanese culture. We recommend that you take advantage of this information.

Some of these associations also provide information through a website in English and other languages such as Korean, Chinese, French, and Spanish. (See Appendix VII.)



国際交流協会主催のお茶会
Tea ceremony held by an International Exchange Association

Useful Japanese Expressions (3)

べんり にほんごりょうげん
便利な日本語表現 (3)

Introducing yourself in Japanese.

はじめまして。

Hajimemashite. I'm glad to meet you.

わたし
私は、__ です。

Watashi wa __ desu. My name is __.

__ から来ました。

__ kara kimashita. I'm from __ (country name).

がくしん にほんがくじゅつしんこうかい
学振(日本学術振興会)の
プログラムの研究者です。

**GAKUSHIN* no
puroguramu no kenkyūsha
desu.** I'm a researcher under the
JSPS program.

__ を研究しています。

__ wo kenkyū shiteimasu. I'm conducting research on
__.

どうぞ、よろしくお願ひします。

**Dōzo yoroshiku onegai
shimasu.** Nice to meet you.

* GAKUSHIN is the Japanese abbreviation of JSPS, and is often used
in universities.

ō, ū: Pronunciation should be lengthened, like “oh” and “you.”

Chapter 4 Other Useful Information

だい よんしょう
第4章

ほか やく た じょうほう
その他の役に立つ情報



あさがお
朝顔

はなごころば はかな こい かた きずな あいじょう
花言葉「儂い恋・固い絆・愛情」
なつ か はな へいあん じだい
夏に欠かせない花。平安時代に
ちゅうごく つた やくよう こうか
中国から伝わり、薬用の高価な
しよくぶつ さいばい えど じ
植物として栽培された。江戸時
だい かんしやうよう ひんしゆかいりよう
代に観賞用として品種改良され
だいきりこう
大流行した。

Asagao (Morning Glory)

What this flower signifies in Japan:
Unrequited love, strong bonds, love
It is just not summer in Japan
without the morning glory. Morning
glories came from China during the
Heian Period (794–1185), and were
cultivated as an expensive medicinal
plant. During the Edo Period
(1603–1868), the *asagao* was further
cultured and became popular as a
flower for display.

だい よんしやう
第 4 章

ほか やく た じやうほう
その他の役に立つ情報

ほんしやう かさい じ こ そうぐう たいしよ しかた かんけい き かん
本章では、火災や事故などに遭遇したときの対処の仕方や関係機関
れんらくほうほう にちじやうせいかつ おく うえ し べんり じやうほう けい
への連絡方法など、日常生活を送る上で知っているると便利な情報を掲
さい
載しています。

きんきやう じ れんらく
4-1 緊急時の連絡

ほんざい こうつう じ こ
4-1-1 犯罪や交通事故にあったとき

けいさつしよ ばん
—警察署 110 番—

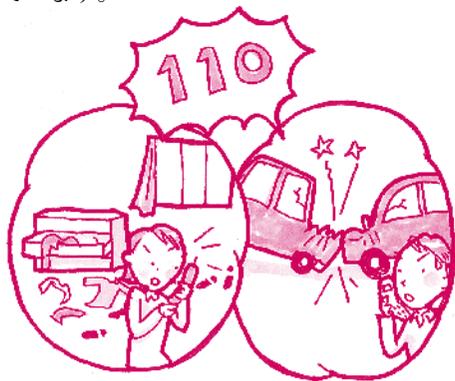
きょくばん ばん
局番なしの110番をダイヤルしてください。コインやテレフォンカー
ドは必要ありません。なお、表面に保護ガラスがついた赤い緊急用ボ
タンが付いている公衆電話は、緊急ボタンを押してからダイヤルしま
す。火事、救急（ダイヤル119）の際の電話のかけ方も同じです。

また、日本では110番と119番は、全国どこでかけても最寄りの警
察署、消防署につながります。

盗難にあつて、預金通帳やキャッシュカード、クレジットカードな
どが盗まれたら、直ちに銀行やクレジットカード会社に連絡すると
ともに、交番・警察署に盗難被害届けを提出してください。

こうばん
【交番】

日本では、駅の近くや各地域に、警察官がいる交番があり、多くの
交番は24時間体制で活動しています。町内のパトロール、盗難・暴力
などの届け出の処理、交通事故や落とし物の処理、道に迷ったときの
案内などを行っています。



Chapter 4

Other Useful Information

This chapter provides useful information for daily life such as what to do in the event of a fire, natural disaster, or accident and who to contact for further details.

4-1 Emergency Contact Numbers

4-1-1 To Report a Crime or Traffic Accident

– Dial 110 –

To call the police, dial 110 without area code. You do not need any coins or telephone cards. If the public telephone has a red emergency button covered with protective glass on the front, press the button before you dial. Use the same procedure for calling to report a fire or request an ambulance (dial 119).

Dialing 110 or 119 anywhere in Japan will connect you with the nearest fire or police department, respectively.

If you are robbed and your bankbook, cash card, or credit card is stolen, be sure to report the theft to your bank or credit card company immediately and to file a report at a police box (*Koban*) or police station.

Police Box (*Koban*)

Police are stationed at police boxes (*Koban*) that are located near the station and various areas of the neighborhood, and many of them are open 24 hours a day. The police officers patrol the neighborhood, handle theft and violence reports, take care of traffic accidents and lost-and-found items as well as give directions to people who get lost on their way.



こうばん
交番
“Koban” Police Box

4-1-2 火事があったとき、急病になったとき

—消防署 119 番—

消防署は、消防のほかに救急車も配置しているので、まず「火事」か「救急」かをはっきり伝えます。重傷のとき、緊急のときは直ぐに119番で救急車が消防車を呼んでください。なお救急車を呼ぶ際の搬送料は無料ですが、医療費は自己負担です。可能ならば、パスポート、在留カード、保険証を持参するようにしてください。

また、受入機関にも連絡をするようにしてください。



Ambulance !
Kyūkyū desu !
救急です！

Fire !
Kaji desu !
火事です！

4-1-3 心理カウンセリングサービス

慣れない日本での生活や仕事をする中で、もし精神的に負担を生じた場合、無理にひとりで抱え込まないでください。英語をはじめとした複数の言語で相談できる窓口があります。

★ Tokyo English Life Line
Tel: 03-5774-0992
(9:00a.m-11:00p.m)
URL <http://www.telljp.com/>

4-1-2 To Report a Fire or Request an Ambulance

– Dial 119 –

Because there are both fire engines and ambulances at the fire department, you must specify first whether you are calling to report a fire (*kaji*) or requesting an ambulance (*kyukyu*). If a serious injury or emergency situation occurs, call 119 to request an ambulance/fire engine immediately. While there is no fee for the ambulance, the medical fees must be personally borne. If possible, bring your passport, Residence Card, and health insurance card with you. Please also call your host institution immediately.



救急車
Ambulance



消防車
Fire engine

4-1-3 Counseling Service

If you are stressed out and feel overwhelmed by everyday life in Japan and work that you're not accustomed to, please do not keep everything bottled up inside. The counseling service center below offers free, confidential consultations in English and other languages.

★ Tokyo English Life Line
Tel: 03-5774-0992
(9:00 a.m. to 11:00 p.m.)
URL <http://www.telljp.com/>

4-1-4 医療用語 一症状を伝える一

病気になったときや怪我をしたときには、正確に自分の体調や症状を伝えるために以下の用例集を参考にしてください。

また、普段から自分や家族の体調、自覚症状及び既往症については、医師に伝えられるように心掛けておくことも大切です。

英語 English	ローマ字 Japanese pronunciation	日本語 Japanese
Reception	<i>uketsuke</i>	受付
Consultation ticket	<i>shinsatsuken</i>	診察券
Waiting room	<i>machiaishitsu</i>	待合室
Examination room	<i>shinsatsushitsu</i>	診察室
Doctor	<i>isha</i>	医者
Nurse	<i>kangoshi</i>	看護師
Outpatient	<i>gairai</i>	外来
Hospitalization	<i>nyūin</i>	入院
Pharmacy	<i>yakkyoku</i>	薬局
Prescription	<i>shohōsen</i>	処方箋

Medical examination procedure *Shinryō-kōi* 診療行為

英語 English	ローマ字 Japanese pronunciation	日本語 Japanese
Examination	<i>shinsatsu</i>	診察
Administer medicine	<i>tōyaku</i>	投薬
Injection	<i>chūsha</i>	注射
Checkup	<i>kensa</i>	検査
Treatment	<i>shochi</i>	処置
Surgery	<i>shujutsu</i>	手術
Anesthesia	<i>masui</i>	麻酔

ō, ū: Pronunciation should be lengthened, like “oh” and “you.”

4-1-4 Medical Terms for Describing Symptoms

Refer to the terms below to help you accurately describe your physical condition or symptoms in the event you are ill or injured. It is also important to be able to tell the doctor about your own and your family’s health conditions, subjective symptoms, and your medical history.

英語 English	ローマ字 Japanese pronunciation	日本語 Japanese
Internal medicine	<i>naika</i>	内科
Pediatrics	<i>shōnika</i>	小児科
Surgery	<i>geka</i>	外科
Respiratory	<i>kokyūkika</i>	呼吸器科
Circulatory	<i>junkankika</i>	循環器科
Dentistry	<i>shika</i>	歯科
Ophthalmology	<i>ganka</i>	眼科
Dermatology	<i>hifuka</i>	皮膚科
Otolaryngology	<i>jibiinkōka</i>	耳鼻咽喉科
Urology	<i>hinyōkika</i>	泌尿器科
Gynecology	<i>sanfujinka</i>	産婦人科

Medicine *Kusuri* 薬

英語 English	ローマ字 Japanese pronunciation	日本語 Japanese
Cold medicine	<i>kazegusuri</i>	風邪薬
Medicine to relieve fever	<i>genetsuzai</i>	解熱剤
Painkiller	<i>chintsūzai</i>	鎮痛剤
Medicine for the digestive organs	<i>ichōyaku</i>	胃腸薬
Ointment	<i>nankō</i>	軟膏
Eye drops (medicine)	<i>megusuri</i>	目薬

★ Explaining your symptoms 症状を訴える
 [Since when] + [frequency] + [symptom], in this order
 【いつから】 + 【頻度】 + 【症状】の順で

■ Since when *Itsukara* 【いつから】

英語 English	ローマ字 Japanese pronunciation	日本語 Japanese
Since () month(s) ago.	() <i>kagetsu mae kara</i>	() か月前から
Since () week(s) ago.	() <i>shuukan mae kara</i>	() 週間前から
Since () day(s) ago.	() <i>nichi mae kara</i>	() 日前から
Since yesterday.	<i>kinō kara</i>	きのうから
Since last night.	<i>sakuya kara</i>	昨夜から
Since this morning.	<i>kesa kara</i>	今朝から

■ Frequency *Hindo* 【頻度】

英語 English	ローマ字 Japanese pronunciation	日本語 Japanese
All the time	<i>zutto</i>	ずっと
Occasionally	<i>tokidoki</i>	ときどき

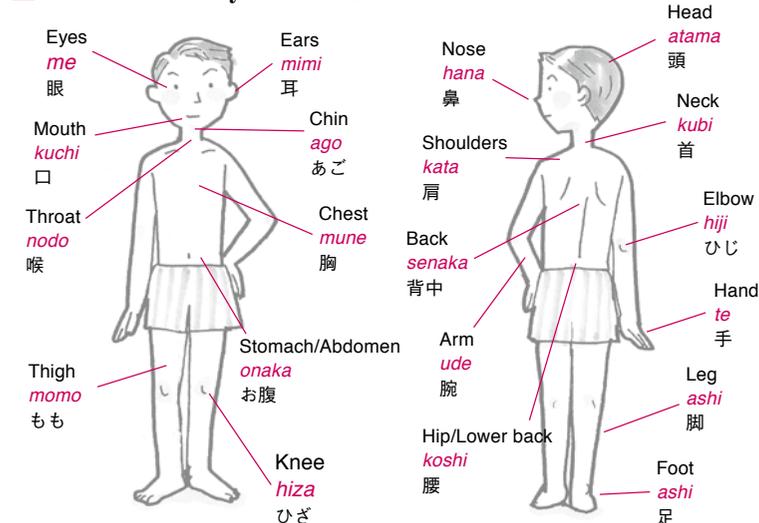
■ Symptom *Shōjō* 【症状】

英語 English	ローマ字 Japanese pronunciation	日本語 Japanese
My () hurts.	() <i>ga itai</i>	() が痛い
It's a dull pain.	<i>nibui itami</i>	にぶい痛み
It's a sharp pain.	<i>sasuyouna itami</i>	刺すような痛み
I'm having convulsions.	<i>keiren</i>	けいれん
My body feels heavy.	<i>karada ga darui</i>	身体がだるい
I have a fever.	<i>netsu ga aru</i>	熱がある
I have the chills.	<i>samuke ga suru</i>	寒気がする
I'm dizzy.	<i>memai ga suru</i>	めまいがする
I have diarrhea.	<i>geri wo shiteiru</i>	下痢をしている
I feel nauseous.	<i>hakike ga suru</i>	吐き気がする
My stomach feels heavy.	<i>i ga omoi</i>	胃が重い
I have no appetite.	<i>shokuyoku ga nai</i>	食欲がない

■ Symptom *Shōjō* 【症状】

英語 English	ローマ字 Japanese pronunciation	日本語 Japanese
My chest feels tight.	<i>mune ga kurushii</i>	胸が苦しい
I'm short of breath.	<i>ikigire</i>	息切れ
I'm constipated.	<i>benpi</i>	便秘
I have a sprain.	<i>nenza</i>	捻挫
My eyes are tired.	<i>me ga tsukareru</i>	目が疲れる
My ears are ringing.	<i>miminari ga suru</i>	耳鳴りがする
I have a cavity.	<i>mushiba</i>	虫歯
I have pyorrhea.	<i>shisōnōrō</i>	歯槽膿漏
I have an allergy.	<i>arerugii ga aru</i>	アレルギーがある
I have atopic dermatitis.	<i>atopiisei hifuen desu</i>	アトピー性皮膚炎です。
I have hay fever (or pollinosis).	<i>kafunshō</i>	花粉症
I get a rash (such as hives, nettle rash, or urticaria).	<i>jinmashin</i>	蕁麻疹
I have high blood pressure.	<i>ketsuatsu ga takai</i>	血圧が高い
I'm taking medicine called ().	() <i>no kusuri wo tsukatte imasu</i>	() の薬を使っています。
I have had (a disease called) () before.	() <i>no byōki wo shita kotoga arimasu</i>	() の病気をしたことがあります。

■ Parts of the Body 身体の名稱



4-2 地震

日本は、地震が多い国で度々発生します。屋内で揺れを感じた時には、まずは机の下など、物が倒れたり落ちたりしても安全な場所に避難してください。大きな揺れが収まったら、ガスの元栓を締めたり電気製品のプラグを抜くなどして火災を防ぎ、出入口のドアを開けて避難経路を確保してください。慌てて外に飛び出すと、かえって危険なことがありますので落ちついて行動してください。

また、地震に伴い、津波が発生することがありますので、特に海沿いの地域では、テレビ・ラジオなどで情報の収集に努めてください。

4-2-1 地震への備え

地震に対しては、普段から次のように準備と心構えをしておくようにしましょう。

- 家具類や大型電化製品など転倒の危険があるものは、大家さんや管理人さんに断ってから転倒防止器具で固定するなど転倒防止策を施しておきます。
- 消火器を用意（使用方法の確認）。
- 非常持ち出し品（応急医療品、日用品、数日分の保存食と水、靴等）を用意し、特にパスポート、在留カード、保険証、貴重品等はいつでも持ち出せる場所に。
- 家族のある人は、地震が起きたときの各自の役割や、家族が離ればなれになったときの連絡先や避難場所を確認しておきましょう。
- 地域で行われる防災訓練には、積極的に参加しましょう。

4-2-2 地震が起きたら一揺れを感じたらー

- 机の下などへ避難し、まず身の安全を図ります。
- ガスの元栓を締め、電気製品の電源プラグを抜くなど、火の始末をします。
- 窓、戸口を開けて避難路を確保してください。
- 隣近所と声を掛け合い、協力し合って応急救護をしましょう。
- テレビ、ラジオの報道に注意をし、また地区の役所、消防署、警察署などからの情報には、たえず注意をして、正しい情報を得るようにしてください。



各種防災用品、避難用品、転倒防止用固定器具などの各種地震対策用品が市販されています

Items for use in a disaster or for taking to an evacuation shelter as well as furniture braces and other earthquake countermeasure products are commercially available.

4-2 Earthquakes

Japan is a country of frequent earthquakes. When you feel tremors inside your home, first take shelter in a safe place—such as under a table—to protect yourself in case objects fall over or drop from shelves. After the big tremors subside, turn the stove off and unplug electric appliances to prevent fire, then open a door or window to secure an exit. Most buildings in Japan are earthquake-proof, so keep calm and stay inside the house. Leaving your home/office is likely to be more hazardous.

Since a tsunami can occur following an earthquake, if you are living near the sea, please be sure to tune in to a radio or TV broadcast for information on tsunamis.

4-2-1 Preparing for an Earthquake

There are several things you can do to minimize the damage and a potential for injury before an earthquake happens.

- Avoid the danger of objects such as furniture or electrical appliances falling over by securing them in place with hardware, such as brackets, after obtaining permission from your landlord.
- Keep a fire extinguisher handy (and learn how to use it).
- Keep handy everything you will need in an emergency, such as a first aid kit and medical supplies, daily necessities such as bottled water and food (supply for some days), and shoes. Always keep your passport, Residence Card, health insurance card and other valuables in a handy place also.
- If your family is living with you, decide who does what when an earthquake strikes. Also check how to contact each other and how to meet at an evacuation shelter in case family members become separated.
- Actively participate in drills that are held in your community.

4-2-2 If an Earthquake Occurs and You Feel Your House Shaking

- Take shelter under a table and make sure that you are safe first.
- Avoid the possibility of fire by closing the main gas valve and unplugging electrical appliances.
- Open a window or door to secure an escape route.
- Call out to immediate neighbors to see if they need help.

4-2-3 津波

地震の震源が海底で浅い場合、海底が上下し、津波が発生します。津波の高さが20cmを超えると予測されると「津波注意報」が発表されます。海から上がって速やかに陸側に移動してください。

津波の高さが1mを超えると木造家屋などに被害が出始めます。1mを超える予測には「津波警報」が、3mを超える予測には「大津波警報」が発表されます。大至急、安全な高台に非難してください。

沿岸近くで発生した津波には津波注意報・警報の発表が間に合わないこともあります。海岸近くで強い揺れを感じたら念のため津波の発生に注意してください。

4-2-4 防災館・防災体験館

東京都消防庁が運営する池袋防災館 (URL <http://www.tfd.metro.tokyo.jp/hp-ikebskan/>) のように、各地には、主に地方自治体が運営する防災知識や応急処置について学んだり災害を擬似的に体験できる施設があります。お住まいの自治体に問い合わせてみてください。

緊急警報放送

地震・津波などの災害発生時に警報音に続いて、災害の発生と情報をいち早く知らせる放送です。テレビやラジオのスイッチがオフでも、待機状態にある場合は、受信のスイッチは自動的にオンになり放送が流れます (対応機種のみ※)。日本放送協会 (NHK) とほとんどの民放各放送局で実施されており、NHKの総合テレビ、BS1、BS プレミアムでは副音声で英語の、ラジオ第2放送 (東京地区周波数 693kHz) では、英語、中国語、韓国語、ポルトガル語で緊急警報放送が流れます。

※お持ちの機器が対応機種かは、取扱説明書等で確認してください。

災害発生時に各種情報が提供される主なウェブサイト

★内閣府防災情報のページ

URL <http://www.bousai.go.jp/index.html>

★東京都防災ホームページ

URL <http://www.bousai.metro.tokyo.jp/foreign/english/index.html>

★NHK ワールド

URL <http://www.nhk.or.jp/nhkworld/>

NHK ワールドのニュース、番組はパソコンやスマートフォンで視聴することができます。

(5) Pay attention to TV or radio reports. Tune in to information from the local municipal office, fire department, police and similar sources to be sure you receive correct information.

4-2-3 Tsunamis

When the epicenter of an earthquake occurs at a shallow depth beneath the ocean floor, the seabed may move up and down and generate a tsunami.

When a tsunami with a height of over twenty centimeters is predicted, a tsunami advisory will be issued. If you hear such an advisory, please move away from the shoreline quickly and head inland.

A tsunami with a height of over a meter is capable of causing damage to wooden buildings. A predicted tsunami of that size will trigger a tsunami warning, while one with a predicted height of more than three meters will trigger a major tsunami warning. Please evacuate immediately to a safe location on high ground if you hear either of these warnings.

Note: Tsunami advisories and warnings may not be issued in time to help people escape from a tsunami generated close to the shore. If you are near the coast and feel strong shaking, prepare for a possible tsunami.

4-2-4 Life Safety Learning Center

The Tokyo Fire Department operates the Ikebukuro Life Safety Learning Center, where you can learn about disaster preparedness and first-aid measures and get disaster simulation experience. There are also similar facilities throughout Japan, mainly operated by local governments. Please call your local municipal office for more information.

Emergency Warning System

This is a broadcast aired when a natural disaster such as an earthquake or tsunami occurs. An alert tone will sound, followed by an announcement giving information on the disaster. If your TV or radio is compatible with this system, as long as they are plugged in they will automatically be turned on and the announcement will be aired. NHK and many other private broadcasting companies offer this service. Information is provided in English on a subchannel of the general ("sogo") NHK, BS1 and BS Premium channels. On NHK radio station No. 2 (Tokyo area: 693 kHz), the emergency information is broadcast in English, Chinese, Korean and Portuguese.

Note: To find out if your TV or radio is compatible with this system, please check the instruction manual, etc.

Major Disaster Information Websites

★ Cabinet Office Disaster Information

URL <http://www.bousai.go.jp/index.html>

★ Tokyo Metropolitan Government Disaster Prevention Information

URL <http://www.bousai.metro.tokyo.jp/foreign/english/index.html>

★ NHK World

URL <http://www.nhk.or.jp/nhkworld/>

NHK World's news and other programs can be viewed on a personal computer or smartphone.

4-3 台風

日本には毎年夏から秋にかけて（特に8月、9月）台風が襲ってきます。台風が近づくと風雨が強まり、まれに停電、断水が生じます。台風が近づいたときはガラス戸を補強したり、庭の植木鉢やベランダの物干しなどが風で飛ばされないように注意しましょう。地域によっては、増水、崖崩れなどが起こる場合がありますので、テレビ、ラジオ、消防署等の情報に注意をしてください。

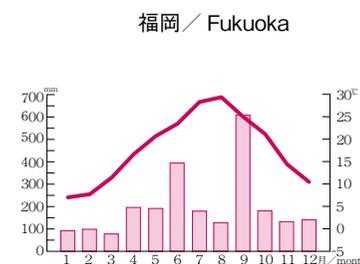
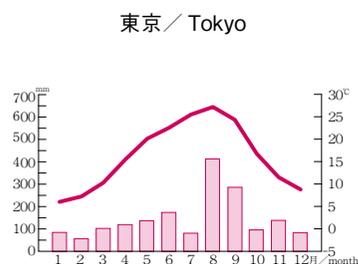
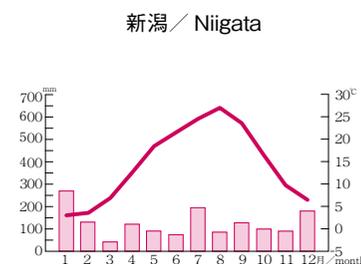
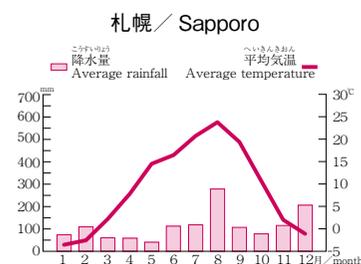
4-4 気候

日本は島国であり、温帯のほぼ中央部に位置しているので、気候はだいたい温和です。四季の移り変わりは極めて明瞭で、大別すると、3月～5月が春、6月～8月が夏、9月～11月が秋、12月～2月が冬といえます。夏は、南東の季節風が吹くために蒸し暑く多くの雨が降ります。また、冬は、北西の季節風のためにかなり寒くなり、北海道・東北・北陸・信越地方では多量の雪が降ります。これらの地方では積雪量が2～3メートルに至るところもめずらしくありません。日本各地の月別平均気温、平均湿度は次のようになっています。

		1月 Jan.	2月 Feb.	3月 Mar.	4月 Apr.	5月 May	6月 Jun.	7月 Jul.	8月 Aug.	9月 Sep.	10月 Oct.	11月 Nov.	12月 Dec.
札幌 Sapporo	平均気温 (°C) Average Temperature	-3.5	-2.3	2.1	7.8	14.9	16.3	20.7	23.9	19.4	10.6	2.1	-1
	平均湿度 (%) Average Humidity	65	66	63	58	58	73	75	73	72	58	65	69
仙台 Sendai	Average Temperature	2.4	3.5	7.0	11.9	17	19.8	23.0	25.7	22.1	15.7	8.6	5.7
	Average Humidity	65	60	56	61	68	75	80	78	82	63	62	64
東京 Tokyo	Average Temperature	6.1	7.2	10.1	15.4	20.2	22.4	25.4	27.1	24.4	16.7	11.4	8.9
	Average Humidity	55	56	61	67	66	75	80	78	86	72	71	59
新潟 Niigata	Average Temperature	3.1	3.6	6.9	12.4	18.4	21.4	24.6	27	23.4	16.4	9.9	6.4
	Average Humidity	82	73	69	68	68	74	79	74	79	72	72	77
大阪 Osaka	Average Temperature	6.8	7.4	10.8	16.6	21.2	23.3	28	29.5	25.8	20.3	13.4	9.4
	Average Humidity	61	60	58	63	61	72	70	63	74	67	69	67
福岡 Fukuoka	Average Temperature	7	7.9	11.5	16.8	20.8	23.6	28.3	29.3	25.1	21.3	14.5	10.5
	Average Humidity	71	65	67	74	70	81	76	72	84	77	73	70

月別平均気温と降水量 / Monthly average temperature and average rainfall

(気象庁 2016年気象統計情報より作成) (Meteorologic Statistical Information 2016 by Japan Meteorological Agency)



4-5 祝祭日など

日本では、土曜日、日曜日及び国民の祝日は、官庁や銀行、一部を除く郵便局や会社などでは業務を行いませんが、デパート・商店などは大部分が営業しています。日曜日と祝日が重なった場合はその翌日が休日となります。

1月1日	元旦	— 年始休暇 ¹⁾
1月2日～3日		
1月第2月曜日	成人の日	
2月11日	建国記念の日	
3月21日	春分の日 ²⁾	
4月1日	学年・会計年度開始	
4月29日	昭和の日	— ゴールデンウィーク
5月3日	憲法記念日	
5月4日	みどりの日	
5月5日	こどもの日	
7月第3月曜日	海の日	
8月11日	山の日	
8月15日	旧盆 (または「お盆」) この前後休業する 企業などがある。	
9月第3月曜日	敬老の日	
9月23日	秋分の日 ²⁾	
10月第2月曜日	体育の日	
11月3日	文化の日	
11月23日	勤労感謝の日	
12月23日	天皇誕生日	
12月29日 ～31日	大晦日	— 年末休暇 ¹⁾

注)

- 1) 企業・団体によって、若干差があります。
- 2) 年によって、前後にずれる場合があります。

4-5 National Holidays and Other Important Dates

On Saturdays, Sundays and national holidays, government offices, banks, post offices (some post offices open on weekend and holidays), and most company offices are closed, but most department stores and shops are open. If a national holiday happens to fall on a Sunday, the following day is observed as the holiday.

