



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

2024-2025



JSPS

LIFE IN JAPAN

For
Foreign Researchers
2024-2025

来日外国人研究者のための生活ガイドブック

2024-2025

JSPS

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やしょう
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や 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。

にほん
みなさまの日本における研究生活が実りあるものになるよ
う、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

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 Fellowship 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

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

日常生活

2-1	銀行	13
2-1-1	銀行口座の開設	13
2-2	医療	13
2-2-1	日本の医療体制	13
2-2-2	薬局	14
2-2-3	外国語による受診	14
2-2-4	海外旅行保険	15
2-2-5	国民健康保険制度	16
2-2-6	妊娠と出産	17
2-2-7	予防接種	18
2-3	子どもの教育	19
2-3-1	日本の学校制度の概要	19
2-3-2	入学のための手続き	19
2-3-3	児童手当	20
2-3-4	海外からの子どもの受入態勢	20
2-3-5	インターナショナル・スクール	21
2-4	「地域国際交流協会」による情報提供	21

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	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

Daily Life in Japan

2-1	Banks	13
2-1-1	Opening a Bank Account	13
2-2	Medical Care	13
2-2-1	Medical System in Japan	13
2-2-2	Pharmacies	14
2-2-3	Medical Care in Foreign Languages	14
2-2-4	Traveler's Insurance	15
2-2-5	National Health Insurance Program	16
2-2-6	Pregnancy and Childbirth	17
2-2-7	Immunizations	18
2-3	Children's Education	19
2-3-1	Japanese School System	19
2-3-2	Enrollment Procedures	19
2-3-3	Child Allowance	20
2-3-4	Acceptance of Children from Overseas	20
2-3-5	International Schools	21
2-4	Information Provided by Local International Exchange Associations	21

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

3-1 緊急時の連絡 23

3-1-1 犯罪や交通事故にあったとき
—警察署110番— 23

3-1-2 火事があったとき、急病になったとき
—消防署119番— 24

3-1-3 心理カウンセリングサービス 24

3-1-4 医療用語 —症状を伝える— 25

3-2 地震 27

3-2-1 地震への備え 27

3-2-2 地震が起きたら —揺れを感じたら— 28

3-2-3 津波 28

3-2-4 防災館・防災体験館 29

3-3 台風 29

3-4 水害・土砂災害 30

3-4-1 防災気象情報 30

3-4-2 いざという時に備えて 31

Chapter 3

Other Useful Information

3-1 Emergency Contact Numbers 23

3-1-1 To Report a Crime or Traffic Accident
– Dial 110 – 23

3-1-2 To Report a Fire or Request an Ambulance
– Dial 119 – 24

3-1-3 Counseling Service 24

3-1-4 Medical Terms for Describing Symptoms 25

3-2 Earthquakes 27

3-2-1 Preparing for an Earthquake 27

3-2-2 If an Earthquake Occurs and You Feel Your House Shaking
..... 28

3-2-3 Tsunamis 28

3-2-4 Life Safety Learning Center 29

3-3 Typhoons 29

3-4 Floods and Landslide Disaster 30

3-4-1 Disaster Prevention Weather Information 30

3-4-2 Preparing for a Disaster 31

だい よん しょう
第4章

がくじょうかんれんじょうほう
学術関連情報

4-1 日本の科学技術体制と学術研究機関 33

4-1-1 大学 (大学院) 34

4-1-2 大学共同利用機関法人 34

4-1-3 文部科学省及び各省庁所管の研究機関 34

4-2 学会 35

4-3 学術情報システム 35

Chapter 4

Academic Information

4-1 Japan's Science and Technology Administration and
Academic Research Institutes 33

4-1-1 Universities (Graduate Schools) 34

4-1-2 Inter-University Research Institute Corporations 34

4-1-3 Research Institutes under Jurisdiction of the MEXT and Others
..... 34

4-2 Academic Societies 35

4-3 Academic Information System 35

だい ご しょう
第5章

にほんがくじょうしんこうかい
日本学術振興会

5-1 日本学術振興会 38

5-1-1 日本学術振興会の事業一覧 39

5-1-2 日本学術振興会の案内図 40

5-2 JSPS フェローに対するサービス 41

5-3 研究者コミュニティ (同窓会) ネットワーク 42

5-4 海外研究連絡センター等 43

5-5 日本学術振興会の対応機関 44

Chapter 5

Japan Society for the Promotion of Science (JSPS)

5-1 Japan Society for the Promotion of Science 38

5-1-1 List of JSPS Programs 39

5-1-2 Map and Information of JSPS Head Office 40

5-2 Services for JSPS Fellows 41

5-3 Researcher Community Network (Alumni Association) 42

5-4 JSPS Overseas Offices 43

5-5 JSPS's Overseas Counterpart Institutions 44

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.....	46
II	にほん がくじゆぎょうせい そしきず 日本の学術行政組織図.....	47
III	ちほうしゆつにゅうこくざいりゆうかんり きよくおよ 地方出入国在留管理局及びその支局.....	48

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).....	49
べんり にほんご ひょうげん 便利な日本語表現 (2).....	49
べんり にほんご ひょうげん 便利な日本語表現 (3).....	50
べんり にほんご ひょうげん 便利な日本語表現 (4).....	50
ねんごう せいれきへんかんひょう 年号・西暦変換表.....	51

Appendices

I	Japanese Government Structure.....	46
II	Organization of Japanese Research Administration	47
III	Regional Immigration Bureaus and District Immigration Offices	48

Useful Japanese Expressions

Useful Japanese Expressions (1).....	49
Useful Japanese Expressions (2).....	49
Useful Japanese Expressions (3).....	50
Useful Japanese Expressions (4).....	50
Japanese-Gregorian Year Conversion Table	51

Chapter 1

Procedures for Entry and Residence in Japan

だい いっしょう
第 1 章

にゅうこく ざいりゅう しょてつづ
入国・在留の諸手続き



さくら
桜

はなごとば せいしん び ゆうび じよせい
花言葉「精神の美・優美な女性」
にほん こつか へいあんじだい以降、多
くのひとに親しまれるようになった。
げんざいにつづ「花見」の文化は、
せいき とよとみひでよし おこな だい
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。

Sakura (Cherry Blossoms)

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

第1章

入国・在留の諸手続き

本章においては、外国人研究者が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

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

Chapter 1

Procedures for Entry and Residence in Japan

This chapter explains the immigration and resident registration procedures which must be followed by all foreign researchers planning to conduct academic research activities at a Japanese university or other research institute for a period exceeding 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

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

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。



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人研究者には、「教授」、「研究」又は、「文化活動」の在留資格が与えられます。

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**.

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

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 在留カード

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が対象となり、在留カードが交付されます。

在留カードの交付手続きに際しては次の規格の写真が必要となります。

1. 申請者本人のみが撮影されたもの
2. 提出の前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

(単位：mm)

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.

(Unit: mm)

1-3-1 出入国港

【新千歳空港、成田空港、羽田空港、中部空港、関西空港、広島空港及び福岡空港を利用する場合】

旅券にも上陸許可の証印をするとともに、上陸許可によつて中長期在留者になった方には、在留カードが交付されます。居住地を定めてから14日以内に在留カードを持参し、居住地の市区町村の窓口で居住地を届け出てください。

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.

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.



在留カード (表)

Residence Card (front)



在留カード (裏)

【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。

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 2-2-5.

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、2-2-5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。

1-3-2 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 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涯変更されず、本国へ単純出国した場合でも日本への再入国時に同じ番号が交付されます。

1-3-3 Social Security and Tax Number System

In accordance with the Social Security and Tax Number System (nicknamed “My Number”), which went into effect in January 2016, all registered residents of Japan are being issued a twelve-digit individual number, including foreign residents conducting research in Japan for 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・地域が変わった場合など氏名、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となりますので、注意してください。

在留期限が出国後1年未満の場合は、その在留期限までに再入国してください。

1-4-2 資格外活動

外国人が現に有する在留資格に属する活動以外の、収入を伴う事業を運営する活動、又は報酬を受ける活動を行うおとす場合には、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たっては在留期間の満了するおとむね3か月前から受付)をしなければなりません。申請手続きには、旅券、在留カード等の提示が必要ですが、詳細は、居住地の地方出入国在留管理局、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/16-3-1.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、その在留資格のもとでは認められていない収入を伴う事業を運営する活動又は報酬を受ける活動を専ら行っている者は、処罰の対象となり、また、退去強制の対象ともなります。

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

1-4-5 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

★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

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/16-3-1.html)

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

1-4-4 Change of Your Status of Residence

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

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

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

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

1-4-5 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/publications/materials/nyuukokukanri01_00009.html

★ 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

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 又は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お問い合わせください。

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	本邦に短期間滞在して行う観光、保養、スポーツ、親族の訪問、見学、講習又は会合への参加、業務連絡その他これらに類似する活動	90日、30日又は15日

in Japan or preparing to start a business here.

