



LIFE IN JAPAN

FOR FOREIGN RESEARCHERS

来日外国人研究者のための生活ガイドブック

2026-2027



日本学術振興会

JSPS

LIFE IN JAPAN

For
Foreign Researchers
2026-2027

来日外国人研究者のための生活ガイドブック

2026-2027

JAPAN SOCIETY FOR THE PROMOTION OF SCIENCE

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 Postdoctoral Fellowships for Research in Japan and Invitational Fellowships for Research in Japan. 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

まえがき

ほんしょ どくりつぎょうせいほうじん にほんがくじゆつしんこうかい がいこくじんけんきゅうしゃしょう
本書は、独立行政法人日本学術振興会の外国人研究者招へい
じぎょう らいにち がいこくじんけんきゅうしゃ にほん
事業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
せいかつ ひつよう じょうほう
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
よう
用ください。

みなさまの にほん けんきゅうせいかつ みの
日本における研究生活が実りあるものになるよ
う、しよくいんいちどうところ いの もう あ
職員一同心よりお祈り申し上げます。

どくりつぎょうせいほうじん にほんがくじゆつしんこうかい
独立行政法人日本学術振興会

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	4
1-3	在留カード	5
1-3-1	出入国港	5
1-3-2	常時携帯義務	6
1-3-3	マイナンバー (社会保障・税番号)	6
1-4	在留手続き	7
1-4-1	一時出国と再入国許可	7
1-4-2	資格外活動	7
1-4-3	在留期間の更新	7
1-4-4	在留資格の変更	8
1-4-5	高度外国人材の受入れ	8
1-5	家族の同行・呼び寄せ	9
1-5-1	子どもが生まれたとき	10
1-6	入国・在留相談	11
1-6-1	インフォメーションセンター	11
1-6-2	ワンストップ型相談センター	11

第2章

住まい・日常生活

2-1	住まい	13
2-1-1	外国人研究者のための宿舎	13
2-1-2	民間宿舎	13
2-2	銀行	17
2-2-1	銀行口座の開設	17
2-3	医療	17
2-3-1	日本の医療体制	17
2-3-2	薬局	18
2-3-3	外国語による受診	18
2-3-4	海外旅行保険	19
2-3-5	国民健康保険制度	20
2-3-6	妊娠と出産	21
2-3-7	予防接種	22
2-4	子どもの教育	23
2-4-1	日本の学校制度の概要	23
2-4-2	入学のための手続き	23
2-4-3	児童手当	24

CONTENTS

Chapter 1

Procedures for Entry and Residence in Japan

1-1	Obtaining a Visa	2
1-2	Status of Residence	4
1-3	Residence Card	5
1-3-1	Ports of Entry	5
1-3-2	Carry Your Residence Card at All Times	6
1-3-3	My Number (Social Security and Tax Number System)	6
1-4	Residency Procedures	7
1-4-1	Temporary Leave of the Country and Re-entry Permit	7
1-4-2	Activities Other Than Those Authorized	7
1-4-3	Extension of Your Period of Stay	7
1-4-4	Change of Your Status of Residence	8
1-4-5	Acceptance of Highly-Skilled Foreign Professionals	8
1-5	Procedures for Family Members	9
1-5-1	If a Child is Born in Japan	10
1-6	Immigration and Visa Consultations	11
1-6-1	Information Centers	11
1-6-2	One-Stop Consultation Support Centers	11

Chapter 2

Living Accommodations and Daily Life in Japan

2-1	Living Accommodations in Japan	13
2-1-1	Housing for Foreign Researchers	13
2-1-2	Private Housing	13
2-2	Banks	17
2-2-1	Opening a Bank Account	17
2-3	Medical Care	17
2-3-1	Medical System in Japan	17
2-3-2	Pharmacies	18
2-3-3	Medical Care in Foreign Languages	18
2-3-4	Traveler's Insurance	19
2-3-5	National Health Insurance Program	20
2-3-6	Pregnancy and Childbirth	21
2-3-7	Immunizations	22
2-4	Children's Education	23
2-4-1	Japanese School System	23
2-4-2	Enrollment Procedures	23
2-4-3	Child Allowance	24

2-4-4	海外からの子どもの受入態勢	24
2-4-5	インターナショナル・スクール	25
2-5	「地域国際交流協会」による情報提供	25

2-4-4	Acceptance of Children from Overseas	24
2-4-5	International Schools	25
2-5	Information Provided by Local International Exchange Associations	25

第3章

その他の役に立つ情報

3-1	緊急時の連絡	27
3-1-1	犯罪や交通事故にあったとき —警察署 110 番—	27
3-1-2	火事があったとき、急病になったとき —消防署 119 番—	28
3-1-3	心理カウンセリングサービス	28
3-1-4	医療用語 —症状を伝える—	29
3-2	地震	31
3-2-1	地震への備え	31
3-2-2	地震が起きたら —揺れを感じたら—	32
3-2-3	津波	32
3-2-4	防災館・防災体験館	33
3-3	台風	33
3-4	水害・土砂災害	34
3-4-1	防災気象情報	34
3-4-2	いざという時に備えて	35

Chapter 3

Other Useful Information

3-1	Emergency Contact Numbers	27
3-1-1	To Report a Crime or Traffic Accident — Dial 110 —	27
3-1-2	To Report a Fire or Request an Ambulance — Dial 119 —	28
3-1-3	Counseling Service	28
3-1-4	Medical Terms for Describing Symptoms	29
3-2	Earthquakes	31
3-2-1	Preparing for an Earthquake	31
3-2-2	If an Earthquake Occurs and You Feel Your House Shaking	32
3-2-3	Tsunamis	32
3-2-4	Life Safety Learning Center	33
3-3	Typhoons	33
3-4	Floods and Landslide Disaster	34
3-4-1	Disaster Prevention Weather Information	34
3-4-2	Preparing for a Disaster	35

第4章

学術関連情報

4-1	日本の科学技術体制と学術研究機関	37
4-1-1	大学（大学院）	38
4-1-2	大学共同利用機関法人	38
4-1-3	文部科学省及び各省庁所管の研究機関	38
4-2	学会	39
4-3	学術情報システム	39

Chapter 4

Academic Information

4-1	Japan's Science and Technology Administration and Academic Research Institutes	37
4-1-1	Universities (Graduate Schools)	38
4-1-2	Inter-University Research Institute Corporations	38
4-1-3	Research Institutes under Jurisdiction of the MEXT and Others	38
4-2	Academic Societies	39
4-3	Academic Information System	39

だいごしょう
第5章
にほんがくじゅつしんこうかい
日本学術振興会

5-1	にほんがくじゅつしんこうかい 日本学術振興会	42
5-1-1	にほんがくじゅつしんこうかい じぎょういちらん 日本学術振興会の事業一覧	43
5-1-2	にほんがくじゅつしんこうかい あんないず 日本学術振興会の案内図	44
5-2	たい JSPS フェローに対するサービス	45
5-3	けんきゅうしゃ どうそうかい 研究者コミュニティ(同窓会)ネットワーク	46
5-4	かいがいけんきゅうれんらく とう 海外研究連絡センター等	47
5-5	にほんがくじゅつしんこうかい たいおう きかん 日本学術振興会の対応機関	48

かんまつ ふろく
巻末付録

I	にほん ぎょうせい きこうず 日本の行政機構図	50
II	にほん がくじゅつぎょうせい そしきず 日本の学術行政組織図	51
III	ちほうしゅつにゅうこくざいりゅうかんり きょくおよ しきょく 地方出入国在留管理局及びその支局	52

べんり にほんご ひょうげん
便利な日本語表現

べんり にほんご ひょうげん 便利な日本語表現 (1)	53
べんり にほんご ひょうげん 便利な日本語表現 (2)	53
べんり にほんご ひょうげん 便利な日本語表現 (3)	54
べんり にほんご ひょうげん 便利な日本語表現 (4)	54
ねんごう せいれきへんかんひょう 年号・西暦変換表	55

Chapter 5
Japan Society for the Promotion of Science (JSPS)

5-1	Japan Society for the Promotion of Science	42
5-1-1	List of JSPS Programs	43
5-1-2	Map and Information of JSPS Head Office	44
5-2	Services for JSPS Fellows	45
5-3	Researcher Community Network (Alumni Association)	46
5-4	JSPS Overseas Offices	47
5-5	JSPS's Overseas Counterpart Institutions	48

Appendices

I	Japanese Government Structure	50
II	Organization of Japanese Research Administration	51
III	Regional Immigration Bureaus and District Immigration Offices	52

Useful Japanese Expressions

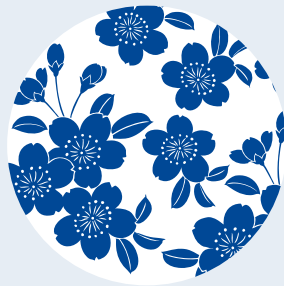
Useful Japanese Expressions (1)	53
Useful Japanese Expressions (2)	53
Useful Japanese Expressions (3)	54
Useful Japanese Expressions (4)	54
Japanese-Gregorian Year Conversion Table	55

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



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.

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 こっ か へいあん じ だいいこう おお
日本の国花。平安時代以降、多

くの人に親しまれるようになっ

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

醐の花見」がきっかけとされる。

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 90 日を超える長期間、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、90 日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

- 外国人研究者の招へいの決まった受入研究機関は、まず日本の法務省出入国在留管理庁に「在留資格認定証明書」を申請します。
- 「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 90 days. 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 90 days.

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 (CoE)

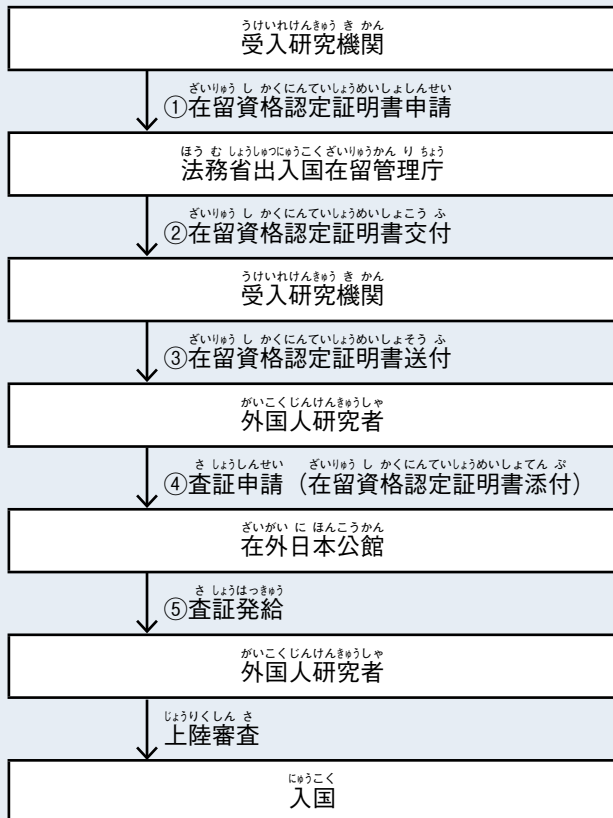
Attaching your **Certificate of Eligibility (CoE)** when applying for a visa will shorten the time it takes to issue the visa. This certificate is issued when an application is made on your behalf by your agent in Japan (generally a host researcher). You should therefore consult with your host researcher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

- The host institution that invites a foreign researcher applies for a Certificate of Eligibility at the Immigration Services Agency of Japan, Ministry of Justice.
- 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。

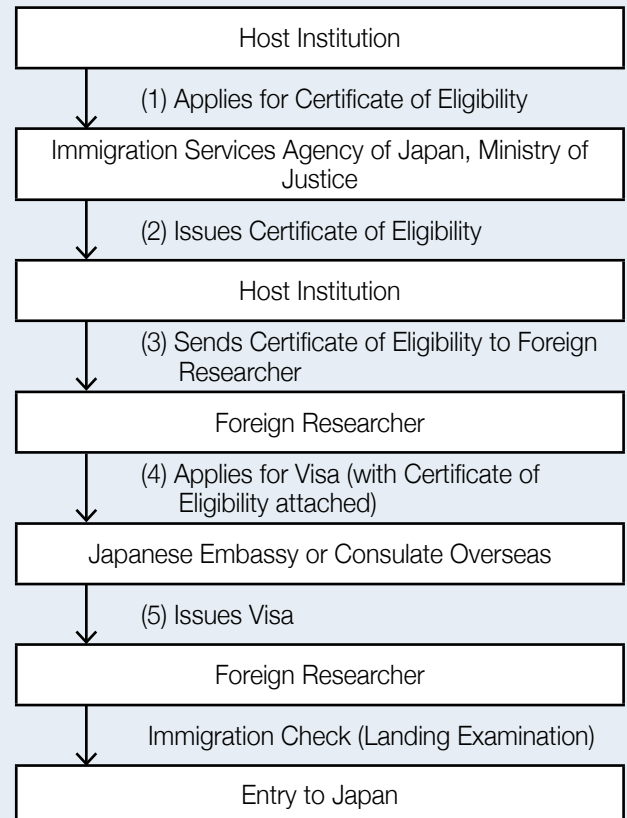
審査及び送付にかかる期間も計算に入れると、受入研究機関は外国人研究者の入国予定日の3～3か月半前には「在留資格認定証明書」を入国管理局に申請すると良いでしょう。外国人研究者は担当の受入研究者と十分な時間的余裕を持って、相談してください。



※各『諸手続きの手引』を参照

- (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) Foreign researcher should submit their visa application, accompanied by the Certificate of Eligibility, to the Japanese Embassy or Consulate in their respective countries of residence. Researchers 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 foreign researchers consult their host researchers about the application well in advance.