January 1	New Year's Day	— New Year Holidays ¹⁾
January 2 through 3		
2nd Monday of January	Coming-of-Age Day	
February 11	National Foundation Day	
March 21	Vernal Equinox ²⁾	
April 1	Beginning of the new academic and fiscal year	
April 29	Day of Showa	— Golden Week
May 3	Constitution Memorial Day	
May 4	Greenery Day	
May 5	Children's Day	
3rd Monday of July	Marine Day	
August 11	Mountain Day	
August 15	O-bon or Buddhist All Souls' Day. Companies may be closed before and after this day.	
3rd Monday of September	Respect-for-the-Aged Day	
September 23	Autumnal Equinox ²⁾	
2nd Monday of October	Sports Day	
November 3	Culture Day	
November 23	Labor Thanksgiving Day	
December 23	The Emperor's Birthday	
December 29		— Year-end Holidays ¹⁾
December 31	New Year's Eve	

Notes:

- 1) There is some variation in days depending on the holiday schedule of the company or organization.
- 2) These dates may change from year to year.

4-6 国内旅行

日本には、四季折々の豊かな自然があり、南北に細長い地形でもありますが、たくさんの観光地があります。それぞれの季節には、各地で日本の伝統的・特徴のある様々な「祭り」が催されています。

また、地方毎に日本の伝統文化を紹介する博物館、美術館も多数ありますので、日本滞在中にぜひ各地を訪ねて楽しむことをお勧めします。観光地の宿泊施設には、ホテル、旅館、民宿、公共施設があります。旅館は、大部分が日本式で、部屋には畳が敷いてあり、布団で寝るのが普通です。タオル、洗面具、浴衣などが備えられています。

【英語での旅行情報】

日本国内の旅行については、日本政府観光局 (JNTO) が海外からの観光客を対象にした多言語による観光案内パンフレットや地図の配布、インターネットでの観光情報の提供を行っています。東京にあるツーリスト・インフォメーション・センター (TIC) は

JNTOによって運営されており、年間を通じて日本全国の観光情報を提供しています (元旦を除く)。また、訪日外国人旅行者の受入環境の整った全国の観光案内所を「ビジット・ジャパン案内所」として認定し、シンボルマークを付与しています。日本全国 874 カ所の観光案内所が認定を受けています (2017年10月時点)。



Certified tourist information logo by Japan National Tourist Organization (JNTO)

★ JNTO

〒160-0004 東京都新宿区四谷 4-4-1

Tel: 03-6691-4850 [URL http://www.jnto.go.jp/](http://www.jnto.go.jp/)

★ JNTO Tourist Information Center (TIC)

〒100-0005 東京都千代田区丸の内 3-3-1 新東京ビル 1階

Tel: 03-3201-3331

[URL http://www.jnto.go.jp/eng/arrange/travel/guide/tic.html](http://www.jnto.go.jp/eng/arrange/travel/guide/tic.html)

★ ビジット・ジャパン案内所

詳しくはこちら [URL http://www.jnto.go.jp/eng/arrange/travel/guide/voffice.html](http://www.jnto.go.jp/eng/arrange/travel/guide/voffice.html)

おんせん
温泉:

火山の多い日本では全国各地に温泉があります。地域によって温泉の成分も違い、健康や美容への効果も様々です。日本での滞在中、ぜひ楽しんでください。

4-6 Traveling in Japan

Japan is blessed with four seasons and a wealth of nature. The Japanese archipelago extending over a long distance from north to south offers a large number of sightseeing spots. A variety of festivals (*matsuri*), a traditional feature of Japanese life, are held throughout the country during each season.

Japanese traditional culture is also featured at many museums throughout Japan. We encourage you to visit these areas of Japan during your stay.

Lodgings at sightseeing spots include hotels, *ryokan* inns, *minshuku*, and public facilities. Most *ryokan* inns are Japanese style with *tatami* rooms and *futon* for sleeping. The rooms are also equipped with towels, washing utensils, *yukata*, etc.

Travel Information in English

The Japan National Tourism Organization (JNTO) provides tourists from overseas with travel information in multiple languages, and distributes maps and pamphlets on travel within Japan. It also offers tourism information through the Internet, and operates several Tourist Information Centers in Tokyo. These centers provide sightseeing information across Japan throughout the year (except on New Year's Day). JNTO also launched a program to certify the Tourist Information Centers that can handle foreign tourists as Visit Japan Centers. As of October 2017, a total of 874 centers had been certified throughout Japan and are permitted to display the program's logo.

★ JNTO

4-4-1 Yotsuya, Shinjuku-ku, Tokyo 160-0004

Tel: 03-6691-4850 [URL http://www.jnto.go.jp/eng/](http://www.jnto.go.jp/eng/)

★ JNTO Tourist Information Center (TIC)

1st Floor, Shin-Tokyo Bldg., 3-3-1 Marunouchi, Chiyoda-ku, Tokyo (Located on Marunouchi-Naka Dori Street side of Shin-Tokyo Bldg.)
Tel: 03-3201-3331

[URL http://www.jnto.go.jp/eng/arrange/travel/guide/tic.html](http://www.jnto.go.jp/eng/arrange/travel/guide/tic.html)

Daily from 9:00 a.m. to 5:00 p.m.

★ Visit Japan Centers

For details, visit [URL http://www.jnto.go.jp/eng/arrange/travel/guide/voffice.html](http://www.jnto.go.jp/eng/arrange/travel/guide/voffice.html)

Onsen (Hot Springs): Japan has a lot of volcanoes and geothermal activity, and you can find hot springs in various parts of the country. The mineral contents of *onsen* differ by region, offering a variety of health and aesthetic benefits. Be sure to enjoy some *onsen* during your stay in Japan.

【主な認定外国人観光客案内所】

羽田空港国際線旅客ターミナル 2階	Tel: 03-6428-0653
成田国際空港第1旅客ターミナル 1階	Tel: 0476-30-3383
成田国際空港第2旅客ターミナル 1階	Tel: 0476-34-5877
関西国際空港第1ターミナル 1階中央	Tel: 072-456-6160

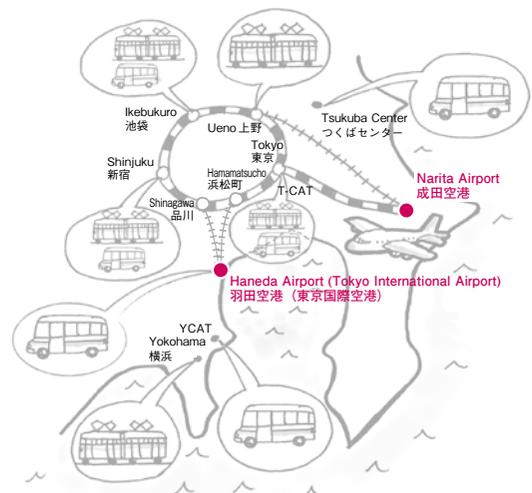
4-7 国際空港・都心間の交通手段

外国人の代表的な日本の出入国空港である東京国際空港(羽田)、新東京国際空港(成田)と関西国際空港と都心間の交通手段について、以下に表示します。

【フライト・インフォメーション】

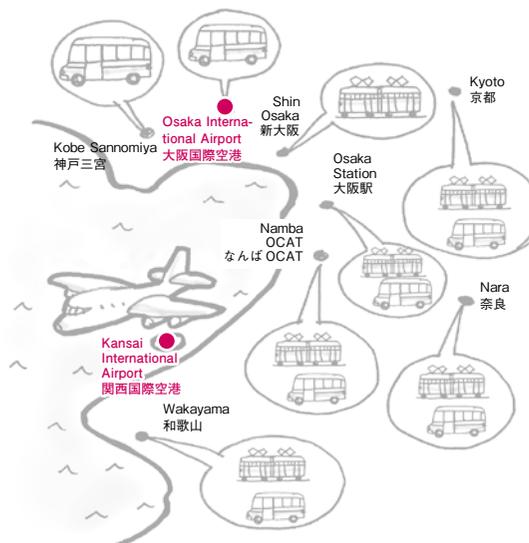
成田国際空港	Tel: 0476-34-8000	URL http://www.narita-airport.jp/
関西国際空港	Tel: 072-455-2500	URL http://www.kansai-airport.or.jp/
新千歳空港	Tel: 0123-23-0111	URL http://www.new-chitose-airport.jp/
羽田空港 (東京国際空港) 国際線	Tel: 03-6428-0888	URL http://www.haneda-airport.jp/
中部国際空港セントレア	Tel: 0569-38-1195	URL http://www.centrair.jp/
福岡空港	Tel: 092-621-0303	URL http://www.fuk-ab.co.jp/

羽田空港 (東京国際空港)・成田国際空港へのアクセス
Haneda Airport (Tokyo International Airport) Access,
Narita International Airport Access



関西国際空港へのアクセス

Kansai International Airport Access



Major Certified Tourist Information Centers

Haneda Airport International Passenger Flight Terminal 2F	Tel: 03-6428-0653
Narita International Airport Terminal 1, 1F	Tel: 0476-30-3383
Narita International Airport Terminal 2, 1F	Tel: 0476-34-5877
Kansai International Airport Terminal 1, 1F, center of the floor	Tel: 072-456-6160

4-7 Transportation between International Airports and Metropolitan Areas

The following figures show the modes of transportation available between the Haneda/Narita/Kansai international airports, which are the main ports of entry/departure for foreigners, and their respective city centers.

Flight Information

Narita International Airport	Tel: 0476-34-8000	URL http://www.narita-airport.jp/en/
Kansai International Airport	Tel: 072-455-2500	URL http://www.kansai-airport.or.jp/en/
New Chitose Airport	Tel: 0123-23-0111	URL http://www.new-chitose-airport.jp/en/
Haneda Airport (Tokyo International Airport) International Flights	Tel: 03-6428-0888	URL http://www.haneda-airport.jp/en/
Central Japan International Airport (Centrair)	Tel: 0569-38-1195	URL http://www.centrair.jp/en/
Fukuoka Airport	Tel: 092-621-0303	URL http://www.fuk-ab.co.jp/english/

4-7-1 成田国際空港

成田空港第1ターミナル
(成田空港駅)

成田空港第2ターミナル
(空港第2ビル駅)

東京シティエアターミナル (T-CAT)

リムジンバス (所要時間: 約 60 分、料金: 2,800 円)

東京駅

京成高速バス (東京シャトル) (所要時間: 約 80 分、料金: 1,000 円)
成田エクスプレス (JR) (所要時間: 約 60 分、料金: 3,020 円)

京成上野駅

スカイライナー (所要時間: 約 40 分、料金: 2,470 円)

池袋駅

リムジンバス (所要時間: 約 75 分、料金: 3,100 円)
成田エクスプレス (JR) (所要時間: 約 90 分、料金: 3,190 円)

新宿駅

リムジンバス (所要時間: 約 85 分、料金: 3,100 円)
成田エクスプレス (JR) (所要時間: 約 80 分、料金: 3,190 円)

羽田空港

リムジンバス (所要時間: 約 65 分、料金: 3,100 円)

横浜駅

成田エクスプレス (JR) (所要時間: 約 90 分、料金: 4,290 円)

横浜シティエアターミナル (YCAT)

リムジンバス (所要時間: 約 85 分、料金: 3,600 円)

土浦駅東口・つくばセンター

成田空港線 (NATT'S) (所要時間: 約 95 分、料金: 2,200 円)

注1) 料金は2017年10月現在のもの

注2) 成田エクスプレス (JR) の料金は通常期の運賃

4-7-1 Narita International Airport

Narita Airport, Terminal 1
(Narita Airport Station)

Narita Airport, Terminal 2
(Airport Terminal 2 Station)

Tokyo City Air Terminal (T-CAT)

Limousine bus (approx. 60 min., fare: ¥2,800)

Tokyo Station

Keisei highway bus (Tokyo Shuttle) (approx. 80 min., fare: ¥1,000)
Narita Express (JR) (approx. 60 min., fare: ¥3,020)

Keisei Ueno Station

Skyliner (approx. 40 min., fare: ¥2,470)

Ikebukuro Station

Limousine bus (approx. 75 min., fare: ¥3,100)
Narita Express (JR) (approx. 90 min., fare: ¥3,190)

Shinjuku Station

Limousine bus (approx. 85 min., fare: ¥3,100)
Narita Express (JR) (approx. 80 min., fare: ¥3,190)

Haneda Airport

Limousine bus (approx. 65 min., fare: ¥3,100)

Yokohama Station

Narita Express (JR) (approx. 90 min., fare: ¥4,290)

Yokohama City Air Terminal (YCAT)

Limousine bus (approx. 85 min., fare: ¥3,600)

Tsuchiura Station East Exit / Tsukuba Center

Narita Airport Line (NATT'S) (approx. 95 min., fare: ¥2,200)

Notes:

1) Fares are current as of October 2017.

2) Narita Express (JR) fares are the regular season rates.

4-7-2 はねだくこう とうきょうこくさいこう くにこくさいせん
羽田空港 (東京国際空港) 国際線

はねだくこうこくさいせんりよか
羽田空港国際線旅客ターミナル
はねだくこうこくさいせん えき
(羽田空港国際線ビル駅)
はねだくこうこくさいせん えき
(羽田空港国際線ターミナル駅)

とうきょうえき 東京駅	モノレール (快速) + JR (所要時間: 約 25 分、料金: 650 円)
しぶやえき 渋谷駅	モノレール (快速) + JR (所要時間: 約 35 分、料金: 690 円) 京急 (一部快特) + JR (所要時間: 約 32 分、料金: 580 円)
しんじゅくえき 新宿駅	モノレール (快速) + JR (所要時間: 約 41 分、料金: 690 円) 京急 (一部快特) + JR (所要時間: 約 41 分、料金: 610 円)
いけぶくろえき 池袋駅	モノレール (快速) + JR (所要時間: 約 46 分、料金: 750 円) 京急 (一部快特) + JR (所要時間: 約 47 分、料金: 670 円)
よこはまえき 横浜駅	京急 (一部快特) (所要時間: 約 31 分、料金: 450 円)
なりたこくさいこう 成田国際空港	リムジンバス (所要時間: 約 65 分、料金: 3,100 円)
つくば	モノレール (快速) + JR + つくばエクスプレス (所要時間: 約 80 分、料金: 1,840 円) リムジンバス (所要時間: 約 120 分、料金: 1,850 円)

注1) 料金は2017年10月現在のもの
注2) つくばエクスプレスは快速

4-7-2 Haneda Airport (Tokyo International Airport)
International Flights

Haneda Airport International Passenger Flight Terminal
(Haneda Airport International Terminal Station,
Tokyo Monorail Line and Keikyu Line)

Tokyo Station	Monorail (Rapid) + JR (approx. 25 min., fare: ¥650)
Shibuya Station	Monorail (Rapid) + JR (approx. 35 min., fare: ¥690) Keikyu (or Rapid Limited Express, "Kaitoku") + JR (approx. 32 min., fare: ¥580)
Shinjuku Station	Monorail (Rapid) + JR (approx. 41 min., fare: ¥690) Keikyu (or Rapid Limited Express, "Kaitoku") + JR (approx. 41 min., fare: ¥610)
Ikebukuro Station	Monorail (Rapid) + JR (approx. 46 min., fare: ¥750) Keikyu (or Rapid Limited Express, "Kaitoku") + JR (approx. 47 min., fare: ¥670)
Yokohama Station	Keikyu (or Rapid Limited Express, "Kaitoku") (approx. 31 min., fare: ¥450)
Narita International Airport	Limousine bus (approx. 65 min., fare: ¥3,100)
Tsukuba	Monorail (Rapid) + JR + Tsukuba Express* (approx. 80 min., fare: ¥1,840) Limousine bus (approx. 120 min., fare: ¥1,850)

Note: Fares are current as of October 2017.

* Tsukuba Express is a dedicated rapid train.

4-7-3 関西国際空港

関西国際空港

きょうと えき

京都駅

JR (特急) (所要時間: 約 75 分、料金: 2,850 円)
 リムジンバス (所要時間: 約 85 分、料金: 2,550 円)

しんおおさかえき

新大阪駅

JR (特急) (所要時間: 約 50 分、料金: 2,330 円)

おおさかえき

大阪駅

JR (快速) (所要時間: 約 65 分、料金: 1,190 円)
 リムジンバス (所要時間: 約 50 分、料金: 1,550 円)

なんばえき

なんば駅 (なんば OCAT)

南海電鉄 (ラビート) (所要時間: 約 40 分、料金: 1,430 円)
 リムジンバス (所要時間: 約 50 分、料金: 1,050 円)

おおさかこくさいくうこう

大阪国際空港 (伊丹)

リムジンバス (所要時間: 約 70 分、料金: 1,950 円)

ならえき

奈良駅

JR (快速、天王寺経由) (所要時間: 約 90 分、料金: 1,710 円)
 リムジンバス (所要時間: 約 85 分、料金: 2,050 円)

わかやまえき

和歌山駅

JR (所要時間: 約 56 分、料金: 890 円)
 リムジンバス (所要時間: 約 40 分、料金: 1,150 円)

こうべさんみや

神戸三宮

リムジンバス (所要時間: 約 65 分、料金: 1,950 円)

注) 料金は 2017 年 10 月現在のもの

4-7-3 Kansai International Airport

Kansai International Airport

Kyoto Station

JR (Limited Express) (approx. 75 min., fare: ¥2,850)
 Limousine bus (approx. 85 min., fare: ¥2,550)

Shin-Osaka Station

JR (Limited Express) (approx. 50 min., fare: ¥2,330)

Osaka Station

JR (Rapid) (approx. 65 min., fare: ¥1,190)
 Limousine bus (approx. 50 min., fare: ¥1,550)

Namba Station (Namba OCAT)

Nankai Dentetsu ("Rapi:t") (approx. 40 min., fare: ¥1,430)
 Limousine bus (approx. 50 min., fare: ¥1,050)

Osaka International Airport (Itami)

Limousine bus (approx. 70 min., fare: ¥1,950)

Nara Station

JR (Rapid, via Tennoji Station) (approx. 90 min., fare: ¥1,710)
 Limousine bus (approx. 85 min., fare: ¥2,050)

Wakayama Station

JR (approx. 56 min., fare: ¥890)
 Limousine bus (approx. 40 min., fare: ¥1,150)

Kobe Sannomiya

Limousine bus (approx. 65 min., fare: ¥1,950)

Note: Fares are current as of October 2017.

4-8 各種メディアーテレビ・ラジオ・新聞

【テレビ放送】

日本には、ローカル局を含めて多数のテレビ局があります。その中で、公営の放送局として受信料で運営されているのが日本放送協会 (NHK) です。NHK を受信するには、受信料を支払う必要があります。

放送されるニュース、映画など番組によっては日本語と英語で放送されているものもあります。

また、ケーブルテレビ、衛星放送では、世界中の様々な番組を見ることができますが、衛星放送を直接受信するには専用のアンテナ、チューナーと受信料が必要です。

【外国語によるラジオ放送】

★ ラジオ AM

◇ AFN (東京地区周波数 810kHz) American Forces Network
米軍放送網。 [URL http://tokyo.afnpacific.net/](http://tokyo.afnpacific.net/)

★ ラジオ FM

◇ Inter FM (周波数 76.1MHz) [URL http://www.interfm.co.jp/](http://www.interfm.co.jp/)
Inter FM NAGOYA (周波数 79.5MHz)
首都圏や名古屋を中心としたエリアに英語などの外国語でニュースや生活情報を放送。

◇ FM COCOLO (周波数 76.5MHz) [URL http://cocolo.jp/](http://cocolo.jp/)
関西圏をエリアに英語などの外国語でニュースや生活情報を放送。

【英字新聞】

- ◇ The Japan News
Tel: 0120-431-159 [URL http://the-japan-news.com/](http://the-japan-news.com/)
- ◇ The Japan Times
Tel: 0120-036-242 [URL http://www.japantimes.co.jp/](http://www.japantimes.co.jp/)
- ◇ The Asahi Shimbun/Asia & Japan Watch
Tel: 0120-456-371 [URL http://www.asahi.com/ajw/](http://www.asahi.com/ajw/)



駅の売店などで販売されている英字新聞もあります。

English newspapers are also available at station stands.

4-8 Various Mass Media: TV, Radio, Newspapers

TV Broadcasts

Japan has a large number of TV stations, including local stations. Among them is NHK (Nippon Hoso Kyokai), a public broadcast station operated by reception fees collected from viewers. To receive NHK, you need to pay the reception fee. Some news and movie programs are broadcast in both Japanese and English.

Cable TV and satellite broadcasts allow you to see a variety of programs from around the world, but to receive the satellite broadcasts, you need a special antenna and tuner, and pay reception fees also.

Radio Broadcasts in Foreign Languages

★ AM radio

◇ AFN (810 kHz in the Tokyo area) [URL http://tokyo.afnpacific.net/](http://tokyo.afnpacific.net/)
American Forces Network, a worldwide radio service operated by the U.S. military.

★ FM radio

- ◇ Inter FM (76.1 MHz) [URL http://www.interfm.co.jp/](http://www.interfm.co.jp/)
Inter FM Nagoya (79.5 MHz)
Broadcasts news and information in English and other languages in the Tokyo metropolitan area and Nagoya area.
- ◇ FM Cocolo (76.5 MHz) [URL http://cocolo.jp/](http://cocolo.jp/)
Broadcasts news and information in English and other languages in the Kansai region.

English-language Newspapers

- ◇ The Japan News
Tel: 0120-431-159 [URL http://the-japan-news.com/](http://the-japan-news.com/)
- ◇ The Japan Times
Tel: 0120-036-242 [URL http://www.japantimes.co.jp/](http://www.japantimes.co.jp/)
- ◇ The Asahi Shimbun / Asia & Japan Watch
Tel: 0120-456-371 [URL http://www.asahi.com/ajw/](http://www.asahi.com/ajw/)

4-9 衣服と靴のサイズ比較

4-9 Sizes of Clothes and Shoes

■ 男性用 Men's

シャツ (ネック・サイズ) Shirt collar

にほん 日本 (センチ) Japan (cm)	36	37	38	39	40	41	42
インチ Inches	14	14½	15	15½	16	16½	17

■ 靴 Shoes

にほん 日本 (センチ) Japan (cm)	24.5	25	25.5	26	26.5	27	27.5
アメリカ合衆国 USA	6.5	7	7.5	8-8.5	9	9.5	10
英国 UK	5.5	6	6.5	7	7.5	8	8.5
フランス France	40	40	41	42	42	43	43

■ 女性用 Women's

既製服とセーター Clothing size

にほん 日本 Japan	7	9	11	13	15
アメリカ合衆国 USA	4	6	8	10	12
英国 UK	32	34	36	38	40
フランス France	36	38	40	42	44

■ 靴 Shoes

にほん 日本 (センチ) Japan (cm)	23	23.5	24	24.5	25
アメリカ合衆国 USA	6	6.5	7	7.5	8
英国 UK	4.5	5	5.5	6	6.5
フランス France	36	37	38	38	39

注) サイズの換算はメーカー、商品によって違いがありますので、あくまでも参考にしてください。

Note: Please use these figures as a guide only, as actual sizes vary among manufacturers and products.

Chapter 5 Academic Information

だいごしょう 第 5 章

がくじゆつかんれんじょうほう 学術関連情報



きく 菊

はなごころば 高貴・高潔・高尚
花言葉「高貴・高潔・高尚」

日本の国花。花卉の広がる様が
太陽に例えられる。高貴さの象
徴でもあり、現在でも皇室の
紋章や国会議員のバッジのモ
チーフとして用いられている。

Kiku (Chrysanthemum)

What this flower signifies in Japan:
Nobility, idealism

This is one of the national flowers
of Japan. The petals in full bloom
are symbolic of the sun. A symbol
of nobility and idealism, the
chrysanthemum is the motif for the
Imperial Family crest and the badge
of National Diet members.

第5章

学術関連情報

本章では、日本の学術研究体制について紹介します。

5-1 日本の科学技術体制と学術研究機関

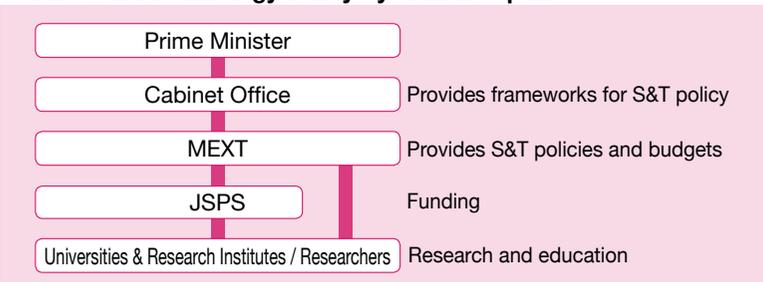
日本の科学技術政策の基本方針として、平成28年1月に「第5期科学技術基本計画」(平成28年から平成32年)が閣議決定され、この計画に基づき、日本の科学技術イノベーション政策の振興が図られています。第6期科学技術基本計画は、平成33年に閣議決定される予定です。

これらの課題に取り組む行政体制として、内閣府には、政府全体の見地から科学技術の基本的な政策について審議する「総合科学技術・イノベーション会議」(平成26年5月に「総合科学技術会議」から名称変更)が、平成13年1月の中央省庁再編により設置されました。また同時に、教育、文化、学術を担当する文部省と科学技術庁が統合され、総合的に科学技術と学術の振興を図ることを任務とする文部科学省が設置されました。

その一環として、各研究機関も弾力的運営を図る等を目的として、独立行政法人化が実施され、平成27年4月からは、独立行政法人は業務の特性によって、中期目標管理法人、国立研究開発法人、行政執行法人の3つに区分されることになりました。日本学術振興会は平成15年に文部科学省所管の独立行政法人となり、平成27年に中期目標管理法人に区分されました(日本学術振興会についてはP.142を参照)。また平成16年4月に国立大学は国立大学法人に移行されました。それぞれの大学が自律性と自主性を持って経営を行い、独自の教育と研究を発展させることが期待されています。

日本における学術研究の推進は、大学と大学共同利用機関法人及び各省庁の国立研究所や独立行政法人などが中心的役割を担っています。主な学術研究機関について、次に述べます。

Science and Technology Policy System in Japan



Chapter 5

Academic Information

This chapter provides information on Japan's academic research system.

5-1 Japan's Science and Technology Administration and Academic Research Institutes

The Cabinet approved the “Fifth Science and Technology Basic Plan” (2016-20) at a January 2016 meeting as the basic guideline for creating and promoting the policies governing innovation in science and technology in Japan. The Sixth Science and Technology Basic Plan is set to be finalized at a 2021 Cabinet meeting.

An administrative system for handling these issues was established in January 2001, when Japan's government reorganized its ministries and agencies. The former Ministry of Education, Science and Culture—responsible for education, culture and academic learning—and the Science and Technology Agency were merged to form the Ministry of Education, Culture, Sports, Science and Technology (MEXT), whose duty is to work on the comprehensive promotion of science, technology and academic learning. At the same time, the Council for Science and Technology Policy—renamed the Council for Science, Technology and Innovation in May 2014—was established within the Cabinet Office to deliberate on basic policies for science and technology from the viewpoint of the overall government.

