GUIDE DU KENSHU-IN

AGENCE JAPONAISE DE COOPÉRATION INTERNATIONALE (JICA)

Avril 2024

AVANT-PROPOS

C'est pour nous un grand plaisir de vous accueillir au Japon afin de participer au programme de co-création de connaissances organisé par l'Agence japonaise de coopération internationale (JICA), dans le cadre du programme de coopération technique du gouvernement japonais. Le programme de co-création de connaissances de la JICA offre des programmes dans différents domaines concernant le développement à nos pays partenaires, répondant aux besoins et aux demandes de chaque gouvernement partenaire., Ces programmes visent ainsi à ce que leurs participants rapportent les connaissances et les compétences qu'ils y ont acquises, afin que cela puisse éventuellement contribuer au développement social et économique de leur pays.. En tant que représentants de chaque gouvernement, il incombe aux participants de tirer le meilleur parti de leur programme au cours celui-ci, ainsi que de retour dans leur pays d'origine, et. nous sommes convaincus que chaque participant comprend l'importance de son rôle et de cette opportunité offerte par la JICA.

Ce guide est conçu pour donner à tous les participants les informations nécessaires à un séjour au Japon aussi profitable que possible. Nous espérons que vous le lirez attentivement pour comprendre votre séjour au Japon et vos responsabilités en tant que participant de la JICA. Ce guide présente également les différentes étapes de votre itinéraire, et en suivant ces instructions, nous sommes sûrs que vous disposerez de toutes les informations dont vous aurez besoin pour effectuer un agréable voyage. Nous vous demandons de bien vouloir conserver ce guide sur vous.

Au nom de la JICA, j'espère que votre séjour au Japon vous permettra de mieux connaître notre pays et de renforcer les liens d'amitié avec la population japonaise ainsi qu'avec les autres participants - bien que nous aussi ayons beaucoup à apprendre de chacun de vous. Grâce à ce programme, je suis convaincu que nous serons en mesure de développer l'apprentissage et la compréhension mutuelle entre les peuples ayant chacun des expériences différentes et uniques.

Nous nous réjouissons de vous rencontrer prochainement au Japon.

Le directeur général,
Département de la Stratégie et du partenariat
Agence japonaise de coopération internationale

TABLE DES MATIERES

I. INFORMATIONS GÉNÉRALES POUR LES PARTICIPANTS 1
1. Rôle de la JICA 1
2. Programme de co-création de connaissances de la JICA .. 1
3. Statut des participants 2
4. Procédure d'admission des participants 3

II. RÈGLEMENTS ET OBLIGATIONS 4
1. Participants : Règles et règlements 4
2. Centres de la JICA : Règles et règlements 11
3. Rapports et documents (soumission des rapports) 12
4. Loi relative au droit d'auteur 13
5. État de santé 13
6. Interruption de programme 16

III. INDEMNITÉS 17
1. Indemnités de subsistance et d'hébergement 17
2. Indemnités de transport et de déplacement 19
3. Indemnités supplémentaires 20
4. Mode de paiement 24
5. Frais non remboursés 27

IV. SERVICES MÉDICAUX 28
1. Carte médicale 29
2. Soins médicaux 30
3. Examen médical après l'arrivée 31

V. PRÉPARATIFS ET ARRIVÉE AU JAPON 32
1. Préparation au départ (listes de vérification 1, 2, 3 et 4) 32
2. Arrivée à l'aéroport au Japon 39
3. Aéroport international de Narita (NRT) 46
4. Aéroport international de Haneda (HND) 54
5. Aéroport international du Kansai (KIX) 62

VI. INFORMATIONS GÉNÉRALES 70
1. Arrivée 70
2. Réunions d'information 72
3. Cours de langue japonaise 73
4. Programme d'échanges socio-culturels 73
5. Vivre au Japon 74

VII. PERSONNEL DE FORMATION DE LA JICA 76
1. Chargé de programme 76
2. Coordinateur de la formation 77

VIII. RETOUR DANS VOTRE PAYS 77
1. Date de départ 77
2. Vol 77
3. Ajustement des indemnités 78
4. Expédition d'affaires personnelles 79
5. Transfert à l'aéroport 79
6. À l'aéroport 80

IX. AUTRES ACTIVITES ET INFORMATIONS 80
1. Soutien technique à titre de suivi 81
2. Association des anciens participants 81
3. Fourniture d'équipements et soutien financier 82

ANNEXE

1. ORGANIGRAMME DE LA JICA 84
2. SIÈGE ET BUREAUX AU JAPON DE LA JICA..... 86
3. CHRONOLOGIE DE L'HISTOIRE DU JAPON..... 106
4. JOURS FÉRIÉS 108
5. PIÈCES ET BILLETS EN CIRCULATION 109
6. PRIX À LA CONSOMMATION AU JAPON.....110
7. TAILLE DES VÊTEMENTS 111
8. TABLEAU DES POIDS ET MESURES 112
9. VINGT EXPRESSIONS UTILES EN JAPONAIS 113
10. Epidémie de COVID-19.....115
11. Références 116

I. INFORMATIONS GÉNÉRALES POUR LES PARTICIPANTS

Vous allez venir au Japon en tant que participant au programme de co-création de connaissances de la JICA. Il est important que vous lisiez attentivement les informations qui suivent afin de comprendre (1) le rôle de la JICA, (2) le programme de co-création de connaissances de la JICA, et (3) votre statut de participant de la JICA.

1. Rôle de la JICA

Le gouvernement du Japon octroie une aide publique au développement (APD) aux pays en développement, en soutien aux efforts d'auto-assistance contribuant à la croissance économique et à l'amélioration des conditions sociales pour les populations de ces pays.

L'Agence japonaise de coopération internationale, aussi appelée « JICA », est une organisation gouvernementale dont la mission principale est de mettre en œuvre l'APD du Japon.

2. Programme de co-création de connaissances de la JICA

Le Japon a commencé à s'engager dans la coopération internationale en 1954, et le « Programme de formation au Japon » a débuté la même année avec l'invitation au Japon de seize participants venus d'autres régions d'Asie.

Jusqu'en 2014, le terme « formation » était utilisé pour le programme, mais pour lui donner un nouveau souffle avec l'approche « co-créative » du Japon, un nouveau titre de programme, « Programme de co-création de connaissances » est utilisé depuis 2015. Le terme « co-créatif » désigne une approche à travers laquelle sont bâties des relations de réciprocité entre le Japon et les pays participants, et dans laquelle chacun apprend de l'autre, pour se développer ensemble.

Le Programme de co-création de connaissances est aujourd'hui encore une partie essentielle de la coopération japonaise, et durant les 60 dernières années, plus de 390 000 personnes venant de 190 pays sont venues au Japon par l'intermédiaire de ce programme. Ces dernières années, il y a environ 10 000 participants chaque année, pour des programmes couvrant tout un ensemble de domaines tels que la gouvernance, le développement urbain et régional, la santé et la médecine, l'éducation, la gestion environnementale, les processus de paix et la sécurité des populations, les ressources naturelles et l'énergie, la gestion des catastrophes, etc.

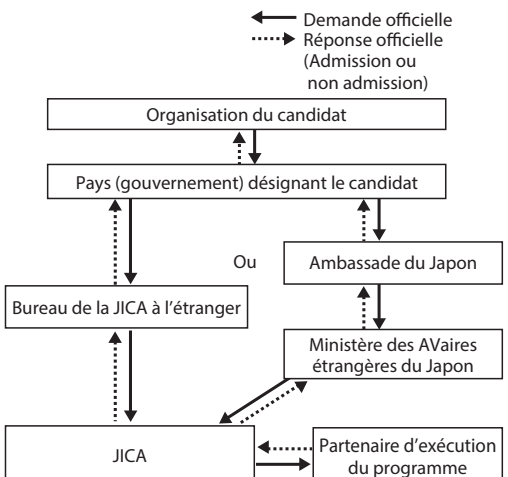
3. Statut des participants

Il est important pour vous de bien comprendre votre statut légal en tant que participant de la JICA au Japon.

Tout d'abord, gardez à l'esprit le fait que vous avez été sélectionné par le gouvernement de votre pays de manière officielle. De ce fait, le gouvernement japonais vous désigne officiellement comme « participant de la JICA », ce qui se dit en japonais « JICA kenshuin » (JICA M), et la JICA devient votre garant, en vous permettant d'entrer et de résider légalement au Japon pour la durée du programme spécifié.

4. Procédure d'admission des participants

L'admission des participants au programme de co-création de connaissances de la JICA est notifiée par voie diplomatique ou officielle. Le schéma ci-dessous montre le déroulement de la procédure de soumission des candidatures et d'admission au programme.



II. RÈGLEMENTS ET OBLIGATIONS

1. Participants : Règles et règlements

En tant que participant de la JICA, vous devez :

(1) respecter strictement le programme des cours,

(2) ne pas changer de programme, ne pas prolonger la durée du programme, et ne pas changer de billet d'avion, ni de réservation pour l'hébergement,

(3) ne pas venir accompagné d'un ou de plusieurs membres de votre famille (ne s'applique pas aux participants à un programme de longue durée),

(4) retourner dans votre pays selon le programme de voyage établi par la JICA,

(5) suivre les instructions et accepter les conditions du programme fixées par votre gouvernement et celui du Japon,

(6) respecter les règles et règlementations du partenaire d'exécution du programme qui fournit le programme ou les établissements,

(7) vous abstenir de participer à des activités politiques, de travailler à des fins lucratives ou pour faire des profits,

(8) interrompre les cours, si vous tombez gravement malade et êtes considéré comme inapte à poursuivre le programme,

(9) vous conformer aux lois et réglementations japonaises. En cas de toute violation desdites lois et réglementations, le participant pourra être tenu de rembourser une partie ou la totalité du frais du programme selon la gravité de ladite violation,

(10) vous retirer du cursus en cas de conduite contraire à la loi ou la morale telle que la possession de cannabis, l'usage* de stupéfiants et autres drogues illégales, la possession d'armes à feu et de munitions**, le harcèlement sexuel*** ou le vol à l'étalage****,

(11) ne pas conduire de voiture ou de moto, indépendamment de la possession ou non d'un permis de conduire international, et

(12) respecter les règles et règlements de votre lieu de résidence et ne pas changer l'hébergement prévu par la JICA.

  (i) comprendre qu'emporter à l'extérieur un équipement quelconque de l'hébergement pourrait constituer une infraction aux règlements.

  (ii) confirmer le type de votre chambre s'il est fumeur ou non-fumeur.

(13) Afin de respecter les conditions d'utilisation des œuvres protégées par le droit d'auteur dans le cadre du PCCC, veuillez consulter la page dédiée sur le site de la JICA :
(https://www.jica.go.jp/english/our_work/types_of_assistance/tech/acceptance/training/online/online_01.html)

*Possession de cannabis, usage de stupéfiants et autres drogues illégales

La possession, l'abus et la remise de drogue, ainsi que l'aide et l'incitation à de tels comportements constituent des « crimes ». Les comportements en lien avec la drogue ne sont en aucun cas admis par les lois japonaises, et sont soumis à des peines sévères.
Si vous commettez de tels actes, vous serez arrêté et jugé coupable, vos agissements seront alors signalés au gouvernement de votre pays et vous ruinerez votre vie.

Les principales sanctions pour l'abus de drogue et autres comportements en lien avec la drogue sont les suivantes :

Cannabis
● Importation, exportation et culture・・・・・・・・・jusqu'à 7 ans d'emprisonnement
● Possession, remise, recel et usage・・・・jusqu'à 5 ans d'emprisonnement

Même si vous êtes seulement en possession de cannabis, cela constitue un crime.
La culture illégale de cannabis est également interdite par la loi.

Stimulants
● Importation et production・・・・・・・・・・・・・emprisonnement pour une durée limitée d'au moins 1 an

● Possession, remise, recel et usage・・・・jusqu'à 10 ans d'emprisonnement

MDMA (3,4 méthylène-dioxy-méthamphétamine)
● Importation et production・・・・・・entre 1 et 10 ans d'emprisonnement
● Possession, remise, recel et usage・・・・jusqu'à 7 ans d'emprisonnement

Récemment, les cas d'abus de drogue incluant cannabis, MDMA et autres drogues dangereuses ont augmenté au Japon.
L'abus de drogue possède de sérieux impacts néfastes tant physiques que mentaux, et peut dans certain cas causer la mort.
Vous ne devez jamais « accepter », « acheter » et/ou « faire usage » de cannabis ou d'autres drogues. En outre, vous devez toujours garder à l'esprit qu'il existe un risque lié à la drogue et ne pas penser « la drogue n'a rien à voir avec moi ».
**Possession d'armes à feu et de munitions
La législation japonaise interdit la possession d'armes à feu et de munitions. Si vous en avez en votre possession, vous serez arrêté par la police. Vous serez par principe coupable et pourriez être condamné à une peine de prison.
***Harcèlement sexuel
Le harcèlement sexuel est défini comme tout propos

ou toute action, non désirés, à caractère sexuel qui font sentir inconfortable à une personne, qu'ils lui soient destinés ou non. En principe, même quand il n'y a pas d'intention, lorsque quelqu'un se sent harcelé, tel commentaire ou telle action peuvent constituer un harcèlement sexuel. Il s'agit de ce que ressent la victime, non pas de ce dont l'auteur a l'intention.

Il est important, afin d'éviter le harcèlement sexuel, d'exprimer votre sentiment et de comprendre le sentiment des autres. Nous devons tous être conscients des contextes socio-culturels différents.