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

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提出申请します。申請に基づき出生届受理証明書が交付されます。出生届に必要なものは下記のとおりです。

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

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
- c. Applicant's *inkan* stamp (signature also acceptable)
- d. Health Insurance Card

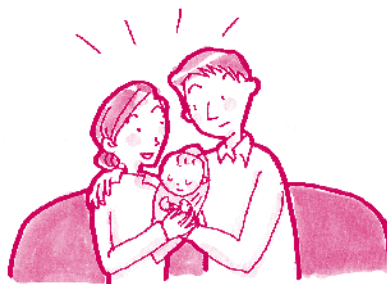
2) Passport Application

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.48 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.48 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

★外国人総合相談センター埼玉

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

Tel: 048-833-3296

★浜松外国人総合支援ワンストップセンター

〒430-0916 静岡県浜松市中区早馬町 2-1 クリエイト浜まつ 4 階

Tel: 053-458-1510

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.48) 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.48) 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.isa.go.jp/en/consultation/center/index.html>

1-6-2 One-Stop Consultation Support Centers

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

★ Consultation Support Center for Foreign Residents

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

Tel: 03-3202-5535

★ Saitama Information & Support Center for Foreign Residents

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

Tel: 048-833-3296

★ Hamamatsu One-Stop Support Center for Foreign Residents

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

Tel: 053-458-1510

Chapter 2

Daily Life in Japan

だいにしゅう
第2章
にちじょうせい かつ
日常生活



あじさい
紫陽花
はなごころば とうつ ぎ しんぼうづよ わじょう
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。

Ajisai (Hydrangea)

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

第2章

日常生活

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

2-1 銀行

2-1-1 銀行口座の開設

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

銀行口座開設の場合は、本人であること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ことがありますので、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 医療

2-2-1 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

Chapter 2 Daily Life in Japan

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

2-1 Banks

2-1-1 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.

2-2 Medical Care

2-2-1 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

えておきましょう。
 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。
 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。

2-2-2 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
 ところもあります)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。

2-2-3 外国語による受診

日本の医療機関で診療を受ける時には、あなたが日本語を
 話せない場合は、あなたと医療機関との意思疎通のために、
 日本語を話せる人に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
 おかなくてはなりません。あなたの周りの人から情報を入
 手するのも良いでしょうし、役所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)

★ 東京都医療機関案内サービス “ひまわり”

(東京の外国語で診療できる医療機関や日本の医療制度な
 どの間い合わせに、英語、中国語、韓国語、タイ語、ス
 ペイン語で対応)

Tel: 03-5285-8181 毎日 午前9時～午後8時

URL <https://www.himawari.metro.tokyo.jp/>

information on hospitals/clinics (their specialties, treatment hours, holidays, etc.) in your neighborhood in advance.

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

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

2-2-2 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.

2-2-3 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/>

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)

★ Tokyo Metropolitan Health and Medical Information Center “Himawari”

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

URL <https://www.himawari.metro.tokyo.jp/>

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

★ **外国人医療センター (MICA)**
〒460-0002 愛知県名古屋市中区丸の内2-1-30 オフィス
フォーラム6階
Tel: 052-212-7410
[URL https://npomica.jimdofree.com/](https://npomica.jimdofree.com/)

★ **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、タガログ語で紹介)
[URL https://www.mfis.pref.osaka.jp/omfo/](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/](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](https://www.jnto.go.jp/emergency/jpn/mi_guide.html)

2-2-4 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。

★ **Medical Information Center Aichi (MICA)**
Office Forum 6F, 2-1-30 Marunouchi, Naka-ku, Nagoya-shi, Aichi 460-0002
Tel: 052-212-7410
[URL https://mica-en.jimdofree.com/](https://mica-en.jimdofree.com/)
★ **Osaka Medical Net for Foreigners**
(Medical information in Osaka, provided in English, Chinese, Korean, Spanish, Portuguese, Vietnamese and Tagalog.)
[URL https://www.mfis.pref.osaka.jp/omfo/](https://www.mfis.pref.osaka.jp/omfo/)
★ **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/](https://imsc.pref.fukuoka.lg.jp/)

List of Medical Institutions that accept Foreign Patients

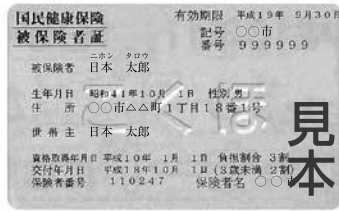
The medical institutions on this list (compiled by the Ministry of Health, Labour and Welfare and the Japan Tourism Agency) include those experienced at treating foreign patients, core institutions the prefectures have identified as places that accept foreign patients, and institutions certified by JMIP (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) “When you are not feeling well”**
[URL https://www.jnto.go.jp/emergency/jpn/mi_guide.html](https://www.jnto.go.jp/emergency/jpn/mi_guide.html)

2-2-4 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.

2-2-5 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。



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

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、医療機関で国民健康保険被保険者証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、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。

2-2-5 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, a **National Health Insurance Card** will be issued. You may also register your Individual Number Card (nicknamed "My Number Card") as your insurance card. The card allows you to receive medical treatment at only 30% of the cost by showing it at the medical facility. National health insurance can also partially cover fees for illnesses and injuries that may exceed the limit paid by your traveler's insurance, or it may help pay for treatment for dental care and treatment for pre-existing/chronic conditions not covered by your traveler's insurance. Also, it provides lump-sum childbirth benefit.

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

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

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

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

2-2-6 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等で直接確認してください。あなたが国民健康保険に加入していて、申請すれば、出産育児一時金50万円が支給されます。

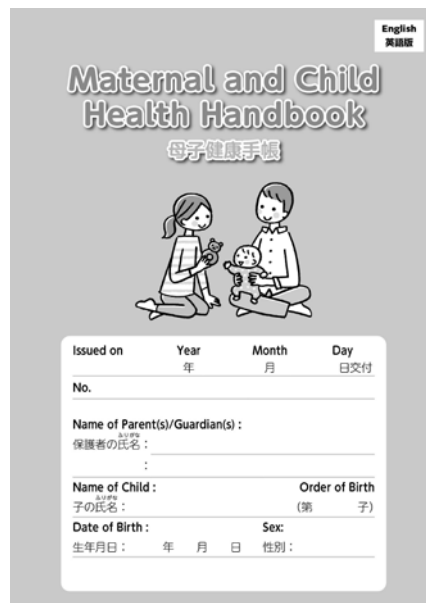
子どもが誕生してからの手続きは1-5-1、子どもの教育については2-3を参照してください。

2-2-6 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 Mother and Child Health Handbook, the health conditions of the mother and child will be recorded. Be sure to take your Mother and Child Health Handbook with you when receiving prenatal checkups, when giving birth or when taking your child to the hospital or public health center.

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 ¥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 **2-3** for education of children.



母子健康手帳
Maternal and Child Health Handbook

2-2-7 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

2-2-7 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

Structure of the National Health Insurance Plan

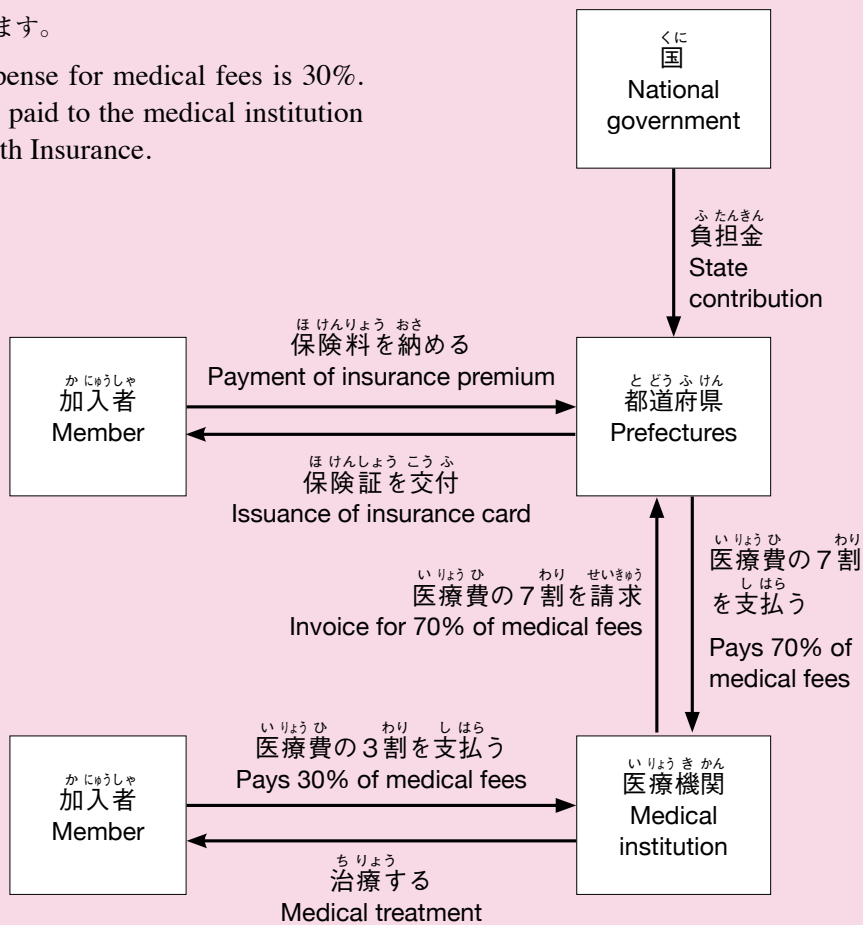
皆さんの保険料と国からの負担金および各種調整交付金によって医療費を支出し、運営は都道府県単位で行います。