In line with this, research institutes in Japan were reorganized into Incorporated Administrative Agencies with objectives that include encouraging more flexible operations. In April 2004, national universities were made national university corporations. Each university is expected to conduct operations with independence, developing their own unique style of education and research.

From April 2015, Incorporated Administrative Agencies were divided into three categories based on their operational characteristics: the Agency Managed under the Medium-term Objectives, the National Research and Development Agency, and the Agency Engaged in Administrative Execution. In 2003, the Japan Society for the Promotion of Science (JSPS) became an Incorporated Administrative Agency under the administration of MEXT, and it was categorized as an Agency Managed under the Medium-term Objec-

学術

Academic

5-1-1 大学 (大学院)

大学 (大学院) では、教育と研究が一体的に推進されています。特に大学院は、研究者の養成に重要な役割を担っています。大学 (大学院) の数は、次のとおりです。

区分	大学数	うち大学院を置くもの
国立大学法人	86	86
公立大学	90	80
私立大学	604	463
計	780	629

(文部科学学校基本調査 平成 29 年度より作成)

なお、個別の大学 (大学院) の概要については、日本学生支援機構のホームページ [URL http://www.jasso.go.jp/ryugaku/study_j/search/index.html](http://www.jasso.go.jp/ryugaku/study_j/search/index.html) が参考になります。

5-1-2 大学共同利用機関法人

大学共同利用機関は、全国の大学の研究者が大学の枠を越えて、大規模な研究施設や大量のデータ・資料等を利用した共同研究を行う機関として設置されたものです。平成 16 年 4 月に、これまで設置されていた大学共同利用機関が、4 つの新たな研究機関に統合再編され、法人化されました。この法人化により、それぞれの研究機関の自立的な運営の確保、新たな学問分野の創出に向けた戦略的な取り組みの推進など、我が国の学術研究全体の活性化や国際競争力の強化に資することが期待されています。(巻末付録 IV 参照)

5-1-3 文部科学省及び各省庁所管の研究機関

文部科学省をはじめとする各省庁が所管する研究機関 (国立研究所、独立行政法人、特殊法人) も多数あり、それぞれの省庁の行政目的に即した調査研究を行っています。主な研究機関の一覧は巻末付録 V を参照してください。

tives in 2015 (See page 143 concerning JSPS).

The main roles for the advancement of academic research in Japan are being pursued by universities and Inter-University Research Institute Corporations, as well as the national research institutes of various government agencies and Incorporated Administrative Agencies.

The main academic research organizations are described next.

5-1-1 Universities (Graduate Schools)

Education and research are being promoted together at universities (graduate schools). Graduate schools in particular play a vital role in the training of researchers. The number of universities (graduate schools) in Japan is as follows:

Category	Number of Universities	Number with Graduate Schools
National university corporations	86	86
Public universities	90	80
Private universities	604	463
Total	780	629

(FY2017 Report on School Basic Survey, MEXT)

For summaries on individual universities (graduate schools), please refer to the website of the Japan Student Services Organization. [URL http://www.jasso.go.jp/en/study_j/search/index.html](http://www.jasso.go.jp/en/study_j/search/index.html)

5-1-2 Inter-University Research Institute Corporations

The Inter-University Research Institute was established to support university researchers engaged in joint research beyond the university framework and utilizing large-scale research facilities or large volumes of data and materials. In April 2004, the Inter-University Research Institutes that had been in existence were integrated into four new research institutes and incorporated. As a result, each research institute will have more independence in their operation and be able to promote strategies aimed at creating new academic fields. It is expected that this new system will contribute to the revitalization of academic research in Japan and enhance its international competitiveness. (See Appendix IV.)

5-1-3 Research Institutes under Jurisdiction of the MEXT and Others

Japan also has a large number of research institutes (National Research Institutes, Incorporated Administrative Agencies, Quasi-Governmental Organizations) under the jurisdiction of the MEXT

5-2 学会

学会は、研究発表、討論、情報交換などの場として、重要な機能を果たしており、人文・社会科学分野で正会員 2,000 人以上の学会は約 40 団体、自然科学分野で正会員 10,000 人以上の学会は、約 40 団体あります (『学会名鑑 2007 ~ 9 年版』より)。

なお、学会に関する情報については日本学術会議 (SCJ)、日本学術協力財団 (JSSF)、科学技術振興機構 (JST) が連携し実施している「学会名鑑」の Web 版 ([URL http://gakkai.jst.go.jp/](http://gakkai.jst.go.jp/)) が公開されており、参考になります。

また、国立情報学研究所では、Web 上で、各学協会とリンクして学協会の情報提供をしています。(5-3 参照)

5-3 学術情報システム

日本の学術情報システムは、人文・社会・自然科学にわたる全学問分野の学術情報を対象として、広く情報を発信しています。その中核的な機関である「国立情報学研究所 (NII)」を中心として、全国の大学の情報基盤センター、情報処理センター及び図書館や、大学共同利用機関法人及び学協会などと連携を図り、大学、研究機関及び諸外国の研究者が必要とする学術情報システムの構築と学術情報の提供 (一部有料) を行っています。

★ 情報・システム研究機構 国立情報学研究所

[URL http://www.nii.ac.jp/](http://www.nii.ac.jp/)

【主なサービス】

- ① CiNii (NII 学術コンテンツ・ポータル) : 学術論文、図書・雑誌など多様な学術情報を統合的に検索するサービス
- ② KAKEN (科学研究費助成事業データベース) : 科学研究費助成事業により行われた研究の成果概要などを検索するサービス
- ③ NII-REO (海外電子ジャーナル) : 複数の海外電子ジャーナルを横断的に検索し、抄録などを無料で閲覧するサービス
- ④ Webcat Plus (総合目録データベース WWW 検索サービス) : 全国の大学図書館等で所蔵している図書・雑誌の情報を検索するサービス
- ⑤ NACSIS-CAT/ILL (目録所在情報サービス) : 大学・研究機関等が所蔵している図書・雑誌資料の目録データベースの提供

and other ministries and agencies which conduct investigative research to meet administrative objectives of the respective ministries and agencies. See **Appendix V** for a list of the main research institutes.

5-2 Academic Societies

Academic societies play a vital role as a forum for such activities as research presentations, debates, and information exchanges. Societies with over 2,000 regular members in fields of humanities and social sciences number about 40, while those in fields of natural sciences with more than 10,000 regular members also number about 40 (according to Directory of Academic Societies, 2007-9).

Information about these societies is published in the online List of Academic Societies ([URL http://gakkai.jst.go.jp/](http://gakkai.jst.go.jp/)), which is jointly managed by the Science Council of Japan (SCJ), the Japan Science Support Foundation (JSSF), and the Japan Science and Technology Agency (JST).

In addition, the website maintained by the National Institute of Informatics provides information on the various academic societies through links to these societies. (See **section 5-3**.)

5-3 Academic Information System

Japan's academic information system covers information in all fields of study in the humanities and the social and natural sciences, and distributes it through a wide network. The core organization of this network is the **National Institute of Informatics (NII)** which maintains links with such organizations as information infrastructure centers at universities across Japan, information processing centers, libraries, Inter-University Research Institute Corporations, and academic societies. The NII has built this academic information system and provides academic information (some of it for a fee) required by universities, research institutes, and overseas researchers.

★ National Institute of Informatics, Research Organization of Information and Systems

[URL http://www.nii.ac.jp/en/](http://www.nii.ac.jp/en/)

さらに、学振と同様に文部科学省所管の独立行政法人である「科学技術振興機構（JST）」は、文献情報データベースや、日本の研究機関や研究者の情報をディレクトリ形式にまとめたデータベースの提供等、日本の科学技術情報の発信を積極的に行っています（一部有料）。

★国立研究開発法人 科学技術振興機構

URL <http://www.jst.go.jp/>

【主なサービス】

- ① 科学技術総合リンクセンター（J-GLOBAL）：個別に存在していた科学技術情報をつなぎ、整理したサービス
- ② 電子ジャーナル（J-STAGE）：日本の科学技術に関する学協会誌の電子ジャーナル化を支援するサービス
- ③ 新世代研究基盤サービス（researchmap）：公開されている各種研究データベースと連携した、研究者中心のコミュニケーションサービス
- ④ 研究者の公募情報（JREC-IN Portal）：日本の研究機関の研究職・技術職への就職希望者への情報サービス
- ⑤ バイオサイエンスデータベースセンター（NBDC）：ヒトゲノム統合データベース（HOWDY-R）等のデータベースを提供するサービス



Main Services

- (1) CiNii (NII academic content portal)
Comprehensively searches various types of academic information, including academic papers, literature and periodicals
- (2) KAKEN (the Grants-in-Aid for Scientific Research database)
Searches outlines of research results conducted under the grants-in-aid programs.
- (3) NII-REO (Overseas Electronic Journal)
Provides a crossover search function among multiple overseas electronic journals and abstracts of articles free of charge
- (4) Webcat Plus (General catalog database search)
Web-based search engine for catalog database of university libraries and other locations in Japan
- (5) NACSIS-CAT/ILL (Catalog Information Services)
Provides a catalog database for literature and periodical materials held at university libraries and research institutions

In addition, the **Japan Science and Technology Agency (JST)**—an Incorporated Administrative Agency under the jurisdiction of MEXT—actively distributes information on Japanese science and technology through such measures as providing a database of information on academic literature and on Japanese research institutes and researchers in a directory format (some of it fee-based).

★ Japan Science and Technology Agency

URL <http://www.jst.go.jp/EN/>

Main Services

- (1) Japan Science and Technology Agency Link Center (J-Global) (in Japanese only)
A service that links and organizes information on science and technology that had previously existed separately.
- (2) Electronic journal (J-STAGE)
Supports the production of electronic versions of journals on Japanese science and technology issued by academic societies
- (3) researchmap—A next-generation research infrastructure
Communication service for researchers that links various types of research databases open to the public.
- (4) Researcher recruiting information (JREC-IN Portal)
Information service for researchers looking for employment as a researcher or technician at Japan's research institutes
- (5) National Bioscience Database Center (NBDC)
Provides databases such as the Human Organized Whole Genome Database (HOWDY-R)

Useful Japanese Expressions (4)

べんり にほんごひょうげん
便利な日本語表現 (4)

• Numbers

一	1	Ichi
二	2	Ni
三	3	San
四	4	Yon/Shi
五	5	Go
六	6	Roku
七	7	Nana/Shichi
八	8	Hachi
九	9	Kyū/Ku
十	10	Jū
百	100	Hyaku
千	1,000	Sen
万	10,000	Ichi-man

Chapter 6

Japan Society for the Promotion of Science (JSPS)

だいろくしょう
第 6 章

にほんがくじゆつしんこうかい
日本学術振興会



古来より暁を象徴するものと
して知られている「長鳴鳥」は、
古事記において、知恵を司る神
が天の石屋戸を開くため、常世
(不死)の長鳴鳥を集めて鳴かせ
たと記されています。

The *naganakidori*, a long-crowing rooster of the eternal world, has symbolized the dawn since ancient times. Japan's oldest historical record, the *Kojiki*, relates that the gods gathered *naganakidori* to signal the end of night and thereby convince the sun goddess Amaterasu to open the stone door of her cave.

ū: Pronunciation should be lengthened, like “you.”

6-1 日本学術振興会

日本学術振興会（以下、「学振」）は、天皇陛下の御下賜金により昭和 7 年（1932 年）に設立されて以来、日本の学術振興を担う唯一の資金配分機関です。学振は、①世界レベルの多様な知の創造、②強固な国際協働ネットワークの構築、③次世代の人材育成と大学の教育研究機能の向上、④エビデンスに基づいた学術振興体制の構築と社会との連携の推進、の 4 本の柱を基盤に、国内最大の競争的資金である科学研究費助成事業をはじめとする学術研究の助成、特別研究員等の若手研究者養成、学術に関する国際交流の推進、大学改革やグローバル化の支援等を通して、学術の振興を図ることを目的としています。基礎から応用まで、そして人文学、社会科学から自然科学まであらゆる研究分野を支援対象としており、研究者の自由な発想を重視するボトムアップ型の支援を行っている点が特徴です。

学振は、東京都千代田区麹町に位置し、総務企画部、国際事業部、人材育成事業部、研究事業部、学術システム研究センター、グローバル学術情報センターの 6 つの部署から成っており、166 人の常勤職員が働いています。東京本部の他に、9 か国 10 か所に海外研究連絡センターが設置されており、平成 27 年からはサンパウロに、ブラジルとその周辺国の学術動向等に関する情報収集及び専門的助言を行う「日本学術振興会海外アドバイザー」が設置されました。国際事業の実施にあたり、世界 50 か国、2 国際機関を含む 94 の学術振興機関等との良好な協力関係を築いており、日本を代表する資金配分機関として重要な役割を担っています（平成 29 年 6 月時点）。

学振の事業は、144 ページの一覧をご参照ください。科学研究費助成事業、世界トップレベル研究拠点プログラム、各種フェローシップ、アウトリーチ事業等、各事業の詳細に関しては、ホームページ及びブローチャーをご覧ください。

URL <http://www.jsps.go.jp/index.html>

JSPS の活動概要は YouTube でもご覧いただけます。

Visit the JSPS YouTube channel for an overview of JSPS activities.

URL <https://www.youtube.com/user/jspsvideos>



6-1 Japan Society for the Promotion of Science

Since the Japan Society for the Promotion of Science (JSPS) was established with an imperial endowment in 1932, it has been Japan's premier funder of scientific research. JSPS has four basic pillars: (1) Creating world-class knowledge in diverse fields; (2) Building robust international cooperative networks; (3) Fostering the next generations of researchers and enhancing the education and research functions of universities; and (4) Building evidence-based science-promotion systems while strengthening linkage with society. Based on these pillars, JSPS promotes academic research through the Grants-in-Aid for Scientific Research (KAKENHI) program—which is Japan's biggest competitive funding program—and other subsidies; the Research Fellowship for Young Researchers program and other researcher development programs; international exchange related to academic research; and support for university reform and globalization. All fields of research are eligible for support, from the humanities and social sciences to the natural sciences. The special characteristic of JSPS is that it emphasizes bottom-up support for the researcher's creative ideas.

The JSPS, located in the Kojimachi district of Tokyo's Chiyoda Ward, has six organizational units—Administration Department, International Program Department, Human Resource Development Program Department, Research Program Department, Research Center for Science Systems, and Center for Global Science Information—with a total of 166 full-time employees. In addition to its headquarters in Tokyo, JSPS has ten liaison offices overseas in nine countries. As of 2015, the organization established a new post, JSPS Science Advisor, in São Paulo to collect information on research trends and provide specialized advice in Brazil and neighboring areas. Cooperative ties have been built with 94 overseas counterpart institutions—including two international institutions—in 50 countries around the world to promote various international programs. JSPS plays a crucial role as the Japan's premier funder of scientific research (as of June 2017).

Please refer to the list on page 145 for the JSPS programs. For details on each program, such as the KAKENHI program, the World Premier International Research Center Initiative (WPI), fellowship programs, and outreach programs, please see the JSPS website or brochure.

URL <http://www.jsps.go.jp/english/index.html>

にほんがくじゅつしんこうかい じぎょういちらん
6-1-1 日本学術振興会の事業一覧

事業名		
I	世界レベルの 多様な知の創 造	科学研究費助成事業
		課題設定による先導的人文学・社会科学研究推進事業
		世界トップレベル研究拠点プログラム
		研究公正推進事業
II	強固な国際協 働ネットワー クの構築	二国間交流事業
		共同研究・セミナー
		特定国派遣研究者事業
		日独共同大学院プログラム
		国際共同研究事業
		研究拠点形成事業
		日中韓フォーサイト事業
		HOPE ミーティング ～ノーベル賞受賞者との5日間～
		リンダウ・ノーベル賞受賞者会議派遣事業
		若手研究者のための学術セミナー・ワークショップ
		ノーベル・プライズ・ダイアログ
		先端科学 (FoS) シンポジウム事業
		外国人研究者招へい事業
		外国人特別研究員
		A. 一般、
		B. 欧米短期、
		C. サマー・プログラム、
		D. 定着促進、 (平成30年度募集停止)
		E. 戦略的プログラム
外国人招へい研究者		
F. 長期、		
G. 短期、		
H. 短期 S		
	論文博士号取得希望者に対する支援事業	
III	次世代の人材 育成と大学の 教育研究機能 の向上	特別研究員
		卓越研究員事業
		海外特別研究員
		若手研究者海外挑戦プログラム
		頭脳循環を加速する戦略的国際研究ネットワーク推進プログラム
		博士課程教育リーディングプログラム
		大学教育再生加速プログラム (AP)
		大学間連携共同教育推進事業
		地(知)の拠点大学による地方創生推進事業 (COC +)
		大学の世界展開力強化事業
		スーパーグローバル大学等事業
		卓越大学院プログラム (仮称) 構想推進委託事業
IV	エビデンスに 基づいた学術 振興体制の 構築と社会と の連携の推進	ひらめき☆ときめきサイエンス～ようこそ大学の研究室へ～ KAKENHI
		サイエンス・ダイアログ
		卓越研究成果公開事業
		藤田記念医学研究振興事業
		学術関係国際会議開催募金事務の受託
V	表彰	国際生物学賞
		日本学術振興会賞
		日本学術振興会 育志賞

6-1-1 List of JSPS Programs

Program				
I	Creating Diverse World-Level Knowledge	Grants-in-Aid for Scientific Research(KAKENHI)		
		Topic-Setting Program to Advance Area Cultivation		
II	Building Robust International Cooperative Networks	Cutting-Edge Humanities and Social 3 Responding to Real Society		
		Sciences Research Global Initiatives		
		World Premier International Research Center Initiative		
		Research Integrity		
		Bilateral Collaborations		
		Researcher Exchange Program (Sending and Receiving)		
		Japanese-German Graduate Externship		
		International Joint Research Programs		
		Core-to-Core Program		
		A3 Foresight Program		
		HOPE Meetings with Nobel Laureates		
		Travel Grant for Attending Lindau Meetings		
		Academic Workshops & Seminars for Young Researchers		
		Nobel Prize Dialogue		
		Frontiers of Science (FoS) Symposia		
		JSPS Postdoctoral Fellowships for Foreign Researchers	A.Standard B.North America/ Europe(short-term) C.Summer program D.Pathway to University Positions in Japan (Application recruitment stopped in FY 2018) E.Strategic Program	
		JSPS Fellowship Program for Overseas Researchers	JSPS Invitation Fellowships for Research in Japan	F.Long-term G.Short-term H.Short-term S
			RONPAKU (Dissertation PhD) Program	
		III	Fostering the Next Generation while enhancing the Education and Research Functions of Universities	Research Fellowships for Young Scientists
Leading Initiative for Excellent Young Researchers (LEADER)				
Overseas Research Fellowships				
Overseas Challenge Program for Young Researcher				
Program for Advancing Strategic International Networks to Accelerate the Circulation of Talented Researchers				
Program for Leading Graduate Schools				
Acceleration Program for University Education Rebuilding (AP)				
Program for Promoting Inter-University Collaborative Education				
Program for Promoting Regional Revitalization by Universities as Centers of Community (COC+Program)				
Inter-University Exchange Project				
Top Global University Project				
Go Global Japan Project				
IV	Building an Evidence- Based Science- Promotion Systems and Strengthening Linkage with Society	Takuetsu Daigakuin Program (Provisional), A Commissioned Overview Project		
		HIRAMEKI ☆ TOKIMEKI SCIENCE (Welcome to a University Research Lab - Science that Inspires and Inspirts)		
		Science Dialogue Program		
		Program for Publication of Noteworthy Contributions to Science and Technology		
V	Awards of Recognition	Fujita Memorial Fund for Medical Research		
		Proxy Collection of Funds to Support Holding International Scientific Meeting		
		International Prize for Biology		
		JSPS Prize		
		Ikushi Prize		

じぎょうしょうかい
事業紹介 (JSPS Programs)



① 科学研究費助成事業

Grants-in-Aid for Scientific Research (KAKENHI)

人文学、社会科学から自然科学までのすべての分野にわたり、基礎から応用までのあらゆる「学術研究」を格段に発展させることを目的とする研究費の助成。研究者の自由な発想に基づく研究を支援している日本を代表する競争的資金。平成29年度予算規模はおよそ2284億円。

To promote curiosity-driven research, the JSPS supports researchers from basic to applied fields across the humanities, social sciences and natural sciences. KAKENHI is the government's largest competitive funding program in Japan. The total budget for fiscal 2017 was ¥228.4 billion.



② 世界トップレベル研究拠点プログラム

World Premier International Research Center Initiative (WPI)

高いレベルの研究者を中核とした世界トップレベルの研究拠点の形成を目指す。学振では審査・評価・進捗管理業務に加え、WPIプログラムの成果の波及に向けた活動の支援を実施。

WPI Program works to establish top world-level research centers having a cadre of high-caliber researchers at their core. In addition to conducting application screening, project evaluation and project-progress oversight, JSPS supports activities carried out to disseminate the achievements of the WPI Program.

③ HOPE ミーティング~ノーベル賞受賞者との5日間
HOPE Meetings with Nobel Laureates

アジア太平洋・アフリカ地域の大学院生等がノーベル賞受賞者をはじめとした著名な研究者や同世代の参加者と交流を行い、将来の同地域の科学技術を担う研究者として飛躍する機会を提供。毎年1回日本で開催。

To foster the next generation of researchers in the Asia-Pacific region and on the African continent, the JSPS annually gives opportunities to prominent graduate students and young researchers from those regions to interact closely with Nobel laureates and other top scientists in the world through a five-day program in Japan.



④ 外国人研究者招へい事業

Fellowships for Excellent Overseas Researchers

諸外国の優秀な研究者を招へいし、我が国の研究者との共同研究、討議、意見交換等を行う機会を提供。博士課程取得前後の若手を対象としたサマープログラム(右図)から、外国人特別研究員(一般、戦略的プログラム、定着促進)、外国人招へい研究者(長期、短期、短期S)事業など、多岐にわたっている。

To give outstanding foreign researchers an opportunity to visit Japan to conduct joint research, hold discussions and engage in opinion exchanges with Japanese colleagues, the JSPS offers several fellowship programs, such as the JSPS Summer Program for young pre- and postdoctoral researchers, JSPS Postdoctoral Fellowship (Strategic Program, Standard, Pathway to University Positions in Japan) and JSPS Invitation Fellowship (in three categories: long term, short term and short-term S).



⑤ スーパーグローバル大学創成支援

Top Global University Project

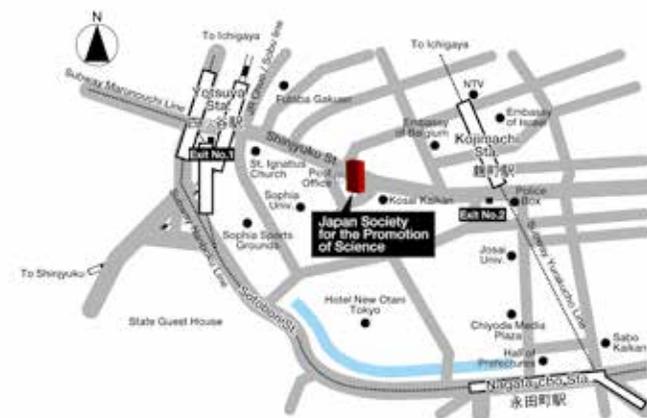
日本の高等教育の国際競争力の向上を目的に、世界レベルの教育研究を行う13のトップ大学と国際化を牽引する24のグローバル大学に対し、海外の卓越した大学との連携や大学改革により徹底した国際化を進めるよう文科省と協働で支援。

To strengthen the international competitiveness and compatibility of Japan's institutions of higher education, the JSPS in coordination with MEXT gives priority support to 13 world-class universities designated as "top type" and 24 innovative universities designated as "global traction type" that proactively carry out collaborations with top-level institutions overseas and thorough reforms toward globalization of their institutions.



6-1-2 日本学術振興会の連絡先・案内図

Map and Contact Information of JSPS Head Office



Access:

About eight-minute walk from Yotsuya Station (use Exit Kojimachi-guchi) on JR Chuo Line or Sobu Line
About ten-minute walk from Yotsuya Station (use Exit No.1) on subway Marunouchi Line or Nanboku Line
About six-minute walk from Kojimachi Station (use Exit No.2) on subway Yurakucho Line

Japan Society for the Promotion of Science (as of November 2017)

URL <http://www.jsps.go.jp/>

5-3-1 Kojimachi, Chiyoda-ku, Tokyo 102-0083

	Telephone
General Affairs Division	+81-3(3263)1722
Policy Planning, Information and Systems Division	+81-3(3263)3461
Budget and Accounting Division	+81-3(3263)2083
International Policy Planning Division	+81-3(3263)1798
Research Cooperation Division	+81-3(3263)1697
Bilateral Cooperation Division	+81-3(3263)1769
Overseas Fellowship Division	+81-3(3263)9094
JSPS Fellows Plaza	+81-3(3263)1872
University Cooperation Program Division	+81-3(3263)1758
Research Fellowship Division	+81-3(3263)3576
Overseas Training Program Division	+81-3(3263)1943
University-Industry Cooperation and Research Program Division	+81-3(3263)4645
Research Aid Planning Division	+81-3(3263)0964
Research Aid Division I	+81-3(3263)0976
Research Aid Division II	+81-3(3263)1431
Research Integrity Office	+81-3(3263)0153
Research Center for Science Systems	+81-3(3263)1882
Center for Global Science Information	+81-3(3263)1971
Center for World Premier International Research Center Initiative (WPI Program Center)	+81-3(3263)0967
Auditing and Evaluation Office	+81-3(3263)1849

JSPS office hours are from 9:30 a.m. to 12 noon and from 1 p.m. to 5:30 p.m., Monday through Friday. The office is closed on Saturdays, Sundays, national holidays and on September 21 (JSPS Foundation Day).

6-2 研究者国際交流センター (2018年4月組織改編予定)

研究者国際交流センターでは、学振の事業により来日した外国人研究者が日本で充実した研究生活を送ることができるように、また、帰国後もネットワークを継続して活用できるように、以下のような各種サービスを提供しています。

(1) 採用中の JSPS フェローに対するサービス

- ・来日前の「来日外国人研究者のための生活ガイドブック Life in Japan」の提供
- ・来日直後の外国人特別研究員を対象としたオリエンテーションの開催 (年5回)

(2) 終了後の JSPS フェローに対するサービス

- ・研究者コミュニティ (同窓会) の形成及び活動支援
- ・外国人研究者再招へい事業の実施 (同窓会会員のみの特典)

(3) すべての JSPS フェローに開かれたサービス

以下のサービスは、ポータルサイト「JSPS Fellows Plaza」に詳しく紹介

URL <http://www.jsps.go.jp/english/e-plaza/index.html>

- ・「JSPS Quarterly」の発行 (年4回)
- ・滞在地域・分野別の現役フェロー検索 (Find Nearby Fellows)
- ・Life in Japan のウェブ版の掲載
- ・事業経験者による体験談やアドバイス集
- ・外特オリエンテーションの写真 (e-Orientation)
- ・留日経験研究者データベース (JARC-Net) の管理・運営
- ・JSPS Researchers Network (JSPS-Net) の管理・運営



オリエンテーションでの日本語レッスン
A Japanese lesson at an orientation session



同窓会活動を支える JSPS スタッフ (デンマーク)
JSPS staff members assist with alumni association activities (Denmark)



オリエンテーションでの茶道体験
Experiencing the tea ceremony at an orientation session

6-2 JSPS Fellows Plaza (As of April 2018, will be reorganized)

The JSPS Fellows Plaza offers the following services to help foreign researchers who have come to Japan under a JSPS program so that they can spend fruitful research life in Japan and continue to develop their network with international and Japanese researchers after returning their home countries.