La loi japonaise interdit le harcèlement sexuel, et la JICA désapprouve toute forme de tel comportement. De plus, un cas de harcèlement sexuel peut être signalé au gouvernement du pays du participant.

Les points suivants montrent comment éviter de commettre le harcèlement sexuel.

(i) Se rendre compte que les gens peuvent réagir aux propos ou comportements sexuels de manière différente selon leurs positions, sexes ou opinions. Comprendre que les gens issus de différentes origines sociale, culturelle, religieuse ou générationnelle peuvent aussi réagir différemment à ce comportement.

(ii) Être conscient que les gens ne manifestent pas toujours leurs désaccords avec votre propos ou comportement. Il est un tort d'assumer qu'une personne n'est pas gênée par votre propos ou commentaire seulement parce qu'elle n'a pas protesté. Subir sans rien dire ou fuir devant l'offenceur est une autre manière de dire « non ».

Voici les exemples de propos ou comportements considérés comme une forme de harcèlement sexuel. Il est à noter cependant que les coutumes des autres pays qui pourraient être concernés dans la sphère du harcèlement sexuel ne sont pas inclus dans la liste ci-dessous.

(i) Échange de plaisanteries vulgaires

(ii) Affichage de matériel pornographique (tel qu'une affiche de la nudité masculine ou féminine)

(iii) Intentionnellement montrer ou lire à haute voix les revues pornographiques ou autre matériel

(iv) Inviter de manière persistante une personne à une sortie ou un dîner, etc.

(v) Toucher inutilement le corps de l'autre (il est à rappeler que les gestes de salut, tels que la bise, l'embrassement ou mettre la main sur l'épaule, considérés comme normaux dans quelques pays, peuvent être interprétés comme harcèlement sexuel au Japon.)

(vi) Insister pour avoir une relation sexuelle avec l'autre.

Vidéo de référence : « Prévention du harcèlement sexuel résultant de différences de culture et d'habitudes »

La vidéo contient des exemples et points importants

concernant le harcèlement sexuel pouvant résulter de différences de culture et d'habitudes entre votre pays et le Japon. Tous les participants doivent visionner cette vidéo avant de venir au Japon.

Version anglaise
https://vimeo.com/866218222?share=copy
Version française
https://vimeo.com/866221506?share=copy
Version espagnole
https://vimeo.com/866222695?share=copy
Version portugaise
https://vimeo.com/866223783?share=copy
* Mot de passe : jicabrief15
Le mot de passe commun indiqué ci-dessus est indispensable pour la visionner.

****Vol à l'étalage

La loi japonaise condamne les délits tels que le vol à l'étalage, et la JICA aussi désapprouve telle infraction commise par les participants.

Il convient de garder à l'esprit que tel comportement fera le déshonneur à la JICA et à votre pays, et qu'il sera signalé au gouvernement de votre pays.

Il est important de savoir qu'il sera considéré comme un vol à l'étalage si vous emporter en dehors du magasin toute marchandise avant le paiement, et que les clients dans un magasin sont toujours surveillés par une caméra de surveillance et un gardien en civil.

2. Centres de la JICA : Règles et règlements

Pour que votre séjour dans les Centres de la JICA (Centres de la JICA) soit agréable, vous devez respecter les règles et règlements suivants :

(1) Le retour au Centre de la JICA doit avoir lieu avant 23 heures (l'heure de fermeture varie selon les centres). Si vous êtes dans l'incapacité de rentrer à temps, contactez dès que possible le Centre de la JICA pour l'informer de l'endroit où vous vous trouvez et de votre heure d'arrivée estimée.

(2) Nuit hors du centre : S'il vous faut passer la nuit à l'extérieur pour des raisons personnelles, vous devez l'indiquer à l'avance à l'aide du formulaire d'absence, à compléter et à remettre à la réception.

(3) Prévention des incendies : L'utilisation de chauffages électriques, de réchauds, de grille-pain ou de tout autre sorte d'appareils chauffants, est interdite afin de prévenir les incendies. Il est strictement interdit de fumer au lit et de cuisiner dans la chambre. (Les participants à un programme de longue durée doivent observer les règles et règlements de leur lieu d'hébergement qui ont été spécialement conçus à leur intention.)

(4) La JICA a mis en place une « politique environnementale » comme mesure de protection de l'environnement. Chaque participant est tenu de comprendre la politique et les activités de la JICA en faveur de l'environnement, et de réaliser des

économies d'énergie et le tri sélectif des déchets selon les règles des Centres de la JICA.

Remarque : Pour plus d'informations, notamment sur les plans, les installations et les services, consultez le site internet du centre concerné.

3. Rapports et documents (soumission des rapports)

(1) Avant la venue au Japon

Les participants à un programme axé sur le groupe et la région doivent préparer un rapport et d'autres documents, comme indiqué dans la brochure d'information générale (General Information, GI), et les soumettre au bureau de la JICA ou à l'ambassade du Japon avant de venir au Japon.

Les participants à un programme centré sur un pays qui envisagent d'utiliser les données et les échantillons provenant de leur pays afin d'étudier l'état actuel des connaissances dans leurs domaines respectifs doivent préparer et apporter les éléments nécessaires au Japon.

(2) Après l'arrivée au Japon

Conformément aux instructions données par la JICA ou par le partenaire d'exécution du programme, vous devrez préparer et soumettre des rapports ainsi que d'autres documents et répondre à un questionnaire d'évaluation.

4. Loi relative au droit d'auteur

Il est demandé aux participants de la JICA de prêter une attention particulière aux points suivants :

(1) Toute personne prise en flagrant délit de téléchargement de musique ou d'images piratées est passible d'une peine de prison de deux ans et/ou d'une amende pouvant aller jusqu'à 2 millions de yens.

(2) La copie de disques protégés contre la copie ou leur extraction sur un disque dur est illégale.

(3) L'utilisation de tout logiciel ou périphérique contournant les méthodes de protection d'un disque est également illégale.

(4) La copie de films ou de jeux vidéo est illégale au Japon même pour un usage personnel.

5. État de santé

Vous devez être en bonne santé physique et mentale pour mener à bien le programme. Il est recommandé à tous les candidats de passer un examen médical avant de venir au Japon. Vous devez également indiquer votre état de santé sur le questionnaire relatif aux antécédents médicaux et, si nécessaire, joindre un certificat médical de votre médecin (imprimé de préférence en anglais) décrivant le stade actuel de votre maladie et vous autorisant à vous rendre au Japon.

Par ailleurs, les participants dont le séjour au Japon est supérieur à six mois, devront effectuer un bilan de

santé après leur arrivée. Si les examens médicaux révèlent une maladie grave ou un mauvais état de santé, il leur sera recommandé d'interrompre leur programme. (Voir page 29, IV. SERVICES MÉDICAUX).

Vous devez rester en bonne santé pendant toute la durée de votre séjour au Japon. La JICA paie toutefois une prime d'assurance vous permettant de bénéficier d'une couverture médicale destinée à réduire le montant des dépenses de santé urgentes. Cependant, l'assurance médicale ne couvre pas les maladies préexistantes, les traitements dentaires et les soins liés à la grossesse* (voir page 30 pour plus de précisions). Aussi, il est vivement recommandé aux personnes souffrant d'une maladie chronique de consulter leur médecin avant de venir au Japon, et d'apporter les médicaments prescrits sur ordonnance en quantité suffisante pour la durée du séjour ainsi que les dossiers médicaux et l'ordonnance attestant leur nécessité. (La quantité maximale de médicaments pouvant être introduite au Japon pour usage personnel est équivalente à un mois de traitement. Vous devez vérifier sur le site internet ci-dessous que l'usage des médicaments à apporter n'est ni interdit ni restreint au Japon. Si vous avez besoin de ramener au Japon les médicaments en quantité au-delà de la limitation, vous avez besoin de requérir une sorte de certificat d'importation, appelé « Yakkan Shoumei » auprès du bureau régional du ministère de la Santé, du Travail et des Affaires sociales à l'avance. Dans ce cas, veuillez contacter le numéro de contact dans le site web suivant : http://www.mhlw.go.jp/english/policy/health-medical/pharmaceuticals/01.html)

De plus, comme les Centres de la JICA ne peuvent vous fournir de médicaments, vous devez apporter de votre pays les médicaments dont vous aurez besoin au Japon, notamment les médicaments pour l'estomac, les analgésiques et les médicaments prescrits sur ordonnance. Dans la plupart des cas vous ne pourrez pas acheter de médicaments sans ordonnance.

Le stress lié au séjour à l'étranger pourrait être un facteur aggravant votre état de santé. Cela peut vous empêcher de terminer la formation et alourdir les dépenses médicales.

Rester en bonne santé est votre responsabilité personnelle.

(1) Syndrome de la classe économique
Lorsque la mobilité des jambes est réduite pour une longue durée, une coagulation de sang peut se former. Ces caillots se trouvant dans les veines peuvent être charriés par le flux sanguin et venir se loger dans les poumons, faisant obstacle à la circulation sanguine. C'est ainsi que le syndrome de la classe économique se développe et peut entraîner un décès.

(2) Pour prévenir le syndorme de la classe économique
- Faire des mouvement de gymnastique avec les pieds

- S'hydrater
- Respirer profondément
- Éviter les vêtements sérrés

6. Interruption du programme

Vous devez savoir que vous risquez de perdre votre statut de participant de la JICA si :

(1) vous ne respectez pas les règles précédemment mentionnées,
(2) votre niveau de performance pendant les cours n'est pas satisfaisant, ou
(3) vous ne respectez pas les lois et ordonnances du Japon pendant votre séjour.

Pendant votre séjour au Japon, vous devez vous comporter en digne représentant de votre gouvernement, de votre pays et de vos concitoyens.

III. INDEMNITÉS

Les indemnités qui vous sont allouées servent à couvrir les frais de première nécessité inhérents à la vie et au programme au Japon. Les indemnités stipulées dans le règlement de la JICA sont : l'indemnité de subsistance, l'indemnité d'hébergement, les indemnités de transport et de déplacement, et les indemnités supplémentaires (indemnité d'équipement et Indemnité d'escale).

(Veuillez noter que les indemnités allouées aux participants à un programme de longue durée sont différentes ; par conséquent, certaines des explications ci-dessous peuvent ne pas s'appliquer. Pour plus de précisions, voir le «Guide des participants à une formation de longue durée», qui vous sera remis à votre arrivée au Japon.)

1. Indemnités de subsistance et d'hébergement

(1) Indemnité de subsistance
L'indemnité versée par la JICA pour vos dépenses journalières (frais de repas inclus) durant votre séjour au Japon, devrait couvrir toute la période du programme, de votre date d'arrivée à celle de votre départ du Japon. Son montant varie en fonction de vos conditions de vie. Voir le tableau 1 pour plus de précisions.

(2) Indemnité d'hébergement
En principe, vous résiderez dans le Centre de la JICA qui a été désigné. Toutefois, en fonction de

son taux d'occupation, vous serez peut-être logé à l'extérieur (généralement un hôtel à proximité ou un autre mode d'hébergement réservé par la JICA). Dans ce cas, la JICA règlera le prix de votre chambre à l'hôtel par l'intermédiaire de l'agence de voyages. Cependant, dans certaines circonstances, l'indemnité d'hébergement vous sera versée et vous devrez payer les frais d'hôtel. Voir le tableau 1 pour plus de précisions.

(3) Ajustement des indemnités

Il est possible que le montant des indemnités susmentionnées soit ajusté si les règlements de la JICA ou vos conditions de vie viennent à changer. Dans certains cas, vous aurez peut-être à rembourser une partie du montant perçu.

Tableau 1. Indemnités de subsistance et d'hébergement

(Avril, 2024)

Hébergement	Indemnité de subsistance	Indemnité d'hébergement
Centres de la JICA	**2,800 ¥** / jour	Hébergement et petits déjeuners gratuits et carte de repas pour le dîner (voir les détails ci-dessous)
Établissements extérieurs à la JICA	**5,000 ¥** / jour	Hébergement gratuit ou paiement des frais d'hôtel
Logements en location **(uniquement pour les participants à une formation de longue durée*)**	**4,953 ~ 5,052 ¥** / jour	N/A

*Participants à un programme de longue durée; Ceux dont le séjour est supérieur à une année.

(i) Pour le jour de votre du Japon, le montant équivalent du dîner sera déduit du montant total de votre indémnité de subsistance (si vous êtes logé au Centre de la JICA ou à l'hôtel).

(4) Carte de repas

Si vous séjournez dans un Centre de la JICA, une carte de repas vous est remise à la réception lors de votre enregistrement.

La carte de repas est créditée d'un montant, qui vous est communiqué, correspondant à la durée prévue de votre séjour au Centre de la JICA*. La carte est d'une valeur de 1100 yens par jour et peut être utilisée pour le déjeuner et le dîner. La valeur totale de la carte est de 1100 yens multipliés par le nombre de nuitées prévues dans votre séjour. Veuillez noter que ce montant est ajusté si la durée de votre séjour change.

*De la nourriture halal est disponible dans les réfectoires des Centres de la JICA.

2. Indemnités de transport et de déplacement

(1) Indemnité de transport

L'indemnité de transport est accordée par la JICA sous la forme de billets ou de paiement anticipé sur votre compte bancaire.

(2) Indemnité de déplacement

(i) Vous recevrez une indemnité de déplacement pour couvrir les frais du trajet quotidien entre votre logement et votre lieu où se déroule votre programme.