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



2-3 子どもの教育

2-3-1 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年間が義務教育期間とされています。下表に示すように小中学校はそのほとんどが市区町村立の学校となっています。学校や地域によって特色のある様々な教育活動が取り組まれています。国公立の別を問わず、文部科学省が定める学習指導要領に基づき授業が行われており、全国どこでも一定の水準の教育を受けることができます。通常日本の学校年度は、4月にはじまり3月に終わります。

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

【幼稚園から高校までを対象とする子どもの年齢、学校数とその内訳】

	対象とする年齢	がっこう数	国立	公立	私立
幼稚園	3歳～6歳	9,111	0.5%	32.0%	67.5%
小学校	6歳～12歳	19,161	0.3%	98.4%	1.3%
中学校	12歳～15歳	10,012	0.7%	91.5%	7.8%
高校	15歳～18歳	4,824	0.3%	72.3%	27.4%

〔文部科学統計要覧〔令和5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。

2-3-2 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させることを希望する場合には、居住地の市区町村の教育委員会（多くの場合市区町村の役所と同じ建物の中にあります）へ、公立高校の場合には都道府県の教育委員会へ、また、保育所の場合は、市区町村の福祉事務所へ問い合わせてください。（直接足を運ぶ場合には、子どもの在留カードを携帯する他、誰か日本語のできる人と一緒に行くことをお勧め

2-3 Children's Education

2-3-1 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	9,111	0.5%	32.0%	67.5%
Elementary School	6-12	19,161	0.3%	98.4%	1.3%
Junior High School	12-15	10,012	0.7%	91.5%	7.8%
Senior High School	15-18	4,824	0.3%	72.3%	27.4%

(Statistical Abstract 2023 Edition [Education, Culture, Sports, Science and Technology])

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.

2-3-2 Enrollment Procedures

If you would like to enroll your children in a public (lo-

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)】

	国・公立	私立
幼稚園	6万円	13万円
小学校	7万円	96万円
中学校	13万円	106万円
高校	31万円	75万円

(『文科科学省令和3年度「子供の学習費調査」より作成])

2-3-3 児童手当

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

3歳未満は月額一律15,000円、3歳~12歳の第一子と第二子は月額10,000円(第三子以降は月額15,000円)、中学生は月額一律10,000円。児童手当には所得制限があります。

詳しくは、お住まいの各市区町村にお問い合わせください。

2-3-4 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はか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のが予想されます。

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

	National/Public (Locally-Affiliated)	Private
Kindergarten	¥60,000	¥130,000
Elementary School	¥70,000	¥960,000
Junior High School	¥130,000	¥1,060,000
Senior High School	¥310,000	¥750,000

(FY2021 Survey of Household Expenditure for Children's Education, MEXT)

2-3-3 Child Allowance

A child allowance is paid for children who have a Japanese address from under the age of one until they complete junior high school, regardless of nationality. All children under the age of three: ¥15,000/month Children ages 3 to 12: First and second children —¥10,000/month (subsequent children —¥15,000/month) All Junior high school students: ¥10,000/month. Note: Income restrictions apply.

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

2-3-4 Acceptance of Children from Overseas

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

2-3-5 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。

2-4 「地域国際交流協会」による情報提供

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

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

各地域の「国際交流協会」によって情報提供の内容はさまざまですが、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

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.

2-3-5 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.

2-4 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



あさがお
朝顔

はなごころば はかな こい かた きずな あいじやう
花言葉「儂い恋・固い絆・愛情」
なつ か はな へいあん じ だいい
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 かんしやうよう ひんしゆかいりやう
代に観賞用として品種改良され
だいいちやう
大流行した。

Asagao (Morning Glory)

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

だいさんしょう
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。

3-1 きんきゅう じ れんらく
緊急時の連絡

3-1-1 はんざい こうつう じ こ
犯罪や交通事故にあったとき

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 こ あか きんきゅうよう 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 きんきゅう 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、ぜんこくどこどこでも
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 よ きんづうちょう
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
トカードなどが盗まれたら、直ちに銀行やクレジットカード
かいしゃ れんらく こうばん 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
ていしゅつ
を提出してください。

こうばん
【交番】

にほん へき 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
とうなん ぼうりょく とど で しょうり こうつう じ こ おもの
ル、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*)

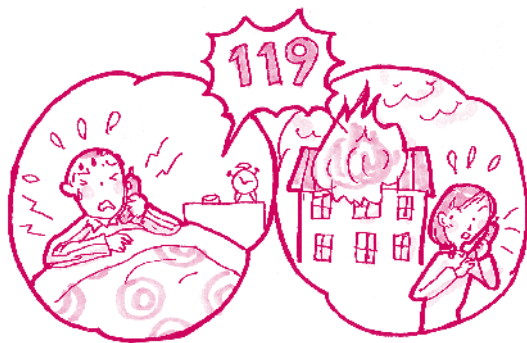
Police are stationed at police boxes (*Koban*) that are located near the station and various areas of the neighborhood, and many of them are open 24 hours a day. The police officers patrol the neighborhood, handle theft and violence reports, take care of traffic accidents and lost-and-found items as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

3-1-2 火事があったとき、急病になったとき

—消防署 119 番—

消防署は、消防のほかに救急車も配置しているので、まず「火事」か「救急」かをはっきり伝えます。重傷のとき、緊急のときは直ぐに119番で救急車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！

3-1-3 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。

★ Tokyo English Life Line
 Tel: 03-5774-0992
 URL <https://telljp.com/lifeline/>

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.



きゅうきゅうしや
 救急車
 Ambulance



しょうぼうしや
 消防車
 Fire engine

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
 Tel: 03-5774-0992
 URL <https://telljp.com/lifeline/>

3-1-4 医療用語 一症状を伝える

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。

English	Byōin 日本語の発音 Japanese pronunciation	Byōin 病院 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

English	Shinryō-kōi 日本語の発音 Japanese pronunciation	Shinryō-kōi 診療行為 日本語 Japanese
Examination	<i>shinsatsu</i>	診察
Administer medicine	<i>tōyaku</i>	投薬
Injection	<i>chūsha</i>	注射
Checkup	<i>kensa</i>	検査
Treatment	<i>shochi</i>	処置
Surgery	<i>shujutsu</i>	手術
Anesthesia	<i>masui</i>	麻酔

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

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.