(1) Services for current JSPS fellows

- Distribution of *Life in Japan for Foreign Researchers* before they come to Japan
- Orientation for the JSPS Postdoctoral Fellowship for Foreign Researchers program after their arrival in Japan (five times a year)

(2) Services for post JSPS fellows

- Support for the formation of a researcher community (alumni association) and related activities
- BRIDGE Fellowship Program (only for alumni association members)

(3) Services for all JSPS fellows

Note: The portal site JSPS Fellows Plaza provides details of the following services.

URL <http://www.jsps.go.jp/english/e-plaza/index.html>

- Publication of the *JSPS Quarterly* four times a year
- Find Nearby Fellows (a database of active fellows arranged by area of residence and research field)
- Posting of an online version of *Life in Japan*
- Testimonials and advice, etc., from participants in past programs
- Photos of the JSPS Postdoctoral Fellowship Program for Overseas Researchers orientation (e-Orientation)
- Management and operation of a database of researchers with experience living in Japan, the Japan-Affiliated Research Community Network (JARC-Net)
- Management and operation of a SNS of researchers, “JSPS Researchers Network (JSPS-Net)”



JSPS Quarterly

6-3 研究者コミュニティ (同窓会) ネットワーク

学振の事業により日本に滞在した外国人研究者が、フェローシップ期間終了後も活発に外国人研究者及び日本人研究者とのネットワークを維持・発展できるように、学振では事業経験者による研究者コミュニティ (同窓会) の形成を支援しています。学振本部から正式に認定を受けた同窓会は2017年10月現在18あり、フェローシップ設立以来26,000人いる元フェローのおよそ25%がいずれかの同窓会に所属しています。JSPS 同窓会は、本部や海外研究連絡センターから支援を受け、定期的に学術シンポジウムなどの開催、ニュースレターやメールマガジンの発行等の活動を自主的に行っています。世界には日本との架け橋として同窓会活動に尽力するフェローがたくさんいます。各国の同窓会の詳細は、以下のウェブサイトをご覧ください。

URL http://www.jspss.go.jp/english/e-plaza/20_alumni.html

研究者コミュニティ (同窓会) 一覧 List of Researcher Communities

日本語名	Name	設立年 / Year of Establishment
ドイツ語圏日本学術振興会研究者同窓会 ※1	Deutsche Gesellschaft der JSPS-Stipendiaten e.V. ^{*1}	1995
JSPS フランス語圏同窓会	L'Association des Anciens Boursiers Francophones de la JSPS	2003
JSPS イギリス・アイルランド同窓会	The JSPS Alumni Association of the UK and the Republic of Ireland	2004
日本学術振興会米国研究者同窓会	US JSPS Fellows Alumni Association	2004
JSPS スウェーデン同窓会	JSPS Alumni Club in Sweden (SAC)	2005
JSPS インド同窓会	Indian JSPS Alumni Association(IJAA)	2006
JSPS エジプト同窓会	JSPS Alumni Association in Egypt (JSPSAAE)	2008
JSPS 東アフリカ同窓会 ※2	Eastern Africa JSPS Alumni Association ^{*2}	2008
JSPS 韓国同窓会 (日韓研究者交流協会)	Korean JSPS Fellows Alumni Association (Association of the Korea-Japan Researcher Network)	2008
JSPS バングラデシュ同窓会	Bangladesh JSPS Alumni Association (BJSPSAA)	2009
JSPS フィンランド同窓会	JSPS Alumni Club in Finland (ACF)	2009
JSPS タイ同窓会	JSPS Alumni Association of Thailand (JAAT)	2010
JSPS 中国同窓会	JSPS Fellow Alumni Association in China	2010
JSPS フィリピン同窓会	JSPS Alumni Association in the Philippines Inc. (JAAP)	2013
JSPS ネパール同窓会	Nepal JSPS Alumni Association (NJAA)	2015
JSPS デンマーク同窓会	JSPS Alumni Club in Denmark (ACD)	2015
JSPS インドネシア同窓会	Indonesia JSPS Alumni Association (JAAI)	2016
JSPS オーストラリア同窓会	JSPS Alumni Association in Australia (JSPSAAA)	2017

※1 ドイツ語圏であるオーストリア、スイスも含む。

※2 ケニア、ウガンダ、エチオピア、タンザニア、ブルンジ、ルワンダを含む。

*1 The area covered includes Germany, Austria and Switzerland.

*2 The area covered includes Kenya, Uganda, Ethiopia, Tanzania, Burundi and Rwanda.

6-3 Researcher Community Network (Alumni Association)

JSPS supports the formation of researcher communities (alumni associations) of the former program participants so as to help foreign researchers who have come to Japan under a JSPS program to actively maintain and develop their networks with international and Japanese researchers even after the completion of their fellowship tenure. As of October 2017, 18 researcher communities had formally received certification from JSPS, and about 25 percent of former fellows—a total of 26,000 since the fellowship programs were launched—belong to one of them. As JSPS alumni associations, these groups receive support from the JSPS head office and overseas branches, and independently engage in such activities as periodically hosting academic symposia, publishing newsletters and e-mail magazines. Many overseas fellows work hard on alumni association activities to serve as a bridge between Japan and their home countries. For details regarding the alumni associations, visit the following website:

URL http://www.jspss.go.jp/english/e-plaza/20_alumni.html



学術シンポジウムで活発に議論を交わす参加者達 (バングラデシュ)
A lively discussion among participants at an academic symposium (Bangladesh)



同窓会シンポジウムで若手研究者のためのポスター発表の場を提供 (インド)
Providing a place for young researchers for poster presentations at an alumni association symposium (India)



毎年全米各地で開催される同窓会シンポジウム・総会 (アメリカ)
A U.S. alumni association's symposium and general meeting are held annually at various locations in the country (USA)



マサイオリンピックをテーマにしたユニークな同窓会ワークショップ (東アフリカ)
A unique alumni association workshop on the theme of the Maasai Olympics (Eastern Africa)

6-4 海外研究連絡センター等 JSPS Overseas Offices

学振は、学術に関する国際交流における日本と諸外国との関係強化を図るため、9か国10か所に海外研究連絡センターを設置しており、以下の活動を積極的に行っています。また、ブラジル・サンパウロには、ブラジルとその周辺国の学術動向などに関する情報収集及び専門的助言を行う「日本学術振興会海外アドバイザー」を設置しています。

- JSPS が協力協定を締結している海外の学術振興機関等との連携
- 海外学術機関との協力によるシンポジウム、コロキウム等の実施
- 日本の大学の海外活動展開への協力・支援
- フェローシップ等の JSPS 事業経験者のネットワーク構築・支援
- 日本の学術情報の発信及び海外の学術動向・大学改革等の情報収集

The JSPS has ten liaison offices in nine countries to reinforce relations and foster international exchanges between Japan and various countries in the fields of research and technology, and is actively pursuing the activities mentioned below. In addition, a JSPS science advisor in São Paulo, Brazil collects information on research trends and provides specialized advice in Brazil and neighboring areas.

- Working together with overseas research promotion institutes that have cooperative agreements with the JSPS
- Holding symposiums and colloquiums with the cooperation of overseas research institutes
- Cooperate with Japanese universities and support the development of their overseas activities
- Build and support networks formed among former participants in JSPS programs, such as fellowships
- Disseminate information on scientific trends in Japan and gather information on academic trends and university reforms overseas

アメリカ合衆国 USA

ワシントン研究連絡センター JSPS Washington Office

2001 L Street, N.W., Suite 1050, Washington, D.C. 20036, USA
Tel: +1-202-659-8190 Fax: +1-202-659-8199 E-mail: info@jpspsusa.org [URL http://www.jpspsusa.org](http://www.jpspsusa.org)

サンフランシスコ研究連絡センター JSPS San Francisco Office

2001 Addison Street, Suite 260, Berkeley, CA 94704, USA
Tel: +1-510-665-1890 Fax: +1-510-665-1891
E-mail: webmaster@jpspsusa-sf.org [URL http://www.jpspsusa-sf.org](http://www.jpspsusa-sf.org)

ドイツ Germany

ボン研究連絡センター JSPS Bonn Office

Wissenschaftszentrum, Ahrstr. 58, 53175, Bonn, GERMANY
Tel: +49-228-375050 Fax: +49-228-957777 E-mail: info@jpsps-bonn.de [URL http://www.jpsps-bonn.de](http://www.jpsps-bonn.de)

英国 UK

ロンドン研究連絡センター JSPS London Office

14 Stephenson Way, London, NW1 2HD, UK
Tel: +44-20-7255-4660 Fax: +44-20-7255-4669 E-mail: enquire@jpsps.org [URL http://www.jpsps.org](http://www.jpsps.org)

スウェーデン Sweden

ストックホルム研究連絡センター JSPS Stockholm Office

Retzius Vag 3, S-171 65 Solna, SWEDEN
Tel: +46-8-5248-4561 Fax: +46-8-31-38-86 E-mail: jpsps-sto@jpsps-sto.com [URL http://www.jpsps-sto.com](http://www.jpsps-sto.com)

フランス France

ストラズブール研究連絡センター JSPS Strasbourg Office

Maison Universitaire France-Japon 42a, avenue de la Forêt-Noire,
67000 Strasbourg, FRANCE
Tel: +33-3-6885-2017 Fax: +33-3-6885-2014 E-mail: jpsps@unistra.fr [URL http://jpsps.unistra.fr](http://jpsps.unistra.fr)

タイ Thailand

バンコク研究連絡センター JSPS Bangkok Office

No.1016/1, 10th Fl., Serm-mit Tower, 159 Sukhumvit Soi 21, Bangkok 10110, THAILAND
Tel: +66-2-661-6533 Fax: +66-2-661-6454 E-mail: jpspbkk@jpsps-th.org [URL http://www.jpsps-th.org](http://www.jpsps-th.org)

中国 China

北京研究連絡センター JSPS Beijing Office

A404, China Foreign Language Mansion, No. 89 Xisanhuan Beilu, Haidian District, Beijing 100089, P.R. CHINA
Tel: +86-10-8882-4331 Fax: +86-10-8882-4332 E-mail: beijing@jpsps.org.cn [URL http://www.jpsps.org.cn](http://www.jpsps.org.cn)

エジプト Egypt

カイロ研究連絡センター JSPS Cairo Research Station

9 Al-Kamel Muhammad Street, Flat No. 4, Zamalek, Cairo, EGYPT
Tel & Fax: +20-2-27363752 E-mail: webmaster@jpspscairo.com [URL http://jpspscairo.com](http://jpspscairo.com)

ケニア Kenya

ナイロビ研究連絡センター JSPS Nairobi Research Station

El Molo Drive, Lavington, Nairobi, KENYA
Tel: +254-20-4348000 E-mail: jpsps1@africaonline.co.ke [URL http://www.jpspsnairobi.org](http://www.jpspsnairobi.org)

ブラジル Brazil

二宮正人サンパウロ海外アドバイザー

Masato Ninomiya, JSPS Science Advisor in São Paulo

E-mail: ninomiya@jpspsbr.org

6-5 日本学術振興会の対応機関

JSPS's Overseas Counterpart Institutions

外国人研究者招へい事業や二国間交流事業等国際事業の実施にあたり、学振は以下の世界 50 か国、2 国際機関を含む 94 の学術振興機関等と協力関係を築いており、多様で強固な国際協働ネットワークを構築しています。

The JSPS has built ties with the following 94 research promotion institutes in 50 countries, including two international institutes, creating a strong and diverse international cooperative network for promoting JSPS bilateral programs and fellowship programs for overseas research:

Region	Country	Counterpart Institution
Asia	Bangladesh	University Grants Commission (UGC) ♥
		Bangladesh Academy of Sciences (BAS) ★
	China	Chinese Academy of Sciences (CAS) ♥
		Chinese Academy of Social Sciences (CASS) ♥
		Ministry of Education (MOE) ♦♥
		Ministry of Science and Technology (MOST) ♦♦
		National Natural Science Foundation of China (NSFC) ♥★
	India	Department of Science and Technology (DST) ♦♥★
		Indian Council of Historical Research (ICHR) ♥
		Indian Council of Social Science Research (ICSSR) ♥
	Indonesia	Directorate General of Resources for Science, Technology and Higher Education, Ministry of Research, Technology and Higher Education (DG-RSTHE) ♥
		Indonesian Institute of Sciences (LIPI) ♥★
	Korea, Rep.	National Research Foundation of Korea (NRF) ♦♥★
	Malaysia	Vice-Chancellors' Council of National Universities in Malaysia (VCC) ★
	Mongolia	Ministry of Education, Culture and Science (MECS) ★
	Myanmar	Ministry of Education ★
	Philippines	Department of Science and Technology (DOST) ♥★
	Singapore	National University of Singapore (NUS) ♥★
	Thailand	National Research Council of Thailand (NRCT) ♥★
		Ministry of Science and Technology (MOST) ♥★
Vietnam	Vietnam Academy of Science and Technology (VAST) ♥★	
Taiwan	Academia Sinica ★	
Oceania	Australia	Australian Academy of Science (AAS) ♦♦♦
		Australian Research Council (ARC) ★
New Zealand	Ministry of Business, Innovation and Employment (MBIE) ♥♥★	
	The Royal Society of New Zealand (RSNZ) ♦♦♥♥★	
Africa	Egypt	Ministry of Higher Education / Ministry of Scientific Research (MOHE / MOSR) ♥★
		Science and technology Development Fund (STDF (MOSR)) ♥
	Kenya	National Commission for Science, Technology and Innovation (NACOSTI) ♥★
	South Africa	National Research Foundation (NRF) ♥♥★
Tunisia	Ministry of Higher Education and Scientific Research (MHESR) ♥	
Europe	Austria	Austrian Agency for International Cooperation in Education and Research (OeAD-GmbH) ♦♦★
		Austrian Science Fund (FWF) ♥
		Federal Ministry of Science and Research (BMWF) ★
	Belgium	Fonds de la Recherche Scientifique-FNRS (F.R.S.-FNRS) ♦♦♥
		Research Foundation-Flanders (FWO) ♦♦♥
	Bulgaria	Ministry of Education and Science of Bulgaria (MES) ♦♦★
Czech Rep.	Czech Academy of Sciences (CAS) ♦♦♥	

Europe	Denmark	Universities Denmark (DU) ♦♦★
	Estonia	Estonian Research Council (ETAg) ♦
	Finland	Academy of Finland (AF) ♦♦♦♥
France	French National Research Agency (ANR) ★	
	Ministry of Foreign Affairs and International Development (MAEDI) ♥	
	National Center for Scientific Research (CNRS) ♦♦♦♥★	
	National Institute for Research in Computer Science and Automation (Inria) ♥	
Germany	National Institute of Health and Medical Research (Inserm) ♥	
	Alexander von Humboldt Foundation (AvH) ♦♦★	
	Council for the Lindau Nobel Laureate Meetings ★	
	German Academic Exchange Service (DAAD) ♦♦♦♥★	
Hungary	German Research Foundation (DFG) ♥★	
	Hungarian Academy of Sciences (HAS) ♦♥	
Italy	Ministry of Education, University and Research (MIUR) ♦♦♦	
	The National Research Council (CNR) ♥	
Lithuania	The Research Council of Lithuania (RCL) ♥	
Netherlands	Netherlands Organisation for Scientific Research (NWO) ♦♦♦♥★	
Norway	The Research Council of Norway (RCN) ♦♦♦♦	
Poland	Polish Academy of Sciences (PAN) ♦♥	
Romania	Ministry of National Education (MEN) ♦♦★	
Russia	Russian Foundation for Basic Research (RFBR) ♥	
Slovakia	Slovak Academy of Sciences (SAS) ♦♦★	
Slovenia	Ministry of Education, Science and Sport (MESS) ♦♥	
Spain	Spanish National Research Council (CSIC) ★	
Sweden	Novel Media AB ★	
	Royal Swedish Academy of Sciences (RSAS) ♦♦★	
	The Swedish Foundation for International Cooperation in Research and Higher Education (STINT) ♦♥♥★	
	Swedish Foundation for Strategic Research (SSF) ♦	
Switzerland	Swedish Governmental Agency for Innovation Systems (VINNOVA) ♦♦♦	
	ETH Zurich (ETHZ) ♦♦♦★	
UK	Swiss National Science Foundation (SNSF) ♦♦★	
	The British Academy ♦	
Ukraine	The British Council ♦♦★	
	The Royal Society ♦♥♥★	
Europe	Economic and Social Research Council (ESRC) ★	
	The National Academy of Sciences of Ukraine (NAS) ♦	
USA	The State Fund for Fundamental Researchers (SFFR) ♥	
	European Research Council (ERC) ♦	
Canada	Canadian Embassy (CE) ♦♦★	
	Canadian Institute for Advanced Research (CIFAR) ★	
	Canadian Institutes of Health Research (CIHR) ♦	
	Natural Sciences and Engineering Research Council of Canada (NSERC) ♦♦♦♦	
USA	Royal Society of Canada (RSC) ★	
	National Academy of Sciences (NAS) ★	
	National Institutes of Health (NIH) ♦♦♦	
	National Science Foundation (NSF) ♦♦★	
Central/South America	Social Science Research Council (SSRC) ♦	
	Argentina	National Council of Scientific and Technological Research (CONICET) ★
	Brazil	Brazilian Federal Agency for Support and Evaluation of Graduate Education (CAPES) ♥
		São Paulo Research Foundation (FAPESP) ★
Chile	Chilean National Commission for Scientific and Technological Research (CONICYT) ★	
Mexico	National Council on Science and Technology (CONACYT) ★	
the Middle East	Turkey	The Scientific and Technological Research Council of Turkey (TÜBİTAK) ♥♥★
	Israel	Ministry of Science and Technology and Space ★
International Organizations	Israel Science Foundation ♥	
	United Nations University (UNU) ♦	

Fellowships

♦ Invitation Fellowship ♦ Postdoctoral Fellowship

Bilateral Programs

♦ Researcher Exchanges ♥ Research Projects/ Seminars ★ Multilateral and Other Programs

Japanese-Gregorian Year Conversion Table

ねんごう せいれきへんかんりょう
年号・西暦変換表

しょうわ 昭和 Shōwa	へいせい 平成 Heisei	
34	1959	
35	1960	
36	1961	
37	1962	
38	1963	
39	1964	
40	1965	
41	1966	
42	1967	
43	1968	
44	1969	
45	1970	
46	1971	
47	1972	
48	1973	
49	1974	
50	1975	
51	1976	
52	1977	
53	1978	
54	1979	
55	1980	
56	1981	
57	1982	
58	1983	
59	1984	
60	1985	
61	1986	
62	1987	
63	1988	
64	1989	
	1	1989
	2	1990
	3	1991
	4	1992
	5	1993
	6	1994
	7	1995
	8	1996
	9	1997
	10	1998
	11	1999
	12	2000
	13	2001
	14	2002
	15	2003
	16	2004
	17	2005
	18	2006
	19	2007
	20	2008
	21	2009
	22	2010
	23	2011
	24	2012
	25	2013
	26	2014
	27	2015
	28	2016
	29	2017
	30	2018
	31	2019

Japanese calendar types have included a range of official and unofficial systems. At present, Japan uses the Gregorian calendar, together with year designations stating the year of the reign of the current emperor.

Note: The current year designation (Heisei) is scheduled to change in April 2019.

Appendices

かんまつ ふ ろく 卷末付録



つばき 椿

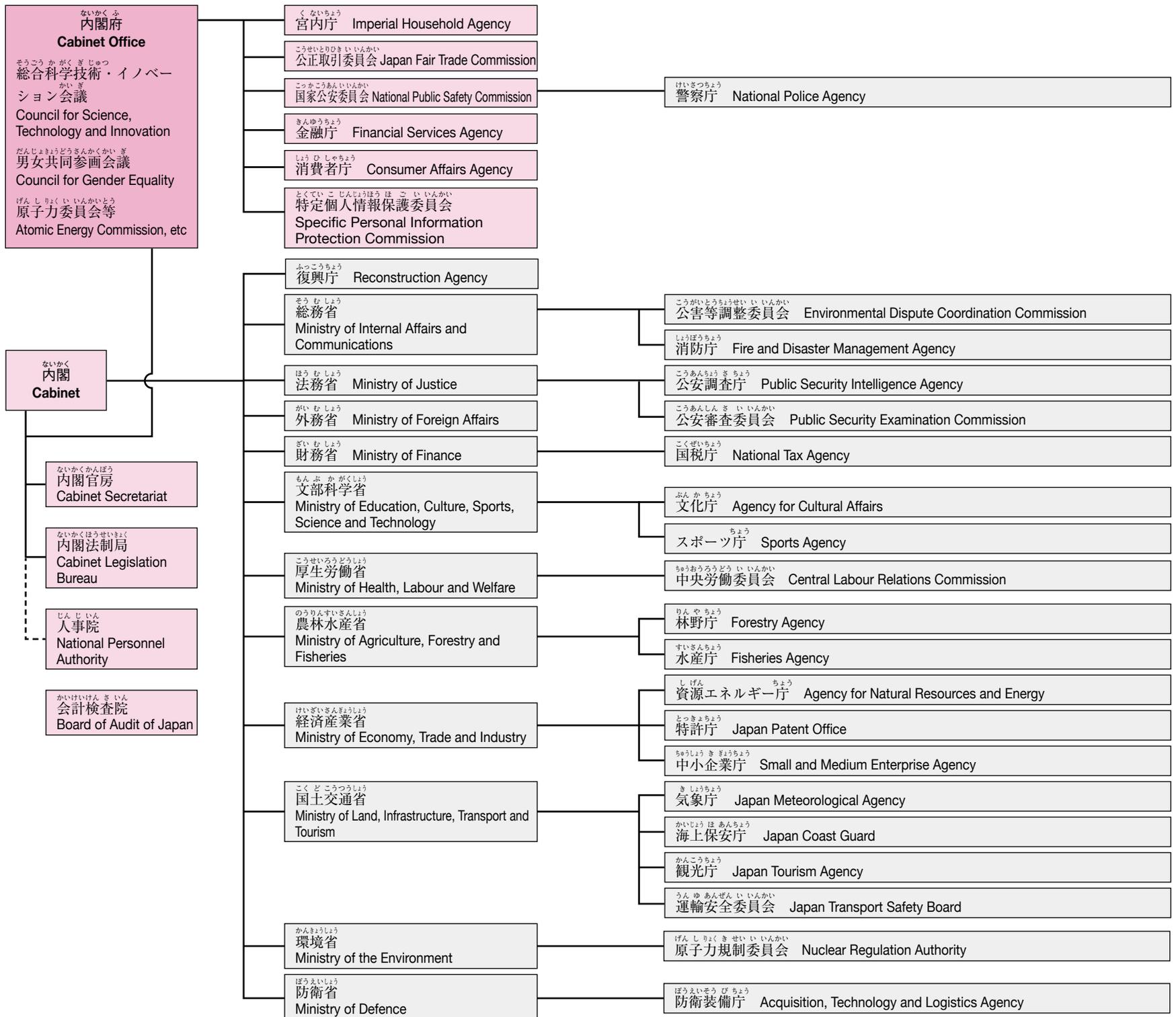
はなごころば ひか うつく ほこ
花言葉「控えめな美しさ・誇り」
はる とうらい つ はな きちじょう
春の到来を告げる花。「吉祥」を
い み いっぽう はな つ お
意味する一方、花の付け根からポ
トリと散る姿は、首が落ちる様を
れんそう ふ け ふさわ
連想させ武家に相応しくないと言
れた。現在でも病人や怪我人に贈
ることは避けられている。

Tsubaki (Camellia)

What this flower signifies in Japan:
Beauty of modesty, pride
Camellias announce the arrival
of spring. While the camellia is
considered a good omen on one
hand, it was thought to be an
inappropriate flower for a samurai
family because the way the flowers
fall to the ground from the neck
made a person think of human heads
being cut off. Even today, people
avoid giving camellias as gifts to
those who are sick or injured.

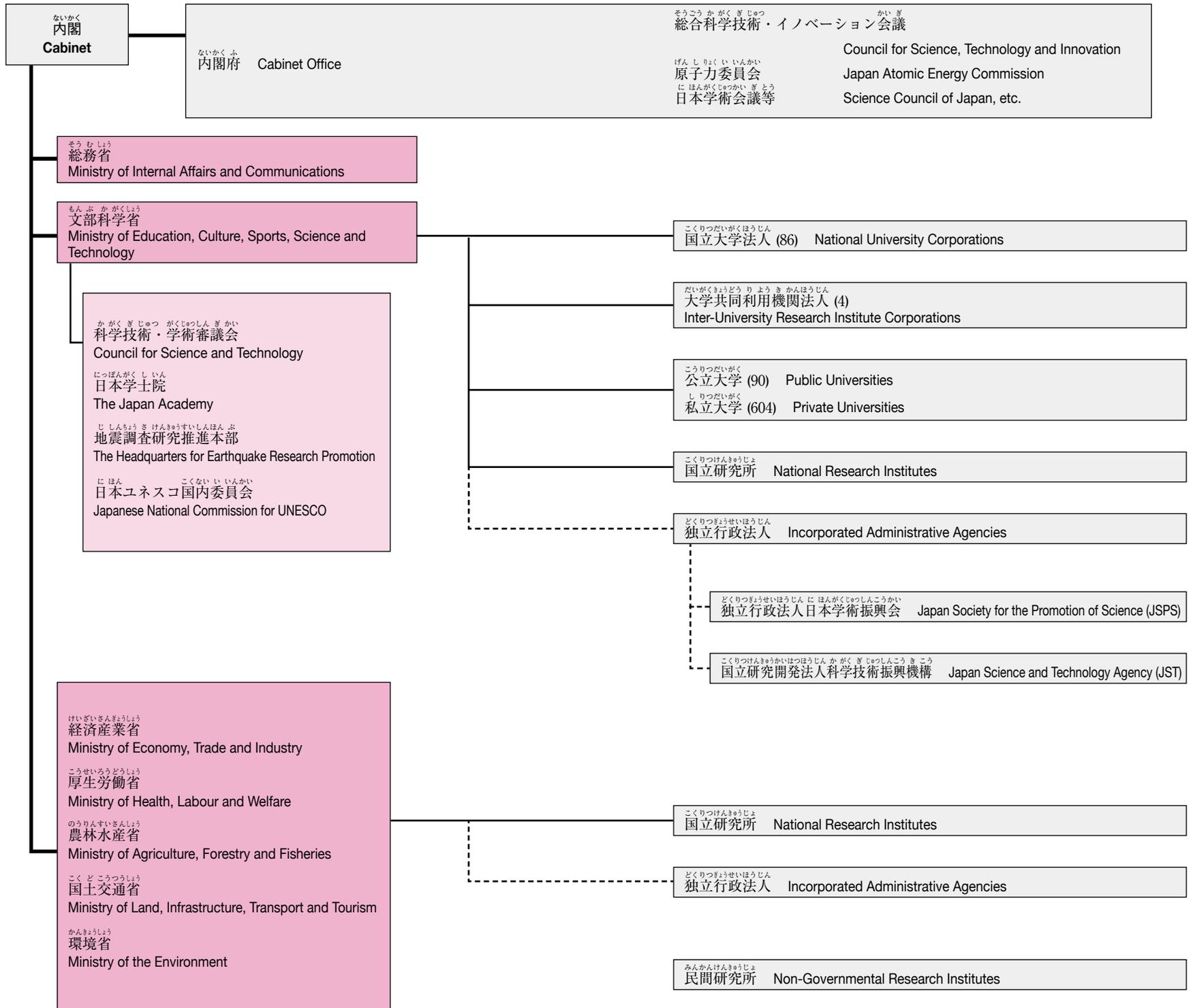
ō: Pronunciation should be lengthened, like “oh.”