(ii) Une carte de transport vous sera remise si le même trajet est effectué quotidiennement plus de 15 jours par mois. Les participants à un programme de longue durée* devront payer leurs frais de transport et de déplacement avec les indemnités perçues.

*Pour plus de précisions, voir le « Guide des participants à une formation de longue durée », qui vous sera remis à votre arrivée au Japon.

3. Indemnités supplémentaires

En plus des indemnités de subsistance, d'hébergement, de transport et de déplacement indiquées précédemment, un montant forfaitaire vous sera versé pour couvrir les dépenses supplémentaires suivantes :

(1) Indemnité d'équipement (À long terme uniquement*)
À votre arrivée, vous recevrez une indemnité pour couvrir les frais occasionnés par votre voyage et votre séjour au Japon. Voir le tableau 2 pour plus de précisions.

Tableau 2. Indemnités supplémentaires (montant forfaitaire)

Durée de la formation	Longue durée uniquement*
Indemnité d'équipement	**100,000 ¥**

*Pour plus de précisions, voir le « Guide des participants à un programme de longue durée », qui vous sera remis à votre arrivée au Japon.

(2) Indemnité d'escale

Selon la réglementation, la JICA accorde une indemnité d'escale aux participants pour lesquels l'obtention d'un visa japonais ou le programme de vols nécessite une escale, suivant les conditions ci-dessous, indiquées dans le Tableau 3 et le Tableau 4. (Dans certains cas, il est demandé de présenter à la JICA la facture acquittée de l'hôtel.).

Tableau 3. Indemnité d'escale (montant fixe)

	Indemnité d'hébergement	Indemnité de subsistance
Zone ordinaire	**12,000 ¥**	**4,000 ¥**
Zone spéciale*	**20,000 ¥**	**6,500 ¥**

*Zone spéciale : Abidjan, Abou Dabi, Genève, Djeddah, Koweït, Londres, Los Angeles, Moscou, New York, Paris, Riyad, San Francisco, Singapour, Washington D.C., Auckland et Vienne

Tableau 4. Règlement relatif au paiement de l'indemnité d'escale

	Si l'hôtel est réservé par la compagnie aérienne	Si l'hôtel n'est pas réservé par la compagnie aérienne
6 heures > Temps de correspondance >0 heure	La JICA ne paie aucune indemnité.	La JICA ne paie aucune indemnité.
24 heures > Temps de correspondance ≧ 6 heures (pas de dépassement de journée)***	La JICA ne paie aucune indemnité.	Les participants souhaitant un séjour en hôtel en journée* réservent et règlent par eux-mêmes. Remboursement en yens par la JICA du prix effectif de la chambre uniquement sur présentation de la note d'hôtel, après l'arrivée au Japon.**
Temps de correspondance ≧ 6 heures (dépassement de journée)***	La JICA ne paie aucune indemnité.	Les participants souhaitant un séjour en hôtel réservent et règlent par eux-mêmes. La JICA versera le montant fixe de l'indemnité d'escale après l'arrivée au Japon (voir tableau 3).****

* Séjour en hôtel en journée : hébergement de jour (hors utilisation des salons lounge à l'aéroport)

** Dans ce cas, veuillez noter que :

-La JICA n'effectue aucun paiement sans note d'hôtel clairement établie (utilisation réelle).

-La JICA ne paie que le prix réel de la chambre à concurrence du montant fixe de l'indemnité d'hébergement (voir tableau 3).

-La JICA ne rembourse pas repas, appels téléphoniques ou transports.

-La JICA ne paie pas d'indemnité d'hébergement pour séjour en hôtel en journée lors du vol de retour.

*** Critères de dépassement ou non-dépassement de journée :

17 h 59 ~ 23 h 59	⇒ pas de dépassement de journée
18 h 00 ~ 24 h 00 (0 h 00)	⇒ pas de dépassement de journée
23 h 59 ~ 05 h 59	⇒ dépassement de journée
24 h 00 (0 h 00) ~ 06 h 00	⇒ dépassement de journée

**** La JICA réserve l'hôtel pour le séjour dans un pays de transit en vue de la demande de visa pour le Japon.

4. Mode de paiement

(1) Compte bancaire

Le compte principal de la JICA comporte des sous-comptes bancaires (ci-après dénommés « comptes bancaires » ou « comptes ») mis temporairement à la disposition des participants durant leur séjour au Japon. Toutes les indemnités sont versées sur le compte bancaire à intervalles réguliers ou en un seul montant forfaitaire, selon la durée de votre séjour. Si vous interrompez votre programme, vous devez rembourser à la JICA les indemnités de subsistance et d'hébergement pour le nombre de jours restants de la période du programme.

(2) Remboursement des frais de transport

Pour le remboursement de vos frais de transport (déplacement), vous devez remplir le formulaire d'indemnité de déplacement et le remettre au chargé de programme ou au coordinateur de la formation, au moins 10 jours avant votre départ du Japon. Le remboursement des frais de taxi requiert l'obtention préalable de l'autorisation du chargé de programme pour utiliser ce mode de transport et la présentation des justificatifs de paiement.

(3) Indemnités supplémentaires

Les indemnités supplémentaires sont déposées sur votre compte bancaire* en un seul montant forfaitaire, au début de votre programme. Le montant de ces indemnités reste fixe même si la durée et/ou le programme de votre formation change.

(4) Indemnité d'escale

Pour recevoir l'indemnité d'escale, vous devez dans certains cas présenter les justificatifs de vos dépenses à la JICA.

(5) Remise de la carte bancaire

Le retrait des indemnités de votre compte peut être réalisé avec la carte bancaire qui vous est remise lors de la séance d'orientation. À cette occasion, vous êtes également informé des heures de bureau, des jours ouvrables des banques et de l'utilisation de la carte bancaire.

(6) Retrait d'espèces

Nous vous rappelons que vous devez retirer la totalité de l'argent déposé sur votre compte bancaire avant le jour de votre départ. À défaut, le solde sera remis au Trésor japonais.

(7) Restitution de la carte bancaire

Vous devez restituer la carte bancaire à la JICA avant de quitter le Japon.

*Veuillez noter ce qui suit :

Votre « compte bancaire » est l'un des nombreux sous-comptes du compte principal de la JICA (en d'autres termes, la JICA est titulaire de votre compte). Vous utilisez ce compte exclusivement pour recevoir les indemnités de la JICA durant votre séjour au Japon. Les sous-comptes, notamment le vôtre, n'acceptent pas les dépôts et/ou les paiements provenant de tiers autres que la JICA.

5. Frais non remboursés

La JICA ne prend pas en charge d'autres dépenses que celles pré-citées. Les dépenses suivantes ne sont pas couvertes par la JICA :

- Frais de passeport (pour réémission ou prolongation)
- Frais de visa pour un pays de transit et frais de transport pour obtenir ce visa
- Frais de transport pour obtenir le visa pour le Japon
- Frais de déplacement à l'intérieur de votre pays
- Taxe de départ*[1]
- Taxe d'aéroport*[1] à l'extérieur* du Japon, y compris dans les pays tiers
- Droits de douane
- Frais pour excédent de bagages*[2]
- Indemnisation pour bagages perdus ou endommagés
- « Frais de non présentation » à l'hôtel de l'aéroport de transit (non remboursables)
- Frais causés par la perte des billets d'avion
- Frais d'hébergement pour la journée d'hôtel du vol de retour
- Frais de transport autres que pour les programmes officiels
- Factures de téléphone ou de mini-bar sur le lieu d'hébergement

Remarque : Si le participant ne se conforme pas au règlement de la JICA, il risque d'avoir à payer les dépenses ainsi occasionnées.

---

*[1]. Si ces taxes ne sont pas incluses dans le prix du billet d'avion, elles ne sont pas payées par la JICA.

*[2] Veuillez penser à la franchise de bagage de chaque vol de votre itinéraire de retour. Il y a des participants qui utilisent de plusieurs compagnies aériennes, et chaque compagnie fixe sa franchise de bagage. La JICA ne prendra en charge aucune différence entre le poids de votre bagage et la franchise de bagage.

IV. SERVICES MÉDICAUX

Tous les participants de la JICA ont accès aux services médicaux de la JICA pendant toute la durée de leur séjour au Japon, de leur arrivée à leur départ (pour le vol aller-retour du Japon, il est recommandé de souscrire une assurance de voyage).

Toutefois, les dépenses décrites au paragraphe 5., page 28, NE sont PAS couvertes par la JICA. Par conséquent, vous devrez prendre en charge les coûts occasionnés par le traitement médical. De plus, les problèmes de santé sus-mentionnés peuvent causer l'interruption du programme.

Les participants séjournant **plus de six mois** au Japon

doivent passer un examen médical après leur arrivée (voir la page 32 pour plus de précisions).

1. Carte médicale

(1) Vous êtes couvert d'office par l'assurance souscrite par la JICA. Une carte médicale, attestant votre affiliation à une assurance médicale, vous est remise lors de la réunion d'information. Cette carte est à utiliser pour les soins médicaux nécessaires durant votre séjour. Les dépenses de santé sont couvertes selon les dispositions du contrat d'assurance.

(2) Si, pour une raison quelconque, la clinique ou l'hôpital où vous vous êtes rendu n'accepte pas la carte médicale, vous devez payer comptant les frais médicaux. Conservez le justificatif de paiement afin de vous faire rembourser par le chargé de programme.

(3) Les dépenses médicales suivantes **NE sont PAS couvertes par l'assurance médicale :**
   - (i) Traitement médical d'une maladie ou d'une blessure résultant d'une faute intentionnelle
   - (ii) Traitement médical d'une **maladie préexistante**
   - (iii) Opération de chirurgie corrective non requise immédiatement
   - (iv) Opération de chirurgie esthétique
   - (v) Immunisation ou examen médical ordinaire et vaccination

(vi) Tout traitement médical lié et causé par une grossesse et/ou un accouchement,
(vii) Soins dentaires
(viii) Achat ou réparation de lunettes à verres correcteurs
(ix) Traitement médical après 180 jours suivant la date de l'accident ou du début du traitement
(x) Bilan de santé
(xi) Autres soins définis par les conditions de l'assurance médicale

2. Soins médicaux

(1) Soins médicaux d'urgence

Les soins médicaux d'urgence sont disponibles facilement et en quelques minutes par simple appel téléphonique grâce au système de communication des casernes de pompiers, la plupart disposant d'ambulances. Composez le 119 pour appeler une ambulance. En cas d'urgence, contactez le personnel de la JICA joignable au Centre de formation de la JICA ou la réception de votre lieu d'hébergement.

(2) Soins médicaux non urgents

Contactez le personnel de santé du Centre de formation de la JICA ou de votre lieu de résidence, qui travaille en collaboration avec les centres hospitaliers locaux. Il prendra les dispositions nécessaires pour qu'un traitement spécialisé plus approfondi vous soit dispensé en cas de besoin. Si, pour une raison quelconque, le personnel de santé de votre lieu de résidence n'est pas disponible, contactez tout autre personnel de la JICA ou coordinateur.

3. Examen médical après l'arrivée

L'augmentation du nombre de participants de la JICA a été suivie d'une hausse du nombre de personnes souffrant de maladies graves telles que l'insuffisance rénale, latuberculose et les complications hépatiques, durant leur séjour au Japon. Certains de ces participants risquent d'être hospitalisés pour une longue période et d'autres doivent interrompre leur programme avant son terme. Une occasion inespérée est ainsi perdue.

Pour éviter ce genre de situation, aux participants comme à la JICA, les participants séjournant plus de six mois au Japon doivent passer un examen médical après leur arrivée. Si le séjour est supérieur à trois mois, les participants doivent passer une radiographie. Les participants du programme dans des établissements de santé pour un séjour supérieur à un mois, doivent également passer une radiographie.

Les participants autres que ceux pré-cités peuvent avoir à passer un examen médical en fonction du sujet de leur programme.

V. PRÉPARATIFS ET ARRIVÉE AU JAPON

1. Préparation au départ (listes de vérification 1, 2, 3 et 4)

Après réception de la notification officielle d'admission du bureau de la JICA à l'étranger ou de l'ambassade du Japon, vous devez vérifier tous les points mentionnés dans les quatre listes de vérification ci-dessous. Assurez-vous de bien les comprendre, et répondez à chaque question. Dans le cas contraire, vous pourriez avoir des problèmes lors de votre voyage ou de votre séjour au Japon.

Liste de vérification 1.

Identification du programme de co-création de connaissances

Vous devez avoir reçu :

❑La notification officielle d'admission
Si le bureau de la JICA l'a adressée.

❑La brochure d'information générale (GI) ou « General Information » (uniquement pour les programmes axés sur le groupe et la région)

Vous devez mémoriser :

❑L'intitulé du programme de co-création de connaissances

❑L'objectif du programme

❑La durée du programme
de_____ à _____

Liste de vérification 2.

Formalités en vue du départ

Vous devez avoir/obtenir :

❑Le passeport [1]

❑Le visa d'entrée au Japon [2]

❑Le visa d'entrée dans un pays de transit[2] si nécessaire

❑Le billet d'avion [3]
Date du départ _____
Numéro du vol _____
Destination _____

❑Vérifier que tous les billets d'avion/coupons de vol nécessaires ont bien été émis.

❑Vérifier que vous avez bien tous les billets d'avion/coupons de vol nécessaires, après l'enregistrement.

❑Vous faire vacciner, si besoin.

Liste de vérification 3.