English	Shinryō-kamoku 日本語の発音 Japanese pronunciation	Shinryō-kamoku 診療科目 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

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

★ Explaining your symptoms 症状を訴える

[Since when] + [frequency] + [symptom], in this order

【いつから】 + 【頻度】 + 【症状】 の順で

■ Since when *Itsukara* いつから

英語 English	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>shuukan mae kara</i>	() 週間前から
Since () day(s) ago.	() <i>nichi mae kara</i>	() 日前から
Since yesterday.	<i>kinō kara</i>	きのうから
Since last night.	<i>sakuya kara</i>	昨夜から
Since this morning.	<i>kesa kara</i>	今朝から

■ Frequency *Hindo* 頻度

英語 English	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

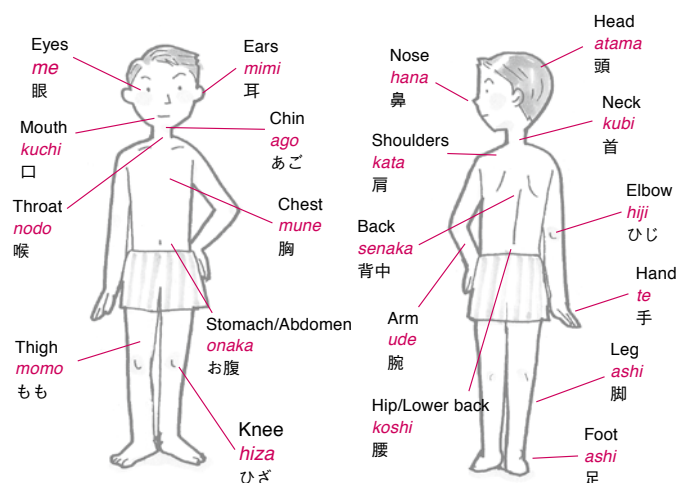
■ Symptom *Shōjō* 症状

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>shisōnōrō</i>	歯槽膿漏
I have an allergy.	<i>arerugii ga aru</i>	アレルギーがある
I have atopic dermatitis.	<i>atopiisei hifuen desu</i>	アトピー性皮膚炎です。
I have hay fever (or pollenosis).	<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 imasu</i>	() の薬を使っています。
I have had (a disease called) () before.	() <i>no byōki o shita kotoga arimasu</i>	() の病気をしたことがあります。

■ Parts of the Body 身体の名称



3-2 地震

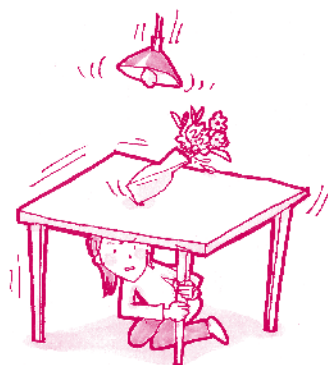
日本は、地震が多い国で度々発生します。屋内で揺れを感じた時には、まずは机の下など、物が倒れたり落ちたりしても安全な場所に避難してください。大きな揺れが収まったら、ガスの元栓を締めたり電気製品のプラグを抜くなどして火災を防ぎ、出入口のドアを開けて避難経路を確保してください。慌てて外に飛び出すと、かえって危険なことがありますので落ちついて行動してください。

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 地域で行われる防災訓練には、積極的に参加しまし
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.

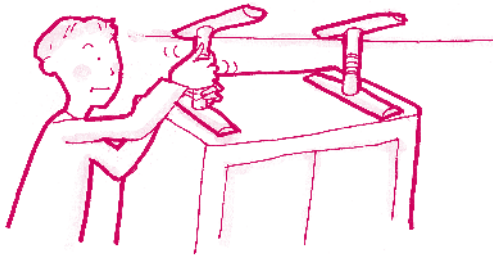
3-2-1 Preparing for an Earthquake

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.

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。



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

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

緊急地震速報

気象庁が中心になって提供している地震早期警報システムのひとつ。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出始めます。1mを超える予測には「津波警報」が、3mを超える予測には「大津波警報」が発表されます。大至急、安全な高台に非難してください。

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

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

This is one of the Japan Meteorological Agency's early earthquake alert systems. 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.

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://tokyo-bskan.jp](https://tokyo-bskan.jp)) 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。お住まいの自治体と問い合わせしてみてください。

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://tokyo-bskan.jp/en/](https://tokyo-bskan.jp/en/)). 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.

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。

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.

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](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/](https://www.bousai.metro.tokyo.lg.jp/)
 - ★NHK ワールド
[URL https://www3.nhk.or.jp/nhkworld/](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。

Major Disaster Information Websites

- ★ Cabinet Office Disaster Information
[URL https://www.bousai.go.jp/index.html](https://www.bousai.go.jp/index.html)
 - ★ Tokyo Metropolitan Government Disaster Prevention Information
[URL https://www.bousai.metro.tokyo.lg.jp/](https://www.bousai.metro.tokyo.lg.jp/)
 - ★ NHK World
[URL https://www3.nhk.or.jp/nhkworld/](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、庭の植木鉢やベランダの物干しなどが風で飛ばされないように注意しましょう。地域によっては、増水、崖崩れなどが起こる場合がありますので、テレビ、ラジオ、消防署等の情報に注意をしてください。

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 be sure to secure potted plants in your garden or clothes hanging on your verandah so that they won't be blown 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	命の危険、ただちに安全確保	緊急安全確保	大雨特別警報、氾濫発生情報
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、氾濫危険情報、高潮警報、高潮特別警報
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、洪水警報、氾濫警戒情報、高潮注意報
レベル2	自らの避難行動を確認	—	大雨注意報、洪水注意報、氾濫注意情報、高潮注意報
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
Level 4	Everyone in dangerous areas must evacuate	Evacuation order	Landslide warning, Overflow danger, Storm surge warning, Storm surge emergency warning
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
Level 2	Confirm evacuation procedures	—	Heavy rain advisory, Flood advisory, Overflow advisory, Storm surge advisory
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/menu/menuflash.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いけ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。

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.

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。

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



きく
菊

はなごことば こうき こうけつ こうしやう
花言葉「高貴・高潔・高尚」

にほん こっか かべん ひろ さま
日本の国花。花卉の広がる様が

たいやう たと こうき しやう
太陽に例えられる。高貴さの象

ちやう げんざい こうしつ
徴でもあり、現在でも皇室の

もんしやう こっかい きいん
紋章や国会議員のバッジのモ

ちーフとして用いられている。

Kiku (Chrysanthemum)

What this flower signifies in Japan:
Nobility, idealism

This is one of the national flowers of Japan. The petals in full bloom are symbolic of the sun. A symbol of nobility and idealism, the chrysanthemum is the motif for the Imperial Family crest and the badge of National Diet members.

第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

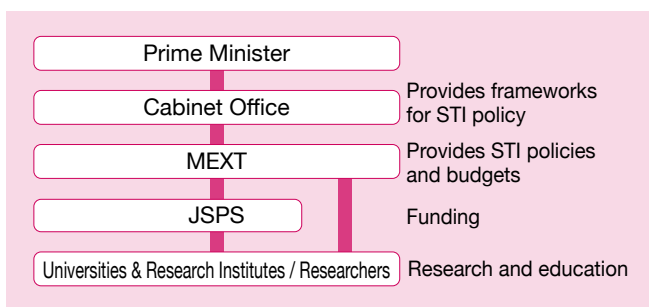
日本の科学技術・イノベーション政策の基本方針として、令和3年3月に「第6期科学技術・イノベーション基本計画」(令和3年から令和7年)が閣議決定され、この計画に基づき、日本の科学技術・イノベーション政策の振興が諮られています。

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指すとして、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、国立研究開発法人、行政執行法人の3つに区分されることになりました。日本学術振興会は平成15年に文部科学省所管の独立行政法人となり、平成27年に中期目標管理法人に区分されました(日本学術振興会についてはP.37を参照)。また平成16年4月に国立大学は国立大学法人に移行されました。それぞれの大学が自律性と自主性を持って経営を行い、独自の教育と研究を発展させることが期待されています。

日本における学術研究の推進は、大学と大学共同利用機関法人及び各省庁の国立研究所や独立行政法人などが中心的役割を担っています。主な学術研究機関について、次に述べます。

Science, Technology, and Innovation Policy System in Japan



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 “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.

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, Culture, Science and Technology—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 37 concerning JSPS). The main roles for the advancement of academic research

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、日本学生支援機構のホームページ [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越えて、**大規模な研究施設や大量のデータ・資料等**を利用した共同研究を行う機関として設置されたものです。平成16年4月に、これまで設置されていた大学共同利用機関が、4つの新たな研究機関に統合再編され、**法人化**されました。この法人化により、それぞれの研究機関の**自立的な運営の確保**、新たな学問分野の**創出に向けた戦略的な取り組み**の推進など、我が国の学術研究全体の**活性化や国際競争力の強化**に資することが期待されています。

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。

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.

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. [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://www.scj.go.jp/ja/gakkai/index.html](https://www.scj.go.jp/ja/gakkai/index.html)) が公開されており、参考になります。

また、国立情報学研究所では、Web上で、各学協会とリンクして学協会の情報提供をしています。(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・社会・自然科学にわたる全学問分野の学術情報を対象として、広く情報を発信しています。その中核的な機関である「国立情報学研究所 (NII)」を中心として、全国の大学の情報基盤センター、情報処理センター及び図書館や、大学共同利用機関法人及び学協会などと連携を図り、大学、研究機関及び諸外国の研究者が必要とする学術情報システムの構築と学術情報の提供 (一部有料) を行っています。

★ **情報・システム研究機構 国立情報学研究所**

[URL http://www.nii.ac.jp/](http://www.nii.ac.jp/)

【主なサービス】

- ① CiNii (NII学術情報ナビゲータ) : 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 Webcat Plus (総合目録データベース WWW 検索サービス) : 全国の大学図書館等で所蔵している図書・雑誌の情報を提供するサービス
- ⑤ NACSIS-CAT/ILL (目録所在情報サービス) : 大学・研究機関等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

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

4-2 Academic Societies

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

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

4-3 Academic Information System

Japan's academic information system covers information in all fields of study in the humanities and the social and natural sciences, and distributes it through a wide network. The core organization of this network is the **National Institute of Informatics (NII)** which maintains links with such organizations as information infrastructure centers at universities across Japan, information processing centers, libraries, Inter-University Research Institute Corporations, and academic societies. The NII has built this academic information system and provides academic information (some of it for a fee) required by universities, research institutes, and overseas researchers.