にほん ぎょうせい きこう ず
日本の行政機構図 Japanese Government Structure



にほん がくじゆつぎようせい そしきす
日本の学術行政組織図

Organization of Japanese Research Administration



かんちょうとう
官庁等 Government Offices, etc.

しゅうぎいん
衆議院

House of Representatives

1-7-1 Nagata-cho, Chiyoda-ku, Tokyo 100-0014

Tel: 03-3581-5111 [URL http://www.shugiin.go.jp/](http://www.shugiin.go.jp/)

さんぎいん
参議院

House of Councillors

1-7-1 Nagata-cho, Chiyoda-ku, Tokyo 100-0014

Tel: 03-3581-3111 [URL http://www.sangiin.go.jp/](http://www.sangiin.go.jp/)

かいけいけんさいいん
会計検査院

Board of Audit

3-2-2, Kasumigaseki, Chiyoda-ku, Tokyo 100-8941

Tel: 03-3581-3251 [URL http://www.jbaudit.go.jp/](http://www.jbaudit.go.jp/)

じんじいん
人事院

National Personnel Authority

1-2-3 Kasumigaseki, Chiyoda-ku, Tokyo 100-8913

Tel: 03-3581-5311 [URL http://www.jinji.go.jp/](http://www.jinji.go.jp/)

ないかくふ
内閣府

Cabinet Office

1-6-1 Nagata-cho, Chiyoda-ku, Tokyo 100-8914

Tel: 03-5253-2111 [URL http://www.cao.go.jp/](http://www.cao.go.jp/)

くないちやう
宮内庁

Imperial Household Agency

1-1 Chiyoda, Chiyoda-ku, Tokyo 100-8111

Tel: 03-3213-1111 [URL http://www.kunaicho.go.jp/](http://www.kunaicho.go.jp/)

けいさつちやう
警察庁

National Police Agency

2-1-2 Kasumigaseki, Chiyoda-ku, Tokyo 100-8974

Tel: 03-3581-0141 [URL http://www.npa.go.jp/](http://www.npa.go.jp/)

きんゆうちやう
金融庁

Financial Services Agency

Central Government Bldg. No.7,

3-2-1, Kasumigaseki, Chiyoda-ku, Tokyo 100-8967

Tel: 03-3506-6000 [URL http://www.fsa.go.jp/](http://www.fsa.go.jp/)

そうむしやう
総務省

Ministry of Internal Affairs and Communications

Central Government Bldg. No.2,

2-1-2 Kasumigaseki, Chiyoda-ku, Tokyo 100-8926

Tel: 03-5253-5111 [URL http://www.soumu.go.jp/](http://www.soumu.go.jp/)

ほうむしやう
法務省

Ministry of Justice

1-1-1 Kasumigaseki, Chiyoda-ku, Tokyo 100-8977

Tel: 03-3580-4111 [URL http://www.moj.go.jp/](http://www.moj.go.jp/)

がいむしやう
外務省

Ministry of Foreign Affairs

2-2-1 Kasumigaseki, Chiyoda-ku, Tokyo 100-8919

Tel: 03-3580-3311 [URL http://www.mofa.go.jp/mofaj/](http://www.mofa.go.jp/mofaj/)

ざいむしやう
財務省

Ministry of Finance

3-1-1 Kasumigaseki, Chiyoda-ku, Tokyo 100-8940

Tel: 03-3581-4111 [URL http://www.mof.go.jp/](http://www.mof.go.jp/)

もんぶかがくしやう
文部科学省

Ministry of Education, Culture, Sports, Science and Technology

3-2-2 Kasumigaseki, Chiyoda-ku, Tokyo 100-8959

Tel: 03-5253-4111 [URL http://www.mext.go.jp/](http://www.mext.go.jp/)

ぶんかちやう
文化庁

Agency for Cultural Affairs

3-2-2 Kasumigaseki, Chiyoda-ku, Tokyo 100-8959

Tel: 03-5253-4111 [URL http://www.bunka.go.jp/](http://www.bunka.go.jp/)

にっぽんがくしいん
日本学士院

The Japan Academy

7-32 Ueno-koen, Taito-ku, Tokyo 110-0007

Tel: 03-3822-2101 [URL http://www.japan-acad.go.jp/](http://www.japan-acad.go.jp/)

こうせいろうどうしやう
厚生労働省

Ministry of Health, Labour and Welfare

1-2-2 Kasumigaseki, Chiyoda-ku, Tokyo 100-8916

Tel: 03-5253-1111 [URL http://www.mhlw.go.jp/](http://www.mhlw.go.jp/)

のうりんすいさんしやう
農林水産省

Ministry of Agriculture, Forestry and Fisheries

1-2-1 Kasumigaseki, Chiyoda-ku, Tokyo 100-8950

Tel: 03-3502-8111 [URL http://www.maff.go.jp/](http://www.maff.go.jp/)

けいざいさんぎやうしやう
経済産業省

Ministry of Economy, Trade and Industry

1-3-1 Kasumigaseki, Chiyoda-ku, Tokyo 100-8901

Tel: 03-3501-1511 [URL http://www.meti.go.jp/](http://www.meti.go.jp/)

とっきよちやう
特許庁

Japan Patent Office

3-4-3 Kasumigaseki, Chiyoda-ku, Tokyo 100-8915

Tel: 03-3581-1101 [URL http://www.jpo.go.jp/indexj.htm](http://www.jpo.go.jp/indexj.htm)

こくどこうつうしやう
国土交通省

Ministry of Land, Infrastructure, Transport and Tourism

2-1-3 Kasumigaseki, Chiyoda-ku, Tokyo 100-8918

Tel: 03-5253-8111 [URL http://www.mlit.go.jp/](http://www.mlit.go.jp/)

かんきやうしやう
環境省

Ministry of the Environment

Central Government Bldg. No.5,

1-2-2 Kasumigaseki, Chiyoda-ku, Tokyo 100-8975

Tel: 03-3581-3351 [URL http://www.env.go.jp/](http://www.env.go.jp/)

ほうえいしやう
防衛省

Ministry of Defense

5-1 Honmura-cho, Ichigaya, Shinjuku-ku, Tokyo 162-8801

Tel: 03-5366-3111 [URL http://www.mod.go.jp/](http://www.mod.go.jp/)

にほんがくじゆつかい ぎ
日本学術会議

Science Council of Japan

7-22-34 Roppongi, Minato-ku, Tokyo 106-8555

Tel: 03-3403-3793 [URL http://www.scj.go.jp/](http://www.scj.go.jp/)

かがくぎじゆつしんこう きこう
科学技術振興機構

Japan Science and Technology Agency

Kawaguchi Center Bldg., 4-1-8 Honcho, Kawaguchi-shi, Saitama 332-0012

Tel: 048-226-5601 [URL http://www.jst.go.jp/](http://www.jst.go.jp/)

こくさいきょうりやく きこう
国際協力機構

Japan International Cooperation Agency

Niban-cho Center Bldg., 5-25 Niban-cho, Chiyoda-ku, Tokyo 102-8012

Tel: 03-5226-6660 to 6663 [URL http://www.jica.go.jp/](http://www.jica.go.jp/)

こくさいこうりゅう ききん
国際交流基金

The Japan Foundation

4-4-1 Yotsuya, Shinjyuku-ku, Tokyo 160-0004

Tel: 03-5369-6075 [URL http://www.jpf.go.jp/](http://www.jpf.go.jp/)

だいがくきょうどう りょう き かんほうじん
大学共同利用機関法人

大学共同利用機関法人

Inter-University Research Institute Corporations

だいがくきょうどう りょう き かんほうじんにんげんぶん か けんきゅう きこう
大学共同利用機関法人人間文化研究機構

National Institutes for the Humanities

Hulic Kamiyacho Bldg. 2F,

4-3-13 Toranomon, Minato-ku, Tokyo 105-0001

Tel: 03-6402-9200 [URL http://www.nihu.jp/](http://www.nihu.jp/)

こくりつれき し みんぞくはくぶつかん
国立歴史民俗博物館

National Museum of Japanese History

117 Jonai-cho, Sakura-shi, Chiba 285-8502

Tel: 03-5777-8600 [URL http://www.rekihaku.ac.jp/](http://www.rekihaku.ac.jp/)

こくぶんがくけんきゅう しりょうかん
国文学研究資料館

National Institute of Japanese Literature

10-3 Midori-cho, Tachikwa-shi, Tokyo 190-0014

Tel: 050-5533-2900 [URL http://www.nijl.ac.jp/](http://www.nijl.ac.jp/)

こくりつこくご けんきゅうじよ
国立国語研究所

The National Institute for Japanese Language and Linguistics

10-2 Midori-cho, Tachikawa-shi, Tokyo 190-8561

Tel: 042-540-4300 [URL http://www.ninjal.ac.jp/](http://www.ninjal.ac.jp/)

こくさい にほんぶん か けんきゅう
国際日本文化研究センター

International Research Center for Japanese Studies

3-2 Oeyama-cho, Goryo, Nishikyo-ku, Kyoto-shi, Kyoto 610-1192

Tel: 075-335-2222 [URL http://www.nichibun.ac.jp/ja/](http://www.nichibun.ac.jp/ja/)

そうごう ちきゅうかんきょうがくけんきゅうじよ
総合地球環境学研究所

Research Institute for Humanity and Nature

457-4 Motoyama, Kamigamo, Kita-ku, Kyoto 603-8047

Tel: 075-707-2100 [URL http://www.chikyu.ac.jp/](http://www.chikyu.ac.jp/)

こくりつみんぞくはくはくぶつかん
国立民族学博物館

National Museum of Ethnology

10-1 Senri-banpakukoen, Suita-shi, Osaka 565-8511

Tel: 06-6876-2151 [URL http://www.minpaku.ac.jp/](http://www.minpaku.ac.jp/)

だいがくきょうどう りょう き かんほうじん し ぜん か かくけんきゅう きこう
大学共同利用機関法人自然科学研究機構

大学共同利用機関法人自然科学研究機構

National Institutes of Natural Sciences

Hulic Kamiyacho Bldg. 2F,

4-3-13 Toranomon, Minato-ku, Tokyo 105-0001

Tel: 03-5425-1300 [URL http://www.nins.jp/](http://www.nins.jp/)

こくりつてんもんだい
国立天文台

National Astronomical Observatory of Japan

2-21-1 Osawa, Mitaka-shi, Tokyo 181-8588

Tel: 0422-34-3600 [URL http://www.nao.ac.jp/](http://www.nao.ac.jp/)

かくゆうごう か かくけんきゅうじよ
核融合科学研究所

National Institute for Fusion Science

322-6 Oroshi-cho, Toki-shi, Gifu 509-5292

Tel: 0572-58-2222 [URL http://www.nifs.ac.jp/](http://www.nifs.ac.jp/)

き そ せいぶつ がく けんきゅうじよ
基礎生物学研究所

National Institute for Basic Biology

38 Nishigo-naka, Myodaiji-cho, Okazaki-shi, Aichi 444-8585

Tel: 0564-55-7652 [URL http://www.nibb.ac.jp/](http://www.nibb.ac.jp/)

せいり がく けんきゅうじよ
生理学研究所

National Institute for Physiological Sciences

38 Nishigo-naka, Myodaiji-cho, Okazaki-shi, Aichi 444-8585

Tel: 0564-55-7700 [URL http://www.nips.ac.jp/](http://www.nips.ac.jp/)

ぶんし か がく けんきゅうじよ
分子科学研究所

Institute for Molecular Science

38 Nishigo-naka, Myodaiji-cho, Okazaki-shi, Aichi 444-8585

Tel: 0564-55-7418 [URL http://www.ims.ac.jp/](http://www.ims.ac.jp/)

だいがくきょうどう り よう き かんほうじんこう か そく き けんきゅう き こう
大学共同利用機関法人高エネルギー加速器研究機構

High Energy Accelerator Research Organization

1-1 Oho, Tsukuba-shi, Ibaraki 305-0801

Tel: 029-879-6047 [URL http://www.kek.jp/](http://www.kek.jp/)

そりゅう し げん し かく けんきゅうじよ
素粒子原子核研究所

Institute of Particle and Nuclear Studies

1-1 Oho, Tsukuba-shi, Ibaraki 305-0801

Tel: 029-864-5324 [URL http://www2.kek.jp/ipns/](http://www2.kek.jp/ipns/)

ぶつしつこうぞう か がく けんきゅうじよ
物質構造科学研究所

Institute of Materials Structure Science

1-1 Oho, Tsukuba-shi, Ibaraki 305-0801

Tel: 029-864-5602 [URL http://www2.kek.jp/imss/](http://www2.kek.jp/imss/)

か そく き けんきゅう し せつ
加速器研究施設

Accelerator Laboratory

1-1 Oho, Tsukuba-shi, Ibaraki 305-0801

Tel: 029-864-5205 [URL http://www2.kek.jp/accl/](http://www2.kek.jp/accl/)

きょうつう き ばんけんきゅう し せつ
共通基盤研究施設

Applied Research Laboratory

1-1 Oho, Tsukuba-shi, Ibaraki 305-0801

Tel: 029-864-5455 [URL http://www2.kek.jp/engineer/jobs/ar.html](http://www2.kek.jp/engineer/jobs/ar.html)

だいがくきょうどう り よう き かんほうじんじょうほう けんきゅう き こう
大学共同利用機関法人情報・システム研究機構

Research Organization of Information and Systems

Hulic Kamiyacho Bldg. 2F,

4-3-13 Toranomom, Minato-ku, Tokyo 105-0001

Tel: 03-6402-6200 [URL http://www.rois.ac.jp/](http://www.rois.ac.jp/)

こくりつきょく ち けんきゅうじよ
国立極地研究所

National Institute of Polar Research

10-3 Midori-cho, Tachikawa-shi, Tokyo 190-8518

Tel: 042-512-0608 [URL http://www.nipr.ac.jp/](http://www.nipr.ac.jp/)

こくりつじょうほうがく けんきゅうじよ
国立情報学研究所

National Institute of Informatics

2-1-2 Hitotsubashi, Chiyoda-ku, Tokyo 101-8430

Tel: 03-4212-2000 [URL http://www.nii.ac.jp/](http://www.nii.ac.jp/)

とうけいすう り けんきゅうじよ
統計数理研究所

The Institute of Statistical Mathematics

10-3 Midori-cho, Tachikawa-shi, Tokyo 190-8562

Tel: 050-5533-8500 [URL http://www.ism.ac.jp/](http://www.ism.ac.jp/)

こくりつ い でんがく けんきゅうじよ
国立遺伝学研究所

National Institute of Genetics

1111 Yata, Mishima-shi, Shizuoka 411-8540

Tel: 055-981-6707 [URL http://www.nig.ac.jp/](http://www.nig.ac.jp/)

おも けんきゅう き かんとう こくりつけんきゅうじよ どくりつぎょうせいほうじん
主な研究機関等 (国立研究所、独立行政法人)

Main Research Institutes, etc. (National Research Institutes, Incorporated Administrative Agencies)

もん ぶ か がくしよ
文部科学省

Ministry of Education, Culture, Sports, Science and Technology

こくりつきょういくせいさくけんきゅうじよ
国立教育政策研究所

National Institute for Educational Policy Research

3-2-2 Kasumigaseki, Chiyoda-ku, Tokyo 100-8951

Tel: 03-6733-6833 [URL http://www.nier.go.jp/](http://www.nier.go.jp/)

かがく ぎじゆつ がくじゆつせいさくけんきゅうじよ
科学技術・学術政策研究所

National Institute of Science and Technology Policy

Central Government Bldg. 16F, No.7 East Wing

3-2-2 Kasumigaseki, Chiyoda-ku, Tokyo 100-0013

Tel: 03-3581-2391 [URL http://www.nistep.go.jp/](http://www.nistep.go.jp/)

こくりつとくべつ し えんきょういくそうごうけんきゅうじよ
国立特別支援教育総合研究所

National Institute of Special Needs Education

5-1-1 Nobi, Yokosuka-shi, Kanagawa 239-8585

Tel: 046-839-6803 [URL http://www.nise.go.jp/](http://www.nise.go.jp/)

こくりつ か がくはくぶつかん
国立科学博物館

National Museum of Nature and Science

7-20 Ueno Koen, Taito-ku, Tokyo 110-8718

Tel: 03-5777-8600 [URL http://www.kahaku.go.jp/](http://www.kahaku.go.jp/)

ぶつしつ ざいりょうけんきゅう き こう
物質・材料研究機構

National Institute for Materials Science

1-2-1 Sengen, Tsukuba-shi, Ibaraki 305-0047

Tel: 029-859-2000 [URL http://www.nims.go.jp/](http://www.nims.go.jp/)

ほうさい か がく ぎじゆつけんきゅうじよ
防災科学技術研究所

National Research Institute for Earth Science and Disaster Prevention

3-1 Tennodai, Tsukuba-shi, Ibaraki 305-0006

Tel: 029-851-1611 [URL http://www.bosai.go.jp/](http://www.bosai.go.jp/)

うちゅうこうくうけんきゅうかいほう き こう
宇宙航空研究開発機構

Japan Aerospace Exploration Agency

7-44-1 Jindaiji-higashi-machi, Chofu-shi, Tokyo 182-8522

Tel: 0422-40-3000 [URL http://www.jaxa.jp/](http://www.jaxa.jp/)

ほうしゃせん い がくそうごうけんきゅうじよ
放射線医学総合研究所

National Institute of Radiological Sciences

4-9-1 Anagawa, Inage-ku, Chiba-shi, Chiba 263-8555

Tel: 043-251-2111 [URL http://www.nirs.qst.go.jp/](http://www.nirs.qst.go.jp/)

とうきょうぶん か ざいけんきゅうじよ
東京文化財研究所

National Research Institute for Cultural Properties, Tokyo

13-43 Ueno Koen, Taito-ku, Tokyo 110-8713

Tel: 03-3823-2241 [URL http://www.tobunken.go.jp/](http://www.tobunken.go.jp/)

なら ぶん か ざいけんきゅうじよ
奈良文化財研究所

Nara National Research Institute for Cultural Properties

247-1 Saki-cho, Nara-shi, Nara 630-8577

Tel: 0742-30-6733 [URL http://www.nabunken.go.jp/](http://www.nabunken.go.jp/)

にほんげん しりよくけんきゅうかいほう き こう
日本原子力研究開発機構

Japan Atomic Energy Agency

756-1 Oaza-Funaishikawa, Tokai-mura, Naka-gun, Ibaraki 319-1184

Tel: 029-282-1122 [URL http://www.jaea.go.jp/](http://www.jaea.go.jp/)

り か がくけんきゅうじよ
理化学研究所

RIKEN

2-1 Hirosawa, Wako-shi, Saitama 351-0198

Tel: 048-462-1111 [URL http://www.riken.jp/](http://www.riken.jp/)

かいりょうけんきゅうかいほう き こう
海洋研究開発機構

Japan Agency for Marine-Earth Science and Technology

2-15 Natsushima-cho, Yokosuka-shi, Kanagawa 237-0061

Tel: 046-866-3811 [URL http://www.jamstec.go.jp/j/](http://www.jamstec.go.jp/j/)

ないかく ふ
内閣府

Cabinet Office

か がくけいさつけんきゅうじよ
科学警察研究所

National Research Institute of Police Science

6-3-1 Kashiwanoha, Kashiwa-shi, Chiba 277-0882

Tel: 04-7135-8001 [URL http://www.npa.go.jp/nrips/jp/](http://www.npa.go.jp/nrips/jp/)

そう むしよ
総務省

Ministry of Internal Affairs and Communications

じょうほうつうしんけんきゅう き こう
情報通信研究機構

National Institute of Information and Communications Technology

4-2-1 Nukui-Kitamachi, Koganei-shi, Tokyo 184-8795

Tel: 042-327-7429 [URL http://www.nict.go.jp/](http://www.nict.go.jp/)

しょうほうけんきゅう
消防研究センター

National Research Institute of Fire and Disaster

4-35-3 Jindaiji-higashi-machi, Chofu-shi, Tokyo 182-8508

Tel: 0422-44-8331 [URL http://nrifd.fdma.go.jp/](http://nrifd.fdma.go.jp/)

ざいむしやう
財務省

Ministry of Finance

かんぜいちやうおふんせきじよ
関税中央分析所

Central Customs Laboratory

6-3-5 Kashiwanoha, Kashiwa-shi, Chiba 277-0882

Tel: 04-7135-0160 URL <http://www.customs.go.jp/ccl/>

しゅるいそうごうけんきやうじよ
酒類総合研究所

National Research Institute of Brewing

3-7-1 Kagamiyama, Higashihiroshima-shi, Hiroshima 739-0046

Tel: 082-420-0800 URL <http://www.nrib.go.jp/>

こうせいろうどうしやう
厚生労働省

Ministry of Health, Labour and Welfare

こくりつしゃかい ほしやう じんこうもんだいけんきやうじよ
国立社会保障・人口問題研究所

National Institute of Population and Social Security Research

Hibiya Kokusai Bldg. 6F, 2-2-3 Uchisaiwaicho, Chiyoda-ku, Tokyo 100-0011

Tel: 03-3595-2984 URL <http://www.ipss.go.jp/>

こくりつ ほけん いりやうか がくいん
国立保健医療科学院

National Institute of Public Health

2-3-6 Minami, Wako-shi, Saitama 351-0197

Tel: 048-458-6111 URL <http://www.niph.go.jp/>

こくりつけんこう えいようけんきやうじよ
国立健康・栄養研究所

National Institute of Health and Nutrition

1-23-1 Toyama, Shinjuku-ku, Tokyo 162-8636

Tel: 03-3203-5721 URL <http://www0.nih.go.jp/eiken/>

こくりつせいしん しんけい いりやうけんきやう しんけいけんきやうじよ
国立精神・神経医療研究センター 神経研究所

National Institute of Neuroscience, National Center of Neurology and Psychiatry

4-1-1 Ogawa-higashi-cho, Kodaira-shi, Tokyo 187-8502

Tel: 042-341-2711 URL <http://www.ncnp.go.jp/nin/>

こくりつせいしん しんけい いりやうけんきやう せいしん ほけんけんきやうじよ
国立精神・神経医療研究センター 精神保健研究所

National Institute of Mental Health, National Center of Neurology and Psychiatry

4-1-1 Ogawa-higashi-cho, Kodaira-shi, Tokyo 187-8553

Tel: 042-341-2711 URL <http://www.ncnp.go.jp/nimh/>

こくりつ けんきやう
国立がん研究センター

National Cancer Center

5-1-1 Tsukiji, Chuo-ku, Tokyo 104-0045

Tel: 03-3542-2511 URL <http://www.ncc.go.jp/>

こくりつ いやくひんしよくひんえいせいけんきやうじよ
国立医薬品食品衛生研究所

National Institute of Health Sciences

1-18-1 Kamiyoga, Setagaya-ku, Tokyo 158-8501

Tel: 03-3700-1141 URL <http://www.nihs.go.jp/index-j.html>

Scheduled to transfer to KING Skyfront (international strategic zone of the Tonomachi Area), Kawasaki City in FY2017

こくりつじゆんかん きびやうけんきやう

国立循環器病研究センター

National Cerebral and Cardiovascular Center

5-7-1 Fujishiro-dai, Suita-shi, Osaka 565-8565

Tel: 06-6833-5012 URL <http://www.ncvc.go.jp/>

こくりつせいいく いりやうけんきやう けんきやうじよ
国立成育医療研究センター研究所

National Research Institute for Child Health and Development

2-10-1 Okura, Setagaya-ku, Tokyo 157-8535

Tel: 03-3416-0181 URL <http://www.ncchd.go.jp/>

こくりつかんせんしよくけんきやうじよ
国立感染症研究所

National Institute of Infectious Diseases

1-23-1 Toyama, Shinjuku-ku, Tokyo 162-8640

Tel: 03-5285-1111 URL <http://www.nih.go.jp/niid/ja/>

こくりつちやうじゆ いりやうけんきやう
国立長寿医療研究センター

National Center for Geriatrics and Gerontology

7-430 Morioka-machi, Obu-shi, Aichi 474-8511

Tel: 0562-46-2311 URL <http://www.ncgg.go.jp/>

こくりつこくさい いりやうけんきやう
国立国際医療研究センター

National Center for Global Health and Medicine

1-21-1 Toyama, Shinjuku-ku, Tokyo 162-8655

Tel: 03-3202-7181 URL <http://www.ncgm.go.jp/>

ろうどうあんぜんえいせいそごうけんきやうじよ
労働安全衛生総合研究所

National Institute of Occupational Safety and Health, Japan

1-4-6 Umezono, Kiyose-shi, Tokyo 204-0024

Tel: 042-491-4512 URL <http://www.jniosh.go.jp/>

のうりんすいさんしやう
農林水産省

Ministry of Agriculture, Forestry and Fisheries

のうぎやう しよくひんさんぎやう ぎじゆつそごうけんきやう きこう ちやうおのうぎやうけんきやう
農業・食品産業技術総合研究機構 中央農業研究センター

Central Region Agricultural Research Center, National

Agriculture and Food Research Organization

2-1-18 Kannondai, Tsukuba-shi, Ibaraki 305-8666

Tel: 029-838-8481 URL <http://www.naro.affrc.go.jp/narc/>

のうぎやうしよくひんさんぎやう ぎじゆつそごうけんきやう きこう じ せ だいきくもつかいはつけんきやう
農業・食品産業技術総合研究機構 次世代作物開発研究センター

Institute of Crop Science, National Agriculture and Food Research Organization

2-1-2 Kannondai, Tsukuba-shi, Ibaraki 305-8518

Tel: 029-838-7404 URL <http://www.naro.affrc.go.jp/nics-neo/index.html>

のうぎやう しよくひんさんぎやう ぎじゆつそごうけんきやう きこう か じゆちやぎやうけんきやう ぶもん
農業・食品産業技術総合研究機構 果樹茶業研究部門

Institute of Fruit Tree and Tea Science, National Agriculture and Food Research Organization

2-1 Fujimoto, Tsukuba-shi, Ibaraki 305-8605

Tel: 029-838-6416 URL <https://www.naro.affrc.go.jp/nifts/index.html>

のうぎやう しよくひんさんぎやう ぎじゆつそごうけんきやう きこう や さい か けんきやう ぶもん
農業・食品産業技術総合研究機構 野菜花き研究部門

Institute of Vegetable and Floriculture Science, National Agriculture and Food Research Organization

3-1-1 Kannondai, Tsukuba-shi, Ibaraki 305-8519

Tel: 029-838-6669 URL <https://www.naro.affrc.go.jp/nivfs/index.html>

のうぎょう しょくひんさんぎょう ぎじゆつそうごうけんきゅう きこう しょくひんけんきゅう ぶもん
農業・食品産業技術総合研究機構 食品研究部門
Food Research Institute, National Agriculture and Food Research Organization
 2-1-12 Kannondai, Tsukuba-shi, Ibaraki 305-8642
 Tel: 029-838-7971 [URL https://www.naro.affrc.go.jp/nfri-neo/index.html](https://www.naro.affrc.go.jp/nfri-neo/index.html)