Préparation des rapports et des documents de présentation (ou des documents pour la présentation des rapports)

Les participants doivent :

❑Remplir un questionnaire
(uniquement pour les programmes axés sur le groupe et la région)

❑Préparer un rapport sur le pays (ou sur leurs fonctions).
(uniquement pour les programmes axés sur le

groupe et la région)
❑Préparer d'autres documents.

Liste de vérification 4.

Préparation des affaires personnelles

❑Passeport et visa
❑Billet d'avion
❑2 à 3* photos d'identité (4,5 cm × 3,5 cm)[4]
*3 photos sont requises pour les séjours de 90 jours ou plus au Japon.
❑Espèces[5]
❑Guide du Kenshu-in
❑Manuel de langue japonaise et CD (« Conversation simple en japonais »)
❑Vêtements (voir annexe 7)
❑Articles d'hygiène personnelle (remarque : au Japon, le courant électrique est de 100 volts en courant alternatif, la forme et la dimension réelle de la prise électrique sont indiquées page 36.)
❑Nécessaire de toilette (savon, shampoing, rasoir, brosse à dents, pâte dentifrice, etc.)[6]
❑Dictionnaires
❑Fournitures, stylos
❑Parapluie
❑Médicaments (sur ordonnance et pour usage personnel)
❑Cartes de visite (si vous en avez)
❑Ordinateur portable et câble d'Internet (si vous en avez)

D'autres éléments peuvent figurer si nécessaire dans la GI, selon le contenu de la formation. Veuillez noter que de la nourriture halal et des menus végétariens sont disponibles dans tous les centres de la JICA au Japon.

Prise (FYR) utilisée au JAPON (100 V)

*Si vous apportez un ordinateur portable de votre pays, prévoyez un convertisseur de tension vers 100 V et un adaptateur de prise (fiche de type A).

Notes

[1] Passeport :

Il est de votre responsabilité de vous assurer que la durée de validité de votre passeport couvre la durée de votre séjour au Japon. Un passeport à lecture optique peut être exigé pour le transit dans certains pays tiers. L'obtention d'un passeport à lecture optique est de la responsabilité des participants.

[2] Visa d'entrée au Japon ou dans un pays de transit :

(1) Visa pour le Japon :

Vous devez obtenir un visa d'entrée au Japon indiquant votre statut de participant de la JICA (« Trainee visa » ou visa « stagiaire ») ou d'étudiant

de la JICA (visa « student visa » pour les étudiants), quelle que soit la durée de la formation désignée, et même si les citoyens de votre pays sont exemptés de visa de tourisme.

Vous devrez vérifier que le statut de votre visa est correct dès qu'il vous sera délivré.

Votre visa de participant de la JICA vous sera délivré par la mission diplomatique de l'Ambassade ou du Consulat du Japon le plus proche de chez vous. S'il n'existe aucune mission diplomatique japonaise dans votre pays, vous devrez séjourner dans un pays tiers aussi longtemps qu'il le faudra pour la délivrance du visa (probablement plus d'une journée).

Vous devez vérifier la « durée de validité » de vos visas par vous-même. La durée de validité doit être suffisamment longue pour couvrir la durée de la formation désignée.

(2) Visa pour des pays de transit :

Le voyage aller-retour au Japon peut nécessiter l'obtention préalable de visas d'entrée dans des pays de transit. Dans ce cas, il est de votre responsabilité de vous procurer ces visas et de payer les frais encourus. La JICA ne rembourse par les frais d'obtention de visas pour les pays de transit. Nous vous recommandons d'obtenir les visas nécessaires à votre voyage aller-retour avant le départ de votre pays, car il est difficile de se procurer des visas pour les pays de transit au Japon.

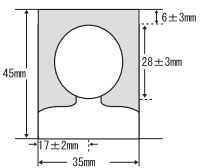
[3] Billets d'avion :

Selon le règlement, la réservation des billets d'avion est effectuée par une agence de voyages désignée par la JICA, et ils vous sont envoyés via le bureau de la JICA à l'étranger ou l'ambassade (ou le consulat) du Japon.

Ces billets NE peuvent être modifiés en aucune circonstance, que ce soient les horaires, dates, classes ou itinéraires des vols, conformément aux règles et réglementations de la JICA.

[4] Photos :

Pour des raisons administratives, vous devez apporter au Japon 2 à 3 photos d'identité récentes (prises durant les 6 derniers mois) (4,5 cm × 3,5 cm).



**3 photos (dimensions de la tête : 25 mm à 31 mm) sont nécessaires pour les participants séjournant 90 jours ou plus au Japon.*

[5] Espèces pour les diverses dépenses durant le voyage ou à l'arrivée au Japon :

Il vous est demandé d'amener avec vous des espèces, yens ou dollars US, pour les dépenses occasionnées lors du voyage ou de l'arrivée au

Japon.

Vous devrez prendre en charge les dépenses suivantes :

(1) Taxes afférentes à votre voyage (telles que la taxe de départ, la taxe de transit, etc.) : Ces dépenses ne sont pas couvertes par la JICA.

(2) Frais pour excédent de bagages : Ces dépenses ne sont pas couvertes par la JICA.

(3) Dépenses occasionnées par l'escale dans un pays de transit - La JICA n'accordera une indemnité d'escale que suivant les conditions indiquées dans le Tableau 3 et le Tableau 4 aux pages 23-24.

**Dépenses, notamment pour les repas, qui ont été à votre charge depuis votre arrivée au Japon avant le paiement de l' « indemnité de subsistance », au Centre de la JICA.*

La JICA paiera les indemnités, notamment de subsistance, quelques jours après votre arrivée au Japon. Elles couvriront les frais de première nécessité inhérents à votre séjour au Japon. La date de virement de ces indemnités vous sera communiquée durant la réunion d'information organisée le premier jour de votre programme.

Il vous est demandé d'avoir à disposition environ 5000 yens (environ 50 $) en liquide pour couvrir votre première journée au Japon.

[6] Nécessaire de toilette :

L'hébergement dans les Centres de la JICA n'inclut pas suffisamment la fourniture d'articles de toilette (savon, shampoing, brosse à dents et dentifrice, etc.). De ce fait, vous devez en apporter suffisamment pour votre usage personnel durant les premiers jours.

2. Arrivée à l'aéroport au Japon

À leur arrivée au Japon, certains participants ont une correspondance sur un vol intérieur. La procédure d'arrivée est différente si vous êtes en correspondance sur un vol intérieur, comme indiqué ci-après de (1) à (3) aux pages 40-42.

L'agent de voyage désigné par la JICA vous accueillera. Il organisera votre transfert jusqu'à votre lieu d'hébergement. Veuillez vérifier la feuille d'information envoyée avec votre billet d'avion. Votre point de rencontre avec l'agent de voyage est indiqué sur elle. **Si vous ne parvenez pas à rencontrer avec l'agent de voyage désigné par la JICA, téléphonez à l'agence de voyages ou au Centre de la JICA. Veuillez ne pas vous éloigner de votre point de rencontre.**

(1) Pas de correspondance sur un vol intérieur

En l'absence de correspondance sur un vol intérieur au Japon, suivez simplement la procédure d'arrivée internationale ci-dessous :

1. Passez le service de l'immigration

2. Recevez la « Carte de Résident »
dans le cas où la durée de votre séjour au Japon excède 3 mois.
3. Récupérez votre bagage
Si votre bagage est égaré ou s'il est endommagé, présentez au personnel de la compagnie aérienne le reçu bagage qui vous aété remis lors de l'enregistrement et demandez de l'aide.
4. Passez le service des douanes

(2) Correspondance entre le vol international et le vol intérieur dans le même aéroport
Si vous êtes en correspondance dans le même aéroport au Japon, suivez tout d'abord la procédure d'arrivée internationale, puis la procédure d'embarquement sur le vol intérieur en suivant les instructions de l'agent de voyage.
(Procédure pour une arrivée internationale)
1.(Comme indiqué ci-dessus en (1) « Pas de correspondances intérieures » 1.)
2. (Comme indiqué ci-dessus en (1) « Pas de correspondances intérieures » 2.)
3. (Comme indiqué ci-dessus en (1) « Pas de correspondances intérieures » 3.)
4. (Comme indiqué ci-dessus en (1) « Pas de correspondances intérieures » 4.)
5. Rencontrez l'agent de voyage dans le hall des arrivées

(Embarquement sur un vol intérieur)
6. Allez au comptoir d'enregistrement du vol intérieur Pour les correspondances à l'aéroport international de Narita, à l'aéroport de Haneda et à l'aéroport international du Kansai, voir les plans, pages 46 à 65.
7. Embarquez sur le vol intérieur vers votre destination finale

*A l'aéroport de Narita, certaines correspondances peuvent être effectuées sans procédure de contrôle du passeport lorsque le personnel de la compagnie aérienne a indiqué au comptoir d'embarquement dans votre pays que vous êtes soumis à des procédures de cotrôle du passeport en dehors de l'aéroport de Narita (aux aéroports internationaux du Kansai ou Central Japon).

(3) Correspondance entre le vol international et le vol intérieur dans différents aéroports
Si vous êtes en correspondance entre différents aéroports, comme l'aéroport international de Narita et l'aéroport de Haneda, suivez la procédure d'arrivée internationale et allez à l'aéroport de depart du vol intérieur suivant le guide par l'agent de voyage.
(Procédure pour une arrivée internationale)
1. (Comme indiqué ci-dessus en (1) « Pas de correspondances intérieures » 1.)

2. (Comme indiqué ci-dessus en (1) « Pas de correspondances intérieures » 2.)
3. (Comme indiqué ci-dessus en (1) « Pas de correspondances intérieures » 3.)
4. (Comme indiqué ci-dessus en (1) « Pas de correspondances intérieures » 4.)
5. Rencontrez l'agent de voyage dans le hall des arrivées

(Embarquement sur le vol intérieur)

6. Transfert à l'aéroport de départ du vol intérieur
7. Allez au comptoir d'enregistrement du vol intérieur
8. Embarquez sur le vol intérieur vers votre destination finale

Contact en cas d'urgence

Si, à votre arrivée au Japon, vous ne parvenez pas à rencontrer avec l'agent de voyage désigné par la JICA, téléphonez à l'agence de voyages ou au Centre de la JICA.*

Centres de la JICA

■JICA Hokkaido (Sapporo)
tél.: 011-866-8333 (au Japon)
+81-11-866-8333 (hors du Japon)

■JICA Hokkaido (Obihiro)
tél.: 0155-35-1210 (au Japon)
+81-155-35-1210 (hors du Japon)

■JICA Tsukuba
tél.: 029-838-1111 (au Japon)
+81-29-838-1111 (hors du Japon)

■JICA Tokyo
tél.: 03-3485-7051 (au Japon)
+81-3-3485-7051 (hors du Japon)

■JICA Yokohama
tél.: 045-663-3251 (au Japon)
+81-45-663-3251 (hors du Japon)

■JICA Chubu
tél.: 052-533-0220 (au Japon)
+81-52-533-0220 (hors du Japon)

■JICA Kansai
tél.: 078-261-0341 (au Japon)
+81-78-261-0341 (hors du Japon)

■JICA Chugoku
tél.: 082-421-6300 (au Japon)
+81-82-421-6300 (hors du Japon)

■JICA Kyushu
tél.: 093-671-6311 (au Japon)
+81-93-671-6311 (hors du Japon)

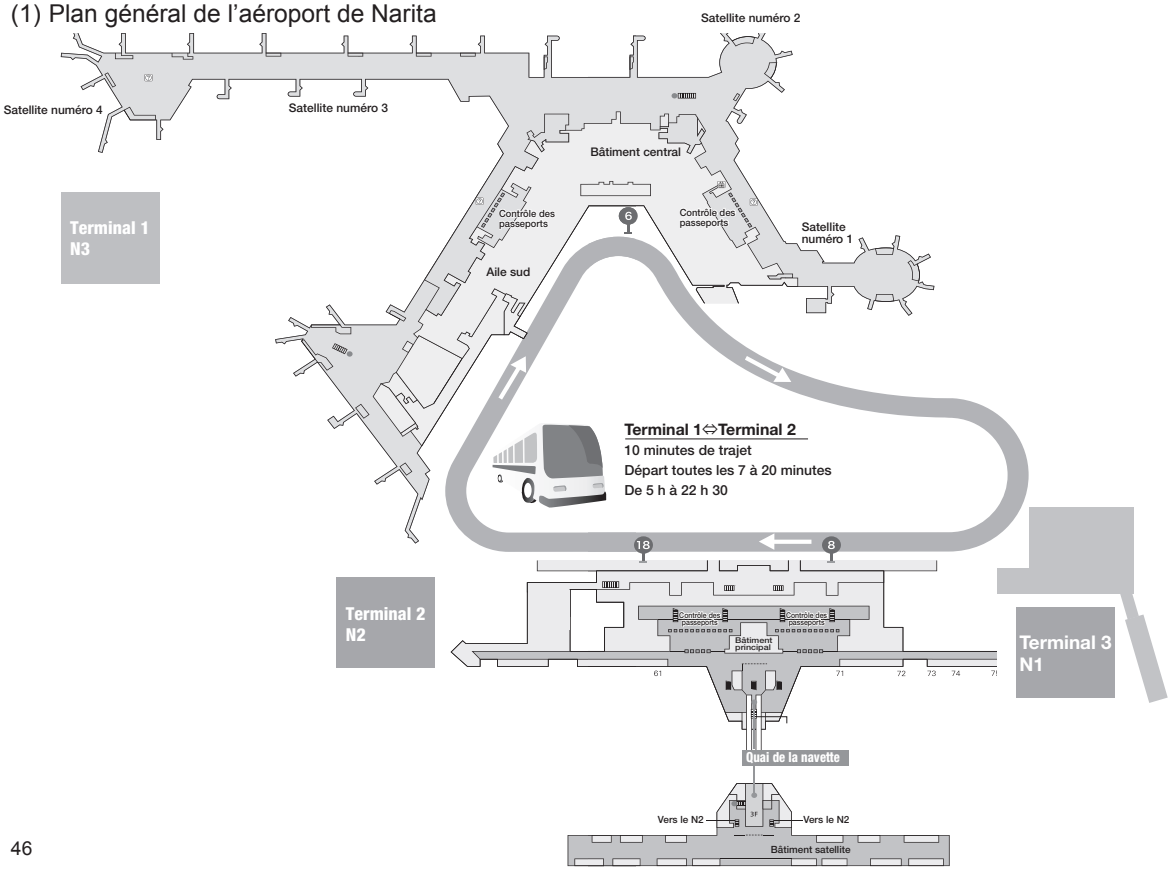
■JICA Okinawa
tél.: 098-876-6000 (au Japon)
+81-98-876-6000 (hors du Japon)

* L’agent de voyage
Merci de verifier le formulaire d’informations envoyé avec votre billet d’avion

3. Aéroport international de Narita (NRT)

L'aéroport de Narita a trois terminaux : le Terminal 1, le Terminal 2 et le Terminal 3. Une navette bus (gratuite) assure la liaison entre les terminaux. Le terminal diffère selon la compagnie aérienne (Voir pages 48 et 49).