★ National Institute of Informatics, Research Organization of Information and Systems

[URL http://www.nii.ac.jp/en/](http://www.nii.ac.jp/en/)

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) Webcat Plus (General catalog database search)
A service that provides information on books and periodicals held in university libraries and other locations in Japan
- (5) 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

In addition, the **Japan Science and Technology Agency (JST)**—a national research and development

発信を積極的にを行っています (一部有料)。

★国立研究開発法人 科学技術振興機構

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

【主なサービス】

- ① 科学技術総合リンクセンター (J-GLOBAL) : 個別に存在していた科学技術情報をつなぎ、整理したサービス
- ② 電子ジャーナル (J-STAGE) : 日本の科学技術に関する学協会誌の電子ジャーナル化を支援するサービス
- ③ 新世代研究基盤サービス (researchmap) : 公開されている各種研究データベースと連携した、研究者中心のコミュニケーションサービス
- ④ 研究者の公募情報 (JREC-IN Portal) : 日本の研究機関の研究職・技術職への就職希望者への情報サービス
- ⑤ バイオサイエンスデータベースセンター (NBDC) : ヒトゲノム統合データベース (HOWDY-R) 等の生命科学データベースを提供するサービス

agency under the jurisdiction of MEXT—actively distributes information on Japanese science and technology through such measures as providing a database of information on academic literature and on Japanese research institutes and researchers in a directory format (some of it fee-based).

★ Japan Science and Technology Agency

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

Main Services

- (1) Japan Science and Technology Agency Link Center (J-Global)
A service that links and organizes information on science and technology that had previously existed separately.
- (2) Electronic journal (J-STAGE)
Supports the production of electronic versions of journals on Japanese science and technology issued by academic societies
- (3) researchmap—A next-generation research infrastructure
Communication service for researchers that links various types of research databases open to the public.
- (4) Researcher recruiting information (JREC-IN Portal)
Information service for researchers looking for employment as a researcher or technician at Japan’s research institutes
- (5) National Bioscience Database Center (NBDC)
Provides bioscientific databases such as the Human Organized Whole Genome Database (HOWDY-R)

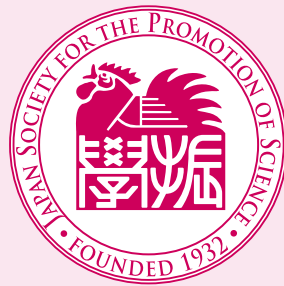


Chapter 5

Japan Society for the Promotion of Science (JSPS)

だいごしょう
第5章

にほんがくじゆつしんこうかい
日本学術振興会



こらいよりあかつきしやうちやう
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、
こじきにおいて、ちえつかさどかみ
古事記において、知恵を司る神
があまいわやとひら
が天の石屋戸を開くため、常世
(不死)の長鳴鳥を集めて鳴かせ
たと記されています。

The *naganakidori*, a long-crowing rooster of the eternal world, has symbolized the dawn since ancient times. Japan's oldest historical record, the *Kojiki*, relates that the gods gathered *naganakidori* to signal the end of night and thereby convince the sun goddess Amaterasu to open the stone door of her cave.

5-1 日本学術振興会

日本学術振興会（以下、「学振」）は、天皇陛下の御下賜金により昭和7年（1932年）に設立されて以来、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、研究者の活動を支えてきました。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基盤に、国内最大の競争的資金である科学研究費助成事業をはじめとする学術研究の助成、特別研究員等の若手研究者養成、学術に関する国際交流の推進、大学改革やグローバル化の支援等を通して、学術の振興を図ることを目的としています。基礎から応用まで、そして人文学、社会科学から自然科学まであらゆる研究分野を支援対象としており、研究者の自由な発想を重視するポムアップ型の支援を行っている点が特徴です。

学振は、東京都千代田区麹町に本部を置き、経営企画部、総務部、国際統括本部、国際企画部、国際事業部、人材育成事業部、研究事業部、学術システム研究センター、学術情報分析センター、世界トップレベル拠点形成推進センターの17本部、6部、3センターからなっており、177人（令和5年4月1日現在時点）の常勤職員が働いています。東京本部の他に、9か国10か所に海外研究連絡センターが設置されており、平成27年からはサンパウロに、ブラジルとその周辺国の学術動向等に関する情報収集及び専門的助言を行う「日本学術振興会海外アドバイザー」が設置されました。国際事業の実施にあたり、世界49か国・地域、2国際機関を含む91の学術振興機関等との良好な協力関係を築いており、日本を代表する資金配分機関として重要な役割を担っています（令和5年10月時点）。

学振の事業は、39ページの一覧をご参照ください。科学研究費助成事業、世界トップレベル研究拠点プログラム、各種フェロシップ、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/jspsvideos>



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) Create Knowledge in Diverse and Profound Fields; (2) Foster Next Generation of Researchers who Challenge the Creation of New Genres of Knowledge; (3) Strengths of Research Bases in Universities; (4) Strengths of International Research Network; and (5) Strengths of 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.

The JSPS Tokyo Headquarters, located in the Kojimachi district of Tokyo's Chiyoda Ward, has one headquarter, six departments and three centers—Policy Planning Department, Administration Department, Headquarters for International Affairs, International Policy Planning Department, International Program Department, Human Resource Development Program Department, Research Program Department, Research Center for Science Systems, Center for Science Information Analysis, and Center for Promotion of World Premier International Research Center Initiative—with a total of 177 full-time employees (as of April 1, 2023). In addition to its headquarters in Tokyo, JSPS has ten liaison offices overseas in nine countries. As of 2015, the organization established a new post, JSPS Science Advisor, in São Paulo to collect information on research trends and provide specialized advice in Brazil and neighboring areas. Cooperative ties have been built with 91 overseas counterpart institutions—including two international institutions—in 49 countries/regions around the world to promote various international programs (as of October 2023). JSPS plays a crucial role as the Japan's premier funder of scientific research.

Please refer to the list on page 39 for the JSPS programs. For details on each program, such as the KAKENHI program, the World Premier International Research Center Initiative (WPI), fellowship programs, and outreach programs, please see the JSPS website or brochure.

URL <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/jspsvideos>

5-1-1 日本学術振興会の事業一覧

5-1-1 List of JSPS Programs

事業名		
I	多様で厚みのある知の創造	
	科学研究費助成事業	
	課題設定による先導的人文学・社会科学 研究推進事業（学術知共創プログラム） 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	
II	知の開拓に挑 戦する次世代 の研究者の養 成	
	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	
	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	
	HOPE ミーティング～ノーベル賞受賞者との5日間～	
	先端科学シンポジウム事業	
	ノーベル・プライズ・ダイアログ	
リンドウ・ノーベル賞受賞者会議派遣事業		
III	大学等における研究基盤等の強化	
	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	
	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	
	知識集約型社会を支える人材育成事業	
	地域活性化人材育成事業 ～SPARC～	
	成長分野における即戦力人材輩出に向けたリカレント教育推進事業	
	大学の世界展開力強化事業	
	スーパーグローバル大学創成支援事業	
IV	国際研究ネットワークの強化	
	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. 一般	
	外国人招へい研究者 D. 長期 E. 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	
	サイエンス・ダイアログ	
	V	学術振興のための支援基盤の強化
		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 学術の社会的連携・協力の推進事業