のうぎょう しょくひんさんぎょう ぎじゆつそうごうけんきゅう きこう ちくさんけんきゅう ぶもん
農業・食品産業技術総合研究機構 畜産研究部門
Institute of Livestock and Grassland Science, National Agriculture and Food Research Organization
 2 Ikenodai, Tsukuba-shi, Ibaraki 305-0901
 Tel: 029-838-8600 [URL https://www.naro.affrc.go.jp/nilgs-neo/index.html](https://www.naro.affrc.go.jp/nilgs-neo/index.html)

のうぎょう しょくひんさんぎょう ぎじゆつそうごうけんきゅう きこう どうぶつえいせいけんきゅう ぶもん
農業・食品産業技術総合研究機構 動物衛生研究部門
National Institute of Animal Health, National Agriculture and Food Research Organization
 3-1-5 Kannondai, Tsukuba-shi, Ibaraki 305-0856
 Tel: 029-838-7713 [URL http://www.naro.affrc.go.jp/niah/](http://www.naro.affrc.go.jp/niah/)

のうぎょう しょくひんさんぎょう ぎじゆつそうごうけんきゅう きこう ほっかいどうのうぎょうけんきゅう
農業・食品産業技術総合研究機構 北海道農業研究センター
Hokkaido Agricultural Research Center, National Agriculture and Food Research Organization
 1 Hitsujigaoka, Toyohira-ku, Sapporo-shi, Hokkaido 062-8555
 Tel: 011-851-9141 [URL http://www.naro.affrc.go.jp/harc/](http://www.naro.affrc.go.jp/harc/)

のうぎょう しょくひんさんぎょう ぎじゆつそうごうけんきゅう きこう とうほくのうぎょうけんきゅう
農業・食品産業技術総合研究機構 東北農業研究センター
Tohoku Agricultural Research Center, National Agriculture and Food Research Organization
 4 Akahira, Shimo-kuriyagawa, Morioka-shi, Iwate 020-0198
 Tel: 019-643-3433 [URL http://www.naro.affrc.go.jp/tarc/](http://www.naro.affrc.go.jp/tarc/)

のうぎょう しょくひんさんぎょう ぎじゆつそうごうけんきゅう きこう にしにほんのうぎょうけんきゅう
農業・食品産業技術総合研究機構 西日本農業研究センター
Western Region Agricultural Research Center, National Agriculture and Food Research Organization
 6-12-1 Nishifukatsu-cho, Fukuyama-shi, Hiroshima 721-8514
 Tel: 084-923-4100 [URL http://www.naro.affrc.go.jp/warc/](http://www.naro.affrc.go.jp/warc/)

のうぎょう しょくひんさんぎょう ぎじゆつそうごうけんきゅう きこう きゅうしゅうおきなわのうぎょうけんきゅう
農業・食品産業技術総合研究機構 九州沖縄農業研究センター
Kyushu Okinawa Agricultural Research Center, National Agriculture and Food Research Organization
 2421 Suya, Koshi-shi, Kumamoto 861-1192
 Tel: 096-242-1150 [URL http://www.naro.affrc.go.jp/karc/](http://www.naro.affrc.go.jp/karc/)

のうぎょう しょくひんさんぎょう ぎじゆつそうごうけんきゅう きこう のうそんこうかくけんきゅう ぶもん
農業・食品産業技術総合研究機構 農村工学研究部門
Institute for Rural Engineering, National Agriculture and Food Research Organization
 2-1-6 Kannondai, Tsukuba-shi, Ibaraki 305-8609
 Tel: 029-838-7513 [URL https://www.naro.affrc.go.jp/nire/index.html](https://www.naro.affrc.go.jp/nire/index.html)

こくさいのうりんすいさんぎょうけんきゅう
国際農林水産業研究センター
Japan International Research Center for Agricultural Sciences
 1-1 Owashi, Tsukuba-shi, Ibaraki 305-8686
 Tel: 029-838-6313 [URL http://www.jircas.affrc.go.jp/index.sjis.html](http://www.jircas.affrc.go.jp/index.sjis.html)

しんりんそうごうけんきゅうじよ
森林総合研究所
Forestry and Forest Products Research Institute
 1 Matsunosato, Tsukuba-shi, Ibaraki 305-8687
 Tel: 029-873-3211 [URL http://www.ffpri.affrc.go.jp/](http://www.ffpri.affrc.go.jp/)

しんりんそうごうけんきゅうじよ りんぼくいくしゆ
森林総合研究所 林木育種センター
Forest Tree Breeding Center, Forestry and Forest Products Research Institute
 3809-1 Ishi, Juo-cho, Hitachi-shi, Ibaraki 319-1301
 Tel: 0294-39-7002 [URL http://www.ffpri.affrc.go.jp/ftbc/](http://www.ffpri.affrc.go.jp/ftbc/)

すいさんそうごうけんきゅう ほっかいどうくすいさんけんきゅうじよ
水産総合研究センター 北海道水産研究所
Hokkaido National Fisheries Research Institute, Fisheries Research Agency
 2-4-1, Nakanoshima 2-jo, Toyohira-ku, Sapporo-shi, Hokkaido 062-0922
 Tel: 011-822-2131 [URL http://hnf.fra.affrc.go.jp/](http://hnf.fra.affrc.go.jp/)

すいさんそうごうけんきゅう とうほくくすいさんけんきゅうじよ
水産総合研究センター 東北水産研究所
Tohoku National Fisheries Research Institute, Fisheries Research Agency
 3-27-5 Shinhama-cho, Shiogama-shi, Miyagi 985-0001
 Tel: 022-365-1191 [URL http://tnfri.fra.affrc.go.jp/](http://tnfri.fra.affrc.go.jp/)

すいさんそうごうけんきゅう ちゅうおうすいさんけんきゅうじよ
水産総合研究センター 中央水産研究所
National Research Institute of Fisheries Science, Fisheries Research Agency
 2-12-4 Fukuura, Kanazawa-ku, Yokohama-shi, Kanagawa 236-8648
 Tel: 045-788-7615 [URL http://nrifs.fra.affrc.go.jp/](http://nrifs.fra.affrc.go.jp/)

すいさんそうごうけんきゅう にほんかいくすいさんけんきゅうじよ
水産総合研究センター 日本海区水産研究所
Japan Sea National Fisheries Research Institute, Fisheries Research Agency
 1-5939-22 Suido-cho, Chuo-ku, Niigata-shi, Niigata 951-8121
 Tel: 025-228-0451 [URL http://jsnfri.fra.affrc.go.jp/](http://jsnfri.fra.affrc.go.jp/)

すいさんそうごうけんきゅう こくさいすいさんけんきゅうじよ
水産総合研究センター 国際水産資源研究所
National Research Institute of Far Seas Fisheries, Fisheries Research Agency
 5-7-1 Orido, Shimizu-ku, Shizuoka-shi, Shizuoka 424-8633
 Tel: 054-336-6000 [URL http://fsf.fra.affrc.go.jp/](http://fsf.fra.affrc.go.jp/)

すいさんそうごうけんきゅう セトないかいく すいさんけんきゅうじよ
水産総合研究センター 瀬戸内海区水産研究所
National Research Institute of Fisheries and Environment of Inland Sea, Fisheries Research Agency
2-17-5 Maruishi, Hatsukaichi-shi, Hiroshima 739-0452
Tel: 0829-55-0666 [URL http://feis.fra.affrc.go.jp/](http://feis.fra.affrc.go.jp/)

すいさんそうごうけんきゅう せいかいく すいさんけんきゅうじよ
水産総合研究センター 西海区水産研究所
Seikai National Fisheries Research Institute, Fisheries Research Agency
1551-8 Taira-machi, Nagasaki-shi, Nagasaki 851-2213
Tel: 095-860-1600 [URL http://snf.fra.affrc.go.jp/](http://snf.fra.affrc.go.jp/)

すいさんそうごうけんきゅう すいさんこうかくけんきゅうじよ
水産総合研究センター 水産工学研究所
National Research Institute of Fisheries Engineering, Fisheries Research Agency
7620-7 Hasaki, Kamisu-shi, Ibaraki 314-0408
Tel: 0479-44-5929 [URL http://nrife.fra.affrc.go.jp/](http://nrife.fra.affrc.go.jp/)

すいさんそうごうけんきゅう ぞうようしよくけんきゅうじよ
水産総合研究センター 増養殖研究所
National Research Institute of Aquaculture, Fisheries Research Agency
422-1 Nakatsu-hamaura, Minami-ise-cho, Watarai-gun, Mie 516-0193
Tel: 0599-66-1830 [URL http://nria.fra.affrc.go.jp/](http://nria.fra.affrc.go.jp/)

のうりんすいさんせいさくけんきゅうじよ
農林水産政策研究所
Policy Research Institute, Ministry of Agriculture, Forestry and Fisheries
Central Government Bldg. No.4,
3-1-1 Kasumigaseki, Chiyoda-ku, Tokyo 100-0013
Tel: 03-6737-9000 [URL http://www.maff.go.jp/primaff](http://www.maff.go.jp/primaff)

けいざいさんぎょうじょう
経済産業省

Ministry of Economy, Trade and Industry

さんぎょう ぎじゅつそうごうけんきゅうじよ
産業技術総合研究所
National Institute of Advanced Industrial Science and Technology
AIST Tsukuba Central 1, 1-1-1 Umezono, Tsukuba-shi, Ibaraki 305-8568
Tel: 029-861-2000 [URL http://www.aist.go.jp/](http://www.aist.go.jp/)

こくど こうつうじょう
国土交通省

Ministry of Land, Infrastructure, Transport and Tourism

どほくけんきゅうじよ
土木研究所
Public Works Research Institute
1-6 Minamihara, Tsukuba-shi, Ibaraki 305-8516
Tel: 029-879-6700 [URL http://www.pwri.go.jp/](http://www.pwri.go.jp/)

どほくけんきゅうじよ かんち どほくけんきゅうじよ
土木研究所 寒地土木研究所
Civil Engineering Research Institute for Cold Region, Public Works Research Institute
1-3-1-34 Hiragishi, Toyohira-ku, Sapporo-shi, Hokkaido 062-8602
Tel: 011-841-1112 [URL http://www.ceri.go.jp/](http://www.ceri.go.jp/)

かいじょう ぎじゅつあんぜんけんきゅうじよ
海上技術安全研究所
National Maritime Research Institute
6-38-1 Shinkawa, Mitaka-shi, Tokyo 181-0004
Tel: 0422-41-3005 [URL http://www.nmri.go.jp/](http://www.nmri.go.jp/)

でんし こうほうけんきゅうじよ
電子航法研究所

Electronic Navigation Research Institute
7-42-23 Jindaiji-higashi-machi, Chofu-shi, Tokyo 182-0012
Tel: 0422-41-3165 [URL http://www.enri.go.jp/](http://www.enri.go.jp/)

こうわんくうこう ぎじゅつけんきゅうじよ
港湾空港技術研究所

Port and Airport Research Institute
3-1-1 Nagase, Yokosuka-shi, Kanagawa 239-0826
Tel: 046-844-5010 [URL http://www.pari.go.jp/](http://www.pari.go.jp/)

こうつうあんぜんかんきょうけんきゅうじよ
交通安全環境研究所

National Traffic Safety and Environment Laboratory
7-42-27 Jindaiji-higashi-machi, Chofu-shi, Tokyo 182-0012
Tel: 0422-41-3207 [URL http://www.ntscl.go.jp/](http://www.ntscl.go.jp/)

きしょうけんきゅうじよ
気象研究所

Meteorological Research Institute
1-1 Nagamine, Tsukuba-shi, Ibaraki 305-0052
Tel: 029-853-8552 [URL http://www.mri-jma.go.jp/](http://www.mri-jma.go.jp/)

かい ぎ だいがっこう
海技大学校

Marine Technical College
12-24 Nishikura-cho, Ashiya-shi, Hyogo 659-0026
Tel: 0797-38-6201 [URL http://www.mtc.ac.jp/](http://www.mtc.ac.jp/)

けんちくけんきゅうじよ
建築研究所

Building Research Institute
1 Tachihara, Tsukuba-shi, Ibaraki 305-0802
Tel: 029-864-2151 [URL http://www.kenken.go.jp/](http://www.kenken.go.jp/)

こくど ちりいん
国土地理院

Geospatial Information Authority of Japan
1 Kitasato, Tsukuba-shi, Ibaraki 305-0811
Tel: 029-864-1111 [URL http://www.gsi.go.jp/](http://www.gsi.go.jp/)

こくど ぎじゅつせいさくそうごうけんきゅうじよ
国土技術政策総合研究所

National Institute for Land and Infrastructure Management
1 Asahi, Tsukuba-shi, Ibaraki 305-0804
Tel: 029-864-2211 [URL http://www.nilim.go.jp/](http://www.nilim.go.jp/)

かんきょうじょう
環境省

Ministry of the Environment

こくりつかんきょうけんきゅうじよ
国立環境研究所

National Institute for Environmental Studies
16-2 Onogawa, Tsukuba-shi, Ibaraki 305-8506
Tel: 029-850-2314 [URL http://www.nies.go.jp/](http://www.nies.go.jp/)

こくりつみなまたびょうそうごうけんきゅう
国立水俣病総合研究センター

National Institute for Minamata Disease
4058-18 Hama, Minamata-shi, Kumamoto 867-0008
Tel: 0966-63-3111 [URL http://www.nimd.go.jp/](http://www.nimd.go.jp/)

ち ほうにゅうこくかん り きょく およ し きょく
地方入国管理局及びその支局

Regional Immigration Bureaus and District Immigration Offices

URL <http://www.immi-moj.go.jp/soshiki/>

とうきょうにゅうこくかん り きょく
東京入国管理局

Tokyo Regional Immigration Bureau

5-5-30 Konan, Minato-ku, Tokyo 108-8255

Tel: 03-5796-7111

Jurisdiction: Tokyo, Kanagawa, Saitama, Chiba, Ibaraki, Tochigi, Gunma, Yamanashi, Nagano and Niigata

とうきょうにゅうこくかん り きょく よこはま し きょく
東京入国管理局 横浜支局

Yokohama District Immigration Office

10-7 Torihama-cho, Kanazawa-ku, Yokohama-shi, Kanagawa 236-0002

Tel: 045-769-1720

(Kanagawa)

とうきょうにゅうこくかん り きょく なり た くのう し きょく
東京入国管理局 成田空港支局

Narita Airport District Immigration Office

1-1 Furugome, Narita-shi, Chiba 282-0004

Tel: 0476-34-2222

(Narita Airport)

とうきょうにゅうこくかん り きょく はね た くのう し きょく
東京入国管理局 羽田空港支局

Haneda Airport Branch Office

C.I.Q Bldg., Haneda Airport 2-6-4 Haneda-kuko, Ota-ku, Tokyo 144-0041

Tel: 03-5708-3202

(Haneda Airport)

おおさかにゅうこくかん り きょく
大阪入国管理局

Osaka Regional Immigration Bureau

1-29-53, Nanko Kita, Suminoe-ku, Osaka-shi, Osaka 559-0034

Tel: 06-4703-2100

Jurisdiction: Osaka, Kyoto, Hyogo, Nara, Shiga and Wakayama

おおさかにゅうこくかん り きょく かんさいくのう し きょく
大阪入国管理局 関西空港支局

Kansai Airport District Immigration Office

1 Senshu-kuko-naka, Tajiri-cho, Sennan-gun, Osaka-shi, Osaka 549-0011

Tel: 072-455-1453

(Kansai Airport)

おおさかにゅうこくかん り きょく こうべ し きょく
大阪入国管理局 神戸支局

Kobe District Immigration Office

Kobe Local Joint Government Bldg., 29 Kaigan-dori, Chuo-ku, Kobe-shi,

Hyogo 650-0024

Tel: 078-391-6377

(Hyogo)

なごやにゅうこくかん り きょく
名古屋入国管理局

Nagoya Regional Immigration Bureau

5-18 Shoho-cho, Minato-ku, Nagoya-shi, Aichi 455-8601

Tel: 052-559-2150

Jurisdiction: Aichi, Mie, Shizuoka, Gifu, Fukui, Toyama and Ishikawa

なごやにゅうこくかん り きょく ちゅうぶくうこう し きょく
名古屋入国管理局 中部空港支局

Chubu Airport District Immigration Office

3rd Floor, CIQ Bldg., 1-1 Centrair, Tokoname-shi, Aichi 479-0881

Tel: 0569-38-7410

(Chubu Airport)

さっぽろにゅうこくかん り きょく
札幌入国管理局

Sapporo Regional Immigration Bureau

Sapporo Third Joint Government Bldg., Odori-nishi 12-chome, Chuo-ku,

Sapporo-shi, Hokkaido 060-0042

Tel: 011-261-7502

Jurisdiction: Hokkaido

せんだいにゅうこくかん り きょく
仙台入国管理局

Sendai Regional Immigration Bureau

Sendai Second Legal Affairs Joint Government Bldg., 1-3-20 Gorin,

Miyagino-ku, Sendai-shi, Miyagi 983-0842

Tel: 022-256-6076

Jurisdiction: Miyagi, Fukushima, Yamagata, Iwate, Akita and Aomori

ひろしまにゅうこくかん り きょく
広島入国管理局

Hiroshima Regional Immigration Bureau

Hiroshima Legal Affairs Joint Government Bldg., 2-31 Kamihatchobori,

Naka-ku, Hiroshima-shi, Hiroshima 730-0012

Tel: 082-221-4411

Jurisdiction: Hiroshima, Yamaguchi, Okayama, Tottori and Shimane

たかまつにゅうこくかん り きょく
高松入国管理局

Takamatsu Regional Immigration Bureau

Takamatsu Legal Affairs Joint Government Bldg., 1-1 Marunouchi,

Takamatsu-shi, Kagawa 760-0033

Tel: 087-822-5852

Jurisdiction: Kagawa, Ehime, Tokushima and Kochi

ふくおかにゅうこくかん り きょく
福岡入国管理局

Fukuoka Regional Immigration Bureau

Terminal 3, Fukuoka Airport, 778-1 Shimousui, Hakata-ku, Fukuoka-shi,

Fukuoka 812-0003

Tel: 092-623-2400

Jurisdiction: Fukuoka, Saga, Nagasaki, Oita, Kumamoto, Kagoshima, Miyazaki and Okinawa

ふくおかにゅうこくかん り きょく なは し きょく
福岡入国管理局 那覇支局

Naha District Immigration Office

Naha First Local Joint Government Bldg., 1-15-15 Hikawa, Naha-shi,

Okinawa 900-0022

Tel: 098-832-4185

(Okinawa)

と どう ふ けん ち い き こ く さい か き ゃ う かい そ う む し ゃ う に ん て い
都道府県の URL と地域国際化協会 (総務省認定)
Prefectural and City Governments' URLs and International Exchange Associations (Approved by the Ministry of Internal Affairs and Communications)

と どう ふ けん じ ゅ ん
都道府県 (アルファベット順) Prefectures (alphabetical order)

AICHI Prefecture あ い ち けん 愛知県

URL <http://www.pref.aichi.jp/>

こ う ざ い あ い ち けん こ く さい こ う り け ゃ う かい
(公財) 愛知県国際交流協会

Aichi International Association

Sannomaru Annex Bldg., Aichi Prefectural Government, 2-6-1 Sannomaru,
Naka-ku, Nagoya-shi, Aichi 460-0001

Tel: 052-961-8744 **URL** <http://www2.aia.pref.aichi.jp/>

AKITA Prefecture あ き た けん 秋田県

URL <http://www.pref.akita.lg.jp/>

こ う ざ い あ き た けん こ く さい こ う り け ゃ う かい
(公財) 秋田県国際交流協会

Akita International Association

Atorion Bldg. 1F, 2-3-8 Nakadori, Akita-shi, Akita 010-0001

Tel: 018-893-5499 **URL** <http://www.aiahome.or.jp/>

AOMORI Prefecture あ お も り けん 青森県

URL <http://www.pref.aomori.lg.jp/>

こ う ざ い あ お も り けん こ く さい こ う り け ゃ う かい
(公財) 青森県国際交流協会

Aomori International Exchange Association

Suisan Bldg. 5F, 1-1-32 Yasukata, Aomori-shi, Aomori 030-0803

Tel: 017-735-2221 **URL** <http://www.kokusai-koryu.jp/>

CHIBA Prefecture ち ば けん 千葉県

URL <http://www.pref.chiba.lg.jp/>

こ う ざ い こ く さい
(公財) ちば国際コンベンションビューロー

Chiba Convention Bureau and International Center

WBG Marive East 14F, 2-6 Nakase, Mihama-ku, Chiba-shi, Chiba 261-7114

Tel: 043-297-4301 **URL** <http://www.ccb.or.jp/>

EHIME Prefecture え ひ め けん 愛媛県

URL <http://www.pref.ehime.jp/>

こ う ざ い え ひ め けん こ く さい こ う り け ゃ う かい
(公財) 愛媛県国際交流協会

Ehime Prefectural International Association

1-1 Dogo Ichiman, Matsuyama-shi, Ehime 790-0844

Tel: 089-917-5678 **URL** <http://www.epic.or.jp/>

FUKUI Prefecture ふ く い けん 福井県

URL <http://www.pref.fukui.jp/>

こ う ざ い ふ く い けん こ く さい こ う り け ゃ う かい
(公財) 福井県国際交流協会

Fukui International Association

3-1-1 Hoen, Fukui-shi, Fukui 910-0004

Tel: 0776-28-8800 **URL** <http://www.f-i-a.or.jp/ja/>

FUKUOKA Prefecture ふ く お か けん 福岡県

URL <http://www.pref.fukuoka.lg.jp/>

こ う ざ い ふ く お か けん こ く さい こ う り け ゃ う かい
(公財) 福岡県国際交流センター

Fukuoka International Exchange Foundation

ACROS Fukuoka, 1-1-1 Tenjin, Chuo-ku, Fukuoka-shi, Fukuoka 810-0001

Tel: 092-725-9204 **URL** <http://www.kokusaihiroba.or.jp/>

FUKUSHIMA Prefecture ふ く し ま けん 福島県

URL <http://www.pref.fukushima.lg.jp/>

こ う ざ い ふ く し ま けん こ く さい こ う り け ゃ う かい
(公財) 福島県国際交流協会

Fukushima International Association

Fukushima Kencho Funabacho Bunkan 2F, 2-1 Funaba-cho,

Fukushima-shi, Fukushima 960-8103

Tel: 024-524-1315 **URL** <http://www.worldvillage.org/>

GIFU Prefecture ぎ ふ けん 岐阜県

URL <http://www.pref.gifu.lg.jp/>

こ う ざ い ぎ ふ けん こ く さい こ う り け ゃ う かい
(公財) 岐阜県国際交流センター

Gifu International Center

Gifu Chunichi Bldg. 2F, 1-12 Yanagase-dori, Gifu-shi, Gifu 500-8875

Tel: 058-214-7700 **URL** <http://www.gic.or.jp/>

GUNMA Prefecture ぐ ん ま けん 群馬県

URL <http://www.pref.gunma.jp/>

こ う ざ い ぐ ん ま けん こ く さい こ う り け ゃ う かい
(公財) 群馬県観光物産国際協会

Gunma Association of Tourism, Local Products & International Exchange International Relations

Gunma Kaikan 3F, 2-1-1 Ote-machi, Maebashi-shi, Gunma 371-0026

Tel: 027-243-7271 **URL** <http://gunma-dc.net/>

HIROSHIMA Prefecture ひ ろ し ま けん 広島県

URL <http://www.pref.hiroshima.lg.jp/>

こ う ざ い ひ ろ し ま けん こ く さい
(公財) ひろしま国際センター

Hiroshima International Center

Hiroshima Crystal Plaza 6F, 8-18 Naka-machi, Naka-ku, Hiroshima-shi,

Hiroshima 730-0037

Tel: 082-541-3777 **URL** <http://hiroshima-ic.or.jp/>

HOKKAIDO Prefecture ほ っ か い だ ー 北海道

URL <http://www.pref.hokkaido.lg.jp/>

こ う しゃ ほ っ か い だ ー こ う ざ い こ う り け ゃ う かい
(公社) 北海道国際交流・協力総合センター

Hokkaido International Exchange and Cooperation Center

Hokkaido Government Annex Bldg. 12F, Kita 3-jo Nishi 7-chome, Chuo-ku,

Sapporo-shi, Hokkaido 060-0003

Tel: 011-221-7840 **URL** <http://www.hiecc.or.jp/>

HYOGO Prefecture ひ ょ う ぐ け ん 兵庫県

URL <https://web.pref.hyogo.lg.jp/>

こ う ざ い ひ ょ う ぐ け ん こ く さい こ う り け ゃ う かい
(公財) 兵庫県国際交流協会

Hyogo International Association

IHD Bldg. 2F, 1-5-1 Wakinohama Kaigan-dori, Chuo-ku, Kobe-shi, Hyogo 651-0073

Tel: 078-230-3260 **URL** <http://www.hyogo-ip.or.jp/>

IBARAKI Prefecture いばらき けん 茨城県

URL <http://www.pref.ibaraki.jp/>

こうざい いばらき けんこくさいこうりゅうきょうかい
(公財) 茨城県国際交流協会

Ibaraki International Association

Kenmin Bunka Center Bunkan 2F, 745 Ushirokawa, Senba-cho, Mito-shi, Ibaraki 310-0851

Tel: 029-241-1611 **URL** <http://www.ia-ibaraki.or.jp/>

ISHIKAWA Prefecture いしかわ けん 石川県

URL <http://www.pref.ishikawa.lg.jp/>

こうざい いしかわ けんこくさいこうりゅうきょうかい
(公財) 石川県国際交流協会

Ishikawa Foundation for International Exchange

RIFARE 3F, 1-5-3 Honmachi, Kanazawa-shi, Ishikawa 920-0853

Tel: 076-262-5931 **URL** <http://www.ifie.or.jp/>

IWATE Prefecture いわて けん 岩手県

URL <http://www.pref.iwate.jp/>

こうざい いわて けんこくさいこうりゅうきょうかい
(公財) 岩手県国際交流協会

Iwate International Association

Iwate Prefecture Citizen's Cultural Exchange Center (Aiina) 5F, International Exchange Center, 1-7-1 Morioka-eki Nishi-dori, Morioka-shi, Iwate 020-0045

Tel: 019-654-8900 **URL** <http://iwate-ia.or.jp/>

KAGAWA Prefecture かがわ けん 香川県

URL <http://www.pref.kagawa.jp/>

こうざい かがわ けんこくさいこうりゅうきょうかい
(公財) 香川県国際交流協会

Kagawa Prefecture International Exchange Association

c/o I-pal Kagawa, 1-11-63 Bancho, Takamatsu-shi, Kagawa 760-0017

Tel: 087-837-5908 **URL** <http://www.i-pal.or.jp/>

KAGOSHIMA Prefecture かごしま けん 鹿児島県

URL <http://www.pref.kagoshima.jp/>

こうざい かごしま けんこくさいこうりゅうきょうかい
(公財) 鹿児島県国際交流協会

Kagoshima International Association

Kagoshima Prefectural Citizens Exchange Center 1F, 14-50 Yamashita-cho, Kagoshima-shi, Kagoshima 892-0816

Tel: 099-221-6620 **URL** <http://www.synapse.ne.jp/kia/>

KANAGAWA Prefecture かながわ けん 神奈川県

URL <http://www.pref.kanagawa.jp/>

こうざい かながわ けんこくさいこうりゅうきょうかい
(公財) かながわ国際交流財団

Kanagawa International Foundation

Dai-ichi Yasuda Bldg. 4F, 2-21-8, Tsuruya-cho, Kanagawa-ku, Yokohama-shi, Kanagawa 221-0835