(1) Plan général de l'aéroport de Narita



(2) Informations concernant les compagnies aériennes suivant le terminal

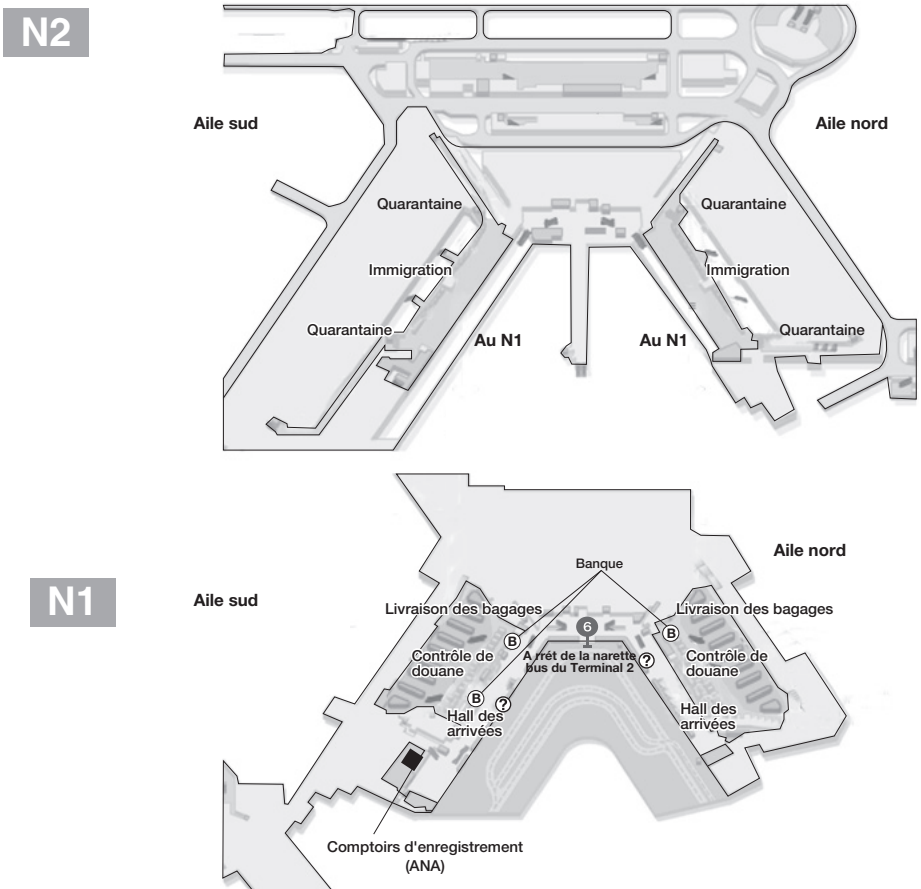
L'attribution des terminaux est susceptible d'être modifiée. Veuillez consulter le site Internet de l'aéroport de Narita pour obtenir les dernières informations sur les compagnies aériennes.

https://www.narita-airport.jp/en/t_info

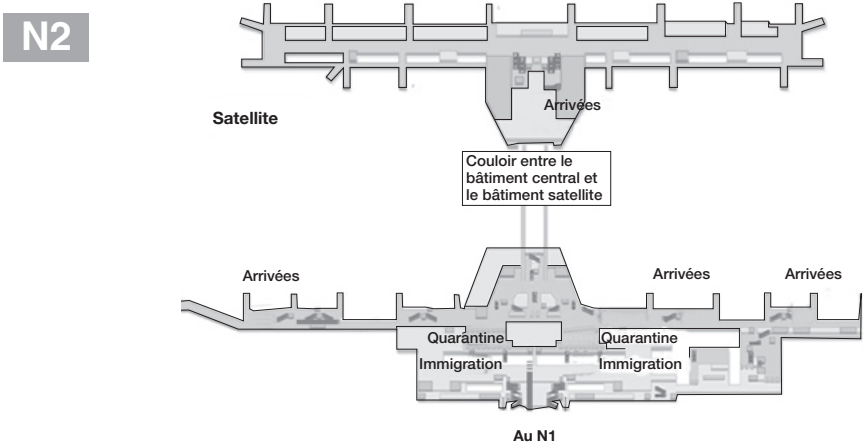
Si vous voulez connaître la position exacte de votre vol, veuillez consulter votre compagnie aérienne ou bien le site de l'aéroport de Narita.

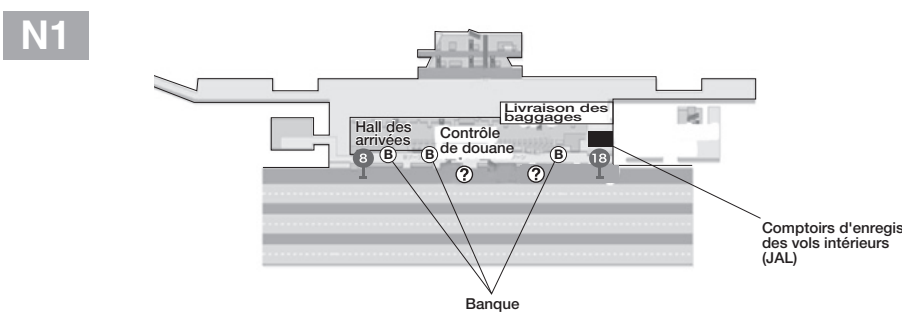
https://www.narita-airport.jp/en/flight/today

(3) Aéroport de Narita Terminal 1



(4) Aéroport de Narita Terminal 2



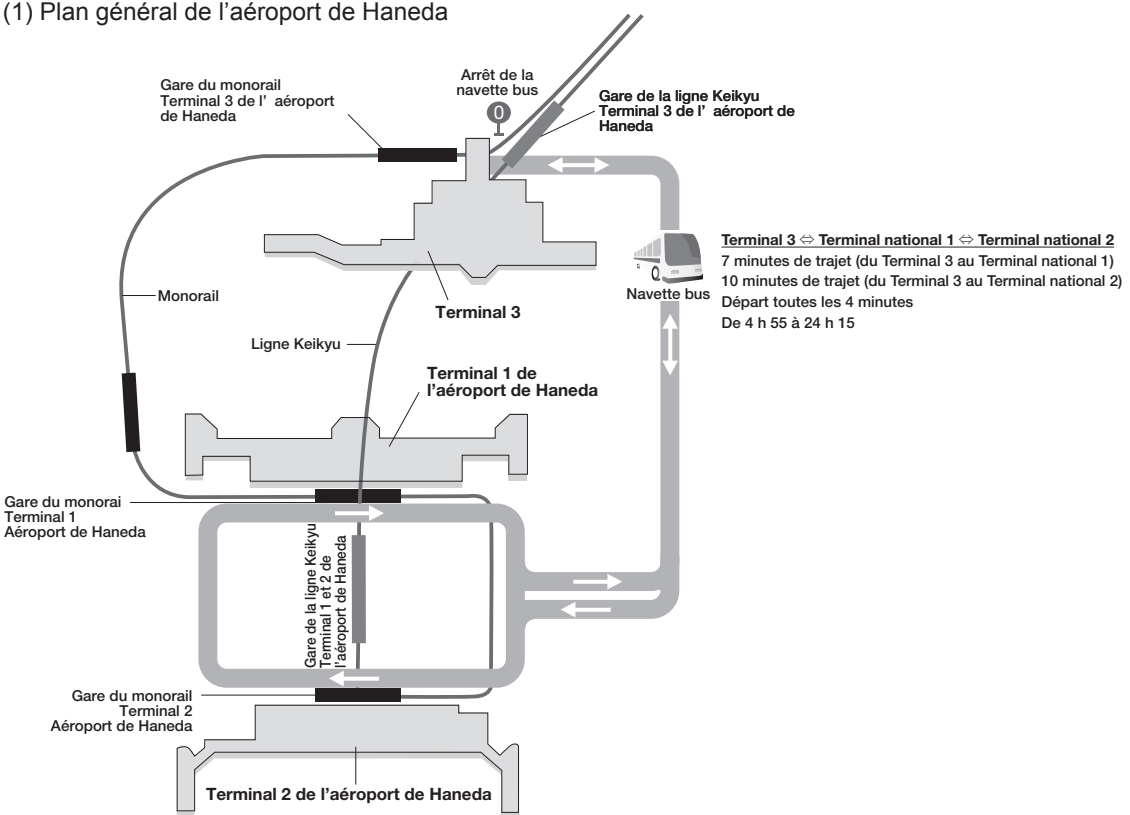


4. Aéroport international de Haneda (HND)

L'aéroport de Haneda a trois terminaux : les Terminaux 1 à 3. Des navettes bus gratuites assurent la liaison entre les Terminaux. Le terminal national diffère selon la compagnie aérienne.

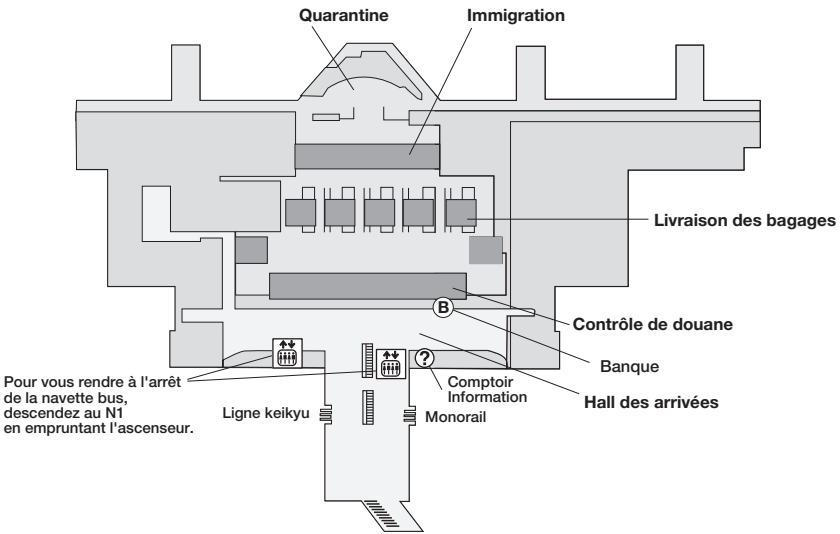
Terminal 1 : Japan Airlines (JL/JAL)
Terminal 2 : All Nippon Airways (NH/ANA)

(1) Plan général de l'aéroport de Haneda

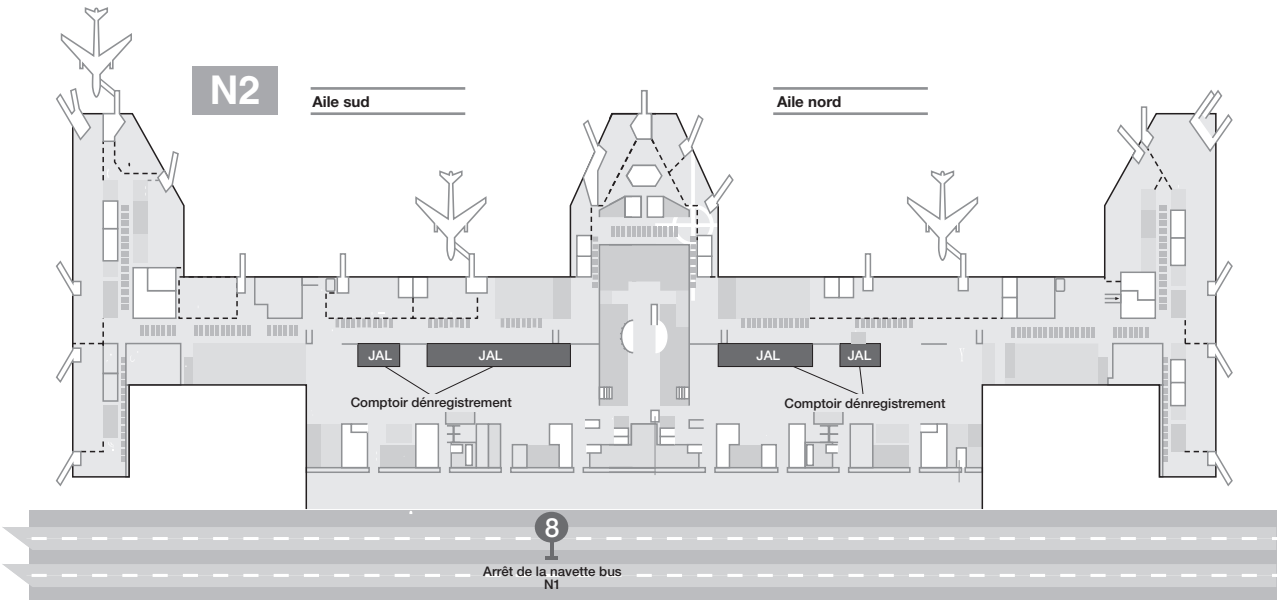


(2) Aéroport de Haneda Terminal 3 (N2)