Note: Refer to each Program Guidelines



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。



にち こ ちよう き かん にほん けんきゅうかつどう おこな がいいこく
 90日を超えた長期間にわたり 日本で研究活動を行う外国
 じんけんきゅうしや きょうしゅ けんきゅう また ぶんか かつどう ざいりゅう
 人研究者には、「教授」、「研究」又は、「文化活動」の在留
 しかく あた
 資格が与えられます。

ざいりゅう し かく 在留資格	ほんほう おこな 本邦において行うことがで きる活動	ざいりゅう き かん 在留期間
きょうじゅ 教授	ほんほう だいがく も 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	ねん ねん 5年、3年、 ねんまた 1年又は3 か月
けんきゅう 研究	ほんほう こうし き かん けいやく 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」	ねん ねん 5年、3年、 ねんまた 1年又は3 げつ か月
ぶん かつどう 文化活動	しゅうにゅう ともしな がくじゅうじょう も 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は芸 術上の専門的な研究を 行い若しくはは専門家の指導 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	ねん ねん 3年、1年、 げつまた 6か月又は 3か月

1-2 Status of Residence

Foreign persons' status of residence and period of stay are officially determined when they are permitted to enter (land in) Japan, and a landing permission stamp will be placed in their passport. A sample of the landing permission stamp is shown below.



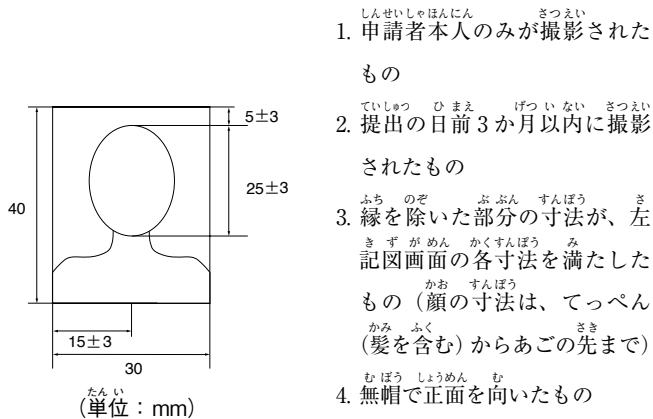
Long-term (exceeding 90 days) foreign researchers conducting research in Japan are assigned one of three statuses of residence: **Professor**, **Researcher** or **Cultural Activities**.

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>Koto-senmon-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 ざいりゅう 在留カード

にち こ に ほん けんきゅうたいがい おこな たん きたいがい いがい
90日を超えて日本で研究滞在を行い、「短期滞在」以外の
ざいりゅうし かく も がいてくじん たいしやう ざいりゅうのう こうふ
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。

ざいりゅう　こうふてつづ　さい　つぎ　きかく　しゃしん　ひつ
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
よう
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 1 しゅつにゆうこくこう 出入国港

【しん ち と せ っ け う ぐ う 新千歳空港、なり た く う ぐ う 成田空港、は ね だ く う ぐ う 羽田空港、ち ゅ う ぶ く う ぐ う 中部空港、か ん さい く う ぐ う 関西空港、
ひろ し ま く う ぐ う お び 広島空港および福岡空港を利用する場合】

旅券^{りょけん}に上陸許可^{じょうりくきょか}の証印^{しょういん}をする^{する}とともに、上陸許可^{じょうりくきょか}によっ
 て中長期^{ちゅうきょうき}に在留^{ざいりゅう}する^{する}方^{かた}には、在留カード^{ざいりゅうカード}が交付^{こうふ}されま
 す。居住地^{きゅうじち}を定めてから14日以内に在留カード^{ざいりゅうカード}を持参^{じさん}し、
 居住地^{きゅうじち}の市区町村^{しくしやうそん}の窓口^{まどぐち}で居住地^{きゅうじち}を届け出^{とぐで}てください。



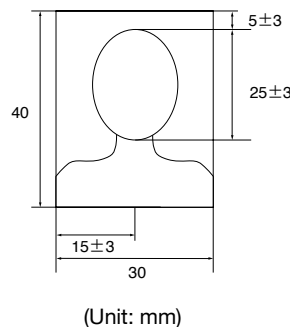
在留カード (表)

Residence Card (front)

1-3 Residence Card

A Residence Card is issued to all foreign persons who will be conducting research in Japan for more than 90 days, 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.



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 New Chitose Airport, Narita Airport, Haneda Airport, Chubu Airport, Kansai Airport, Hiroshima Airport or Fukuoka Airport

A landing permission verification stamp will be placed into your passport. If you became a mid- to long-term resident, 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.



(裏) (back)

【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の窓口で居住地を届け出てください。その後、在留カードが地方出入国在留管理局から居住地に郵送されます。

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ください。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、2-3-5 を参照してください。

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、90 日を超えて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。



If Entering Via Another Port of Entry

The landing permission stamp will be placed in your passport and 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 Bureau will mail your Residence Card to you.

Individuals who will be staying in Japan 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 2-3-5.

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 My Number (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 more than 90 days 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 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出入国在留管理局で行う必要があります。

結婚して姓や国籍・地域が変わったなどの場合は、氏名、国籍・地域、性別等の変更届を出してください。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 日以内に地方出入国在留管理局で再交付を申請してください。

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になりますので、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す。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てっては在留期間の満了するおおむね 3 か月前から受付）をしなければなりません。申請手続には、旅券、在留カード等の提示が必要ですが、詳細は、居住地の地方出入国在留管理局、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。

1-4 Residency Procedures

Visa-related procedures must be performed at the Regional Immigration Bureau 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 name, gender, or nationality/region. If your Residence Card is lost, stolen or destroyed, you must request a replacement card from your Regional Immigration Bureau 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

As a general rule, foreign nationals with a valid passport and Residence Card who leave Japan and return within one year of their departure date to continue their previous activities do not need to obtain re-entry permission. (This is called the Special Re-entry System.) Those who leave Japan under the Special Re-entry System, however, cannot extend the valid period while abroad. Please note that you will lose your status of residence if you do not return to Japan within a year of your departure.

If your visa expires within one year, please return to Japan before it expires.

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

「在留期間更新許可申請書」は、法務省のホームページ
([URL https://www.moj.go.jp/isa/applications/procedures/16-3.html](https://www.moj.go.jp/isa/applications/procedures/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。

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また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マイナポータルの「資格情報」画面又は「資格確認書」の提示を求められることになりました。なお、これら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。

1-4-5 高度外国人材の受入れ

高度外国人材の受入れを促進するため新制度が創設されました。

★特別高度人材制度 (J-Skip)

学歴又は職歴と年取が一定以上であれば「高度専門職」の在留資格が付与される制度

[URL https://www.moj.go.jp/isa/publications/materials/nyuukokukanri01_00009.html](https://www.moj.go.jp/isa/publications/materials/nyuukokukanri01_00009.html)

★未来創造人材制度 (J-Find)

優秀な海外大学等を卒業等した方が、本邦において「就職活動」又は「起業準備活動」を行う場合、在留資格「特定活動」が付与される制度

[URL https://www.moj.go.jp/isa/applications/status/designatedactivities51.html](https://www.moj.go.jp/isa/applications/status/designatedactivities51.html)

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.

The **Application for Extension of Period of Stay** can be downloaded from website of the Ministry of Justice ([URL https://www.moj.go.jp/isa/applications/procedures/16-3.html?hl=en](https://www.moj.go.jp/isa/applications/procedures/16-3.html?hl=en))

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 qualification screen of my number portal at the service counter when applying for changing a visa status. Please note that even if you are not able to show the screen, this does not mean that your application will not be accepted or considered invalid.

1-4-5 Acceptance of Highly-Skilled Foreign Professionals

A new system has been established to promote the acceptance of highly skilled foreign professionals.

★ Japan System for Special Highly-Skilled Professionals (J-Skip)

This system grants status of residence of “highly-skilled professional” to candidates with a certain level of academic and/or professional experience and annual income.

[URL https://www.moj.go.jp/isa/applications/resources/nyuukokukanri01_00009.html?hl=en](https://www.moj.go.jp/isa/applications/resources/nyuukokukanri01_00009.html?hl=en)

★ Japan System for Future Creation Individual Visa (J-Find)

This system grants status of residence of “designated activities” to graduates of excellent overseas universities, etc. who are looking for employment in Japan or preparing to start a business here.

[URL https://www.moj.go.jp/isa/applications/status/designatedactivities51.html?hl=en](https://www.moj.go.jp/isa/applications/status/designatedactivities51.html?hl=en)

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 または3か月

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出入国在留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出入国在留管理局に問い合わせてください。

同伴家族で90日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	本邦に短期間滞在学习を行う観光、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 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

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 researchers are already in Japan, they can either submit an Application for the Certificate of Eligibility at a Regional Immigration Bureau in Japan for their 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 90 days 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 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もらい、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で提出します。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

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 日以内に地方出入国在留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。

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

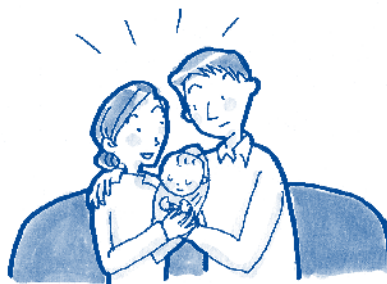
2) Passport Application

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 Regional Immigration Bureau 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 your address again to the municipal office after obtaining the visa.



1-6 入国・在留相談

1-6-1 インフォメーションセンター

出入国在留管理庁では、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出入国在留管理局・支局（P.52 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出入国在留管理局・支局（P.52 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・海外から）

URL <https://www.moj.go.jp/isa/consultation/center/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 東京都健康プラザ「ハイジア」11 階 しんじゅく多文化共生プラザ内

Tel: 03-3202-5535

URL <https://www.foreign.city.shinjuku.lg.jp/jp/kurashi/sogosodanshiensenta/>

★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

URL <https://sial.jp/foreign/advice/>

★多文化共生総合相談ワンストップセンター

〒430-0916 静岡県浜松市中央区早馬町 2-1 クリエイト はまつ 4 階

Tel: 053-458-1510

URL <https://www.hi-hice.jp/ja/life/guide/general-consultation/>

1-6 Immigration and Visa Consultations

1-6-1 Information Centers

To help foreign residents of Japan, the Immigration Services Agency of Japan has established Immigration Information Centers at Regional Immigration Bureaus and branch offices (see p.52) 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.52) 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 or overseas)

URL <https://www.moj.go.jp/isa/?hl=en>

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

URL <https://www.foreign.city.shinjuku.lg.jp/en/kurashi/sogosodanshiensenta/>

★ 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

URL <https://sial.jp/en/foreign/advice/>

★ Intercultural Center One-Stop Consultation Corner
Create Hamamatsu 4F, 2-1 Hayauma-cho, Chuo-ku, Hamamatsu-shi, Shizuoka 430-0916

Tel: 053-458-1510

URL <https://www.hi-hice.jp/en/life/guide/general-consultation/>

Chapter 2

Living Accommodations and Daily Life in Japan

だい に しょう
第2章

す に ち じ ょ う せ い か つ
住まい・日常生活



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.

あ じ さ い
紫陽花

はなことば うつ ぎ しんぼうつよ むじょう
花言葉「移り気・辛抱強さ・無常」
つ ゆ がつ さ ふる
梅雨（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 かさ かべん はんえい
花。幾重にも重なる花弁が「繁栄」
あらわ この
を表すことでも好まれた。
どじょう ち いろ か
土壌の pH 値により色が変わる。

第2章

住まい・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。

2-1 住まい

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。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が入居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。ただし、採用条件によっては入居できない場合があります。

また、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。

★ 公益社団法人 科学技術国際交流センター 外国人研究者用宿舎 (二の宮ハウス)

URL <https://www.jst.go.jp/inter/jsthouse/index.html>

★ 独立行政法人日本学生支援機構 留学生・研究者宿舎

URL <https://www.jasso.go.jp/ryugaku/kyoten/index.html>

2-1-2 民間宿舎

民間宿舎には、外国人研究者のための宿舎と違い、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。

Chapter 2

Living Accommodations and Daily Life in Japan

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

2-1 Living Accommodations in Japan

2-1-1 Housing for Foreign Researchers

Some research institutions which host foreign researchers provide inexpensive (usually furnished) lodging. 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.

Some prefectural governments and other local bodies in Japan also offer housing for foreign researchers.

★ Japan International Science & Technology Exchange Center International Residence for Researchers (Ninomiya House)

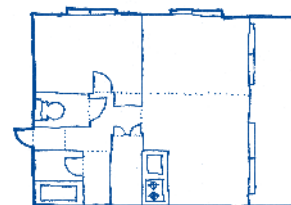
URL <https://www.jst.go.jp/inter/jsthouse/en/index.html>

★ Japan Student Services Organization Hub of International Exchange

URL <https://www.jasso.go.jp/en/ryugaku/kyoten/index.html>

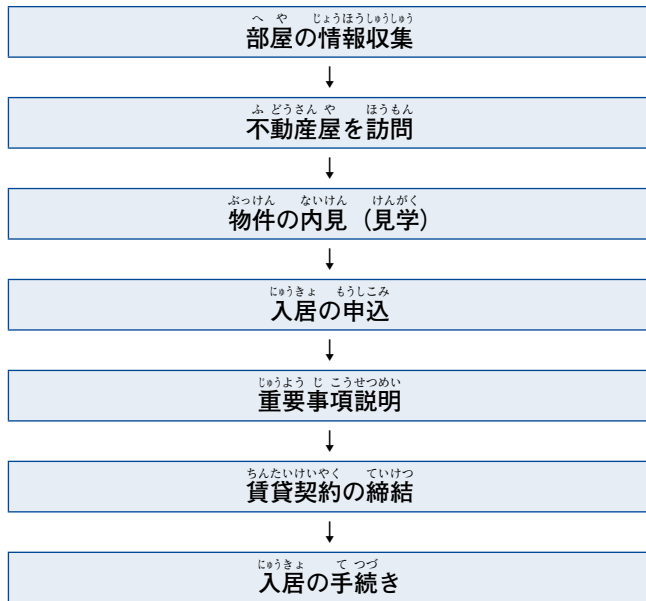
2-1-2 Private Housing

Unlike housing made especially for foreign researchers, private housing does not usually come furnished. You may, therefore, need to either rent or buy necessary furnishings if you choose to rent private housing.