Program	
I	Create Knowledge in Diverse and Profound Fields
	Grants-in-Aid for Scientific Research (KAKENHI)
	Topic-Setting Program to Advance Cutting-Edge Humanities and Social Sciences Research (Co-Creation of Academic Knowledge) Program for Strengthening Data Infrastructure for the Humanities and Social Sciences
II	Foster Next Generation of Researchers who Challenge the Creation of New Genres of Knowledge
	Research Fellowships for Young Scientists
	Overseas Research Fellowships
	Overseas Challenge Program for Young Researchers
	Leading Initiative for Excellent Young Researchers (LEADER)
	JSPS Prize
	JSPS Ikushi Prize
	International Prize for Biology
	Hideyo Noguchi Africa Prize
	HOPE Meetings with Nobel Laureates
	Frontiers of Science (FoS) Symposia
	Nobel Prize Dialogue
Young Researcher Support for Attending Lindau Nobel Laureate Meetings	
III	Strengths of Research Bases in Universities
	World Premier International Research Center Initiative (WPI)
	Program for Promoting the Enhancement of Research Universities with a Regional Core and Distinctive Characteristics (tentative translation)
	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
	Human Resource Development Project for Supporting Knowledge-Based Society
	Supereminent Program for Activating Regional Collaboration ~SPARC~
	Producing Professional Human Resources in Growth Fields – Recurrent Education Promotion Project
	Inter-University Exchange Project
Top Global University Project	
IV	Strengths of International Research Network
	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 C. Standard Program
	Invitational Fellowships for Research in Japan D. Long-term E. Short-term
	RONPAKU (Dissertation PhD) Program
	BRIDGE Fellowship Program
Science Dialogue	
V	Strengths of Support Base for Science-Promotion
	HIRAMEKI ☆ TOKIMEKI SCIENCE - Welcome to a University Research Lab - Science That Inspires and Inspirits University-Industry Research Cooperation Societally Applied Scientific Linkage and Collaboration

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5(2023)年度予算額 2,377 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 2023 is 237.7 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、WPIアカデミーの運営及びプログラムの成果の最大化に向けた活動の支援を実施。

The goal is to create globally visible centers of excellence boasting superior research environments that attract frontline researchers from around the world. 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を担う研究者として飛躍する機会を提供。毎年1回日本で開催。

To foster the next generation of researchers in the Asia-Pacific region and 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。博士課程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)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 two categories: Standard and Short-term) and Invitational Fellowships (in two categories: Long-term and Short-term) for researchers with excellent records of research achievements.

⑤ スーパーグローバル大学創成支援事業

Top Global University Project

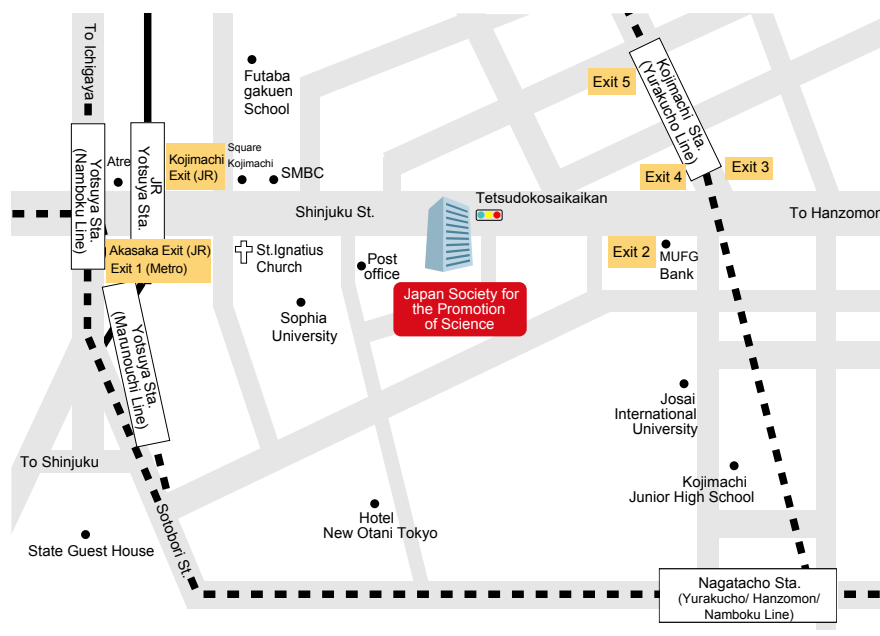


日本の高等教育の国際競争力、国際通用性の向上を目的に、世界レベルの教育研究を行う13のトップ大学と国際化を牽引する24のグローバル大学に対し、海外の卓越した大学との連携や大学改革により徹底した国際化を進めるよう文科省と協働で支援。

To strengthen the international competitiveness and compatibility of Japan's institutions of higher education, the JSPS in coordination with MEXT gives priority support to 13 world-class universities designated as "top type" and 24 innovative universities designated as "global traction type" that proactively carry out collaborations with top-level institutions overseas and thorough reforms toward globalization of their institutions.

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.jps.go.jp/english/index.html>

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

- ・来日直後の外国人特別研究員を対象としたオリエンテーションの開催 (年3～4回)
- ・来日後のフェロー有志に、受入研究機関近隣の高等学校などにおいて、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>

- ・滞在地域・分野別の現役フェロー検索 (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



オリエンテーションでの茶道体験
Experiencing the tea ceremony at an orientation session

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

- Orientations for the fellows of the JSPS Postdoctoral Fellowships for Research in Japan after their arrival (three or four times a year)
- Provision of 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>

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



同窓会活動を支える JSPS スタッフ
(ドイツ)
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、フェロースhip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5年10月現在20あり、フェロースhip設立以来31,000人いる元フェローのおよそ25%がいずれかの同窓会に所属しています。JSPS同窓会は、本部や海外研究連絡センターから支援を受け、定期的に学術シンポジウムなどの開催、ニュースレターやメールマガジンの発行等の活動を自主的に行っています。世界には日本との架け橋として同窓会活動に尽力するフェローがたくさんいます。各国の同窓会の詳細は、以下のウェブサイトをご覧ください。

URL <https://www.jps.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 ※1	Deutsche Gesellschaft der JSPS-Stipendiaten e.V. ¹⁾	1995
JSPS フランス語圏同窓会	l' Association des Anciens Boursiers Francophones de la JSPS	2003
JSPS イギリス・アイルランド同窓会	The JSPS Alumni Association of the UK and the Republic of Ireland	2004
日本学術振興会米国・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 Alumni Club in Sweden (SAC)	2005
JSPS インド同窓会	Indian JSPS Alumni Association(IJAA)	2006
JSPS エジプト同窓会	JSPS Alumni Association in Egypt (JSPSAAE)	2008
JSPS 東アフリカ同窓会 ※2	Eastern Africa JSPS Alumni Association ²⁾	2008
JSPS 韓国同窓会(日韓研究者交流協会)	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 the Philippines Inc. (JAAP)	2013
JSPS ネパール同窓会	Nepal JSPS Alumni Association (NJAA)	2015
JSPS デンマーク同窓会	JSPS Alumni Club in Denmark (ACD)	2015
JSPS インドネシア同窓会	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 Alumni Club in Norway (ACN)	2019
JSPS マレーシア同窓会	JSPS Alumni Association Malaysia	2019

※1 ドイツ語圏であるオーストラリア、スイスも含む。
 ※2 ケニア、ウガンダ、エチオピア、タンザニア、ブルンジ、ルワンダ、ザンビアを含む。
 *1 The area covered includes Germany, Austria and Switzerland.
 *2 The area covered includes Kenya, Uganda, Ethiopia, Tanzania, Burundi, Rwanda and Zambia.

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 October 2023, 20 researcher communities had formally received certification from JSPS, and about 25 percent of former fellows—a total of 31,000 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.jps.go.jp/english/e-alumni/index.html>



毎年インド全土の各支部で開催されるインド同窓会シンポジウム(インド)

IJAA symposium held every year by each chapter (India)



バンングラデシュ同窓会第14回国際セミナー(バンングラデシュ)

14th international seminar held by BJSPSAA (Bangladesh)



AAASの年次会合におけるJSPS事業のブースにて自らの経験を語る同窓会員(アメリカ)

AA member talking her own experience at a JSPS booth of AAAS annual meeting (USA)



中国・フフホト市で行われたJSPS中国同窓会の年次総会(中国)

Annual meeting in Hohhot 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
- 海外でフィールドワークなどを行う研究者の支援

The JSPS has ten liaison offices in nine countries to reinforce relations and foster international exchanges between Japan and various countries in the fields of research and technology, and is actively pursuing the activities mentioned below. In addition, a JSPS science advisor in São Paulo, Brazil collects information on research trends and provides specialized advice in Brazil and neighboring areas.

- Working together with overseas research promotion institutes that have cooperative agreements with the JSPS
- Holding symposiums and colloquiums with the cooperation of overseas research institutes
- Cooperate with Japanese universities and support the development of their overseas activities
- Build and support networks formed among former participants in JSPS programs, such as fellowships
- Disseminate information on scientific trends in Japan and gather information on academic trends and university reforms overseas
- Support researchers conducting fieldworks overseas, etc.