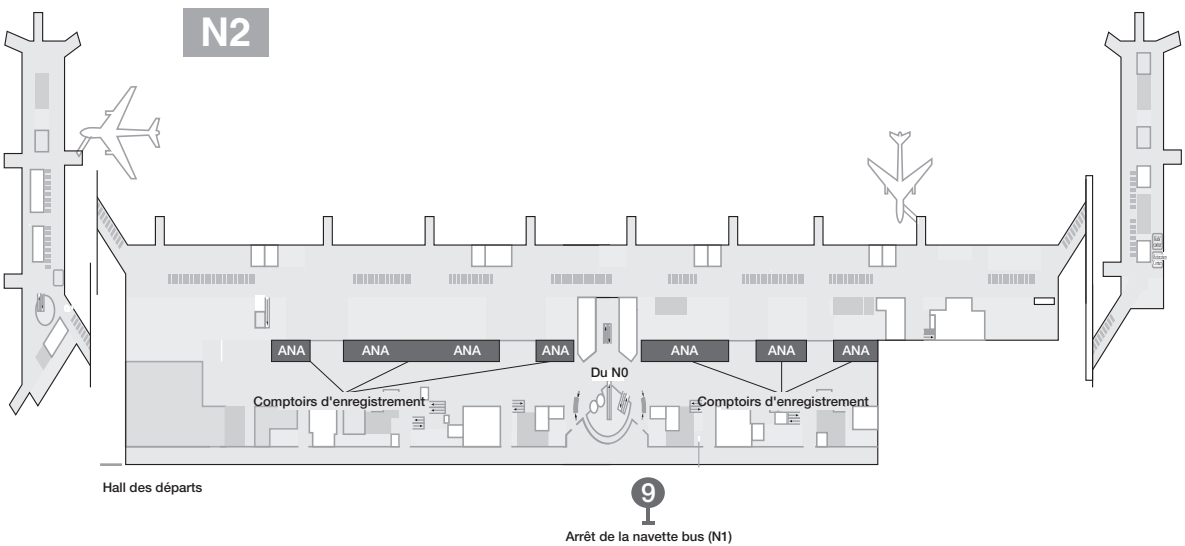
N2



(3) Aéroport de Haneda Terminal national 1



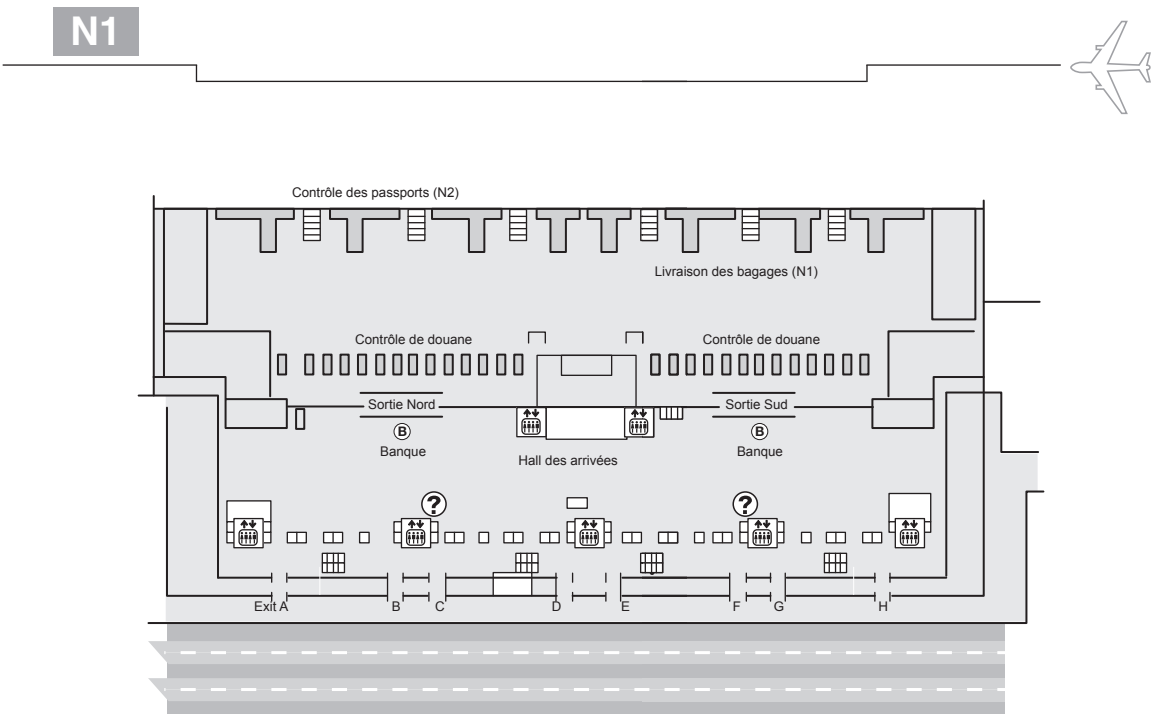
(4) Aéroport de Haneda Terminal national 2



5. Aéroport international du Kansai (KIX)

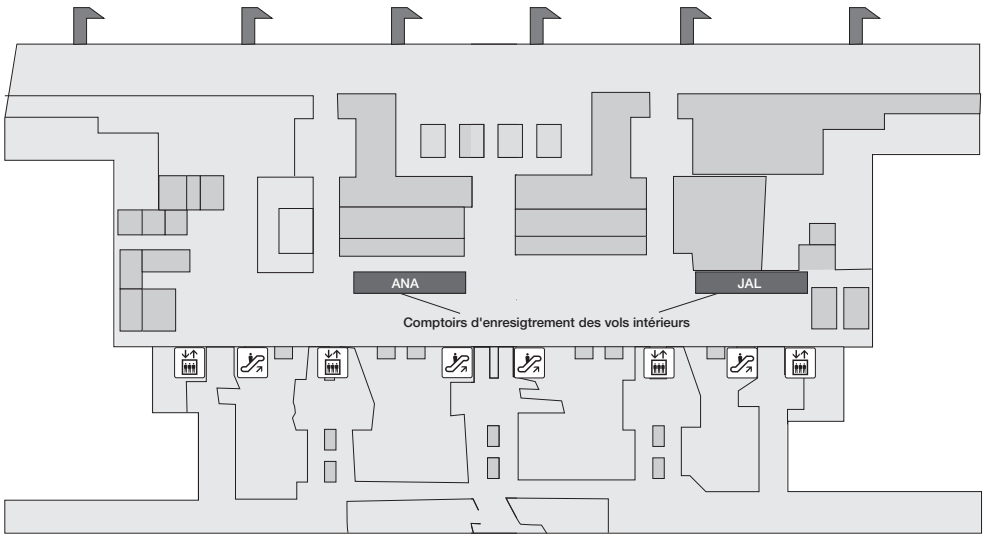
L'aéroport du Kansai a deux terminaux : le Terminal 1 et le Terminal 2. Les participants de la JICA utiliseront principalement le Terminal 1 au départ ou à l'arrivée.

(1) Hall des arrivées internationales du Terminal 1 (N1)



(2) Comptoirs d’enregistrement des vols intérieurs
du Terminal 1 (N2)

N2



Remarques

Immigration :

Lors du contrôle de votre passeport, l'agent de l'immigration vous posera peut-être quelques questions sur votre visite. Vous devrez lui répondre : (1) que l'objectif de votre entrée au Japon est de participer au programme de la JICA (et NON de faire du tourisme), et (2) que vous avez le statut de participant de la JICA, et (3) préciser la durée de votre séjour (si possible, le nombre de mois et de jours).

Au cas où la durée de votre séjour au Japon excède trois mois, une carte de résident (Residence Card) vous sera délivrée.

Vous devez vous assurer qu'un permis d'entrée (Landing Permission) a été apposé sur votre passeport, et que la date d'arrivée, le statut et la durée de validité correspondent au programme désigné. En cas d'erreur, vous devez immédiatement avertir l'agent de l'immigration.

Remarque : Selon les nouvelles mesures entrées en vigueur le 20 novembre 2007 dans le cadre de la loi sur l'immigration, tous les étrangers sont soumis au règlement du nouveau système d'identification personnelle, qui impose aux passagers d'être photographiés et de donner leurs empreintes digitales avec l'équipement spécialisé prévu à cet effet.

« Visit Japan Web » est un service vous permettant de procéder en ligne aux procédures d'immigration, de douane et de détaxe.

Vous pouvez vous enregistrer avec un smartphone ou un ordinateur à partir du lien ci-dessous.

https://vjw-lp.digital.go.jp/en/

Livraison des bagages :

Après avoir passé le service de l'immigration, vous vous rendrez dans la zone de livraison des bagages, au niveau inférieur, pour récupérer votre bagage.

Si votre bagage a été égaré ou endommagé durant le voyage, ***vous devez le signaler à la compagnie aérienne dans la zone de livraison des bagages, et demander l'établissement d'un dossier de déclaration de perte, ou d'un constat de détérioration de bagage.***

La JICA décline toute responsabilité en cas de perte, de vol ou de détérioration d'affaires personnelles dont elle n'assurera ni le remplacement ni l'indemnisation. Veuillez noter que les réclamations ne sont plus acceptées une fois que vous êtes sortis de la zone de livraison des bagages.

Quarantaine :

Tous les fruits et plantes en provenance de l'étranger sont soumis à l'inspection du service de

la quarantaine. L'importation de certains d'entre eux est interdite. Les produits d'origine animale, y compris certaines viandes, font également l'objet d'inspections. Si vous avez l'intention d'apporter des plantes, des fruits ou des produits à base de viande au Japon, renseignez-vous au préalable auprès des services d'inspection de votre pays pour savoir si leur introduction est autorisée au Japon.

https://www.maff.go.jp/aqs/languages/info.html

https://www.maff.go.jp/pps/j/information/languages.html#en

Douane :

On vous demandera de présenter votre passeport et le formulaire de déclaration en douane (Customs Declaration Form) que vous avez rempli avant l'atterrissage.

Les articles/objets suivants sont interdits par la loi :

(1) Cannabis, narcotiques ou autres drogues illicites, matériel pour en faire usage, et stimulants

(2) Pièces de monnaie, papier-monnaie, billets de banque, titres négociables falsifiés, contrefaits ou imités

(3) Livres, dessins, sculptures ou autres articles qui pourraient nuire à la sécurité ou la moralité publique (articles obscènes ou immoraux)

(4) Articles constituant une infraction des brevets, modèles d'utilité, dessins, marques de commerce, droits d'auteur ou autres droits similaires

(5) Pistolets, revolvers, et tous les types d'armes à feu et de munitions

Banque (change de devises étrangères) :

Il est fortement conseillé aux participants ne disposant pas de suffisamment de yens à leur arrivée, de changer leurs devises étrangères ou leurs chèques de voyage en yens à l'aéroport international. Au Japon, la plupart des établissements, notamment les billetteries, magasins, restaurants et hôtels, acceptent uniquement le paiement en yens. (Les chèques de voyage ne sont pas acceptés et l'utilisation de la carte de crédit est limitée.)

VI. INFORMATIONS GÉNÉRALES

1. Arrivée

(1) Passeport

Vérifiez si votre passeport est valable pour toute la durée de votre séjour au Japon.

(2) Permis d'entrée (Landing Permission)

Vérifiez le type de permis d'entrée apposé sur votre passeport (assurez-vous qu'il correspond à votre statut de participant de la JICA) ainsi que sa durée de validité. Si votre permis d'entrée doit être modifié ou prolongé à cause de la durée du programme, veuillez en informer immédiatement le chargé de programme, dès votre arrivée. Vous devez suivre la procédure nécessaire pour modifier ou prolonger votre permis d'entrée le plus rapidement possible.

(3) Bagage perdu ou endommagé

La JICA décline toute responsabilité en cas de perte ou de détérioration de votre bagage. Veuillez contacter la compagnie aérienne située dans la zone de livraison des bagages pour toute réclamation.

(4) Carte de résident

Si vous avez fait une demande de statut de résident pour une durée de plus de trois mois, une carte de résident (Residence Card) vous sera délivrée à l'aéroport (pour les personnes qui ont demandé une autorisation de séjour de trois mois maximum, aucune carte d'autorisation n'est délivrée). Vous devrez toujours l'avoir sur vous et pouvoir la présenter dès que nécessaire. La carte de résident devra être restituée à l'inspecteur de l'Immigration à l'aéroport de départ. Si vous changez d'adresse, vous devez le notifier à la mairie de votre nouveau lieu de résidence dans les 14 jours. Les conditions de séjour indiquées sur votre carte de résident doivent être strictement respectées.