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

民間宿舎の借り方



詳しくは、次の国土交通省ウェブサイトをご参考ください。
 ★ 国土交通省「部屋探しのガイドブック」「外国人のための賃貸住宅入居の手引き」

URL https://www.mlit.go.jp/jutakukentiku/house/jutakukentiku_house_tk3_000017.html

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金です。（予約を取消した場合に返金されない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、仲介斡旋料は不動産業者を通した場合、業者を支払います。

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。

Renting Private Housing



For more information, please visit the Ministry of Land, Infrastructure, Transport and Tourism website.

★ “Apartment Search Guidebook” and “Guide to Looking for a Home” by the Ministry of Land, Infrastructure, Transport and Tourism

URL https://www.mlit.go.jp/jutakukentiku/house/jutakukentiku_house_tk3_000017.html

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 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.

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

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。なお、電子契約の場合もあります。

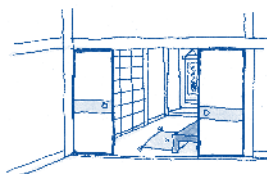
通常、賃貸契約のためには保証人が必要です。保証人
なりうる資格をもつ人（受入研究者など）に保証人となっ
てもらってください。最近では保証人を立てる代わりに、
保証料を支払って家賃保証会社を利用するケースも増えて
います。物件によって異なりますが、貸主や不動産会社が
100%保証会社利用と決めていることもあります。賃貸保証
料は初年度で家賃の0.5か月～1か月、1～3万円程度の固
定額など様々です。

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う
ことをお勧めします。

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

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. Electronic contracts are used in some cases.

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

In recent years, more and more lessees are paying fees to rent guarantee companies (*yachin-hosho-gaisha*) instead of finding a personal guarantor. There are also cases in which the property owner or real estate company only accepts lessees applying through a rent guarantee company. Rent guarantee fees vary, such as the equivalent of half a month or one month's rent for the first year or a set fee of JPY 10,000 to JPY 30,000.

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.

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 transferred from your bank account, or you can pay them at a bank, post office, or convenience store.

しゆくしゃたいきよ じ
宿舎退去時

しゆくしゃ たいきよ さい ちんたいけいやくしょ か かいやく
宿舎を退去する際には、賃貸契約書に書かれている解約
もういれ き かん かくにん たいきよ よ てい び げつ い じようまえ や ぬし
申入期間を確認し退去予定日の1～2か月以上前に家主に
こと つう ち ちよくぜん もう で つぎ つき や
その事を通知してください。直前に申し出ると次の月の家
ちん せいきゅう にゅうきよ じ し はら しきん
賃を請求されることがあります。入居時に支払った敷金は、
たいきよ じ へ や せいぞう び ひん しゅう り こうしん じゅうとう
退去時の部屋の清掃、備品などの修理・更新に充当されま
すが、部屋の状況が極端に悪ければ追加で料金の支払いを
もと
求められることもあります。

でん き すいどう でん わ こうきょうりやうきん たいきよ び すうじつ
電気、ガス、水道、電話などの公共料金は、退去日の数日
まえ かいしゃ れんらく と わす せいざん
前に、それぞれの会社に連絡を取って、忘れずに精算してか
たいきよ
ら退去してください。

★ しょうにゅうこくざいりゅうかん り ちよう せいかつ しゅうろう だい しょう
出入国在留管理庁 「生活・就労ガイドブック」 第11章
住居

URL <https://www.moj.go.jp/isa/support/portal/index.html>

Moving Out of Your Rented House/Apartment

When you decide to move out of your rented house/apartment, please check the cancellation notification period written on your lease and give your landlord at least one to two months' advance notice. If you wait until the last minute to give notice, you may be charged the next month's rent. *Shiki-kin* you paid when you moved in is used to clean the property or make repairs when you move out, but if you leave it in unusually severe condition, you may be required to pay additional expenses.

Do not forget to settle your electricity, gas, water, telephone and other utility bills by contacting the respective companies several days before you move out.

★ Chapter 11: Housing of the “Guidebook on Living and Working” by the Immigration Services Agency

URL <https://www.moj.go.jp/isa/support/portal/index.html>

2-2 銀行

2-2-1 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、本人であることと在留残存期間の確認のため在留カードの提示が求められます。在留カードの残存期間が3か月未満など短い場合は口座開設ができないこともあります。

また、印鑑を持参する必要もありますが、銀行によっては、サインでも口座を開設できるところがありますので、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。

2-2 Banks

2-2-1 Opening a Bank Account

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

When opening a bank account, you will be asked to present your residence card to confirm your identification and your period of stay. You may not be able to open a bank account if your residence card is valid for less than three months.

Although some banks will allow you to open an account with your signature, you may also need an *inkan* (stamp), 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.

2-3 医療

2-3-1 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、3-1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、休診日等）を得ておきましょう。

日本の医療機関は、多くの場合前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。

2-3 Medical Care

2-3-1 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 3-1** 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.

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。

★医療情報ネット(ナビイ)―厚生労働省

URL <https://www.iryoyou.teikyouseido.mhlw.go.jp/znk-web/juminkanja/S2300/initialize>

2-3-2 薬局

街の薬局で薬をもらう時(医療機関内の薬局で受け取る場合もあります)は、医師による診察終了後、院外処方箋を受け取り、先に会計を済ませます。薬をもらう薬局(院外薬局)は「保険薬局」、「処方せん受付」といった表示のある薬局なら、全国どこでも自由に選ぶことができます。処方箋の有効期間は当日から4日間有効です。

2-3-3 外国語による受診

日本の医療機関で診療を受ける時、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付き添ってもらいと良いでしょう。(医療用語については3-1-4参照)

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なくてはなりません。あなたの周りの人から情報入手するのも良いでしょうし、役所等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」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 <https://www.amdamedicalcenter.com/>

東京オフィス Tel: 03-6233-9266

(やさしい日本語で対応。月～金曜日 午前10時～午後4時。祝日・年末年始は除く)

★外国人患者向け医療情報サービス

URL https://www.hokeniryo.metro.tokyo.lg.jp/iryo/iryo_hoken/gaikokujin/interpreter/himawari

(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

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

★Medical Information Net (NAVII), Ministry of Health, Labour and Welfare

URL <https://www.iryoyou.teikyouseido.mhlw.go.jp/znk-web/juminkanja/S2300/initialize>

2-3-2 Pharmacies

After receiving medical treatment, you must pay the medical expenses involved and receive a prescription from a doctor to receive medication from a pharmacy (in some cases the pharmacy is inside the medical institution). You can receive your medication in Japan from any pharmacy (outside medical institutions) that say 保険薬局 (hoken yakkyoku, insurance pharmacy) or 処方せん受付 (shohosen uketsuke, prescriptions accepted). The prescription is valid for four days from the date it was issued.

2-3-3 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 3-1-4 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** 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 <https://www.amdamedicalcenter.com/activities>

Tokyo Office Tel: 03-6233-9266

(Service provided in simple Japanese. 10:00 a.m. to 4:00 p.m., Monday through Friday, except national holidays and year-end/New Year's holidays)

★Medical Information Services for Foreign Patients

URL https://www.hokeniryo.metro.tokyo.lg.jp/iryo/iryo_hoken/gaikokujin/interpreter/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.)

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

★ おおさかメディカルネット for Foreigners

(大阪地区の医療情報を英語、中国語、韓国語、スペイン語、ポルトガル語、ベトナム語、タガログ語、フランス語で紹介)

URL <https://www.mfis.pref.osaka.jp/omfo/>

★ ふくおか国際医療サポートセンター

(医療に関する案内や電話通訳に、英語、中国語、韓国語、タイ語、ベトナム語など21言語で対応)

Tel : 092-286-9595 24時間・年中無休

URL <https://imsc.pref.fukuoka.lg.jp/>

外国人患者を受け入れる医療機関情報リスト

厚生労働省と観光庁がまとめたもので、このリストに掲載されている医療機関は、外国人患者への診療に協力する意志がある医療機関であるとともに、都道府県によって選出された外国人患者を受け入れる拠点的な医療機関やJMIP(外国人患者受入れ医療機関認証制度)で認証された医療機関などの分類も記載されています。なお、このリストを基にした情報を、日本政府観光局(JNTO)のウェブサイトでも公開しており、各言語に対応可能な医療機関を簡単に検索できます。

★ 日本政府観光局(JNTO) “具合が悪くなったとき”

URL https://www.jnto.go.jp/emergency/jpn/mi_guide.html

2-3-4 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なります。

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。

★ Osaka Medical Net for Foreigners

(Medical information in Osaka, provided in English, Chinese, Korean, Spanish, Portuguese, Vietnamese, Tagalog and French.)

URL https://www.mfis.pref.osaka.jp/omfo/fo_toppage.aspx?lang=en

★ Fukuoka International Medical Support Center

(Medical information and interpretation available by phone in twenty-one languages, including English, Chinese, Korean, Thai and Vietnamese)

Tel: 092-286-9595 Available 24/7 year-round

URL <https://imsc.pref.fukuoka.lg.jp/>

List of Medical Institutions that accept Foreign Patients

The medical institutions on this list (compiled by the Ministry of Health, Labour and Welfare and the Japan Tourism Agency) include those experienced at treating foreign patients, core institutions the prefectures have identified as places that accept foreign patients, and institutions certified by JMIP (the Japan Medical Services Accreditation for International Patients).

The Japan National Tourism Organization (JNTO) offers information based on this list on its website, where you can easily search for medical institutions that handle different languages.

★ Japan National Tourism Organization (JNTO) “Guide for when you are feeling ill”

URL https://www.jnto.go.jp/emergency/eng/mi_guide.html

2-3-4 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.

2-3-5 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90日を超えて在留する人は、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。

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、医療機関で資格確認書又は健康保険証の利用登録を行ったマイナンバーカード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、保険証を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。

2-3-5 National Health Insurance Program

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 more than 90 days 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.

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 join this program, you will need to pay insurance premiums. If you present your certification qualification or My Number card with the health insurance card function activated at a medical institution, you can receive treatment for illnesses and injuries at 30 % of the cost. 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.

2-3-6 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など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 50 万円が支給されます。

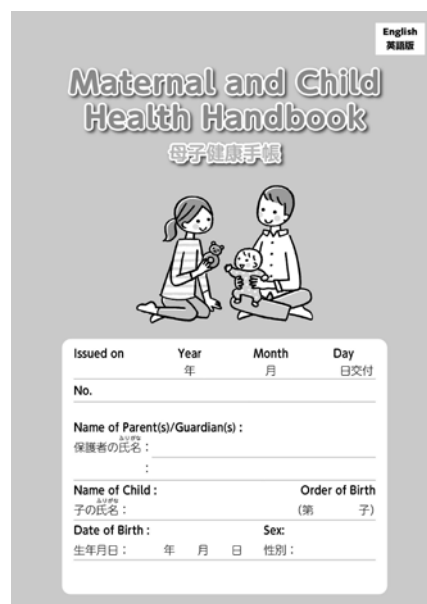
子どもが誕生してからの手続きは 1-5-1、子どもの教育については 2-4 を参照してください。

2-3-6 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 **Maternal and Child Health Handbook** (*boshi techo*) and become eligible to receive various health services. In the Maternal and Child Health Handbook, the health conditions of the mother and child will be recorded. Be sure to take your Maternal 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.

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 at the medical facility that you are planning to give birth. If you are enrolled in national health insurance, a lump-sum childbirth benefit of JPY 500,000 is paid upon application.

Refer to **section 1-5-1** for additional procedures to take following the birth of a child in Japan, and **2-4** for education of children.



母子健康手帳
Maternal and Child Health Handbook

2-3-7 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）など

2-3-7 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.

国民健康保険(国保)の仕組み

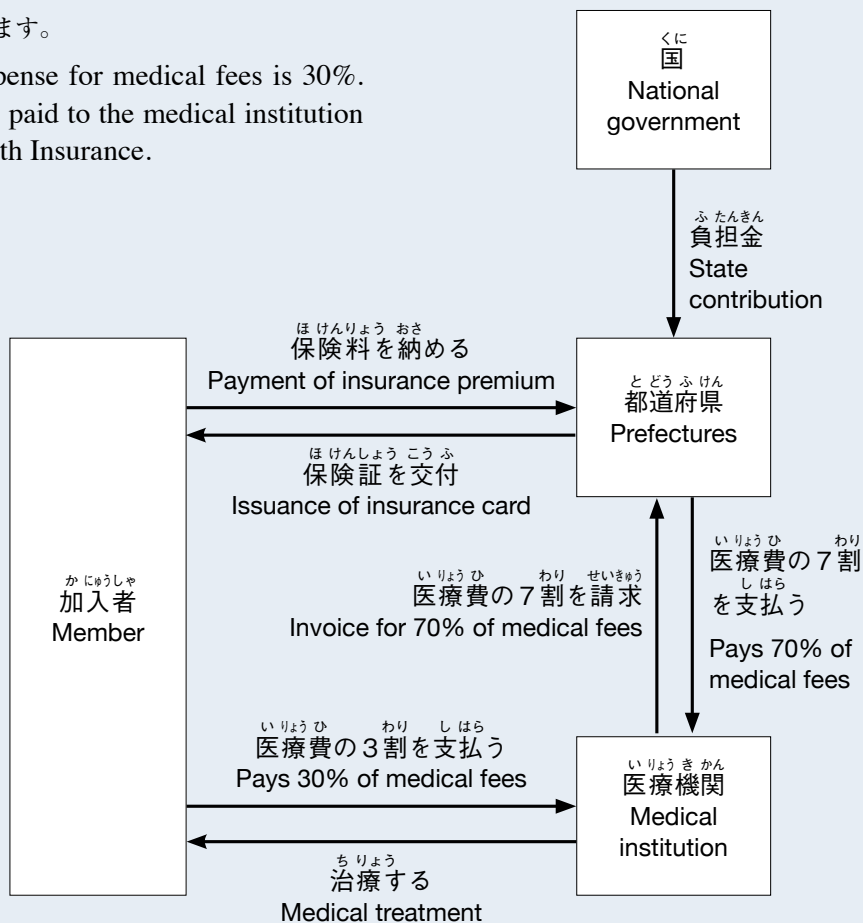
皆さんの保険料と国からの負担金および各種調整交付金によって医療費を支出し、運営は都道府県単位で行います。

Structure of the National Health Insurance Plan

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 prefecture.