Tel: 045-620-0011 **URL** <http://www.kifjp.org/>

KOCHI Prefecture こうち けん 高知県

URL <http://www.pref.kochi.lg.jp/>

こうざい こうち けんこくさいこうりゅうきょうかい
(公財) 高知県国際交流協会

Kochi International Association

4-1-37 Honmachi, Kochi-shi, Kochi 780-0870

Tel: 088-875-0022 **URL** <http://www.kochi-kia.or.jp/>

KUMAMOTO Prefecture くまもと けん 熊本県

URL <http://www.pref.kumamoto.jp/>

くまもと けんこくさいこうりゅうきょうかい
熊本県国際協会

Kumamoto International Association

c/o International Division, Kumamoto Prefectural Government Main Bldg. 7F, 6-18-1 Suizenji, Chuo-ku, Kumamoto-shi, Kumamoto 862-8570

Tel: 096-385-4488 **URL** <http://www.kuma-koku.jp/>

KYOTO Prefecture きょうと 府 京都府

URL <http://www.pref.kyoto.jp/>

こうざい きょうと 府こくさい
(公財) 京都府国際センター

Kyoto Prefectural International Center

Kyoto Station Bldg. 9F, Shiokoji Karasuma, Shimogyo-ku, Kyoto-shi, Kyoto 600-8216

Tel: 075-342-5000 **URL** <http://www.kpic.or.jp/>

MIE Prefecture みえ けん 三重県

URL <http://www.pref.mie.lg.jp/>

こうざい みえ けんこくさいこうりゅうきょうかい
(公財) 三重県国際交流財団

Mie International Exchange Foundation

UST-TSU 3F, 700 Hadokoro-cho, Tsu-shi, Mie 514-0009

Tel: 059-223-5006 **URL** <http://www.mief.or.jp/>

MIYAGI Prefecture みやぎ けん 宮城県

URL <http://www.pref.miyagi.jp/>

こうざい みやぎ けんこくさいこうりゅうきょうかい
(公財) 宮城県国際化協会

Miyagi International Association

Miyagi-ken Sendai Godo Chosha 7F, 4-17 Tsutsumidori, Amamiyamachi, Aoba-ku, Sendai-shi, Miyagi 981-0914

Tel: 022-275-3796 **URL** <http://mia-miyagi.jp/>

MIYAZAKI Prefecture みやざき けん 宮崎県

URL <http://www.pref.miyazaki.lg.jp/>

こうざい みやざき けんこくさいこうりゅうきょうかい
(公財) 宮崎県国際交流協会

Miyazaki International Foundation

Carino 8F, 4-8-1 Tachibanadori-higashi, Miyazaki-shi, Miyazaki 880-0805

Tel: 0985-32-8457 **URL** <http://www.mif.or.jp/>

NAGANO Prefecture ながの けん 長野県

URL <http://www.pref.nagano.lg.jp/>

こうざい ながの けんこくさいこうりゅうきょうかい
(公財) 長野県国際化協会

Association of Nagano Pref. for Internationalization

Nagano Kencho Higashi-chosha 1F, Habashita 692-2 Minaminagano, Nagano-shi, Nagano 380-8570

Tel: 026-235-7186 **URL** <http://www.anpie.or.jp/>

NAGASAKI Prefecture ながさき けん 長崎県

URL <http://www.pref.nagasaki.jp/>

こうざい ながさき けんこくさいこうりゅうきょうかい
(公財) 長崎県国際交流協会

Nagasaki International Association

2-11 Dejima-machi, Nagasaki-shi, Nagasaki 850-0862

Tel: 095-823-3931 **URL** <http://www.nia.or.jp/>

NARA Prefecture ならけん 奈良県

URL <http://www.pref.nara.jp/>

NIIGATA Prefecture にいがたけん 新潟県

URL <http://www.pref.niigata.lg.jp/>

こうざい にいがたけんこくさいこうりゅうきょうかい
(公財) 新潟県国際交流協会

Niigata International Association

Bandajima Bldg. 2F, 5-1 Bandajima, Chuo-ku, Niigata-shi, Niigata 950-0078

Tel: 025-290-5650 **URL** <http://www.niigata-ia.or.jp/>

OITA Prefecture おいたけん 大分県

URL <http://www.pref.oita.jp/>

こうざい おいたけんけいじつぶんか しんこうざいだん
(公財) 大分県芸術文化スポーツ振興財団

Oita Prefecture Arts, Cultural & Sports Promotion Foundation

c/o Oasis Hiroba 21, 2-33 Takasagomati, Oita-Shi, Oita 870-0029

Tel: 097-533-4011 **URL** <http://zaidan.emo.or.jp/>

OKAYAMA Prefecture おかやまけん 岡山県

URL <http://www.pref.okayama.jp/>

いちざい おかやまけんこくさいこうりゅうきょうかい
(一財) 岡山県国際交流協会

Okayama Prefectural International Exchange Foundation

Okayama International Center, 2-2-1 Hokancho, Kita-ku, Okayama-shi,

Okayama 700-0026

Tel: 086-256-2000 **URL** <http://www.opief.or.jp/>

OKINAWA Prefecture おきなわけん 沖縄県

URL <http://www.pref.okinawa.jp/>

こうざい おきなわけんこくさいこうりゅうきょうかい
(公財) 沖縄県国際交流・人材育成財団

Okinawa International Exchange and Human Resources Development Foundation

4-2-16 Isa, Ginowan-shi, Okinawa 901-2221

Tel: 098-942-9215 **URL** <http://www.oihf.or.jp/>

OSAKA Prefecture おおさかふ 大阪府

URL <http://www.pref.osaka.lg.jp/>

こうざい おおさかふこくさいこうりゅうきょうかい
(公財) 大阪府国際交流財団

Osaka Foundation of International Exchange

My Dome Osaka 5F, 2-5 Hommachi-bashi, Chuo-ku, Osaka-shi, Osaka 540-0029

Tel: 06-6966-2400 **URL** <http://www.ofix.or.jp/>

SAGA Prefecture さがけん 佐賀県

URL <http://www.pref.saga.lg.jp/web/>

こうざい さがけんこくさいこうりゅうきょうかい
(公財) 佐賀県国際交流協会

Saga Prefecture International Relations Association

Saga Shoko Bldg. 1F, 2-1-12 Shirayama, Saga-shi, Saga 840-0826

Tel: 0952-25-7921 **URL** <http://www.spira.or.jp/>

SAITAMA Prefecture さいたまけん 埼玉県

URL <http://www.pref.saitama.lg.jp/>

こうざい さいたまけんこくさいこうりゅうきょうかい
(公財) 埼玉県国際交流協会

Saitama International Association

Urawa Godo Chosha 3F, 5-6-5 Kitaurawa, Urawa-ku, Saitama-shi, Saitama 330-0074

Tel: 048-833-2992 **URL** <http://www.sia1.jp/>

SHIGA Prefecture しがけん 滋賀県

URL <http://www.pref.shiga.lg.jp/>

こうざい しがけんこくさいきょうかい
(公財) 滋賀県国際協会

Shiga Intercultural Association for Globalization

Piazza Omi 2F, 1-1-20 Nionohama, Otsu-shi, Shiga 520-0801

Tel: 077-526-0931 **URL** <http://www.s-i-a.or.jp/>

SHIMANE Prefecture しまねけん 島根県

URL <http://www.pref.shimane.lg.jp/>

こうざい しまねけんこくさい
(公財) しまね国際センター

Shimane International Center

369-1 Higashi-tsuda-cho, Matsue-shi, Shimane 690-0011

Tel: 0852-31-5056 **URL** <http://www.sic-info.org/>

SHIZUOKA Prefecture しずおかけん 静岡県

URL <http://www.pref.shizuoka.jp/>

こうざい しずおかけんこくさいこうりゅうきょうかい
(公財) 静岡県国際交流協会

The Shizuoka Association for International Relations

Mizunomori Bldg. 2F, 14-1, Minamicho, Suruga-ku, Shizuoka-shi, Shizuoka 422-8067

Tel: 054-202-3411 **URL** <http://www.sir.or.jp/>

TOCHIGI Prefecture とちぎけん 栃木県

URL <http://www.pref.tochigi.lg.jp/>

こうざい とちぎけんこくさいこうりゅうきょうかい
(公財) 栃木県国際交流協会

Tochigi International Association

Tochigi International Center, 9-14 Honcho, Utsunomiya-shi, Tochigi 320-0033

Tel: 028-621-0777 **URL** <http://tia21.or.jp/>

TOKUSHIMA Prefecture とくしまけん 徳島県

URL <http://www.pref.tokushima.jp/>

こうざい とくしまけんこくさいこうりゅうきょうかい
(公財) 徳島県国際交流協会

Tokushima Prefectural International Exchange Association

Clement Plaza 6F, 1-61 Terashima Honcho Nishi, Tokushima-shi, Tokushima 770-0831

Tel: 088-656-3303 **URL** <http://www.topia.ne.jp/>

TOKYO Prefecture とうきょうと 東京都

URL <http://www.metro.tokyo.jp/>

とうきょうとこくさいこうりゅうきょうかい
東京都国際交流委員会

Tokyo International Communication Committee

Ono Bldg. 3F, 17-15 Kanda-Matsunaga-cho, Chiyoda-ku, Tokyo 101-0023

Tel: 03-5294-6542 **URL** <http://www.tokyo-icc.jp/>

TOTTORI Prefecture とっとりけん 鳥取県

URL <http://www.pref.tottori.lg.jp/>

こうざい とっとりけんこくさいこうりゅうざいだん
(公財) 鳥取県国際交流財団

Tottori Prefectural International Exchange Foundation

Tottori Airport International Center 1F, 4-110-5 Koyamacho-nishi, Tottori-shi,
Tottori 680-0947

Tel: 0857-31-5951 URL <http://www.torisakyu.or.jp/>

TOYAMA Prefecture とやまけん 富山県

URL <http://www.pref.toyama.jp/>

こうざい とやまけんこくさい
(公財) とやま国際センター

Toyama International Center

Intec Bldg. 4F, 5-5 Ushijima-Shinmachi, Toyama-shi, Toyama 930-0856

Tel: 076-444-2500 URL <http://www.tic-toyama.or.jp/>

WAKAYAMA Prefecture わかやまけん 和歌山県

URL <http://www.pref.wakayama.lg.jp/>

こうざい わかやまけんこくさいこうりゅうざいだん
(公財) 和歌山県国際交流協会

Wakayama International Exchange Association

Wakayama Big Ai 9F, 2-1-2 Tebira, Wakayama-shi, Wakayama 640-8319

Tel: 073-435-5240 URL <http://www.wixas.or.jp/>

YAMAGATA Prefecture やまがたけん 山形県

URL <http://www.pref.yamagata.jp/>

こうざい やまがたけんこくさいこうりゅうざいだん
(公財) 山形県国際交流協会

Association for International Relations in Yamagata

Kajo Central 2F, 1-1-1 Jonan-machi, Yamagata-shi, Yamagata 990-8580

Tel: 023-647-2560 URL <http://www.airyamagata.org/>

YAMAGUCHI Prefecture やまぐちけん 山口県

URL <http://www.pref.yamaguchi.lg.jp/>

こうざい やまぐちけんこくさいこうりゅうざいだん
(公財) 山口県国際交流協会

Yamaguchi International Exchange Association

Mizunoue Bldg. 3F, 1-7 Mizunoue-cho, Yamaguchi-shi, Yamaguchi 753-0082

Tel: 083-925-7353 URL <http://www.yiea.or.jp/>

YAMANASHI Prefecture やまなしけん 山梨県

URL <http://www.pref.yamanashi.jp/>

こうざい やまなしけんこくさいこうりゅうざいだん
(公財) 山梨県国際交流協会

Yamanashi International Association

Yamanashi International Center, 2-2-3 Iida, Kofu-shi, Yamanashi 400-0035

Tel: 055-228-5419 URL <http://yia.or.jp/wordpress/>

せいれいしていと し じゆん
政令指定都市 (アルファベット順) Designated Cities (alphabetical order)

CHIBA Designated City ちばし 千葉市

URL <http://www.city.chiba.jp/>

こうざい ちばしこくさいこうりゅうざいだん
(公財) 千葉市国際交流協会

Chiba City International Association

Chiba Chuo Twin Bldg. 2nd Tower 8F, 2-5-1 Chuo, Chuo-ku, Chiba-shi, Chiba
260-0013

Tel: 043-202-3000 URL <http://www.ccia-chiba.or.jp/>

FUKUOKA Designated City ふくおかし 福岡市

URL <http://www.city.fukuoka.lg.jp/>

こうざい ふくおか 福岡よかとピア国際交流財団
(公財) 福岡よかとピア国際交流財団

Fukuoka City International Foundation

Fukuoka City Hall North Annex 5F, 1-10-1 Tenjin, Chuo-ku, Fukuoka-shi,
Fukuoka 810-0001

Tel: 092-733-5630 URL <http://www.rainbowfia.or.jp/>

HAMAMATSU Designated City はまつし 浜松市

URL <http://www.city.hamamatsu.shizuoka.jp/>

こうざい はまつしこくさいこうりゅうざいだん
(公財) 浜松国際交流協会

Hamamatsu Foundation for International Communications and Exchanges

CREATE Hamamatsu 4F, 2-1 Hayauma-cho, Naka-ku, Hamamatsu-shi,
Shizuoka 430-0916

Tel: 053-458-2170 URL <http://www.hi-hice.jp/>

HIROSHIMA Designated City ひろしまし 広島市

URL <http://www.city.hiroshima.lg.jp/>

こうざい ひろしまへいわぶんか
(公財) 広島平和文化センター

Hiroshima Peace Culture Foundation

1-2 Nakajima-cho, Naka-ku, Hiroshima-shi, Hiroshima 730-0811

Tel: 082-241-5246 URL <http://www.pcf.city.hiroshima.jp/hpcf/>

KAWASAKI Designated City かわさきし 川崎市

URL <http://www.city.kawasaki.jp/>

こうざい かわさきしこくさいこうりゅうざいだん
(公財) 川崎市国際交流協会

Kawasaki International Association

2-2 Kizuki Gion-cho, Nakahara-ku, Kawasaki-shi, Kanagawa 211-0033

Tel: 044-435-7000 URL <http://www.kian.or.jp/>

KITAKYUSHU Designated City きたきゅうしゅうし 北九州市

URL <http://www.city.kitakyushu.lg.jp/>

こうざい きたきゅうしゅうしこくさいこうりゅうざいだん
(公財) 北九州国際交流協会

Kitakyushu International Association

Com City 3F, 3-15-3, Kurosaki, Yahatanishi-ku, Kitakyushu-shi, Fukuoka
806-0021

Tel: 093-643-6464 URL <http://www.kitaq-koryu.jp/>

KOBE Designated City こうべし 神戸市

URL <http://www.city.kobe.lg.jp/>

こうざい こうべこくさいきょうりゅうこうりゅう
(公財) 神戸国際協力交流センター

Kobe International Center for Cooperation and Communication

Boeki Center Bldg. 2F, 5-1-14, Hamabe-dori, Chuo-ku, Kobe-shi, Hyogo
651-0083

Tel: 078-291-0641 **URL** <http://www.kicc.jp/>

KUMAMOTO Designated City くまもとし 熊本市

URL <http://www.city.kumamoto.jp>

いちざい くまもとしこくさいこうりゅうしんこうじぎょうだん
(一財) 熊本市国際交流振興事業団

Kumamoto International Foundation

4-18 Hanabata-cho, Chuo-ku, Kumamoto-shi, Kumamoto 860-0806

Tel: 096-359-2121 **URL** <http://www.kumamoto-if.or.jp/>

KYOTO Designated City きょうと 京都市

URL <http://www.city.kyoto.lg.jp/>

こうざい きょうとしこくさいこうりゅうきょうかい
(公財) 京都市国際交流協会

Kyoto City International Foundation

2-1 Torii-cho, Awataguchi, Sakyo-ku, Kyoto-shi, Kyoto 606-8536

Tel: 075-752-3010 **URL** <http://www.kcif.or.jp/>

NAGOYA Designated City なごやし 名古屋市

URL <http://www.city.nagoya.jp/>

こうざい なごやくさい
(公財) 名古屋国際センター

Nagoya International Center

1-47-1 Nagono, Nakamura-ku, Nagoya-shi, Aichi 450-0001

Tel: 052-581-0100 **URL** <http://www.nic-nagoya.or.jp/>

NIIGATA Designated City にいがたし 新潟市

URL <http://www.city.niigata.lg.jp/>

OKAYAMA Designated City おかやまし 岡山市

URL <http://www.city.okayama.jp/>

OSAKA Designated City おおさかし 大阪市

URL <http://www.city.osaka.lg.jp/>

こうざい おおさかこくさいこうりゅう
(公財) 大阪国際交流センター

Osaka International House Foundation

8-2-6 Uehonmachi, Tennoji-ku, Osaka-shi, Osaka 543-0001

Tel: 06-6773-8182 **URL** <http://www.ih-osaka.or.jp/>

SAGAMIHARA Designated City さがみはらし 相模原市

URL <http://www.city.sagamihara.kanagawa.jp/>

SAITAMA Designated City さいたまし さいたま市

URL <http://www.city.saitama.jp/>

こうしゃ かんこうこくさいきょうかい
(公社) さいたま観光国際協会

Saitama Tourism and International Relations Bureau

JACK OMIYA Bldg. 3F, 682-2, Nishiki-cho, Omiya-ku, Saitama-shi, Saitama
330-0853

Tel: 048-647-8338 **URL** <http://www.stib.jp/>

SAKAI Designated City さかいし 堺市

URL <http://www.city.sakai.lg.jp/>

SAPPORO Designated City さっぽろし 札幌市

URL <http://www.city.sapporo.jp/>

こうざい さっぽろこくさい
(公財) 札幌国際プラザ

Sapporo International Communication Plaza Foundation

Sapporo MN Bldg. 3F, Kita 1-jo Nishi 3-chome, Chuo-ku, Sapporo-shi,
Hokkaido 060-0001

Tel: 011-211-3670 **URL** <http://www.plaza-sapporo.or.jp/>

SENDAI Designated City せんだいし 仙台市

URL <http://www.city.sendai.jp/>

こうざい せんだいかんこうこくさいきょうかい
(公財) 仙台観光国際協会

Sendai Tourism, Convention and International Association

Sendai-Aoba Wing Bldg. A-11F, 2-2-10 Omachi, Aoba-ku, Sendai-shi, Miyagi
980-0804

Tel: 022-268-6251 **URL** <http://www.sentia-sendai.jp>

SHIZUOKA Designated City しずおかし 静岡市

URL <http://www.city.shizuoka.jp/>

しずおかしこくさいこうりゅうきょうかい
静岡市国際交流協会

Shizuoka City Association for Multicultural Exchange

CCC 1F, 4-16 Otemachi, Aoi-ku, Shizuoka-shi, Shizuoka 420-0853

Tel: 054-273-5931 **URL** <http://www.samenet.jp/>

YOKOHAMA Designated City よこはまし 横浜市

URL <http://www.city.yokohama.lg.jp/>

こうざい よこはましこくさいこうりゅうきょうかい
(公財) 横浜市国際交流協会

Yokohama Association for International Communications and Exchanges

Yokohama International Organizations Center 5F, Pacifico Yokohama, 1-1-1
Minato Mirai, Nishi-ku, Yokohama-shi, Kanagawa 220-0012

Tel: 045-222-1171 **URL** <https://www.yokeweb.com/>

注) こうざい こうえきさいだんほうじん いちざい いっぱんざいだんほうじん こうしゃ こうえきしゃだんほうじん
(公財) は公益財団法人、(一財) は一般財団法人、(公社) は公益社団法人です

に ほんがくじゆしんこうがい い がい がいこくじんけんきゆうしやしやう みんかんとうじよせいだんたい
日本学術振興会以外の外国人研究者招へい民間等助成団体

がくしん がいこくじんとくべつけんきゆういん じぎょう がいこくじんしやう けんきゆうしや じぎょう
学振では、外国人特別研究員事業や外国人招へい研究者事業など、
かいがい けんきゆうしや わ くに だいがくとうけんきゆう きかん に ほん けんきゆうしや
海外の研究者が、我が国の大学等研究機関において、日本の研究者と
きやうどう けんきゆう おこな きかい ていきやう どうやう がいこくじんけんきゆうしや
共同して研究を行う機会を提供しています。同様に、外国人研究者の
しやう もくてき じぎょう じっし みんかん だいいりやうき じよせいだんたい
招へいを目的とする事業を実施している民間の代表的な助成団体に
は、次のようなものがあります。カッコ内は対象分野。

いけたに か がく ぎ じゆしんこうざいだん か がく ぎ じゆつ
池谷科学技術振興財団 (科学技術)

〒 100-0013 東京都千代田区霞が関 3-7-1
Tel: 03-3580-1712 [URL http://www.iketani-zaidan.or.jp/](http://www.iketani-zaidan.or.jp/)

いのうえ か がくしんこうざいだん か がく ぎ じゆつ
井上科学振興財団 (科学技術)

〒 150-0036 東京都渋谷区南平台町 15-15 南平台今井ビル 601
Tel: 03-3477-2738 [URL http://www.inoue-zaidan.or.jp/](http://www.inoue-zaidan.or.jp/)

おおさわ か がく ぎ じゆしんこうざいだん か がく ぎ じゆつ
大澤科学技術振興財団 (科学技術)

〒 143-0025 東京都大田区南馬込 3-25-4
オーエスジーアネックスビル
Tel: 03-5709-4510 [URL http://www.osawazaidan.or.jp/](http://www.osawazaidan.or.jp/)

か じまがくじゆしんこうざいだん か がく ぎ じゆつ じんしや
鹿島学術振興財団 (科学技術 / 人社)

〒 107-8502 東京都港区赤坂 6-5-30 鹿島 KI ビル
Tel: 03-3584-7418 [URL http://www.kajima-f.or.jp/](http://www.kajima-f.or.jp/)

じやうほう か がくこくさいこうりやうざいだん か がく ぎ じゆつ
情報科学国際交流財団 (科学技術)

〒 150-0002 東京都渋谷区渋谷 1-10-7 グローリア宮益坂Ⅲ 805
Tel: 03-5766-3641 [URL http://www.iisf.or.jp/](http://www.iisf.or.jp/)

だいいちさんきやうせいめい か がくけんきゆうしんこうざいだん か がく ぎ じゆつ
第一三共生命科学研究振興財団 (科学技術)

〒 103-8234 東京都中央区日本橋 3-14-10 第一三共日本橋ビル 10 階
Tel: 03-3243-9061 [URL http://www.ds-fdn.or.jp/](http://www.ds-fdn.or.jp/)

たていし か がく ぎ じゆしんこうざいだん か がく ぎ じゆつ
立石科学技術振興財団 (科学技術)

〒 600-8234 京都府京都市下京区塩小路通堀川東入南不動堂町 801
Tel: 075-365-4771 [URL http://www.tateisi-f.org/](http://www.tateisi-f.org/)

ちゆうぶ でん き りやう き そけんきゆうしんこうざいだん か がく ぎ じゆつ い ほ かんきやう
中部電気利用基礎研究振興財団 (科学技術 / 医 保 / 環 境)

〒 460-0007 愛知県名古屋市中区新栄 1-231 フロンティア新栄 2 階
Tel: 052-259-7550
[URL http://www.006.upp.so-net.ne.jp/refec/WELCOME.HTM](http://www.006.upp.so-net.ne.jp/refec/WELCOME.HTM)

Private Sector Foundations and Other Organizations Inviting Overseas Researchers Other Than the JSPS

JSPS offers the Postdoctoral Fellowship for Foreign Researchers Program and Invitation Fellowship Programs, and also gives them opportunities to conduct joint research with Japanese researchers at universities and other institutions in Japan. In addition, a number of organizations in the private sector operate programs that invite overseas researchers to Japan. The most prominent ones and the fields they cover are as follows (research fields indicated in parentheses):

Iketani Science and Technology Foundation
(Science and technology)

3-7-1 Kasumigaseki, Chiyoda-ku, Tokyo 100-0013
Tel: 03-3580-1712 [URL http://www.iketani-zaidan.or.jp/](http://www.iketani-zaidan.or.jp/)

Inoue Foundation for Science
(Science and technology)

Nanpeidai Imai Bldg. 601, 15-15 Nanpeidai-cho, Shibuya-ku, Tokyo 150-0036
Tel: 03-3477-2738 [URL http://www.inoue-zaidan.or.jp/](http://www.inoue-zaidan.or.jp/)

Osawa Scientific Studies Grants Foundation
(Science and technology)

OSG Annex Bldg., 3-25-4 Minami-magome, Ota-ku, Tokyo 143-0025
Tel: 03-5709-4510 [URL http://www.osawazaidan.or.jp/](http://www.osawazaidan.or.jp/)

The Kajima Foundation

(Science and technology; humanities and social science)
Kajima KI Bldg., 6-5-30 Akasaka, Minato-ku, Tokyo 107-8502
Tel: 03-3584-7418 [URL http://www.kajima-f.or.jp/](http://www.kajima-f.or.jp/)

International Information Science Foundation
(Science and technology)

Gloria-III 805, 1-10-7 Shibuya, Shibuya-ku, Tokyo 150-0002
Tel: 03-5766-3641 [URL http://www.iisf.or.jp/index-en.html](http://www.iisf.or.jp/index-en.html)

Daiichi Sankyo Foundation of Life Science
(Science and technology)

Daiichi Sankyo Nihonbashi Bldg. 10F, 3-14-10 Nihonbashi, Chuo-ku, Tokyo 103-8234
Tel: 03-3243-9061 [URL http://www.ds-fdn.or.jp/](http://www.ds-fdn.or.jp/)

テルモ科学技術振興財団 (科学技術)

〒259-0151 神奈川県足柄上郡中井町井ノ口1500
Tel: 0465-81-4236 [URL http://www.terumozaidan.or.jp/](http://www.terumozaidan.or.jp/)

東京応化科学技術振興財団 (科学技術)

〒211-0012 神奈川県川崎市中原区中丸子150
Tel: 044-435-3116 [URL http://www.tok-foundation.or.jp/](http://www.tok-foundation.or.jp/)

内藤記念科学振興財団 (科学技術 / 医保)

〒113-0033 東京都文京区本郷3-42-6 NKDビル8階
Tel: 03-3813-3005 [URL http://www.naito-f.or.jp/](http://www.naito-f.or.jp/)

ノバルティス科学振興財団 (科学技術 / 医保)

〒105-6333 東京都港区虎ノ門1-23-1 虎ノ門ヒルズ森タワー29階
Tel: 03-6899-2100 [URL http://novartisfound.or.jp/](http://novartisfound.or.jp/)

野村財団 (人社)

〒103-8011 東京都中央区日本橋1-9-1 (野村証券本社ビル旧館4階)
Tel: 03-3271-2330 [URL http://www.nomurafoundation.or.jp/](http://www.nomurafoundation.or.jp/)

ファイザーヘルスリサーチ振興財団 (人社 / 医保 / 福祉)

〒151-8589 東京都渋谷区代々木3-22-7 新宿文化クイントビル
Tel: 03-5309-6712 [URL http://www.health-research.or.jp/](http://www.health-research.or.jp/)

松前国際友好財団 (科学技術 / 医保 / 環境)

〒167-0043 東京都杉並区上荻4-14-46
Tel: 03-3301-7600 [URL http://www.mif-japan.org](http://www.mif-japan.org)

山田科学振興財団 (科学技術)