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.jpsps.go.jp [URL https://www.jpspsusa.org](https://www.jpspsusa.org)

サンフランシスコ研究連絡センター JSPS San Francisco Office

1936 University Ave, Suite250, Berkeley, Ca, USA
Tel: +1-510-665-1890 Fax: +1-510-665-1891
E-mail: sfo-info@overseas.jpsps.go.jp [URL http://www.jpspsusa-sf.org](http://www.jpspsusa-sf.org)

ドイツ Germany

ボン研究連絡センター JSPS Bonn Office
Wissenschaftszentrum, Ahrstr. 58, 53175, Bonn, GERMANY
Tel: +49-228-375050 Fax: +49-228-957777
E-mail: bonn-info@overseas.jpsps.go.jp [URL https://www.jpsps-bonn.de](https://www.jpsps-bonn.de)

英国 UK

ロンドン研究連絡センター JSPS London Office
14 Stephenson Way, London, NW1 2HD, UK
Tel: +44-20-7255-4660 E-mail: lon-info@overseas.jpsps.go.jp [URL https://www.jpsps.org](https://www.jpsps.org)

スウェーデン Sweden

ストックホルム研究連絡センター JSPS Stockholm Office
Retzius Vag 3, 171 65 Solna, SWEDEN
Tel: +46-8-5248-4561 E-mail: sto-info@overseas.jpsps.go.jp [URL https://www.jpsps-sto.com](https://www.jpsps-sto.com)

フランス France

ストラズブール研究連絡センター JSPS Strasbourg Office
Maison Universitaire France-Japon 42a, avenue de la Forêt-Noire,
67000 Strasbourg, FRANCE
Tel: +33-3-6885-2017 Fax: +33-3-6885-2014
E-mail: jpsps@unistra.fr [URL https://jpsps.unistra.fr](https://jpsps.unistra.fr)

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.jpsps.go.jp [URL https://www.jpsps-th.org](https://www.jpsps-th.org)

中国 China

北京研究連絡センター JSPS Beijing Office
A404, China Foreign Language Mansion, No. 89 Xisanhuan Beilu, Haidian District,
Beijing 100089, P.R. CHINA
Tel: +86-10-8882-4331 Fax: +86-10-8882-4332
E-mail: beijing@jpsps.org.cn [URL https://www.jpsps.org.cn](https://www.jpsps.org.cn)

エジプト Egypt

カイロ研究連絡センター JSPS Cairo Research Station
9 Al-Kamel Muhammad Street, Flat No. 4, Zamalek, Cairo, EGYPT
Tel & Fax: +20-2-27363752
E-mail: cai-info@overseas.jpsps.go.jp [URL https://jpspscairo.com](https://jpspscairo.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.jpspsnairobi.org](https://www.jpspsnairobi.org)

ブラジル Brazil

二宮正人 サンパウロ海外アドバイザー

Masato Ninomiya, JSPS Science Advisor in São Paulo
E-mail: sao-info@overseas.jpsps.go.jp [URL https://www.jpsps.go.jp/english/saopaulo/index.html](https://www.jpsps.go.jp/english/saopaulo/index.html)

5-5 日本学術振興会の対応機関

JSPS's Overseas Counterpart Institutions

外国人研究者招へい事業や二国間交流事業等国際事業の実施にあたり、学振は以下の世界49か国・地域、2国際機関を含む91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 91 research promotion institutes in 49 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) ♥	
		Indonesian Institute of Sciences (LIPI) ♥	
	Oceania	Korea, Rep.	National Research and Innovation Agency (BRIN) ★
			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 ★	
Africa	Australia	Australian Academy of Science (AAS) ♣★	
		Australian Research Council (ARC) ★	
	New Zealand	Ministry of Business, Innovation and Employment (MBIE) ★	
Europe	Egypt	The Royal Society of New Zealand (RSNZ) ♣♥♥★	
		Ministry of Higher Education and Scientific Research (MHESR) ★	
	Kenya	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) ♥♥★	
Europe	Tunisia	Ministry of Higher Education and Scientific Research (MHESR) ★	
		Austrian Agency for International Cooperation in Education and Research (OeAD-GmbH) ♣★	
	Austria	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 (AKA) ♣♦♦♥	
	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) ♣♥	
	Hungary	German Research Foundation (DFG) ♥★	
		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 (PAN) ♣♥	
	Romania	Ministry of National Education (MEN) ★	
	Slovakia	Ministry of Higher Education, Science and Innovation (MESI) ♣★	
	Slovenia	Ministry of Education, Science and Sport (MESS) ♣♥	
	Spain	Spanish National Research Council (CSIC) ★	
	Sweden	Nobel Prize Outreach AB ★	
		Royal Swedish Academy of Sciences (RSAS) ♣★	
		The Swedish Foundation for International Cooperation in Research and Higher Education (STINT) ♣	
		Swedish Foundation for Strategic Research (SSF) ♣	
		Swedish Governmental Agency for Innovation Systems (VINNOVA) ♣	
		Switzerland	ETH Zurich (ETHZ) ♣♦
	UK	Swiss National Science Foundation (SNSF) ♣★	
		The British Academy ♣	
		The British Council ♣	
The Royal Society ♣♥♥★			
Economic and Social Research Council (ESRC) ★			
Ukraine	UK Research and Innovation (UKRI) ★		
Ukraine	The National Academy of Sciences of Ukraine (NAS) ♣		
North America	Canada	European Research Council (ERC) ★	
		Canadian Embassy (CE) ♣	
	Canada	Canadian Institute For Advanced Research (CIFAR) ★	
		Natural Sciences and Engineering Research Council of Canada (NSERC) ♣	
		Mitacs ♣	
	USA	Social Sciences and Humanities Research Council (SSHRC) ★	
		Royal Society of Canada (RSC) ★	
		National Academy of Sciences (NAS) ★	
	Central/South America	Argentina	National Institutes of Health (NIH) ♣★
		Chile	National Science Foundation (NSF) ★
the Middle East	Chile	National Council of Scientific and Technological Research (CONICYT) ★	
	Mexico	National Council on Science and Technology (CONACYT) ★	
International Organizations	Turkey	The Scientific and Technological Research Council of Türkiye (TÜBİTAK) ♥♥★	
	Israel	Ministry of Innovation, Science and Technology ★	
International Organizations	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
卷末付録