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.



2-4 子どもの教育

2-4-1 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年間は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	がっこう数 学校数	こくりつ 国立	こうりつ 公立	しりつ 私立
幼稚園	3歳～6歳	8,837	0.5%	31.0%	68.5%
小学校	6歳～12歳	18,980	0.3%	98.4%	1.3%
中学校	12歳～15歳	9,944	0.7%	91.4%	7.9%
高校	15歳～18歳	4,791	0.3%	72.1%	27.6%

(『文部科学統計要覧〔令和6年版〕』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視覚特別支援学校・聴覚特別支援学校等の特別支援学校や小・中学校の特別支援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、文部科学省所管の幼稚園以外に、厚生労働省所管の保育所や内閣府・文部科学省・厚生労働省が連携して所管する認定こども園などがあります。

2-4-2 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学・入園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

2-4 Children's Education

2-4-1 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 students 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	8,837	0.5%	31.0%	68.5%
Elementary School	6-12	18,980	0.3%	98.4%	1.3%
Junior High School	12-15	9,944	0.7%	91.4%	7.9%
Senior High School	15-18	4,791	0.3%	72.1%	27.6%

(Statistical Abstract [Education, Culture, Sports, Science and Technology] 2024 Edition)

Additionally, appropriate education is provided for disabled students based on their disabilities, such as special needs schools for the sight-impaired, the hearing-impaired, and other special needs schools. There are also special needs classes at elementary and junior high schools.

In addition to kindergartens under the jurisdiction of the Ministry of Education, Culture, Sports, Science and Technology (MEXT), there are facilities such as nursery schools under the jurisdiction of the Ministry of Health, Labour and Welfare (MHLW), as well as certified child centers (*nintei-kodomo-en*) under the jurisdiction of the Cabinet Office, MEXT and MHLW for children of preschool age.

2-4-2 Enrollment Procedures

If you would like to enroll your children in a public (locally-affiliated) preschool, elementary school or junior

めします。) 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。)

高等学校の場合は、授業料に充てるための支援金が給付されます。給付条件には所得制限があります。

【学校教育に係る費用の概算 (年間／1人当たり)】

※学校給食費、学校外活動費は含まれていません

	国・公立	私立
幼稚園	7 万円	15 万円
小学校	8 万円	105 万円
中学校	15 万円	113 万円
高校	35 万円	77 万円

(『文部科学省令和5年度「子供の学習費調査」より作成)

2-4-3 児童手当

国籍を問わず、日本国内に住所を持つ0歳以上から高校生年代までの子どもに児童手当が支給されます。

児童の年齢	児童手当の額 (一人あたり月額)
3歳未満	15,000 円 (第3子以降は 30,000 円)
3歳以上 高校生年代まで	10,000 円 (第3子以降は 30,000 円)

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。

2-4-4 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。しかし、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い難く、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、学校関係者、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。

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 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.)

The aid for high school students will be paid to cover tuition fees. Please be aware that there are conditions such as income restrictions to receive this aid.

Estimated School Expenses (Annual, per student)

Note: This does not include school lunch fees and extracurricular activity fees.

	National/Public (Locally-Affiliated)	Private
Kindergarten	JPY 70,000	JPY 150,000
Elementary School	JPY 80,000	JPY 1,050,000
Junior High School	JPY 150,000	JPY 1,130,000
Senior High School	JPY 350,000	JPY 770,000

(FY2023 Survey of Household Expenditure for Children's Education, MEXT)

2-4-3 Child Allowance

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

Child's age	Amount of monthly child allowance per child
Under three years old	JPY 15,000 (JPY 30,000 for third and subsequent children)
Three years old and older (up to high school age)	JPY 10,000 (JPY 30,000 for third and subsequent children)

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

2-4-4 Acceptance of Children from Overseas

The number of children from overseas attending Japanese schools has been increasing in recent years. Some

2-4-5 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。

2-5 「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さまざまですが、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も行っているところもあります。



外務省ホームページでの日本情報

Information about Japan on the Web

URL https://www.mofa.go.jp/j_info/japan/general/index.html

schools have been hiring staff specifically to take charge of education for 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.

2-4-5 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, they are considerably higher than those of Japanese schools.

2-5 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 websites in English and other languages such as Korean, Chinese, French, and Spanish.



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

Chapter 3

Other Useful Information

だいさんしやう
第3章

ほ か や く た じやう ほう
その他の役に立つ情報



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.

あさがお
朝顔

はなごことば はかな こい かた きずな あいじやう
花言葉「儚い恋・固い絆・愛情」

なつ か はな へいあん じ だいに
夏に欠かせない花。平安時代に

ちゆうごく 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

だいに かんしやう びんしゆかいりやう
代に観賞用として品種改良され

だいうけうこう
大流行した。

だいさんしょう
第3章

ほか やく た じょうほう
その他の役に立つ情報

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

きんぎゅう じ れんらく
3-1 緊急時の連絡

はんざい こうつう じ こ
3-1-1 犯罪や交通事故にあったとき

けいざつしよ ばん
—警察署 110 番—

きょうばん ばん でん わ こうしゅうでん わ
局番なしの 110 番に電話してください。公衆電話からの
ば あい ひつよう
場合、コインやテレホンカードは必要ありません。なお、
ひょうめん ほ ご あか きんぎゅうよう つ
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
こうしゅうでん わ きんぎゅう お でん わ か じ
公衆電話は、緊急ボタンを押してから電話します。火事、
きゅうきゅう ばん さい でん わ かた おな
救急 (119 番) 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、ぜんこく
も よ けいざつしよ しょうぼうしよ
最寄りの警察署、消防署につながります。

とうなん とうなん じ きんつうちよう
盗難にあって、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、ただちに ぎんこう
銀行やクレジットカード
かいしゃ れんらく とうなん けいざつしよ とうなん ひ がいとど
ド会社に連絡するとともに、交番・警察署に盗難被害届け
ていしゅつ
を提出してください。

こうばん
【交番】

に ほん えき ちか かく ち いき けいざつかん こうばん
日本では、駅の近くや各地域に、警察官がいる交番があり、
おほ こうばん じ かんたいせい かつどう ちやうない
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、とうなん ぼうりよく とど で しょうり こうつう じ こ お もの
盗難・暴力などの届け出の処理、交通事故や落とし物
しょうり みち まよ あんない
の処理、道に迷ったときの案内などを行っています。



こうばん
交番
"Koban" Police Box

Chapter 3

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.

3-1 Emergency Contact Numbers

3-1-1 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 when calling from a payphone. 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.

3-1-2 火事にあつたとき、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 番で救急車か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！

3-1-2 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

3-1-3 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、もし精神的な負担が生じてしまった場合、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。

★東京英語いのちの電話 (Tokyo English Life Line : TELL)

Tel・チャット : 0800-300-8355 (TOLL FREE)

URL <https://telljp.com/lifeline/>

3-1-3 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 (TELL)

Tel & Chat: 0800-300-8355 (toll free)

URL <https://telljp.com/lifeline/>

3-1-4 医療用語 —症状を伝える—

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。

■ Hospital	<i>Byōin</i>	病院
英 語 English	日本語の発音 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	<i>Shinryō-kōi</i>	診療行為
英 語 English	日本語の発音 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

3-1-4 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.

■ Department	<i>Shinryō-kamoku</i>	診療科目
英 語 English	日本語の発音 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	<i>Kusuri</i>	薬
英 語 English	日本語の発音 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

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

★ 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	日本語の発音 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>shūkan 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	日本語の発音 Japanese pronunciation	日本語 Japanese
All the time	<i>zutto</i>	ずっと
Occasionally	<i>tokidoki</i>	ときどき

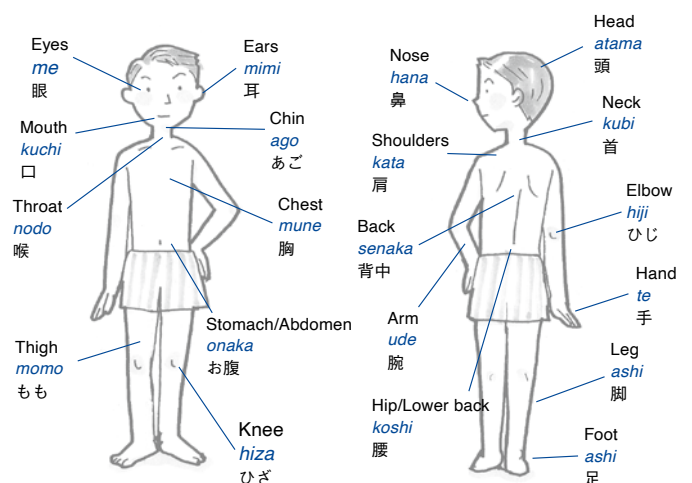
■ Symptom *Shōjō* 症状

英 語 English	日本語の発音 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	日本語の発音 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>shisyūbyō</i>	歯周病
I have an allergy.	<i>arerugii ga aru</i>	アレルギーがある
I have atopic dermatitis.	<i>atopiisei hifuen ga aru</i>	アトピー性皮膚炎がある
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 o tsukatte iru</i>	() の薬を使っている
I have had (a disease called) () before.	() <i>no byōki o shita kotoga aru</i>	() の病気をしたことがある

■ Parts of the Body 身体の名称



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

3-2 地震

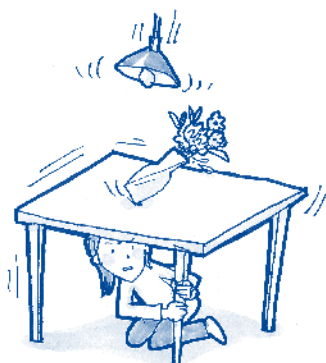
日本は、地震が多い国で度々発生します。屋内で揺れを感じた時には、まずは机の下など、物が倒れたり落ちたりしても安全な場所に避難してください。大きな揺れが収まったら、ガスの元栓を締めたり電気製品のプラグを抜くなどして火災を防ぎ、出入口のドアを開けて避難経路を確保してください。慌てて外に飛び出すと、かえって危険なことがありますので落ちついて行動してください。

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。

3-2-1 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。

- ① 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。
- ② 消火器を用意（使用方法の確認）。
- ③ 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。
- ④ 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。
- ⑤ 地域や所属機関で行われる防災訓練には、積極的に参加しましょう。



3-2 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.

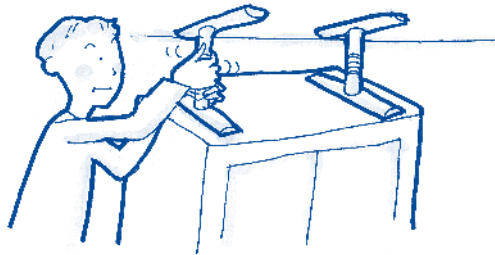
3-2-1 Preparing for an Earthquake

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

- (1) 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.
- (2) Keep a fire extinguisher handy (and learn how to use it).
- (3) 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.
- (4) 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.
- (5) Actively participate in drills that are held in your community or by your host institution, etc.

3-2-2 地震が起きたら一揺れを感じたら—

- ① 机の下などへ避難し、まず身の安全を図ります。
- ② 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。
- ③ 窓、戸口を開けて避難路を確保してください。
- ④ 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。
- ⑤ 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。



ぼうさいようひん ひなんようひん てんとうぼうしょうこていきぐ かくしゅじしん
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.

3-2-2 If an Earthquake Occurs and You Feel Your House Shaking

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

Emergency Earthquake Alerts

Immediately after an earthquake strikes, these will inform you of the estimated arrival time of tremors and projected seismic intensity. An alert is issued less than a minute before tremors from an earthquake with a seismic intensity in the low 5 range or higher will start, sent through television and radio broadcasts, government disaster prevention radio system broadcasts, messages sent to cellphones, and in-building broadcasts.

緊急地震速報

地震発生直後に揺れの到達時刻や震度を予測して知らせます。
震度5弱以上の地震が来て大きな揺れが到達する数秒から数十秒前に、テレビやラジオによる放送、防災行政無線による放送、携帯電話による受信、施設の館内放送などを通じて警報が発せられます。

3-2-3 津波

地震の震源が海底下で浅い場合、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。

3-2-3 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.

3-2-4 防災館・防災体験館

東京都消防庁が運営する池袋防災館や本所防災館 (URL https://www.tfd.metro.tokyo.lg.jp/taiken/tokyo_bskan/index.html) 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、Eテレ、BS、BSプレミアム4K、BS 8Kの副音声、およびラジオ第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、ベトナム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 <https://www.bousai.go.jp/index.html>
 - ★東京都防災ホームページ
URL <https://www.bousai.metro.tokyo.lg.jp/>
 - ★NHK ワールド
URL <https://www3.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。

3-2-4 Life Safety Learning Center

The Tokyo Fire Department operates the Ikebukuro Life Safety Learning Center and Honjo Life Safety Learning Center (URL https://www.tfd.metro.tokyo.lg.jp/taiken/tokyo_bskan/index.html). Both centers teach people about disaster preparedness and first-aid measures and offer disaster simulation experiences. There are 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. Emergency information is broadcast in English, Chinese, Korean, Portuguese and Vietnamese on the subchannels of general ("sogo") NHK, NHK Educational TV, BS, BS Premium 4K and BS 8K, and NHK radio station No. 2 (Tokyo area: 693 kHz).