〒544-8666 大阪府大阪市生野区巽西1-8-1
Tel: 06-6758-3745 [URL http://www.yamadazaidan.jp/](http://www.yamadazaidan.jp/)

なお、これらの助成団体の概要については、次の図書が参考になります。

★ 『助成団体要覧2016—民間助成金ガイド—』
(公益財団法人助成財団センター編集・発行)

公益財団法人助成財団センターでは、要覧中の個々の財団についての問い合わせにも応えています。

Tateisi Science and Technology Foundation

(Science and technology)
801 Minami-fudondo-cho, Horikawahigashiiru, Shiokoji-dori
Shimogyo-ku, Kyoto-shi, Kyoto 600-8234
Tel: 075-365-4771 [URL http://www.tateisi-f.org/](http://www.tateisi-f.org/)

Research Foundation for the Electrotechnology of Chubu

(Science and technology; medicine and health; environment)
Frontier Shin-sakae Bldg. 2F, 1-2-31 Shin-sakae, Naka-ku,
Nagoya-shi, Aichi 460-0007
Tel: 052-259-7550
[URL http://www006.upp.so-net.ne.jp/refec/WELCOME.HTM](http://www006.upp.so-net.ne.jp/refec/WELCOME.HTM)

Terumo Life Science Foundation

(Science and technology)
1500 Inokuchi, Nakai-machi, Ashigarakami-gun, Kanagawa 259-0151
Tel: 0465-81-4236 [URL http://www.terumozaidan.or.jp/english/](http://www.terumozaidan.or.jp/english/)

Tokyo Ohka Foundation for the Promotion of Science and Technology

(Science and technology)
150 Nakamaruko, Nakahara-ku, Kawasaki-shi, Kanagawa 211-0012
Tel: 044-435-3116 [URL http://www.tok-foundation.or.jp/](http://www.tok-foundation.or.jp/)

The Naito Foundation

(Science and technology; medicine and health)
NKD Bldg. 8F, 3-42-6 Hongo, Bunkyo-ku, Tokyo 113-0033
Tel: 03-3813-3005 [URL http://www.naito-f.or.jp/index.php?lang=en](http://www.naito-f.or.jp/index.php?lang=en)

Novartis Foundation (Japan) for the Promotion of Science

(Science and technology; medicine and health)
Toranomom Hills Mori Tower 29F, 1-23-1 Toranomom, Minato-ku, Tokyo 105-6333
Tel: 03-6899-2100 [URL http://novartisfound.or.jp/eng/index-e.html](http://novartisfound.or.jp/eng/index-e.html)

Nomura Foundation

(Humanities and social science)
1-9-1 Nihonbashi, Chuo-ku, Tokyo 103-8011
Tel: 03-3271-2330 [URL http://www.nomurafoundation.or.jp/en/](http://www.nomurafoundation.or.jp/en/)

Pfizer Health Research Foundation

(Humanities and social science; medicine and health; welfare)
Shinjuku Bunka Quint Bldg., 3-22-7 Yoyogi, Shibuya-ku, Tokyo 151-8589
Tel: 03-5309-6712 [URL http://www.health-research.or.jp](http://www.health-research.or.jp)

The Matsumae International Foundation

(Science and technology; medicine and health; environment)
4-14-46 Kamiogi, Sugunami-ku, Tokyo 167-0043
Tel: 03-3301-7600 [URL http://www.mif-japan.org/?hl=en](http://www.mif-japan.org/?hl=en)

こうえきざいだんほうじんじよせいざいだん
公益財団法人助成財団センター

〒160-0022 東京都新宿区新宿1-26-9 ビリーブ新宿4階

Tel: 03-3350-1857 Fax: 03-3350-1858

[URL http://www.jfc.or.jp/](http://www.jfc.or.jp/)

また、次の団体でも外国人研究者招へい等の事業を行っています。

どくりつぎょうせいほうじんこくさいこうりゅうきん
独立行政法人国際交流基金

〒160-0004 東京都新宿区四谷4-4-1

Tel: 03-5369-6075 Fax: 03-5369-6044

[URL http://www.jpfa.go.jp/](http://www.jpfa.go.jp/)

Yamada Science Foundation

(Science and technology)

1-8-1 Tatsumi-nishi, Ikuno-ku, Osaka-shi, Osaka 544-8666

Tel: 06-6758-3745 [URL http://www.yamadazaidan.jp/english.html](http://www.yamadazaidan.jp/english.html)

Please refer to the following publication for summaries on these support organizations:

★ *Directory of Grant-Making Foundations—Guide to Private Grant Sources—2016*

(Edited and issued by The Japan Foundation Center)

The Japan Foundation Center also handles inquiries concerning organizations listed in this Guidebook.

The Japan Foundation Center

Believe Shinjuku 4F, 1-26-9 Shinjuku, Shinjuku-ku, Tokyo 160-0022

Tel: 03-3350-1857 Fax: 03-3350-1858

[URL http://www.jfc.or.jp/eibun/](http://www.jfc.or.jp/eibun/)

The following organization also conducts programs that invite overseas researchers to Japan:

The Japan Foundation

4-4-1 Yotsuya, Shinjuku-ku, Tokyo 160-0004

Tel: 03-5369-6075 Fax: 03-5369-6044

[URL http://www.jpfa.go.jp/e/](http://www.jpfa.go.jp/e/)

ゆうびんりょうきんいちらん
郵便料金一覧

こくないゆうびん
国内郵便

- ◎通常はがき 62 円
- ◎往復はがき 124 円
- ◎封書

しゅるい 種類	じゅうりょう 重量	りょうきん 料金
ていけいゆうびんおつ 定形郵便物 はば 幅 9 ~ 12cm、なが 長さ 14 ~ 23.5cm、あつ 厚さ 1cm 以下のもの	25g まで	82 円
	50g まで	92 円
ていけいがいゆうびんおつ 定形外郵便物	4kg までサイズと重量 によって	120 ~ 1,330 円
ゆうびんしょかん 郵便書簡 (ミニレター)		62 円

とくしゅとりあつかい かひょう ついかりょうきん
[特殊取扱 (下表の追加料金がかかります)]

◎速達

しゅるい 種類	じゅうりょう 重量	ついかりょうきん 追加料金
はがき、封書など 通常郵便物	250g まで	280 円
	1 kg まで	380 円
	4 kg まで	650 円
ゆうメール	2 kg まで	320 円
	3 kg まで	470 円

◎書留

しゅべつ 種別	そんがいしょうがく 損害要償額	りょうきん 料金
げんきん 現金	10 万円まで	430 円
	10 万円を超える 5 万円ごと	21 円増
いっばんかきとめ 一般書留	10 万円まで	430 円
	10 万円を超える 5 万円ごと	21 円増
かんい かきとめ 簡易書留	5 万円まで	310 円

Postal Fees

Domestic Postage Rates

- ◎ Postcards: ¥62
- ◎ Double postcards with replies attached: ¥124
- ◎ Letter post

Class	Weight	Rate
Standard-size items 9 to 12 cm (width) x 14 to 23.5 cm (length) and up to 1 cm (thickness)	Up to 25 g	¥82
	Up to 50 g	¥92
Nonstandard-size items	Up to 4 kg	¥120 to ¥1,330 (Rate varies depending on the weight)
Letter-cards (mini-letters)		¥62

[Special Handling Mail (Additional fees in the following tables
apply)]

◎ Express-delivery mail

Class	Weight	Additional Fee
Letter post	Up to 250 g	¥280
	Up to 1 kg	¥380
	Up to 4 kg	¥650
Yu-Mail	Up to 2 kg	¥320
	Up to 3 kg	¥470

◎ Registered mail

Contents	Claimable Amount	Fee
Cash	Up to ¥100,000	¥430
	Per additional ¥50,000 increment, over ¥100,000	Additional ¥21
General	Up to ¥100,000	¥430
	Per additional ¥50,000 increment, over ¥100,000	Additional ¥21
Simple registered mail	Claimable damage up to ¥50,000	¥310

かいがいゆうびん
海外郵便

- ゆうびん
◎郵便はがき せ かいかつこく 世界各国あて 70 えんきんいつ 円均一
- こうくうしょかん
◎航空書簡 せ かいかつこく 世界各国あて 90 えんきんいつ 円均一
- ふうしょ
◎封書

しゅるい 種類	じゅうりょう 重量	あてさき 宛先		
		ひがし 東アジア、 グアム、 ミッドウェイ ほか 他	おセアニア、 ちゅうきんとう 中近東、 ほくべい ちゅうべい 北米、中米、 ヨーロッパ他	アフリカ、 なんべい 南米
ていけいゆうびんぶつ 定形郵便物	25g まで	90 えん	110 えん	130 えん
	50g まで	160 えん	190 えん	230 えん
ていけいゆうびんぶつ 定形外郵便物	2kg まで重量 によって	220 えん～ 2,150 えん	260 えん～ 3,410 えん	300 えん～ 4,990 えん

こ つみ
◎小包

しゅべつ 種類 じゅうりょう 重量	あてさき 宛先			
	ひがし 東アジア、 グアム、 ミッドウェイ ほか 他	とうなん 東南アジア、 せいなん 西南アジア	おセアニア、 ちゅうきんとう 中近東、 ほくべい ちゅうべい 北米、中米、 ヨーロッパ他	アフリカ、 なんべい 南米
こうくう こ つみ 航空小包				
500g まで	1,700 えん	2,100 えん	2,500 えん	3,200 えん
500g をこ 5kg まで 500g ごとに	350 えんまし 円増	600 えんまし 円増	850 えんまし 円増	1,400 えんまし 円増
5kg をこ 10kg まで 500g ごとに	300 えんまし 円増	500 えんまし 円増	750 えんまし 円増	1,200 えんまし 円増
10kg をこ 30kg まで 1kg ごとに	400 えんまし 円増	700 えんまし 円増	950 えんまし 円増	1,600 えんまし 円増
ふなびん こ つみ 船便小包				
1kg まで	1,600 えん	1,700 えん	1,800 えん	2,200 えん
1kg をこ 10kg まで 1kg ごとに	300 えんまし 円増	400 えんまし 円増	550 えんまし 円増	450 えんまし 円増
10kg をこ 30kg まで 1kg ごとに	200 えんまし 円増	300 えんまし 円増	350 えんまし 円増	350 えんまし 円増

ちゅう じゅうき ほか
注) 上記の他にもエコノミー航空 (SAL) 小包、国際スピード郵便 (EMS) などのサービスが
あります。なおサービスの詳細と料金表については URL <http://www.post.japanpost.jp/>
をご覧ください。

International Postage Rates

- ◎ Postcards: ¥70 worldwide
- ◎ Aerogrammes: ¥90 worldwide
- ◎ Letters

Contents	Weight	Destination		
		East Asia, Guam, Midway Islands, etc.	Oceania, Middle East, North and Central America, Europe, etc.	Africa, South America
Standard-size	Up to 25g	¥90	¥110	¥130
	Up to 50g	¥160	¥190	¥230
Nonstandard-size	Up to 2kg	¥220 – ¥2,150	¥260 – ¥3,410	¥300–¥4,990

◎ Parcel Post

Class Weight	Destination	East Asia, Guam, Midway Islands, etc.	Southeast Asia, Southwest Asia	Oceania, Middle East, North and Central America, Europe, etc.	Africa, South America
Airmail					
Up to 500g		¥1,700	¥2,100	¥2,500	¥3,200
Per additional 500g increment, over 500g and up to 5kg		¥350	¥600	¥850	¥1,400
Per additional 500 g increment, over 5kg and up to 10kg		¥300	¥500	¥750	¥1,200
Per additional 1kg increment, over 10kg and up to 30kg		¥400	¥700	¥950	¥1,600
Seamail					
Up to 1kg		¥1,600	¥1,700	¥1,800	¥2,200
Per additional 1kg increment, over 1kg and up to 10kg		¥300	¥400	¥550	¥450
Per additional 1kg increment, over 10kg and up to 30kg		¥200	¥300	¥350	¥350

Note: There are also other services such as Economy Air (SAL) for packages and Express Mail Service (EMS). For details on services and rates, see the post office's Website at [URL http://www.post.japanpost.jp/english/](http://www.post.japanpost.jp/english/).

どりょうこうかんさんびょう
度量衡換算表 Weights & Measures

なが
長さ Length

センチメートル cm	メートル m	キロメートル km	インチ inch	フィート foot	ヤード yard	マイル mile
1	0.01	—	0.3937	0.0328	0.0109	—
100	1	0.001	39.370	3.2808	1.0936	—
100000	1000	1	39370	3280.8	1093.6	0.6214
2.5399	0.0254	—	1	0.0833	0.0278	—
30.479	0.3048	—	12	1	0.3333	—
91.440	0.9144	—	36	3	1	—
—	1609.3	1.6093	63360	5280	1760	1

ひろ
広さ Area

平方 メートル m ²	平方キロ メートル km ²	平方 フィート square foot	アール are	ヘクタール hectare	エーカー acre	平方 マイル square mile
1	—	10.764	0.01	0.0001	0.0002	—
—	1	—	10000	100	247.11	0.3861
0.0929	—	1	0.0009	—	—	—
100	0.0001	1076.4	1	0.01	0.0247	—
10000	0.01	—	100	1	2.4711	—
4046.9	0.0040	—	40.469	0.4047	1	0.0016
—	2.5900	—	25900	259.00	640	1

おも
重さ Weight

グラム g	キログラム kg	オンス ounce	ポンド pound	トン (英) ton (UK)	トン (米) ton (USA)
1	0.001	0.035	0.002	—	—
1000	1	35.274	2.205	0.0010	0.0011
28.35	0.028	1	0.063	—	—
453.59	0.454	16	1	0.0004	0.0005
—	1016	35840	2240	1	1.12
—	907	32000	2000	0.8929	1

ようせき
容積 Volume

立方センチ メートル cm ³	リットル liter	立方インチ cubic inch	立方フィート cubic foot	ガロン (英) gallon (UK)	ガロン (米) gallon (USA)
1	0.001	0.0610	—	0.0002	0.0003
1000	1	61.024	0.0353	0.2200	0.2642
16.387	0.0164	1	0.0006	0.0036	0.0043
28317	28.317	1728	1	6.2288	7.48
4546	4.5461	277.42	0.1605	1	1.2010
3785	3.7854	231	0.134	0.833	1

こうつうひょうしき
交通標識 Traffic Signs and Public Signs

おも こうつうひょうしき ひころめ ふ こうぎょうひょうしき ずし
主な交通標識と日項目に触れる公共標識を图示します。

The main traffic signs and public signs that you will see as you go about your daily life are shown below.



おいこ きんし
追越し禁止
No overtaking



つうこうど
通行止め
Road closed



しゃりょうしんにゅうきんし
車両進入禁止
No entry for vehicles



じょ こう
徐行
Reduce speed



ちゅうていしのかんし
駐停車禁止
No parking or stopping



ちゅうしゃかんし
駐車禁止
No parking



さいていそくど
最低速度
Minimum speed
30 km/h



いちじていし
一時停止
Stop



さいこうそくど
最高速度
Speed limit 50 km/h



てんかいかんし
転回禁止
No U-turn



にりん じどうしゃいがい
二輪の自動車以外の
自動車通行止め
Closed to all vehicles
except motorcycles



けいてきな
警笛鳴らせ
Sound horn



じてんしゃつうこうど
自転車通行止め
No bicycles



しゃりょうつうこうど
車両通行止め
Closed to all vehicles



ほこうしやおうだんきんし
歩行者横断禁止
Crossing by
pedestrians prohibited



していほうこうがい
指定方向外
進行禁止
Proceed only to
designated directions



すべりやすい
Slippery



どうろこうじちゅう
道路工事中
Under construction



がっこう ようちえん
学校、幼稚園、
保育所などあり
School zone



いっぽうつうこう
一方通行
One way only



じてんしゃ
自転車および歩行者専用
Bicycles and pedestrians
only



ほこうしやせんよう
歩行者専用
Pedestrians only



ちゅうしゃ
可
駐車可
Parking



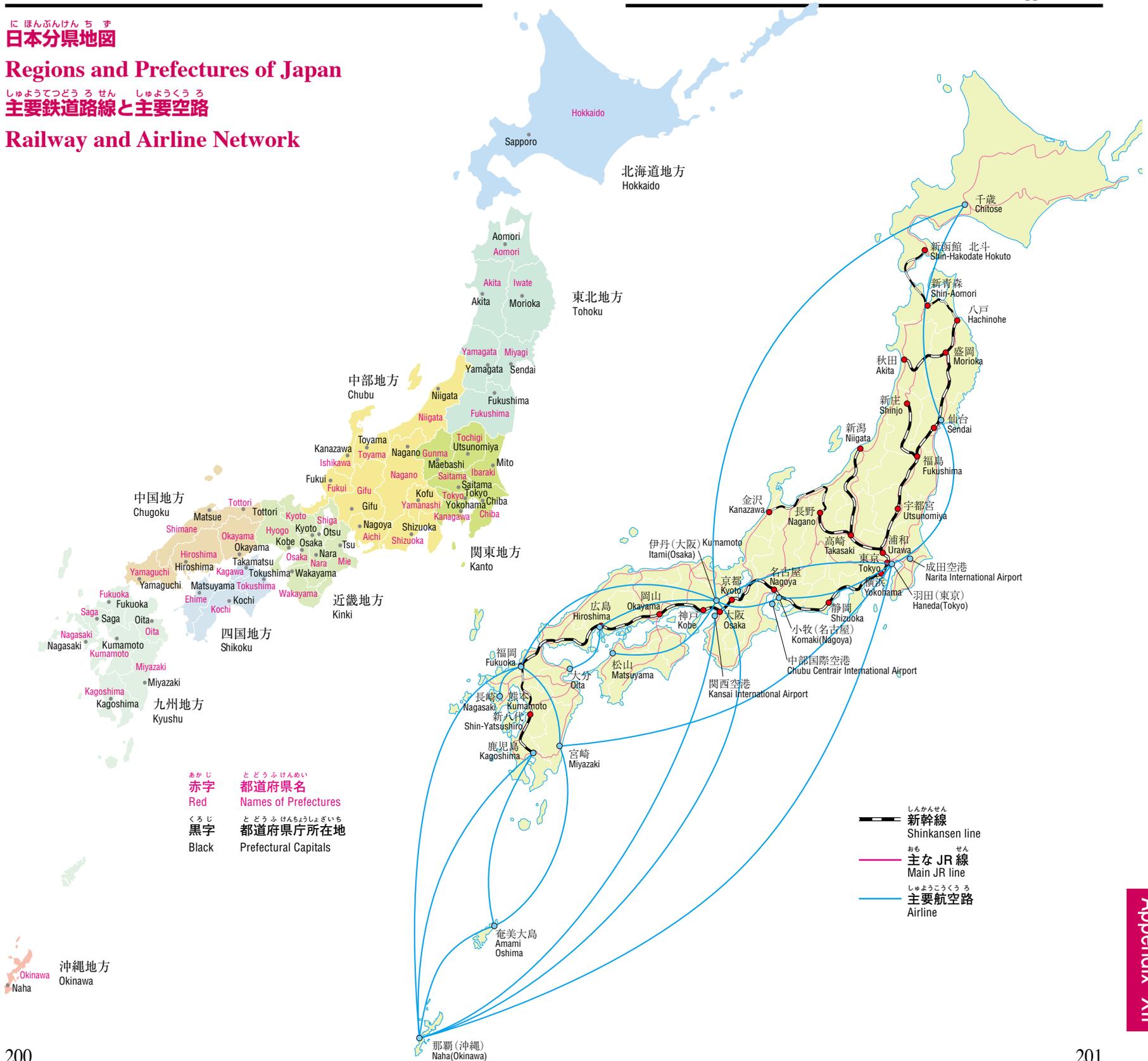
おうだんほどう
横断歩道
Pedestrians crossing

にほんぶんけんちず
日本分県地図

Regions and Prefectures of Japan

しゅうてつどうろせん しゅうようくうろ
主要鉄道路線と主要空路

Railway and Airline Network



にほん せかい いざん
日本の世界遺産

World Heritage Sites in Japan

①法隆寺地域の仏教建造物
Buddhist Monuments in the
Horyu-ji Area

②姫路城
Himeji-jo

③屋久島
Yakushima



④白神山地
Shirakami-Sanchi

⑤古都京都の文化財
Historic Monuments of Ancient
Kyoto [Kyoto, Uji and Ohtsu
Cities]



⑥白川郷・五箇山の合掌造り集落
Historic Villages of Shirakawago
and Gokayama



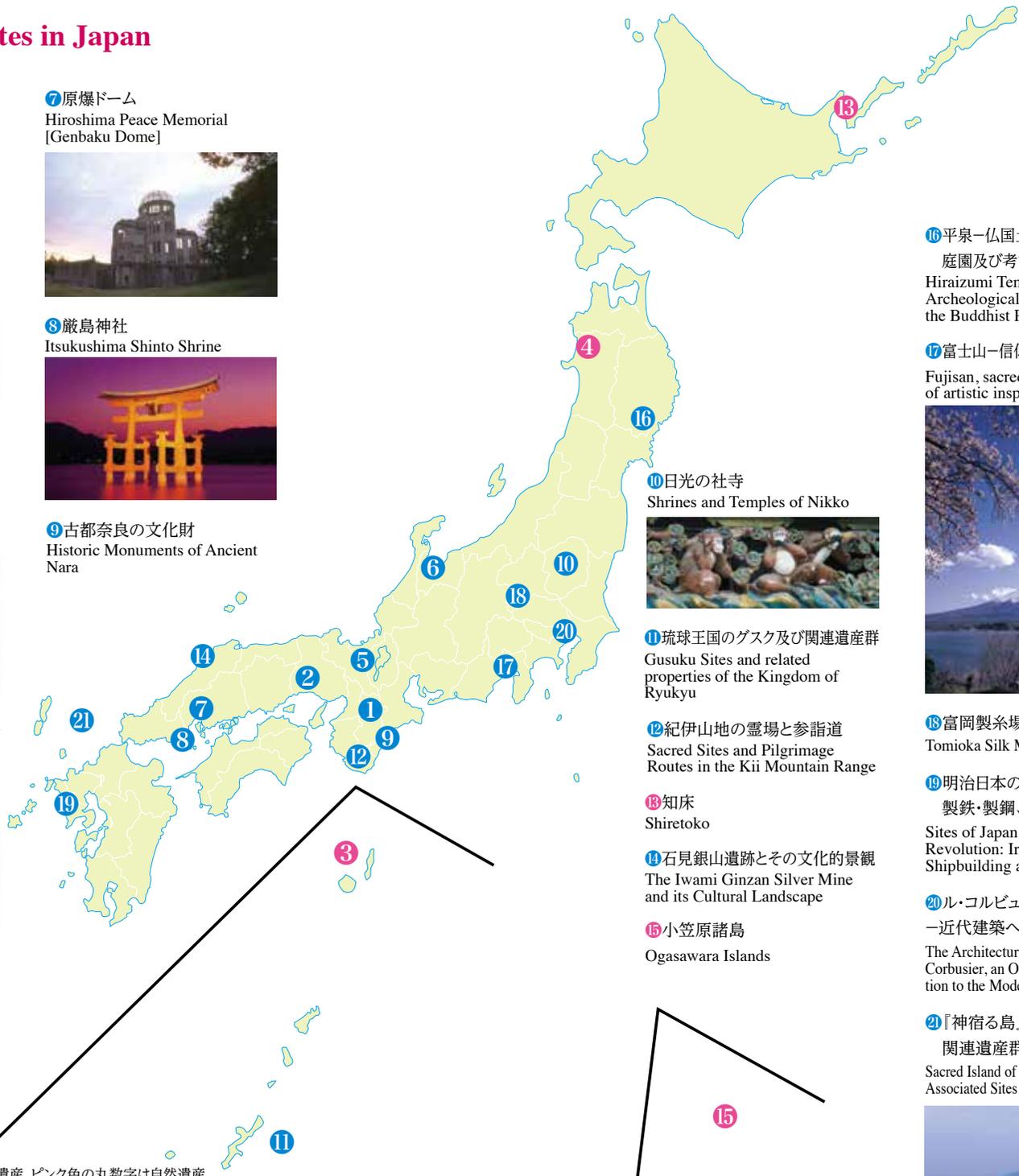
⑦原爆ドーム
Hiroshima Peace Memorial
[Genbaku Dome]



⑧厳島神社
Itsukushima Shinto Shrine



⑨古都奈良の文化財
Historic Monuments of Ancient
Nara



⑩日光の社寺
Shrines and Temples of Nikko



⑪琉球王国のグスク及び関連遺産群
Gusuku Sites and related
properties of the Kingdom of
Ryukyu

⑫紀伊山地の霊場と参詣道
Sacred Sites and Pilgrimage
Routes in the Kii Mountain Range

⑬知床
Shiretoko

⑭石見銀山遺跡とその文化的景観
The Iwami Ginzan Silver Mine
and its Cultural Landscape

⑮小笠原諸島
Ogasawara Islands

⑯平泉—仏国土(浄土)を表す建築・
庭園及び考古学的遺跡群
Hiraizumi Temples, Gardens and
Archeological Sites Representing
the Buddhist Pure Land

⑰富士山—信仰の対象と芸術の源泉
Fujisan, sacred place and source
of artistic inspiration



⑱富岡製糸場と絹産業遺産群
Tomioka Silk Mill and Related Sites

⑲明治日本の産業革命遺産
製鉄・製鋼、造船、石炭産業
Sites of Japan's Meiji Industrial
Revolution: Iron and Steel,
Shipbuilding and Coal Mining

⑳ル・コルビュジェの建築作品
—近代建築への顕著な貢献—
The Architectural Work of Le
Corbusier, an Outstanding
Contribution to the Modern
Movement

㉑『神宿る島』宗像・沖ノ島と
関連遺産群
Sacred Island of Okinoshima and
Associated Sites in the Munakata Region



注1) 地図中の水色の丸数字は文化遺産、ピンク色の丸数字は自然遺産

注2) ユネスコホームページ参照 (URL <http://whc.unesco.org/en/statesparties/jp>)

Notes: 1. Circled numbers in blue indicate locations of cultural heritage, while those in pink show natural heritage.

2. See the UNESCO website (URL <http://whc.unesco.org/en/statesparties/jp>) for more information.

けいさいじょうほう ねん がつげんざい じょうほう へんこう
掲載情報は、2017年11月現在のものです。情報が変更
なる場合もありますので、あらかじめご了承ください。

The information in this Guidebook is current as of November
2017. Please note that this information may change.

来日外国人研究者のための生活ガイドブック 2018-2019

2017年12月

編集・発行

独立行政法人日本学術振興会 (JSPS)

〒102-0083

東京都千代田区麹町5-3-1 麹町ビジネスセンター

電話：03-3263-1872

<http://www.jsps.go.jp/english/e-plaza/>

編集協力：(株) メリットファイブ

© 2017 独立行政法人日本学術振興会

無断での複写・転載を禁じます。

Life in Japan for Foreign Researchers 2018-2019

December 2017

Published by:

Japan Society for the Promotion of Science

Kojimachi Business Center Bldg., 5-3-1

Kojimachi, Chiyoda-ku, Tokyo 102-0083

Tel: +81-3-3263-1872

<http://www.jsps.go.jp/english/e-plaza/>

Editorial support: Merit 5 Co., Ltd.

© 2017 JSPS. All rights reserved.

Any duplication or other use of this publication without written
permission of JSPS is prohibited.

Printed in Japan





JSPS

JAPAN SOCIETY FOR THE PROMOTION OF SCIENCE