Selon la loi japonaise, si vous résidez plus de 3 mois au Japon, vous devez vous enregistrer et notifier votre adresse à la mairie de votre quartier de résidence dans les 14 jours. Pour cet enregistrement, vous aurez besoin de votre passeport et de votre carte de résident.

(5) Visite de la mission diplomatique

Si vous devez visiter la mission diplomatique de votre pays (ambassade ou consulat), vous devez vous y rendre par vos propres moyens, en dehors des heures de cours. Pour les adresses et les numéros

de téléphone des ambassades et des consulats, veuillez consulter le site Internet du ministère japonais des Affaires étrangères (MOFA).
https://www.mofa.go.jp/about/emb_cons/protocol/index.html

2. Réunions d'information

Des réunions d'information sont organisées le premier jour du programme. Leur objectif est de répondre aux préoccupations particulières qui pourraient être les vôtres. Chaque réunion porte sur des questions et des aspects spécifiques et elles ont lieu à des moments différents.

(1) Briefing
Un briefing est organisé au Centre de la JICA, le lendemain de votre arrivée au Japon. Il porte sur les thèmes suivants :
(i) L'enregistrement
(ii) Les indemnités et les dépenses
(iii) Les soins de santé et les services médicaux
(iv) Des explications succinctes sur la JICA, la vie au Japon, etc.

(2) Informations générales
Selon la formation, vous participerez à information générale dans le cadre d'un programme d'introduction à la vie au Japon. L'objectif principal est de vous présenter les caractéristiques du Japon et de vous donner les outils vous permettant de vous adapter de manière optimale à la vie au Japon. Vous recevrez des informations de base sur les valeurs, les comportements et les coutumes, ainsi que les institutions économiques et sociales du Japon. Le contenu de ce programme est le suivant :
(i) L'économie japonaise
(ii) La politique et l'administration au Japon
(iii) Société et culture

(3) Informations sur le cours (informations sur le programme) Des informations sur le cours seront fournies avant le début du véritable programme. Elles traiteront de questions essentielles concernant les exigences spécifiques au programme (objectifs, programme, méthodologie, et partenaires de la mise en œuvre du programme).

3. Cours de langue japonaise

Selon la formation, un « cours général de japonais (en option) » sera dispensé le soir, aux participants intéressés par l'acquisition ou le perfectionnement de compétences linguistiques.

4. Programme d'échanges socio-culturels

Selon la formation, des programmes d'échanges socio-culturels tels que des expositions sur le thème de la culture et de la société, seront organisées durant le séjour.

Vous êtes invité à y participer. Elles vous permettront

de découvrir la culture japonaise, tout en vous donnant l'occasion de présenter la culture de votre pays aux communautés et aux écoles locales. Introduire l' « Éducation à la compréhension interculturelle » dans leur programme d'études intéresse de nombreuses écoles. Nous vous encourageons donc à apporter différents supports (notamment des costumes traditionnels, des CD de musique et des photos) pour présenter votre pays et votre région.

5. Vivre au Japon

(1) Services publics

Beaucoup d'administrations et d'agences gouvernementales (notamment la JICA), les banques et les bureaux de poste sont fermés le week-end et les jours fériés. Voir l'annexe 4 pour plus de précisions. Les bureaux de la JICA sont également fermés du 29 décembre au 3 janvier pour les vacances du Nouvel An.

(2) Utilisation de la carte bancaire

Votre carte bancaire vous permet de retirer de l'argent de votre compte à la banque Sumitomo Mitsui Banking Corporation (SMBC). L'utilisation du distributeur automatique de billets (DAB) vous sera expliquée lors du briefing. Vous devez mémoriser votre code PIN (Personal Identification Number ou numéro d'identification personnel) pour procéder à cette opération.

Si vous tapez trois fois un code PIN erroné, votre carte n'est plus valide. Les frais de renouvellement de la carte bancaire sont à la charge du participant.

Veuillez noter que les agences SMBC sont peu nombreuses dans les zones rurales, et qu'une commission sera prélevée sur votre compte bancaire pour chaque retrait (billets de banque uniquement, pas de pièces de monnaie) au DAB d'une autre banque que la SMBC.

(3) Veuillez consulter le site Internet de la poste japonaise.

URL : https://www.post.japanpost.jp/index_en.html

(4) Téléphone

Le coût d'une communication téléphonique au Japon varie selon la zone et l'heure de l'appel. Le tarif minimal d'un appel local est de 10 yens par minute. Le tarif normal de l'appel longue distance s'applique durant la semaine. Le tarif économique ou réduit s'applique la nuit, le week-end et les jours fériés.

(5) Monnaie

Le yen (¥) est la monnaie officielle du Japon. Voir l'annexe 5 pour plus de précisions. Les chèques de voyage peuvent être échangés contre des devises dans les grandes banques, sur présentation de votre passeport comme pièce d'identité.

(6) Cartes de crédit

L'utilisation de cartes de crédit n'est pas aussi répandue qu'aux États-Unis et dans d'autres pays. Étant donné que les petits magasins, les taxis et les gares ferroviaires n'acceptent pas les cartes de crédit (en particulier les cartes de crédit étrangères), il est conseillé de toujours avoir des espèces (yens) sur soi.

(7) Identité

Durant votre séjour, les services de police peuvent vous demander la nature de votre statut au Japon. Par conséquent, vous devez toujours avoir sur vous votre passeport et votre carte de résident (Residence Card).

VII. PERSONNEL DE FORMATION DE LA JICA

Le personnel de la JICA, notamment le chargé de programme et le coordinateur de la formation, travaille en collaboration avec le personnel du partenaire d'exécution de chaque programme, pour rendre votre programme aussi productif et positif que possible. Le personnel de la JICA est pleinement mobilisé pour que votre programme soit une réussite et, de ce fait, il est toujours prêt à discuter avec vous de tout problème, demande ou suggestion que vous pourriez avoir.

1. Chargé de programme

Le chargé de programme du Centre de la JICA est responsable de la planification et de l'évaluation des programmes, ainsi que de l'élaboration et de l'organisation de votre programme, en collaboration avec le partenaire d'exécution concerné. Il supervise le programme de formation et suit vos progrès. Il prend également les dispositions financières nécessaires au bon déroulement de la formation. Le chargé de programme évalue les résultats du programme de formation après son achèvement.

2. Coordinateur de la formation

Pour assurer le déroulement sans heurt et l'efficacité du programme, la JICA se charge de nommer un coordinateur comme membre clé du personnel opérationnel. Si nécessaire, le coordinateur remplit également les fonctions d'interprète sur le lieu du programme. Il est chargé, en outre, de l'administration et de la mise en œuvre du programme, tout en vous apportant aide et conseils pour que vous retiriez le plus grand bénéfice de votre programme.

VIII. RETOUR DANS VOTRE PAYS

1. Date de départ

À la fin de votre programme, vous quitterez le Japon à la date indiquée par la JICA. Si aucun avion n'est disponible pour la date indiquée, une réservation est effectuée sur le premier vol possible.

2. Vol

Généralement, le billet aller-retour est réservé par l'agence de voyages au Japon.

Veuillez noter que les règles et règlements de la JICA NE vous autorisent PAS à effectuer de réservations ou à modifier l'itinéraire de vol établi par la JICA. (Des billets aller simple seront fournis aux participants à un programme de longue durée.)

Retour direct dans votre pays

S'il vous faut faire escale sur le trajet direct du retour, vous devez ensuite prendre le premier vol disponible à destination de votre pays. En l'absence de correspondance le jour même, vous devez voyager à bord du premier avion disponible le lendemain. Concernant les indemnités d'escale, voir les pages 23-25.

3. Ajustement des indemnités

Si vous quittez le Japon avant la date indiquée par la JICA, vous devez rembourser les indemnités de subsistance et d'hébergement perçues pour les jours de formation restants.

Si vous devez reporter votre date de départ à cause de l'itinéraire de voyage établi par la JICA, vous recevez des indemnités de subsistance et d'hébergement* supplémentaires de la JICA.

*Voir pages 18 et 20 pour plus de précisions sur les indemnités de subsistance et d'hébergement.

En cas d'hospitalisation durant votre période de formation, vous devez rembourser une partie de votre indemnité de subsistance. Voir le tableau 1 pour plus de précisions.

Tableau 1.

(Avril, 2024)

Hébergement	Centres de la JICA	Établissements extérieurs à la JICA
Indemnité de subsistance initiale	**2,800 ¥** / jour	**5,000 ¥** / jour
Indemnité de subsistance ajustée (en cas d'hospitalisation)	**1,700 ¥** / jour	**1,700 ¥** / jour

4. Expédition d'affaires personnelles

Pour l'international, vous devez déclarer le contenu de l'envoi et compléter tous les documents nécessaires pour l'expédition et les services de douane. Tous les frais supplémentaires relatifs à l'enlèvement, la livraison et aux formalités douanières sont également à votre charge. Veuillez noter que des informations détaillées sont disponibles à la réception des Centres de la JICA et dans les bureaux de poste. Si vous désirez vérifier les frais de poste, veuillez consulter le site Internet de la poste japonaise.

URL : https://www.post.japanpost.jp/index_en.htm

5. Transfert à l'aéroport

L'agence de voyages organisera le transfert de votre lieu d'hébergement à l'aéroport, le jour du départ. Cependant, si vous reportez ou modifiez votre vol et votre jour de départ pour des raisons personnelles, vous devrez vous rendre à l'aéroport par vos propres moyens. Aucune de ces dépenses ne sera prise en charge par la JICA.

6. À l'aéroport

(1) Franchise bagages autorisée
Assurez-vous que votre bagage respecte les limites fixées par la compagnie aérienne. En cas de dépassement, vous devez acquitter un supplément pour excédent de bagages. Il est préférable de se conformer à la règlementation en matière de franchise bagages autorisée.

(2) Carte de résident (Residence Card)
Si votre séjour est supérieur à 3 mois, vous devez toujours avoir sur vous votre carte de résident et la restituer à l'agent de l'immigration de l'aéroport lorsque vous quittez le Japon.

IX. AUTRES ACTIVITES ET INFORMATIONS

Postérieurement au programme, la JICA met en œuvre les activités ci-dessous afin de garder le contact avec les anciens participants, renforcer les relations amicales, et fournir les informations techniques les plus

récentes.

1. Soutien technique à titre de suivi

Les activités postérieures au programme comprennent l'envoi d'enseignants des partenaires de mise en œuvre du programme auprès des organisations des anciens participants, afin de leur fournir des conseils techniques directement corrélés à leurs besoins de développement et combinés avec un partage des technologies les plus récentes.

Le département de la stratégie interne et des partenariats étudie également les besoins de chaque pays bénéficiaire et évalue les effets du programme organisé au Japon. Les informations ainsi obtenues servent de base à un renforcement de l'efficacité du programme de formation. Certaines de ces équipes de travail organisent des séminaires pour les anciens participants et d'autres personnes concernées.

2. Association des anciens participants

Plus de 130 associations ont été établies par les anciens participants dans plus de 110 pays. Le rôle attendu de ces associations est d'encourager les relations d'amitié entre les anciens participants, de promouvoir les échanges culturels et sociaux avec le Japon, et de faciliter la mise en œuvre des programmes de développement de la JICA dans chaque pays respectif. Elles sont dirigées sur la base du volontariat par les anciens participants, tout en étant financièrement soutenues par la JICA.

Vous pouvez prendre l'initiative d'établir une

association des anciens participants dans votre pays si cela n'a pas déjà été fait. En premier lieu, veuillez contacter le bureau de la JICA ou l'ambassade du Japon dans votre pays, ou le département de la Stratégie et du partenariat, au siège de la JICA. Voir l'annexe 3 pour plus de précisions.

Pour plus de précisions, veuillez consulter le site web de la JICA.

URL: https://www.jica.go.jp/Resource/english/our_work/types_of_assistance/tech/follow/alumni/index.html

JICA Alumni →Cliquez sur " Alumni | Our Work |JICA"

3. Fourniture d'équipements et soutien financier

S'ils s'avèrent nécessaires pour améliorer les résultats de la formation, des équipements et/ou un soutien financier peuvent être fournis par la JICA (notamment pour des séminaires, des ateliers, des recherches et des études, du matériel et des manuels didactiques) aux organisations des anciens participants, pour qu'ils puissent tirer pleinement parti de l'expertise technique acquise au Japon. Si vous souhaitez bénéficier de ce type de coopération, contactez le bureau de la JICA ou l'ambassade du Japon dans votre pays. La JICA procurera toutes les informations nécessaires, et accordera toute l'attention voulue aux demandes qui lui seront soumises.