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 <https://www.bousai.go.jp/index-e.html>
 - ★ Tokyo Metropolitan Government Disaster Prevention Information
URL <https://www.bousai.metro.tokyo.lg.jp/>
 - ★ NHK World
URL <https://www3.nhk.or.jp/nhkworld/>
- NHK World's news and other programs can be viewed on a personal computer or smartphone.

3-3 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、ベランダの物干しや植木鉢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、消防署などの情報に注意をしてください。

3-3 Typhoons

Typhoons strike every year from summer to fall (especially in August and September) in Japan. When a typhoon approaches, the rains are heavy, with rare cases of power failure or suspension of water supply. When a typhoon approaches, you should reinforce your glass doors and secure or put away potted plants, laundry poles and other objects on your balcony to prevent them from blowing away. Since other events such as water rising or landslides can also occur depending on the region, be sure to tune in to a radio or TV for information. Also, pay attention to information announced by the fire department or other sources.

3-4 水害・土砂災害

日本は台風だけでなく、季節の変わり目には梅雨前線や秋雨前線が停滞してしばしば大雨や集中豪雨に見舞われ、大きな被害をもたらすことがあります。水害、土砂災害などは天気予報などで情報収集し、被害を少なくするために早めの準備をすることができます。

3-4-1 防災気象情報

土砂災害・洪水などによって命に危険が及び、避難行動が必要になるタイミング(判断基準)とエリア(対象区域)のガイドラインを5段階の「警戒レベル」で示しています。

水害・土砂災害の警戒レベル

警戒レベル	と取るべき行動	市町村が発令	気象庁が発表
レベル5	いのちの危険、 ただちに 安全確保	緊急安全確保	大雨特別警報、 はんらんはっせいじょうほう 氾濫発生情報 キキクル「災害切迫」 (黒)
レベル4	危険な場所か ら、全員避難	避難指示	土砂災害警戒情報、 はんらんきけんじょうほう 氾濫危険情報、 たかしおけいほう 高潮警報、 たかしおとくべつけいほう 高潮特別警報 キキクル「危険」 (紫)
レベル3	危険な場所か ら、高齢者等 は避難	高齢者等避難	大雨警報、 こうずいけいほう 洪水警報、 はんらんけいけいじょうほう 氾濫警戒情報、 たかしおちゅういほう 高潮注意報 キキクル「警戒」 (赤)
レベル2	自らの避難行動 を確認	—	大雨注意報、 こうずいちゅういほう 洪水注意報、 はんらんちゅういじょうほう 氾濫注意情報、 たかしおちゅういほう 高潮注意報 キキクル「注意」 (黄)
レベル1	災害への 心構えを高める	—	早期注意情報

3-4 Floods and Landslide Disaster

In addition to typhoons, Japan has seasonal rain fronts and rain fronts that remain stationary around the change of seasons. These produce heavy and even torrential rains that can cause massive disasters. Prepare for floods and landslide disasters early, and lessen the damage by heeding weather forecasts and other methods.

3-4-1 Disaster Prevention Weather Information

A five-step danger level indicator guideline shows the timing (decision criteria) and areas (targeted areas) where evacuations are necessary due to landslides or floods.

Danger levels for flood and landslide disasters

Danger level	Actions to take	Issued by municipalities	Issued by the Japan Meteorological Agency
Level 5	Life-threatening situation; seek safety immediately	Emergency safety measures	Special heavy rain warning, Overflow occurrence information Kikikuru: Disaster imminent (black)
Level 4	Everyone in dangerous areas must evacuate	Evacuation order	Landslide warning, Overflow danger, Storm surge warning, Storm surge emergency warning Kikikuru: Danger (purple)
Level 3	The elderly and others needing assistance should begin evacuating from dangerous areas	Evacuation of the elderly, etc.	Heavy rain warning, Flood warning, Overflow warning, Storm surge advisory Kikikuru: Caution (red)
Level 2	Confirm evacuation procedures	—	Heavy rain advisory, Flood advisory, Overflow advisory, Storm surge advisory Kikikuru: Warning (yellow)
Level 1	Prepare for disasters	—	Early warning

防災気象情報の入手方法

防災気象情報の主な入手方法には以下のものがあります。

★気象庁ホームページ

防災気象情報は、気象庁ホームページで見られます。

URL <https://www.jma.go.jp/jma/menu/menuflash.html>

★国土交通省防災情報提供センターの携帯電話用サイト

気象警報・注意報、気象情報、河川情報などを掲載しています。

URL <https://www.mlit.go.jp/saigai/bosaijoho/i-index.html>

★気象会社の情報提供サービス

サービス一覧：

URL <https://www.jma.go.jp/jma/kishou/info/keitai.html>

★都道府県や市町村の情報提供サービス

サービス一覧：

URL <https://www.jma.go.jp/jma/kishou/info/jichitai.html>

Where to obtain disaster prevention weather information

The main sources of disaster prevention weather information are as follows:

★ Japan Meteorological Agency website

Disaster prevention weather information is available on this website.

URL <https://www.jma.go.jp/jma/en/menu.html>

★ Mobile website of the Center for Providing Disaster Management Information, Ministry of Land, Infrastructure, Transport and Tourism Weather. Alerts and warnings, weather information, river water levels and other information are posted here.

URL <https://www.mlit.go.jp/saigai/bosaijoho/i-index.html>

★ Meteorological companies offering information services

List of services:

URL <https://www.jma.go.jp/jma/kishou/info/keitai.html>

★ Prefectures and municipalities offering information services

List of services:

URL <https://www.jma.go.jp/jma/kishou/info/jichitai.html>

3-4-2 いざという時に備えて

- ① あなたが住む地区のハザードマップを確認しておく。
- ② 地域の避難場所の確認と家族があれば家族の避難場所を決めておく。
- ③ 「警戒レベル4」は危険な場所から全員が避難しなくてはならないタイミングです。

※ 市町村から避難情報が発令された場合にはテレビやラジオ、インターネットなどのほか、防災行政無線や広報車などで伝達されます。

ハザードマップ

予測される自然災害の発生地点、被害の拡大範囲および被害程度、さらには避難経路、避難場所などの情報を表示した地図。各市町村で作成しており、閲覧・配布・ホームページでの公開を行っています。

3-4-2 Preparing for a Disaster

- 1) Check the hazard map of your neighborhood.
- 2) Confirm the evacuation sites in your area, and if you have a family, decide on a group evacuation site.
- 3) Everyone should evacuate from dangerous areas if a “Danger level 4” warning is issued.

Note: When a municipality sends out an evacuation alert, it will be announced on TV, radio and the Internet as well as through government disaster prevention radio systems and public announcement vehicles.

Hazard Map

This map displays information such as where natural disasters are expected to occur, affected areas and degrees of damage, and evacuation routes and evacuation sites.

Each municipality makes these maps, which they distribute or make available at facilities and on the municipality website.

Chapter 4

Academic Information

だい よん しょう 第 4 章

がく じゆつかん れん じよう ほう 学術関連情報



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.

きく 菊

はなことば ぎく ぎく ぎく
花言葉「高貴・高潔・高尚」

にほん こつ か か べん ひろ さま
日本の国花。花卉の広がる様が

たいよう たと ぎく しょう
太陽に例えられる。高貴さの象

ちよう げんざい ぎく
徴でもあり、現在でも皇室の

もんしょう こつかい ぎ いん
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。

第 4 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。

4-1 日本の科学技術体制と学術研究機関

日本の科学技術・イノベーション政策の基本方針として、令和 3 年 3 月に「第 6 期科学技術・イノベーション基本計画」（令和 3 年から令和 7 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諮られています。第 7 期科学技術・イノベーション基本計画は、令和 8 年の策定に向けて検討が進められています。

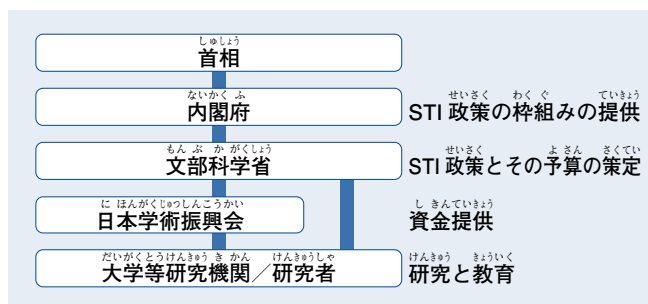
これらの課題に取り組む行政体制として、内閣府には、政府全体の見地から科学技術の基本的な政策について審議する「総合科学技術・イノベーション会議」（平成 26 年 5 月に「総合科学技術会議」から名称変更）が、平成 13 年 1 月の中央省庁再編により設置されました。また同時期に、教育、文化、学術を担当する文部省と科学技術庁が統合され、総合的に科学技術と学術の振興を図ることを任務とする文部科学省が設置されました。

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（独立行政法人は業務の特性によって、中期目標管理法）に区分されました。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に区分されました（日本学術振興会については P.41 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。

主要な学術研究機関について、次に述べます。

日本の科学技術・イノベーション（STI）政策の概念図



Chapter 4

Academic Information

This chapter provides information on Japan's academic research system.

4-1 Japan's Science and Technology Administration and Academic Research Institutes

The Cabinet approved the sixth Science, Technology, and Innovation Basic Plan (2021-25) at a March 2021 meeting as the basic guideline for creating and promoting the policies governing innovation in science and technology in Japan. The formulation of the seventh Science, Technology, and Innovation Basic Plan is currently under consideration for 2026.

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 Objectives in 2015 (See page 41 concerning JSPS).

4-1-1 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。

なお、個別の大学 (大学院) の概要については、日本学術支援機構 (JASSO) のホームページ [URL https://www.jasso.go.jp/ryugaku/index.html](https://www.jasso.go.jp/ryugaku/index.html) が参考になります。

4-1-2 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超えて、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 つの新たな研究機構に統合再編され、法人化されました。この法人化により、それぞれの研究機構の自主的な運営の確保、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。

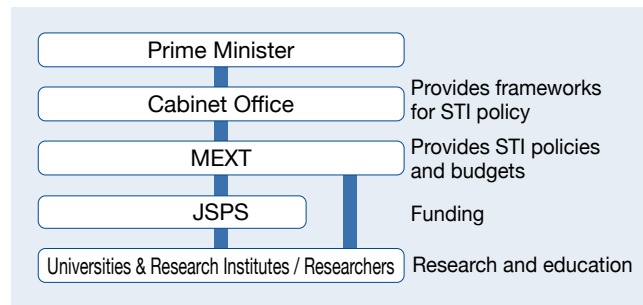
4-1-3 文部科学省及び各省庁所管の研究機関

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。



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.

Science, Technology, and Innovation Policy System in Japan



4-1-1 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. For summaries on individual universities (graduate schools), please refer to the website of the Japan Student Services Organization (JASSO). [URL https://www.jasso.go.jp/en/ryugaku/index.html](https://www.jasso.go.jp/en/ryugaku/index.html)

4-1-2 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.

4-1-3 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 and other ministries and agencies which conduct investigative research to meet administrative objectives of the respective ministries and agencies.

4-2 学会

日本の学会に関する情報については日本学術会議 (SCJ) が作成している「学会名鑑」の Web 版 ([URL https://gakikai.scj.go.jp/](https://gakikai.scj.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 (NII) 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。(4-3 参照)

4-3 学術情報システム

日本の学術情報システムは、人文学・社会科学・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 https://www.nii.ac.jp/](https://www.nii.ac.jp/)

【主なサービス】

- ① CiNii (NII 学術情報ナビゲータ) : 学術論文、図書・雑誌など多様な学術情報を統合的に検索できるデータベースサービス
- 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できるサービス
- ③ NII-REO (電子ジャーナルアーカイブ、人文社会科学系電子コレクション) : 複数の電子ジャーナル等を横断的に検索し、抄録などを無料で閲覧するサービス
- ④ NACSIS-CAT/ILL (目録所在情報サービス) : 大学・研究機関等の図書館が所蔵している書誌情報と所在情報のデータベースの提供

4-2 Academic Societies

Information about academic societies in Japan is published in the online List of Academic Societies ([URL https://gakikai.scj.go.jp/](https://gakikai.scj.go.jp/)), managed by the Science Council of Japan (SCJ).

In addition, the website maintained by the National Institute of Informatics (NII) provides information on the various academic societies through links to these societies. (See section 4-3.)

4-3 Academic Information System

Japan's academic information system covers information in all fields of study, spanning the humanities, social sciences 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 https://www.nii.ac.jp/en/](https://www.nii.ac.jp/en/)

Main Services

- (1) CiNii (NII academic content portal)
Comprehensive database service where you can search for various types of academic information, including academic papers, literature and periodicals
- (2) KAKEN (the Grants-in-Aid for Scientific Research database)
Service where you can search for outlines of research results conducted under the grants-in-aid programs
- (3) NII-REO (Electronic Journal Archive, Humanities and Social Sciences Electronic Collection)
Provides a crossover search function among multiple electronic journals and the like, and article abstracts can be viewed free of charge
- (4) NACSIS-CAT/ILL (Catalog Information Services)
Provides a catalog database for materials held at university libraries and research institutions and location information for those materials

さらに、学振と同様に文部科学省所管の国立研究開発法人である「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 <https://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 データリポジトリ (J-STAGE Data)：J-STAGE の掲載記事に関連するデータの公開及び流通を支援するサービス
- ④ プレプリントサーバ (Jxiv:ジェイカイブ)：査読前論文 (プレプリント) をオープンアクセスで公開するサービス
- ⑤ 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
- ⑥ 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
- ⑦ 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) 等の生命科学データベースを提供するサービス
- ⑧ サイエンスポータル：科学技術の最新情報を提供する総合 Web サイト

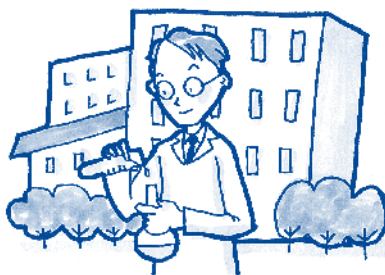
In addition, the **Japan Science and Technology Agency (JST)**—a national research and development agency under the jurisdiction of MEXT—actively distributes information on Japanese science and technology through such measures as providing a database of information on academic literature and on Japanese research institutes and researchers in a directory format (some of it fee-based).