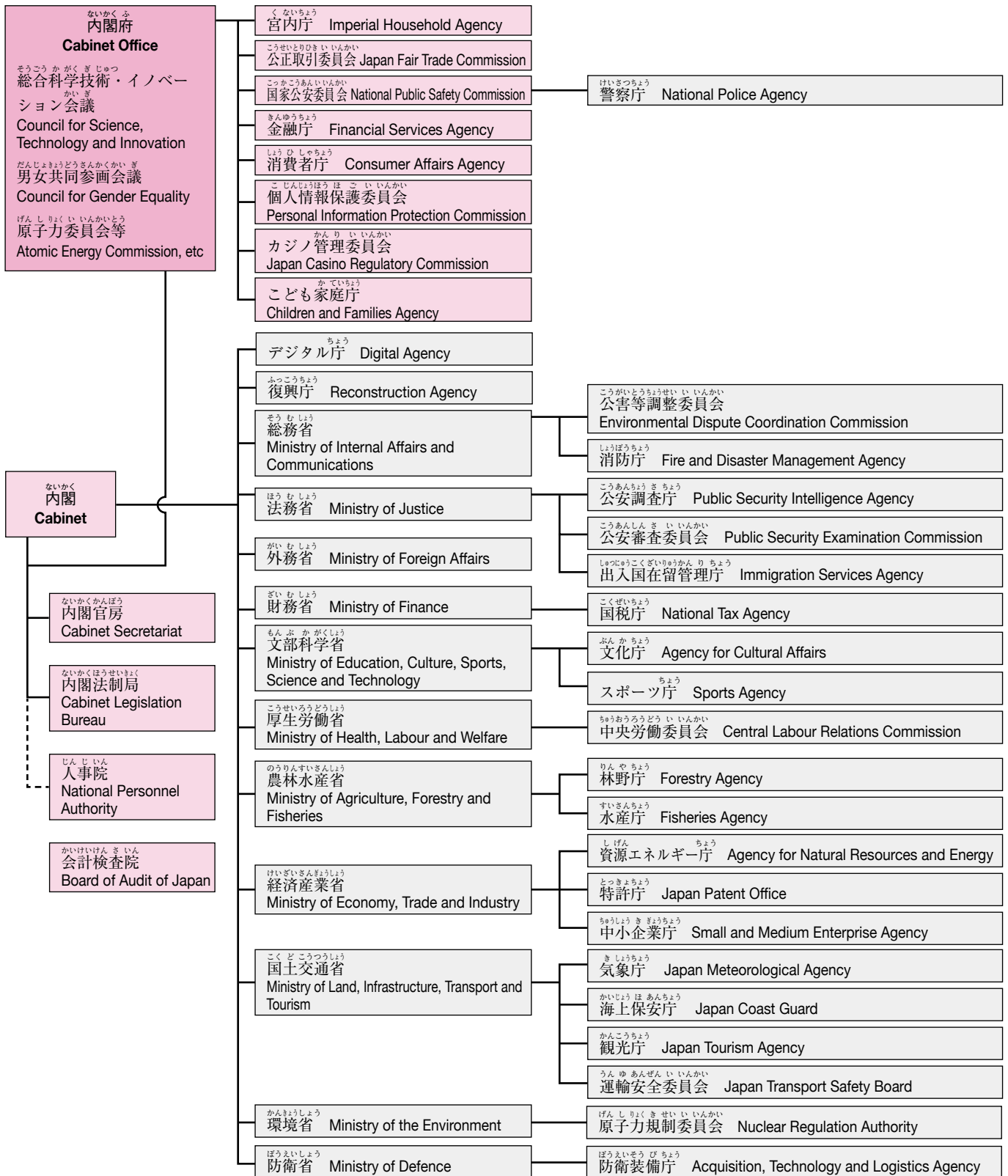
つばき
椿

はなことば ひか うつく ぼこ
花言葉「控えめな美しさ・誇り」
はる とうらい つ はな きちじょう
春の到来を告げる花。「吉祥」を
い み いっぽう はな つ 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 ぶ け ふざわ
連想させ武家に相応しくないとさ
げんざい びょうにん け がにん おく
れた。現在でも病人や怪我人に贈
ることは避けられている。

Tsubaki (Camellia)

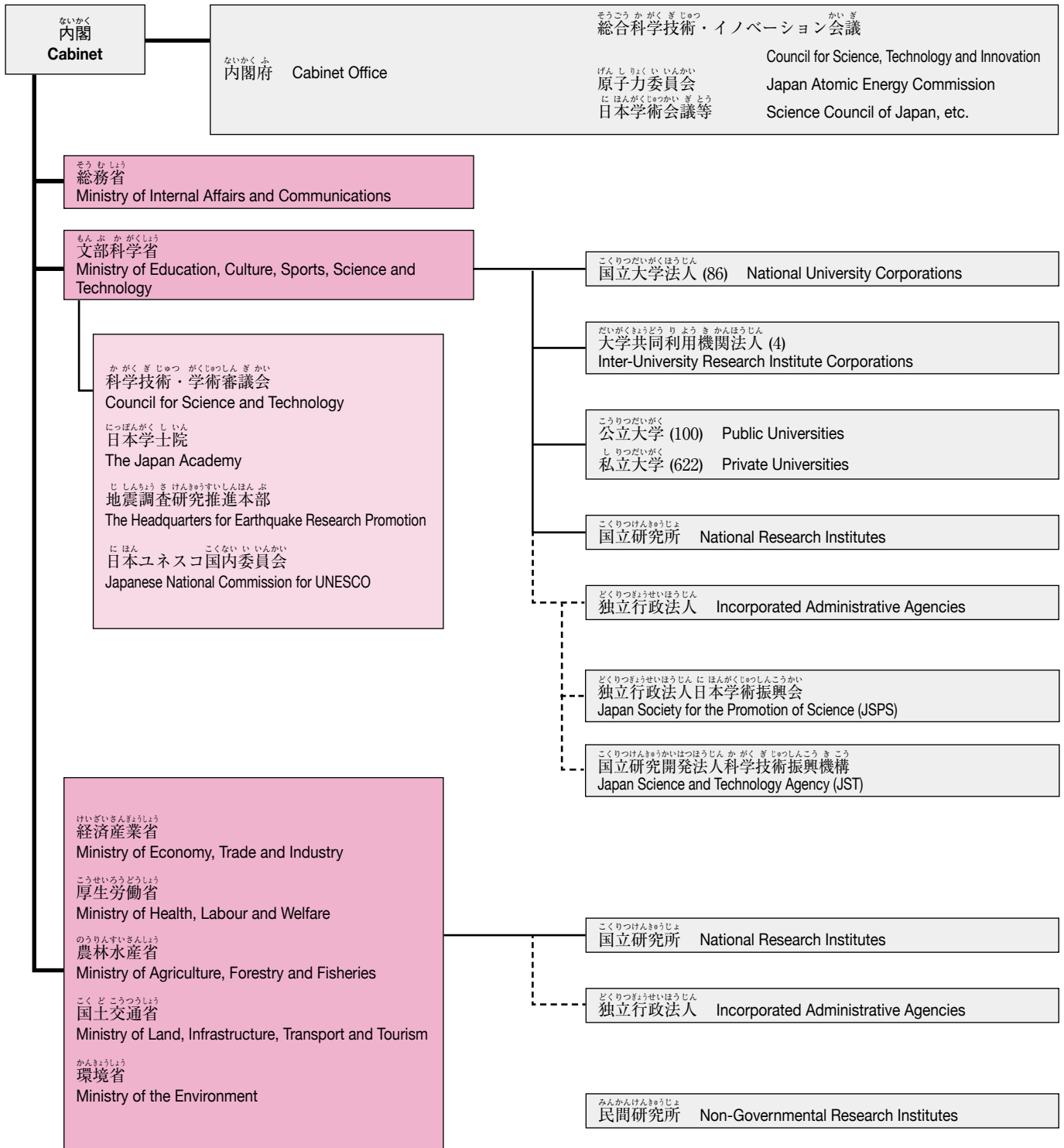
What this flower signifies in Japan:
Beauty of modesty, pride
Camellias announce the arrival
of spring. While the camellia is
considered a good omen on one
hand, it was thought to be an
inappropriate flower for a samurai
family because the way the flowers
fall to the ground from the neck
made a person think of human heads
being cut off. Even today, people
avoid giving camellias as gifts to
those who are sick or injured.

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 ず
日本の学術行政組織図

Organization of Japanese Research Administration



ちほうしゅつにゅうこくざいりゅうかん りきよおよ しきよく
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/>

とうきょうしゅつにゅうこくざいりゅうかん りきよく
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

とうきょうしゅつにゅうこくざいりゅうかん りきよく よこはま しきよく
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)

とうきょうしゅつにゅうこくざいりゅうかん りきよく なり たくこう しきよく
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)

とうきょうしゅつにゅうこくざいりゅうかん りきよく はねだ くこう しきよく
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)

おおさかしゅつにゅうこくざいりゅうかん りきよく
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

おおさかしゅつにゅうこくざいりゅうかん りきよく かんさいくこう しきよく
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-shi, Osaka 549-0011

Tel: 072-455-1453

(Kansai Airport)

おおさかしゅつにゅうこくざいりゅうかん りきよく こうべ しきよく
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)

なごやしゅつにゅうこくざいりゅうかん りきよく
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

なごやしゅつにゅうこくざいりゅうかん りきよく ちゅうぶくこう しきよく
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)

さっぽろしゅつにゅうこくざいりゅうかん りきよく
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 (011-261-7502 for an IP phone or overseas)

Jurisdiction: Hokkaido

せんだいしゅつにゅうこくざいりゅうかん りきよく
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: 022-256-6076

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

ひろしましゅつにゅうこくざいりゅうかん りきよく
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

たかまつしゅつにゅうこくざいりゅうかん りきよく
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

ふくおかしゅつにゅうこくざいりゅうかん りきよく
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

ふくおかしゅつにゅうこくざいりゅうかん りきよく なは しきよく
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 ___.

___ から来ました。
___ kara kimashita. I'm from ___ (country name).

がくしん にほんがくじゅつしんこうかい
学振 (日本学術振興会) の
プログラムの研究者です。
GAKUSHIN* no puroguramu no kenkyū sha desu. I'm a researcher under the JSPS program.

___ 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

ū: Pronunciation should be lengthened, like “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
40	1965
41	1966
42	1967
43	1968
44	1969
45	1970
46	1971
47	1972
48	1973
49	1974
50	1975
51	1976
52	1977
53	1978
54	1979
55	1980
56	1981
57	1982
58	1983
59	1984
60	1985
61	1986
62	1987
63	1988
64	1989
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

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.

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

掲載情報は2023年8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 August 2023. 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 2024-2025

2023年12月

編集・発行

独立行政法人日本学術振興会 (JSPS)

〒102-0083

東京都千代田区麹町5-3-1 麹町ビジネスセンター

電話：03-3263-3444

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

編集協力：(株) メリットファイブ

© 2023 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 2024-2025

December 2023

Published by:

Japan Society for the Promotion of Science

Kojimachi Business Center Bldg., 5-3-1

Kojimachi, Chiyoda-ku, Tokyo 102-0083

Tel: +81-3-3263-3444

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

Editorial support: Merit 5 Co., Ltd.

© 2023 JSPS. All rights reserved.

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

JSPS