★ Japan Science and Technology Agency

URL <https://www.jst.go.jp/EN/>

Main Services

- (1) Japan Science and Technology Agency Link Center (J-GLOBAL)
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) Data repository (J-STAGE Data)
A service that publishes and distributes data related to articles hosted on J-STAGE
- (4) Preprint Server (Jxiv)
A service that publishes preprints (pre-peer-reviewed papers) via open access repositories
- (5) researchmap—A next-generation research infrastructure
Communication service for researchers that links various types of research databases open to the public
- (6) Researcher recruiting information (JREC-IN Portal)
Information service for researchers looking for employment as a researcher or technician at Japan's research institutes
- (7) National Bioscience Database Center (NBDC)
Provides bioscientific databases such as the Human Organized Whole Genome Database (HOWDY-R)
- (8) Science Portal
A comprehensive website that presents the latest science and technology information



Chapter 5

Japan Society for the Promotion of Science (JSPS)

だいごしょう
第5章

にほんがくじゅつしんこうかい
日本学術振興会



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.

こらい あかつき しょうちよう
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、
こじき ちえ つかさど かみ
古事記において、知恵を司る神
あま いわやと ひら とこよ
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。

第5章

日本学術振興会

本章では、日本学術振興会について紹介します。

5-1 日本学術振興会の概要

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、学術の振興を図ることを目的とする我が国唯一の独立した資金配分機関（ファンディングエージェンシー）として、研究者の活動を支援してきました。学振は、①多様で厚みのある知の創造、②知の開拓に挑戦する次世代の研究者の養成、③大学等における研究基盤等の強化、④国際研究ネットワークの強化、⑤学術振興のための支援基盤の強化を柱とし、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、そして人文科学、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、東京に本部を置き、学術国際交流事業をはじめとした各種事業を実施しています。また、東京本部の他に、9か国10か所に海外研究連絡センターを設置しており、ブラジルには海外アドバイザーを設置しています。学術国際交流事業の実施にあたり、世界50か国・地域、2国際機関を含む90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（令和7年6月時点）。

学振の事業は、43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（WPI）、地域中核・特色ある研究大学強化促進事業（J-PEAKS）、特別研究員事業等各種フェロシップ、アウトリーチ事業等、各事業の詳細に関しては、ウェブサイトおよびパンフレットをご覧ください。

URL <https://www.jsps.go.jp>

JSPSの活動概要はYouTubeでもご覧いただけます。

URL <https://www.youtube.com/user/jpsvideos>

XではJSPSの公募情報など、最新情報を発信しています。

URL https://x.com/jps_sns

Chapter 5

Japan Society for the Promotion of Science (JSPS)

This chapter introduces the Japan Society for the Promotion of Science (JSPS) and explain its operations.

5-1 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 five missions: (1) Creating Knowledge in Diverse and Profound Fields; (2) Fostering Next Generation of Researchers who Challenge the Creation of New Genres of Knowledge; (3) Strengthening the Support Base for Science Promotion in Universities and Research Institutions; (4) Strengthening International Research Networks; and (5) Strengthening the Support Base for Science Promotion. Based on these missions, JSPS promotes academic research through the Grants-in-Aid for Scientific Research (KAKENHI) program—which is the largest competitive research funds program in Japan—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 from basic to applied are eligible for support, from the humanities to the social sciences and natural sciences. The special characteristic of JSPS is that it emphasizes bottom-up support for the researcher's creative ideas. Headquartered in Tokyo, JSPS conducts many programs, including academic international exchange programs. In addition to its headquarters in Tokyo, JSPS has ten liaison offices overseas in nine countries. There is also a JSPS advisor in Brazil. Cooperative ties have been built with 90 overseas counterpart institutions—including 2 international institutions—in 50 countries/regions around the world to promote various academic international exchange programs (as of June 2025). JSPS plays a crucial role as the Japan's premier funder of scientific research.

Please refer to the list on page 43 for the JSPS programs. For details on each program, such as the KAKENHI program, the World Premier International Research Center Initiative (WPI), the Program for Forming Japan's Peak Research Universities (J-PEAKS), various fellowship programs such as the Research Fellowship for Young Scientists, as well as outreach programs, please see the JSPS website or brochure.

URL <https://www.jsps.go.jp/english/index.html>

Visit the JSPS YouTube channel for an overview of JSPS activities.

URL <https://www.youtube.com/user/jpsvideos>

The latest information, such as JSPS grant announcements, are also posted on X.

URL https://x.com/jps_sns

5-1-1 日本学術振興会の事業一覧 (令和7年7月時点)

事業名	
研究助成事業	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
	人文学・社会科学データインフラストラクチャー強化事業
人材育成事業	特別研究員
	海外特別研究員
	若手研究者海外挑戦プログラム*
	卓越研究員事業*
学術国際交流事業	二国間交流事業（共同研究・セミナー）
	二国間交流事業（派遣（特定国派遣研究者））
	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
	A. 先端拠点形成型
	B. アジア・アフリカ学術基盤形成型
	日中韓フォーサイト事業
	外国人特別研究員
	A. サマー・プログラム
	B. 欧米短期
	C. ASEAN／アフリカ短期
	D. 一般
	外国人招へい研究者
	E. 長期
	F. 短期
	論文博士号取得希望者に対する支援事業*
	外国人研究者再招へい事業（BRIDGE Fellowship Program）
	HOPE ミーティング～ノーベル賞受賞者との5日間～
	先端科学（Frontiers of Science: FoS）シンポジウム事業
	ノーベル・プライズ・ダイアログ
	リンダウ・ノーベル賞受賞者会議派遣事業
大学の教育研究機能の向上	世界トップレベル研究拠点プログラム（WPI）
	地域中核・特色ある研究大学強化促進事業（J-PEAKS）
	卓越大学院プログラム*
	デジタルと掛けるダブルメジャー大学院教育構築事業～Xプログラム～
	人文・社会科学系ネットワーク型大学院構築事業
	未来を先導する世界トップレベル大学院教育拠点創出事業
	地域活性化人材育成事業*～SPARC～
	大学の世界展開力強化事業
	大学の国際化によるソーシャルインパクト創出支援事業*
	研究開発マネジメント人材に関する体制整備事業
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～科学で世界とつながれ～
	学術の社会的連携・協力の推進事業（産学協力事業）
顕彰事業	日本学術振興会賞
	日本学術振興会 育志賞
	国際生物学賞
	野口英世アフリカ賞

*これらの事業は新規公募／募集を終了し、継続課題等のみ支援しています。

5-1-1 List of JSPS Programs (as of July 2025)

Program	
Support for Research Initiatives	Grants-in-Aid for Scientific Research (KAKENHI)
	Topic-Setting Program to Advance Cutting-Edge Humanities and Social Sciences Research
	Program for Strengthening Data Infrastructure for the Humanities and Social Sciences
Fostering Next Generation of Researchers	Research Fellowships for Young Scientists
	Overseas Research Fellowships
	Overseas Challenge Program for Young Researchers *
	Leading Initiative for Excellent Young Researchers (LEADER) *
International Academic Collaborations	Bilateral Programs (Joint Research Projects and Seminars)
	Bilateral Programs (Researcher Exchange Program)
	Japanese-German Graduate Externship
	International Joint Research Program
	Core-to-Core Program
	A. Advanced Research Networks
	B. Asia-Africa Science Platforms
	A3 Foresight Program
	Postdoctoral Fellowships for Research in Japan
	A. Summer Program
	B. Short-term program (PE)
	C. Short-term program (PA)
	D. Standard program
	Invitational Fellowships for Research in Japan
	E. Long-term
	F. Short-term
	RONPAKU (Dissertation PhD) Program *
	BRIDGE Fellowship Program
	HOPE Meetings with Nobel Laureates
	Frontiers of Science (FoS) Symposia
	Nobel Prize Dialogue
	Young Researcher Support for Attending Lindau Nobel Laureate Meetings
Enhancing the Education and Research Functions of Universities	World Premier International Research Center Initiative (WPI)
	Program for Forming Japan's Peak Research Universities (J-PEAKS)
	WISE Program (Doctoral Program for World-leading Innovative & Smart Education) *
	Project for Designing Graduate Programs Emphasizing Digital Literacy across Diverse Fields; X Program
	Project for the Establishment of Networked Graduate Schools in the Humanities and Social Sciences
	Future-Leading and Advanced Graduate-schools (FLAGs)
	Supereminent Program for Activating Regional Collaboration ~SPARC~ *
	Inter-University Exchange Project
	Multicultural Campus Project Toward Social Impact *
	Program for Establishing Systems for R & D Management Professional
Strengthening Linkage with Society	HIRAMEKI ☆ TOKIMEKI SCIENCE - Welcome to a University Research Lab - Science That Inspires and Inspires
	Science Dialogue—Expand your world with science
	University-Industry Research Cooperation Societally Applied Scientific Linkage and Collaboration
Award Programs	JSPS Prize
	JSPS Ikushi Prize
	International Prize for Biology
	Hideyo Noguchi Africa Prize

* These programs are closed for new applications/recruitments and only support ongoing projects and related activities.

事業紹介 (JSPS Programs)

① 科学研究費助成事業

Grants-in-Aid for Scientific Research (KAKENHI)



科研費は人文学、社会科学から自然科学までの全ての分野にわたり、基礎から応用までのあらゆる「学術研究」(研究者の自由な発想に基づく研究)を格段に発展させることを目的とする「競争的研究費」です。(令和7(2025)年度予算額 2,379 億円)

The KAKENHI program is a competitive research funding program aimed at significantly developing all scientific research (i.e., research based on the free ideas of researchers), from basic to applied research in all fields, covering the humanities, the social sciences and the natural sciences.

(The budget for fiscal year 2025 is 237.9 billion yen.)

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、プログラムの成果の最大化に向けた活動の支援を実施。

WPI provides concentrated support for projects to establish and operate research centers that have at their core a group of very high-level investigators. In addition to reviews, evaluations and progress management, JSPS performs support functions aimed at maximizing the WPI program's achievements.

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の担い手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 African region, 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

International Fellowships for Research in Japan



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。博士号取得前後の若手研究者を対象としたサマー・プログラム、外国人特別研究員(一般、欧米短期、ASEAN/アフリカ短期)から、中堅から教授級の研究者を対象とした外国人招へい研究者(長期、短期)まで、多岐にわたっている。

To provide excellent researchers from other countries with opportunities to conduct collaborative research, discussions, and opinion exchanges with researchers in Japan, the JSPS offers several different fellowship programs, such as Summer Program for young pre- and postdoctoral researchers, Postdoctoral Fellowships (in three categories: standard; short term for European researchers; and short term for ASEAN and African researchers) and Invitational Fellowships (in two categories: long term and short term) for researchers with excellent records of research achievements.

⑤ 地域中核・特色ある研究大学強化促進事業 (J-PEAKS)

Program for Forming Japan's Peak Research Universities (J-PEAKS)

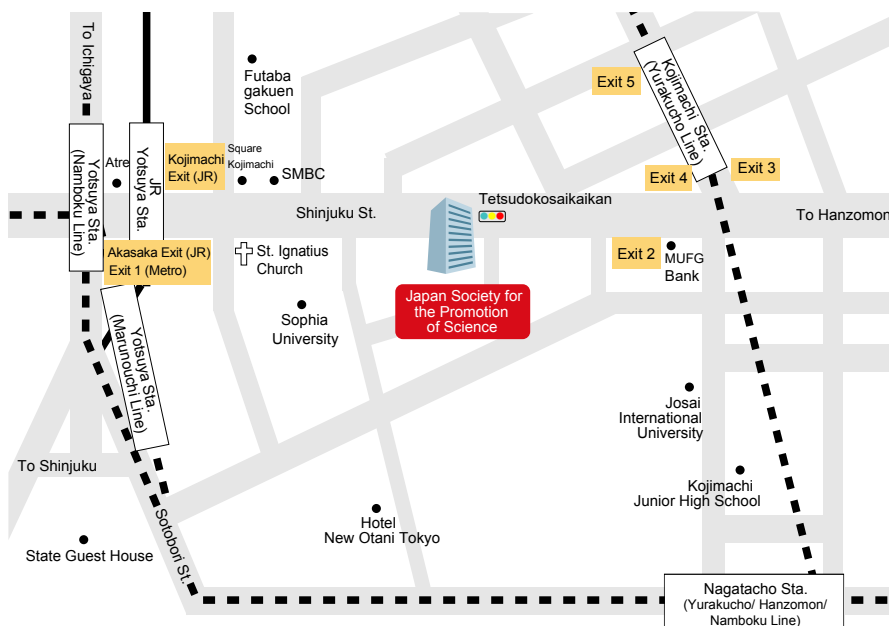


強みや特色ある研究、社会実装の拠点を有する25の大学を対象に研究活動の国際展開や社会実装の加速に必要な環境構築の取組を支援。我が国の科学技術力の飛躍的向上、地域の社会経済の活性化、課題解決に貢献する研究大学群の形成につなげる。

The program supports 25 selected Japanese universities with distinctive research strengths or societal implementation centers in building the infrastructure and talent needed to internationalize research and apply its outcomes in society. It contributes to the sharp improvement of Japan's technological and scientific competence, revitalizes the regional socio-economy, and forms a distinguished group of research universities to address challenges.

5-1-2 日本学術振興会の案内図

Map and Information of JSPS Head Office



Kojimachi Business Center Building, 5-3-1 Kojimachi, Chiyoda-ku, Tokyo 102-0083
<https://www.jspss.go.jp/english/e-organization/access/>

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 Namboku Line
 About six-minute walk from Kojimachi Station (use Exit No.2) on subway Yurakucho Line

5-2 JSPS フェローに対するサービス

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等

- ・日本に長期滞在している外国人特別研究員を対象に、ネットワークに特化した交流会 (JSPS Global Gathering) の開催。
- ・初めて日本に長期滞在する外国人特別研究員を対象に、オリエンテーションの開催。
- ・来日後のフェロー有志に、受入研究機関近隣の高等学校等において、研究活動や母国の紹介等について英語による講義を行う機会 (サイエンス・ダイアログ) を提供。

(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 https://www.jsps.go.jp/english/e-plaza/index.html](https://www.jsps.go.jp/english/e-plaza/index.html)

- ・採用中のフェロー検索 (Find Nearby Fellows)
- ・「来日外国人研究者のための生活ガイドブック Life in Japan」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
- ・JSPS Researchers Network (JSPS-Net) の管理・運営



外特交流会 (JSPS Global Gathering 2025 in Tokyo) の開催
JSPS Global Gathering 2025 in Tokyo

5-2 Services for JSPS Fellows

JSPS offers the following services to help foreign researchers who have come to Japan under a JSPS program so that they can research productively in Japan and continue to develop their network with international and Japanese researchers after returning to their home countries.

(1) Services for current JSPS fellows

- JSPS Global Gathering—a networking event for JSPS International Research Fellow currently on a prolonged stay in Japan
- Orientations for JSPS International Research Fellow who will be staying in Japan for the first time
- Science Dialogue—outreach opportunities for fellows to speak in English at local high schools near the host institutions about their research activities, their home countries, and other topics

(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 https://www.jsps.go.jp/english/e-plaza/index.html](https://www.jsps.go.jp/english/e-plaza/index.html)

- Find Nearby Fellows (a database to search for current fellows)
- Posting of an online version of *Life in Japan for Foreign Researchers*
- Testimonials and advice, etc., from participants in past programs
- Management and operation of an SNS of researchers, “JSPS Researchers Network (JSPS-Net)”



ドイツ語圏同窓会会員と同窓会活動を支える JSPS スタッフ (ドイツ)
The German JSPS Alumni Association members and JSPS staff members supporting alumni association activities (Germany)

5-3 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令和7年4月現在21あり、フェローシップ設立以来32,000人いる元フェローのおよそ23%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 https://www.jsps.go.jp/english/e-alumni/index.html](https://www.jsps.go.jp/english/e-alumni/index.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	Deutsche Gesellschaft der JSPS-Stipendiaten e.V.	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・カナダ研究者同窓会	US and Canada JSPS Alumni Association	2004
JSPS スウェーデン同窓会	JSPS Sweden Alumni Club	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 ※1	Eastern Africa JSPS Alumni Association ¹	2008
JSPS 韓国同窓会 (日韓研究者交流協会)	JSPS Korea 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 of Philippines (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	JSPS Alumni Association of Indonesia (JAAI)	2016
JSPS オーストラリア同窓会	JSPS Alumni Association in Australia (JSPSAAA)	2017
JSPS ノルウェー同窓会	JSPS Norway-Japan Academic Network (NJAN)	2019
JSPS マレーシア同窓会	JSPS Alumni Association Malaysia	2019
JSPS イタリア同窓会	Italian JSPS Alumni Association	2025

※1 ブルンジ、エチオピア、ケニア、ルワンダ、タンザニア、ウガンダ、ザンビア、ナイジェリア、シエラレオネで構成。

※1 It consists of Burundi, Ethiopia, Kenya, Rwanda, Tanzania, Uganda, Zambia, Nigeria and Sierra Leone.

5-3 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 April 2025, 21 researcher communities had formally received certification from JSPS, and about 23 percent of former fellows—a total of 32,000 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 https://www.jsps.go.jp/english/e-alumni/index.html](https://www.jsps.go.jp/english/e-alumni/index.html)



オックスフォードで行われたイギリス・アイルランド同窓会20周年記念イベント(イギリス)

20th Anniversary Event of the JSPS Alumni Association for the UK and Republic of Ireland, Oxford (UK)



ブラウンシュヴァイクで行われた第27回日本・ドイツシンポジウム(ドイツ)

27th Japanese-German Symposium in Braunschweig held by Deutsche Gesellschaft der JSPS-Stipendiaten e.V. (Germany)



バングラデシュ同窓会第16回国際シンポジウム2025(バングラデシュ)

16th International Symposium 2025 held by BJSPSAA (Bangladesh)



中国・ハルビン市で行われたJSPS中国同窓会の支部セミナー(中国)

Heilongjiang Branch Seminar held by JSPS Fellow Alumni Association in China (China)

5-4 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.

- Collaborating with overseas science-promotion institutions, including those with which JSPS has signed cooperation agreements
- Organizing symposiums, colloquiums, and other events in collaboration with overseas scientific institutions
- Cooperating with Japanese universities and supporting their overseas activities
- Building and supporting networks connecting JSPS program alumni, including past fellowship recipients
- Disseminating scientific information from Japan and collecting information on overseas scientific trends, university reforms, and other science-related matters

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: was-info@overseas.jps.go.jp [URL https://www.jpsusa.org](https://www.jpsusa.org)



サンフランシスコ研究連絡センター
JSPS San Francisco Office
1936 University Avenue, The PROMENADE Suite 250, Berkeley, CA 94704, USA
Tel: +1-510-665-1890 Fax: +1-510-665-1891
E-mail: sfo-info@overseas.jps.go.jp [URL https://www.jpsusa-sf.org/](https://www.jpsusa-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: bonn-info@overseas.jps.go.jp [URL https://www.jps-bonn.de](https://www.jps-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 E-mail: lon-info@overseas.jps.go.jp
[URL https://www.jps.org](https://www.jps.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
Blombäcksvägen 13, 171 65 Solna, Sweden
Tel: +46-8-5248-4561 E-mail: sto-info@overseas.jps.go.jp
[URL https://www.jps-sto.com](https://www.jps-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: jps@unistra.fr [URL https://jps-strasbourg.com](https://jps-strasbourg.com)



タイ Thailand

バンコク研究連絡センター JSPS Bangkok Office
No.1016/3, 10th Fl., Serm-mit Tower, 159 Sukhumvit Soi 21, Bangkok 10110, THAILAND
Tel: +66-2-661-6533 Fax: +66-2-661-6535
E-mail: bkk@overseas.jps.go.jp [URL https://www.jps-th.org](https://www.jps-th.org)



中国 China

北京研究連絡センター JSPS Beijing Office
#1021, Beijing Fortune Building, No.5, Dongsanhuan Beilu, Chaoyang District, Beijing 100004 CHINA
Tel: +86-10-8882-4331 Fax: +86-10-8882-4332
E-mail: beijing@jps.org.cn [URL https://www.jps.org.cn](https://www.jps.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: cairo1@overseas.jps.go.jp [URL https://jpscairo.com](https://jpscairo.com)



ケニア Kenya

ナイロビ研究連絡センター
JSPS Nairobi Research Station
Woodlands Estate, House Number 4, Ngong Rd, Karen, Nairobi, KENYA
Tel: +254-20-4348000
E-mail: nbo-academia@overseas.go.jp [URL https://www.jpsnairobi.org](https://www.jpsnairobi.org)



ブラジル Brazil

サンパウロ海外アドバイザー
JSPS Science Advisor in São Paulo
E-mail: sao-info@overseas.jps.go.jp
[URL https://www.jps.go.jp/english/e-overseas/saopaulo/](https://www.jps.go.jp/english/e-overseas/saopaulo/)



5-5 日本学術振興会の対応機関 (令和7年7月時点) JSPS's Overseas Counterpart Institutions (as of July 2025)

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・地域、2国際機関を含む89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 89 research promotion institutes in 50 countries/regions, 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/Region	Counterpart Institution
Asia	Bangladesh	University Grants Commissions of Bangladesh (UGC) ♥
		Bangladesh Academy of Sciences (BAS) ★
	China	Chinese Academy of Sciences (CAS) ♥
		Chinese Academy of Social Sciences (CASS) ♥
		Ministry of Education (MOE) ★
		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 Higher Education, Research, and Technology, Ministry of Education Culture, Research and Technology (DGHERT) ♥
		National Research and Innovation Agency (BRIN) ★♥
	Korea, Rep.	National Research Foundation of Korea (NRF) ♥★
	Malaysia	Vice-Chancellors' Council of National Universities in Malaysia (VCC) ★
	Myanmar	Ministry of Education ★
	Philippines	Department of Science and Technology (DOST) ♥★
	Singapore	National University of Singapore (NUS) ♥★
	Thailand	National Research Council of Thailand (NRCT) ♥★
	Vietnam	Ministry of Science and Technology (MOST) ★
		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) ★ Royal Society Te Aparangi (RSNZ) ♥♥★
Africa	Egypt	Ministry of Higher Education and Scientific Research (MHESR) ★
		Science, Technology and Innovation Funding Authority (STDF) ♥
	Kenya	National Commission for Science, Technology and Innovation (NACOSTI) ★
	Senegal	Ministry of Higher Education, Research and Innovation ★
	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) ♥★ The Bulgarian National Science Fund (BNSF) ★
	Czech Rep.	Czech Academy of Sciences (CAS) ♥♥
	Denmark	Universities Denmark (DU) ★

Region	Country/ Region	Counterpart Institution
Europe	Estonia	Estonian Research Council (ETAG) ♣
	Finland	Research Council of Finland (RCF) ♠♦♦♥♥
	France	French National Research Agency (ANR) ★
		Ministry for Europe and Foreign Affairs - Ministry of Higher Education and Research (MEAE-MESR) ♥
		Centre National de la Recherche Scientifique (CNRS) ♣★
		National Institute of Health and Medical Research (Inserm) ♥
	Germany	Alexander von Humboldt Foundation (AvH) ♣★
		Council for the Lindau Nobel Laureate Meetings ★
		German Academic Exchange Service (DAAD) ♣♥
		German Research Foundation (DFG) ♥♥★
	Hungary	Hungarian Academy of Sciences (HAS) ♣♥
	Italy	Ministry of University and Research (MUR) ♣
		The National Research Council of Italy (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 (PAS) ♣♥
	Romania	Ministry of National Education (MEN) ★
	Slovakia	Slovak Academy of Sciences (SAS) ♣★
	Slovenia	Ministry of Education, Science and Sport (MESS) ♣♥
	Spain	Spanish National Research Council (CSIC) ★♥
	Sweden	Nobel Prize Outreach ★
		The Royal Swedish Academy of Sciences (KVA) ♣★
		The Swedish Foundation for International Cooperation in Research and Higher Education (STINT) ♣
		Swedish Foundation for Strategic Research (SSF) ♣
		Swedish Governmental Agency for Innovation Systems (VINNOVA) ♣
	Switzerland	ETH Zurich (ETHZ) ♦
		Swiss National Science Foundation (SNSF) ♣★
UK	The British Academy ♣	
	The Royal Society ♣♥♥★	
	Economic and Social Research Council (ESRC) ★	
	UK Research and Innovation (UKRI) ★	
Ukraine	The National Academy of Sciences of Ukraine (NAS) ♣	
Europe	European Research Council (ERC) ★	
North America	Canada	Canadian Embassy (CE) ♣
		Canadian Institute For Advanced Research (CIFAR) ★
		Natural Sciences and Engineering Research Council of Canada (NSERC) ♣
		Mitacs ♣
		Social Sciences and Humanities Research Council (SSHRC) ★
		Royal Society of Canada (RSC) ★
	USA	National Academy of Sciences (NAS) ★
		National Institutes of Health (NIH) ♣★
		National Science Foundation (NSF) ★
Central/ South America	Argentina	National Council of Scientific and Technological Research (CONICET) ★
	Mexico	National Council on Science and Technology (CONACYT) ★
	Brazil	SÃO PAULO Research Foundation (FAPESP) ♥
the Middle East	Turkey	The Scientific and Technological Research Council of Türkiye (TÜBİTAK) ♥♥★
	Israel	Ministry of Innovation, Science and Technology ★ Israel Science Foundation (ISF) ♥
International Organizations		United Nations University (UNU) ♣

Fellowships

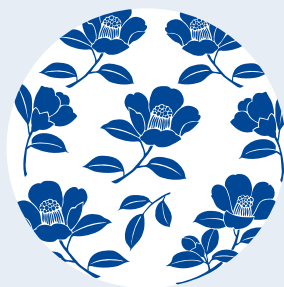
♥ Postdoctoral Fellowship

Bilateral Programs

♥ Researcher Exchanges ♥ Research Projects/ Seminars ★ Multilateral and Other Programs

Appendices

かんまつ ふ ろく 巻末付録



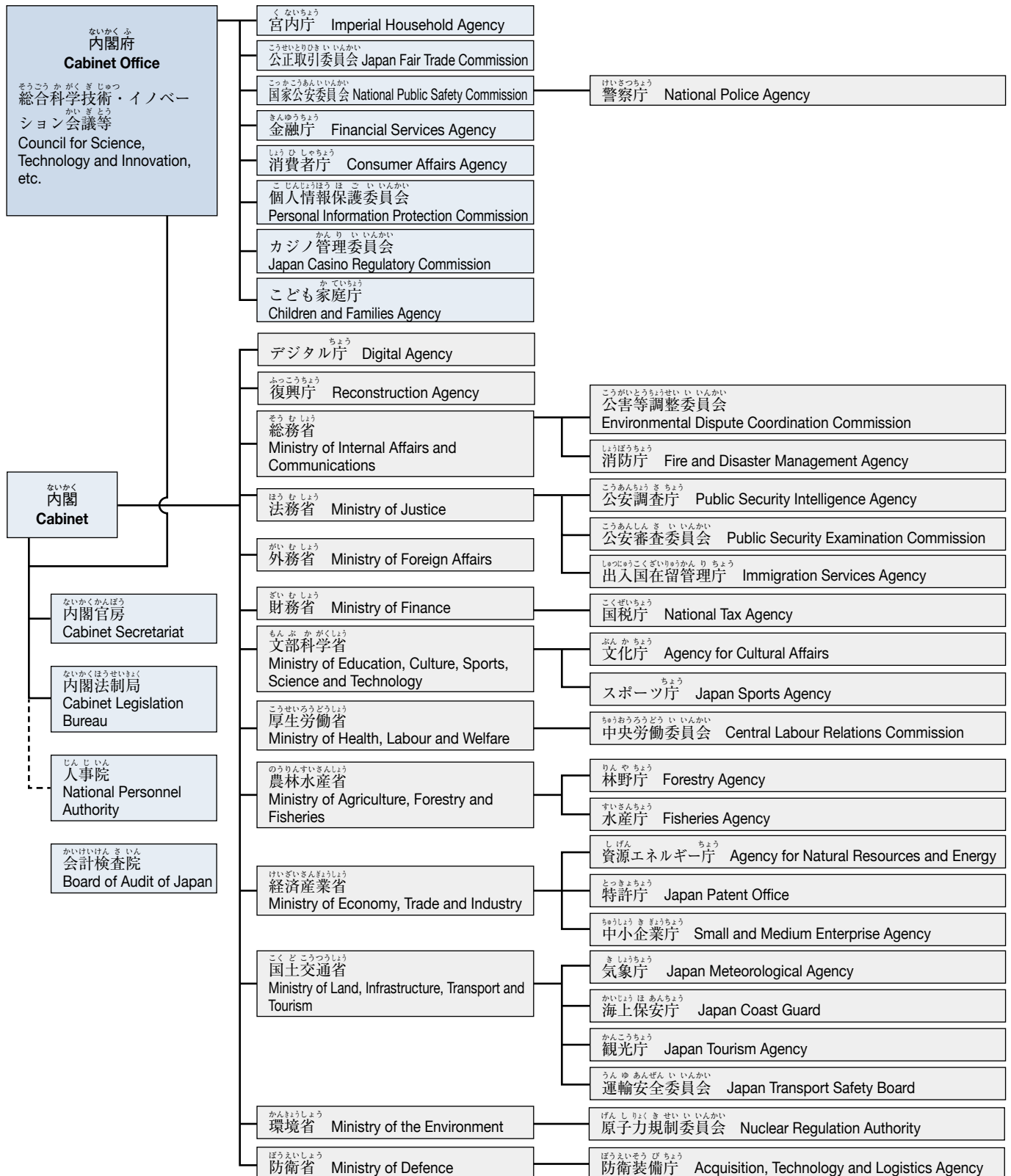
Tsubaki (Camellia)

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.

つばき 椿

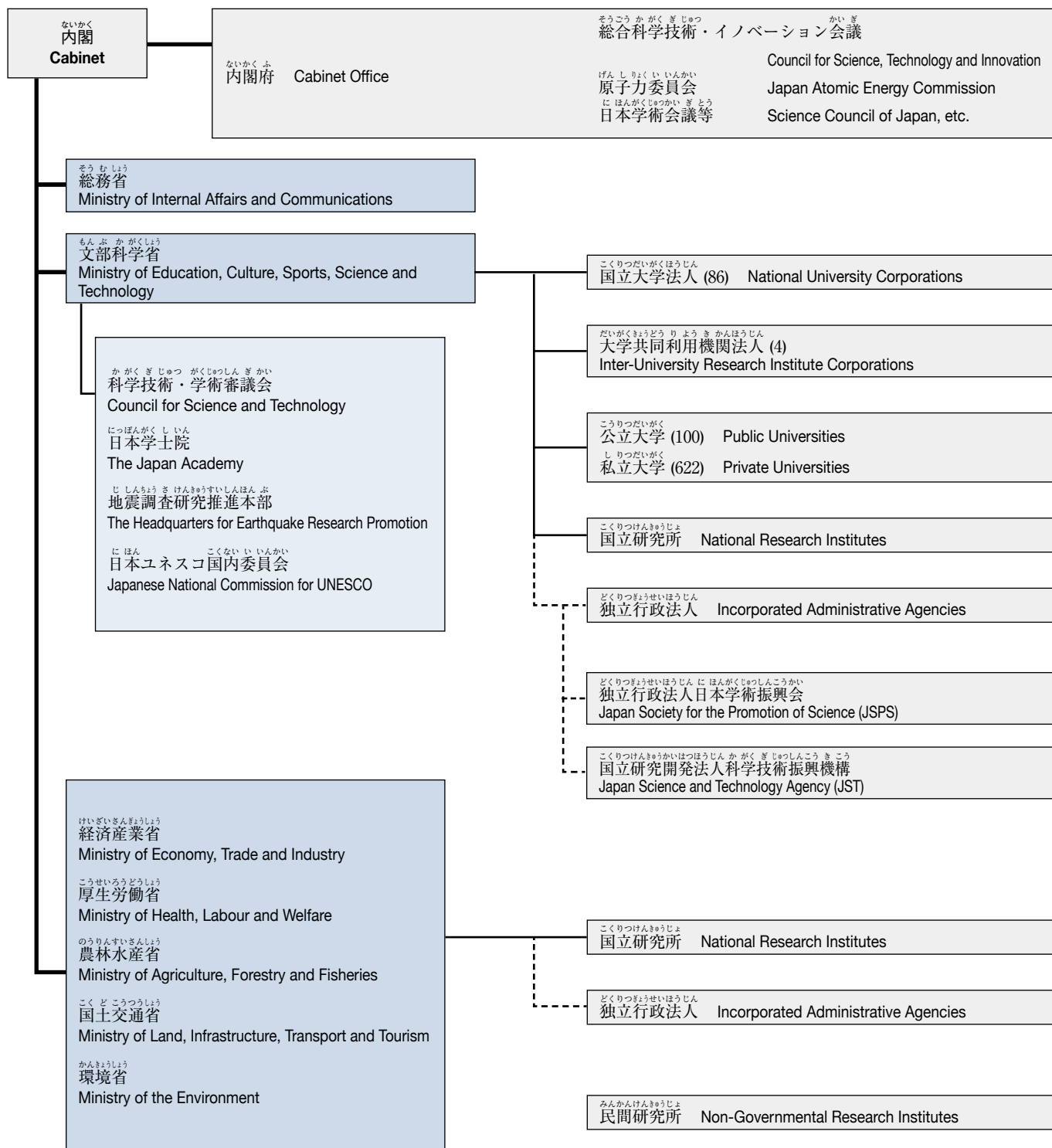
はなことば ひか うつく ほこ
花言葉「控えめな美しさ・誇り」
はる とうらい つ はな きちじょう
春の到来を告げる花。「吉祥」を
い み いっぱう はな つ ね
意味する一方、花の付け根からポ
トリと散る姿は、首が落ちる様を
れんそう ふ け ふさわ
連想させ武家に相応しくないとさ
れた。現在でも病人や怪我人に贈
ることは避けられている。

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 がくじゆつぎやうせい そしき す
日本の学術行政組織図

Organization of Japanese Research Administration



ち ほうしゅうにゅうこくざいりゅうかん り きょく およ し きょく
地方出入国在留管理局及びその支局
Regional Immigration Bureaus and District Immigration Offices

URL <https://www.moj.go.jp/isa/about/region/?hl=en>

とうきょうしゅうにゅうこくざいりゅうかん り きょく
東京出入国在留管理局

Tokyo Regional Immigration Bureau

5-5-30 Konan, Minato-ku, Tokyo 108-8255

Tel: 0570-034259 (03-5796-7234 for an IP phone or overseas)

Jurisdiction: Tokyo, Kanagawa, Saitama, Chiba, Ibaraki, Tochigi, Gunma, Yamanashi, Nagano and Niigata

とうきょうしゅうにゅうこくざいりゅうかん り きょく よこはま し きょく
東京出入国在留管理局 横浜支局

Yokohama District Immigration Office

10-7 Torihama-cho, Kanazawa-ku, Yokohama-shi, Kanagawa 236-0002

Tel: 0570-045259 (045-769-1729 for an IP phone or overseas)
(Kanagawa)

とうきょうしゅうにゅうこくざいりゅうかん り きょく なり た くらう し きょく
東京出入国在留管理局 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)

とうきょうしゅうにゅうこくざいりゅうかん り きょく はね た くらう し きょく
東京出入国在留管理局 羽田空港支局

Haneda Airport District Immigration Office

C.I.Q Bldg., Haneda Airport 2-6-4 Haneda-kuko, Ota-ku, Tokyo 144-0041

Tel: 03-5708-3202
(Haneda Airport)

おおさかしゅうにゅうこくざいりゅうかん り きょく
大阪出入国在留管理局

Osaka Regional Immigration Bureau

1-29-53, Nanko Kita, Suminoe-ku, Osaka-shi, Osaka 559-0034

Tel: 0570-064259 (06-4703-2050 for an IP phone or overseas)

Jurisdiction: Osaka, Kyoto, Hyogo, Nara, Shiga and Wakayama

おおさかしゅうにゅうこくざいりゅうかん り きょく かんさいくうこう し きょく
大阪出入国在留管理局 関西空港支局

Kansai Airport District Immigration Office

1 Senshu-kuko-naka, Tajiri-cho, Sennan-gun, Osaka 549-0011

Tel: 072-455-1453
(Kansai Airport)

おおさかしゅうにゅうこくざいりゅうかん り きょく こう べ し きょく
大阪出入国在留管理局 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 しゅうにゅうこくざいりゅうかん り きょく
名古屋出入国在留管理局

Nagoya Regional Immigration Bureau

5-18 Shoho-cho, Minato-ku, Nagoya-shi, Aichi 455-8601

Tel: 0570-052259 (052-217-8944 for an IP phone or overseas)

Jurisdiction: Aichi, Mie, Shizuoka, Gifu, Fukui, Toyama and Ishikawa

な ご や しゅうにゅうこくざいりゅうかん り きょく ちゅうぶくうこう し きょく
名古屋出入国在留管理局 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)

さっぽろしゅうにゅうこくざいりゅうかん り きょく
札幌出入国在留管理局

Sapporo Regional Immigration Bureau

Sapporo Third Joint Government Bldg., Odori-nishi 12-chome, Chuo-ku, Sapporo-shi, Hokkaido 060-0042

Tel: 0570-003259 (011-211-5701 or 011-876-8015 for an IP phone or overseas)

Jurisdiction: Hokkaido

せんだいしゅうにゅうこくざいりゅうかん り きょく
仙台出入国在留管理局

Sendai Regional Immigration Bureau

Sendai Second Legal Affairs Joint Government Bldg., 1-3-20 Gorin, Miyagino-ku, Sendai-shi, Miyagi 983-0842

Tel: 0570-022259

Jurisdiction: Miyagi, Fukushima, Yamagata, Iwate, Akita and Aomori

ひろしましゅうにゅうこくざいりゅうかん り きょく
広島出入国在留管理局

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

たかまつしゅうにゅうこくざいりゅうかん り きょく
高松出入国在留管理局

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

ふくおかしゅうにゅうこくざいりゅうかん り きょく
福岡出入国在留管理局

Fukuoka Regional Immigration Bureau

Fukuoka Legal Affairs Government Complex No. 1, 3-5-25, Maizuru, Chuo-ku, Fukuoka-shi, Fukuoka 810-0073

Tel: 092-717-5420

Jurisdiction: Fukuoka, Saga, Nagasaki, Oita, Kumamoto, Kagoshima, Miyazaki and Okinawa

ふくおかしゅうにゅうこくざいりゅうかん り きょく な は し きょく
福岡出入国在留管理局 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)

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.

Useful Japanese Expressions (2)

べんり にほんごひょうげん
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
英語を話す人はいいますか。

Eigo o 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。

___ o kudasai. Please give me ___.

にほんご
日本語でなんと申します
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 ___.

ō: Pronunciation should be lengthened, like "oh."

Useful Japanese Expressions (3)

べんり にほんご ひょうげん
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 きました。
___ 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 I'm a researcher under
puroguramu no kenkyū the JSPS program.
sha desu.

___ を 研究しています。
___ o 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.

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

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

Japanese-Gregorian Year Conversion Table

ねんごう せいれきへんかんひょう
年号・西暦変換表

しょうわ 昭和 Shōwa	
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
へいせい 平成 Heisei	
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
れいわ 令和 Reiwa	
1	2019
2	2020
3	2021
4	2022
5	2023
6	2024
7	2025
8	2026
9	2027

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.

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 2025 年 7 月現在のものです。情報が変更
に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 July 2025.
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 2026-2027

2025 年 11 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：03-3263-1215

<https://www.jsps.go.jp/english/e-plaza/>

編集協力：(株) メリットファイブ

© 2025 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 2026-2027

November 2025

Published by:

Japan Society for the Promotion of Science

Kojimachi Business Center Bldg., 5-3-1

Kojimachi, Chiyoda-ku, Tokyo 102-0083

Tel: +81-3-3263-1215

<https://www.jsps.go.jp/english/e-plaza/>

Editorial support: Merit 5 Co., Ltd.

© 2025 JSPS. All rights reserved.

Any duplication or other use of this publication without written
permission of JSPS is prohibited.



日本学術振興会

JSPS