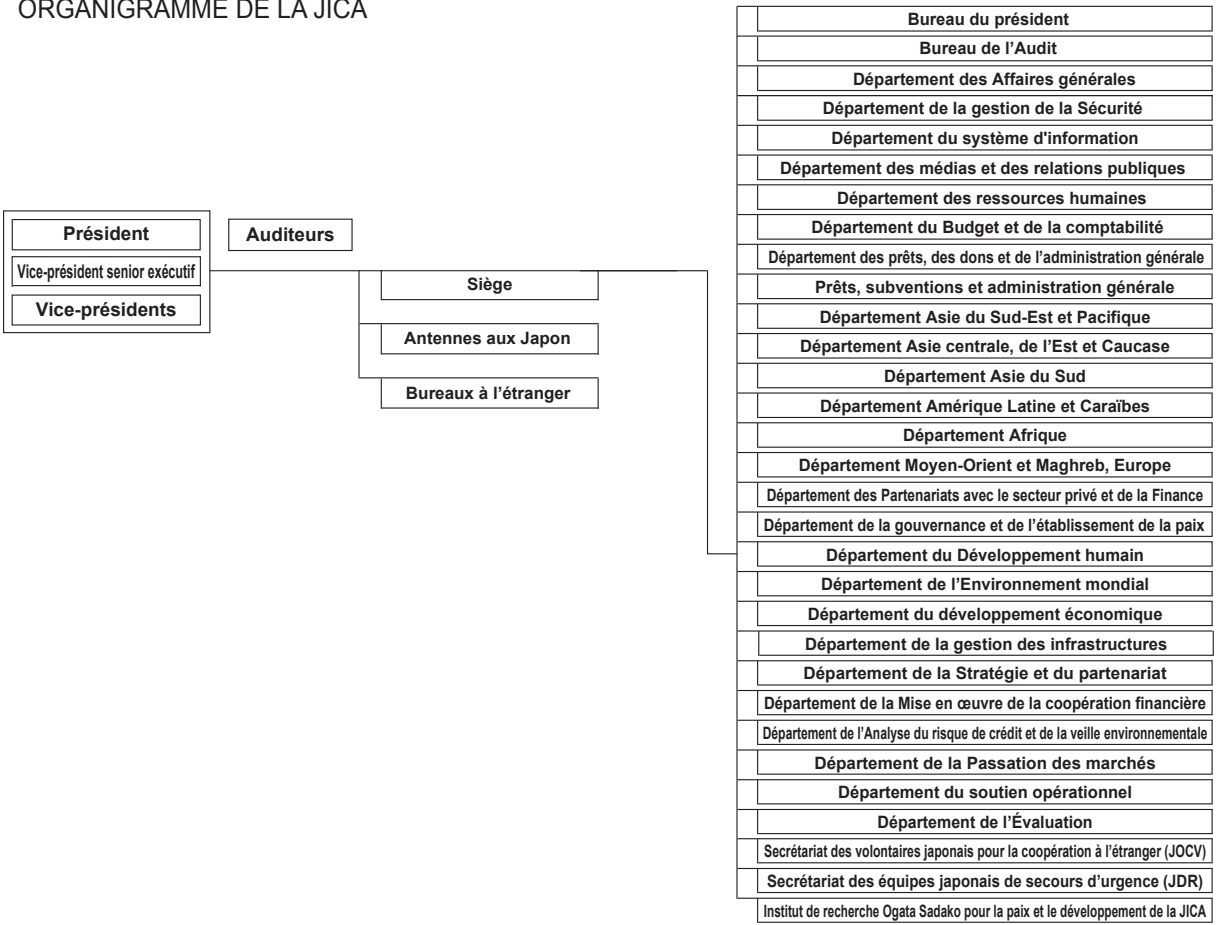
ANNEXES

1. Organigramme de la JICA 84
2. Siège et bureau au Japon de la JICA 86
3. Chronologie de l'histoire du Japon 106
4. Jours fériés 108
5. Pièces et billets en circulation 109
6. Prix à la consommation au Japon 110
7. Taille des vêtements 111
8. Tableau des poids et mesures 112
9. Vingt expressions utiles en japonais 113
10. Epidémie de COVID-19 115
11. Références 116

Annexe 1

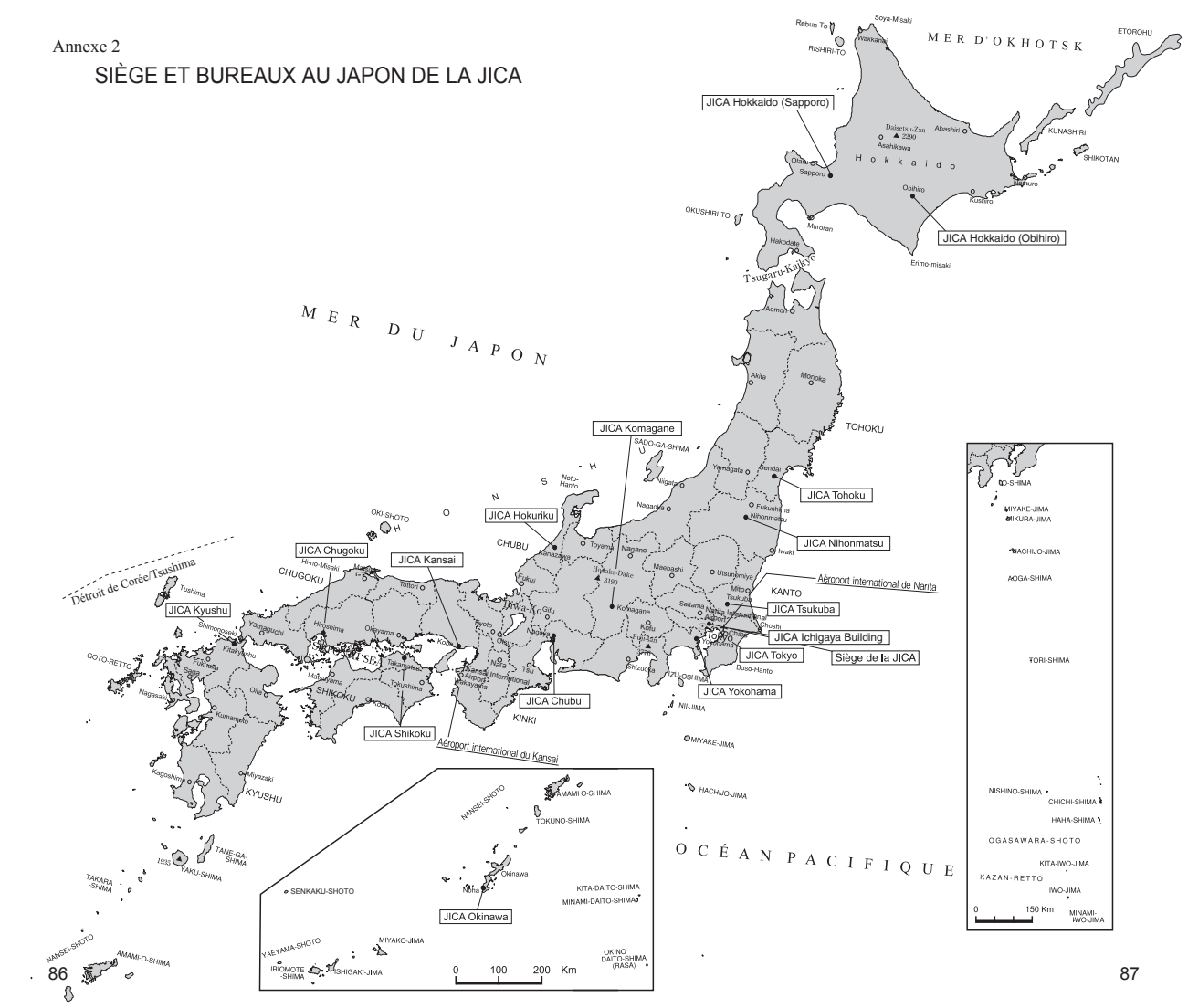
ORGANIGRAMME DE LA JICA

(À la date de Avril, 2021)



Annexe 2

SIÈGE ET BUREAUX AU JAPON DE LA JICA



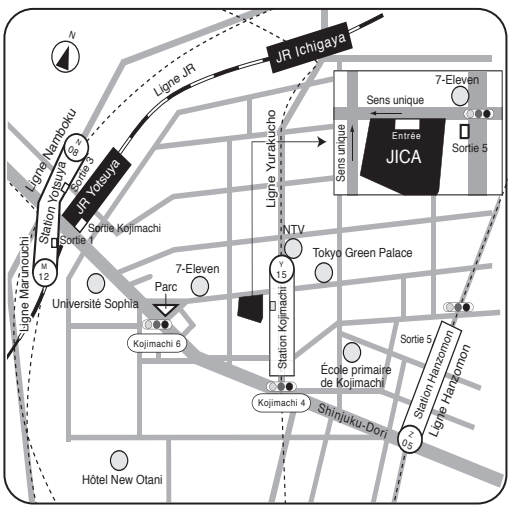
SIÈGE DE LA JICA (1)

[Adresse] Nibancho Center Building,
5-25, Niban-cho, Chiyoda-ku, Tokyo 102-8012, Japan
[Tél] (03) 5226-6660~6663 [Fax] (03) 5226-6377

URL:https://www.jica.go.jp/english/about/organization/headquarters/index.html

独立行政法人国際協力機構本部：

〒 102-8012　東京都千代田区二番町5-25 二番町センタービル



- Station Kojimachi de la ligne Yurakucho (sortie 5 ; 2 minutes à pied).
- Gare de Yotsuya de la ligne JR (sortie Kojimachi ; 7 minutes à pied).
- Station Yotsuya des lignes Marunouchi et Nanboku (sorties 1 et 3 ; 8 minutes à pied).
- Station Hanzomon de la ligne Hanzomon (sortie 5 ; 9 minutes à pied).

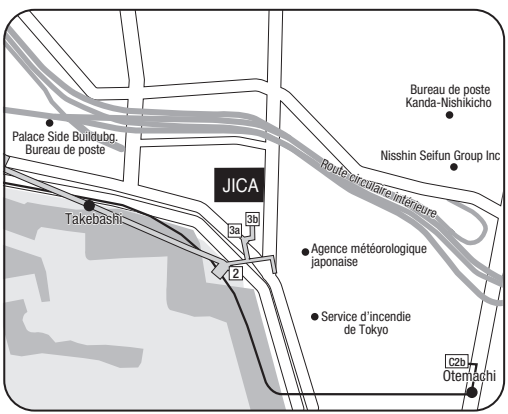
SIÈGE DE LA JICA (2)

[Adresse] Takebashi Building
4-1 Otemachi 1-chome, Chiyoda-ku,
Tokyo 100-0004, Japan
[Tél] (03) 5226-6660~6663

URL : https://www.jica.go.jp/english/about/organization/headquarters/index.html

独立行政法人国際協力機構本部：

〒 100-0004　東京都千代田区大手町1-4-1 竹橋合同ビル



Station Takebashi de la ligne Tozai (accès direct depuis la sortie 3b)
Station Otemachi des lignes Chiyoda, Hanzomon, Marunouchi, Tozai et Mita du Métro Toei (5 minutes à pied depuis la sortie C2b)

JICA Ichigaya Building
(JICA Global Plaza, Institut de recherche Ogata de la JICA)

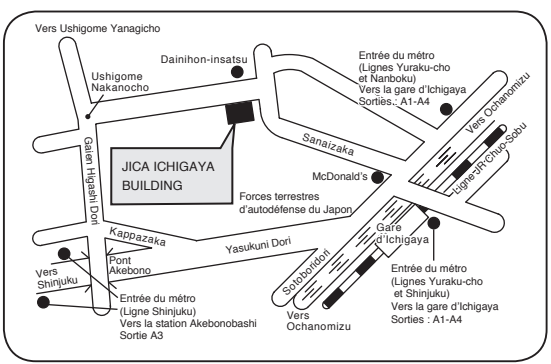
[Adresse] 10-5, Ichigaya-honmura-cho, Shinjuku-ku,
Tokyo 162-8433, Japan

JICA Global Plaza
Bibliothèque de la JICA
Institut de recherche Ogata de la JICA

[Tél] (03) 3269-2911
[Fax] (03) 3269-2054

URL:https://www.jica.go.jp/english/about/organization/headquarters/ri.html

JICA 地球ひろば：
JICA図書館：
JICA緒方研究所：
〒 162-8443 東京都新宿区市谷本村町 10-5



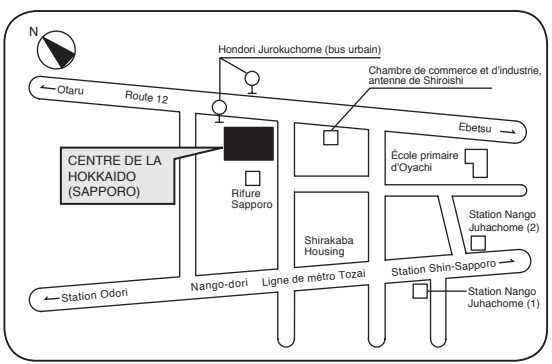
10 minutes à pied de la station JR ou du métro.

CENTRE DE LA HOKKAIDO
(JICA HOKKAIDO (SAPPORO))

[Adresse] 4-25, Hondori-Minami 16-chome Shiroishi-ku,
Sapporo-shi, Hokkaido 003-0026, Japan
[Tél] (011) 866-8333
[Fax] (011) 866-8382

URL:https://www.jica.go.jp/english/about/organization/domestic/index.html

北海道センター（札幌）：
〒 003-0026 北海道札幌市白石区本通南16丁目4-25
無線 LAN : 1 階 F ロビー　2 階ラウンジ
Wi-Fi Rez-de-chaussée : Hall　1er étage : Salon



10 minutes à pied de la station Nango 18 chome de la ligne de métro Tozai.

CENTRE DE LA HOKKAIDO (JICA HOKKAIDO (OBIHIRO))

[Adresse] 1-2, Minami 6 chome, Nishi 20-jo, Obihiro-shi, Hokkaido 080-2470, Japan
[Tél] (0155) 35-1210
[Fax] (0155) 35-1250

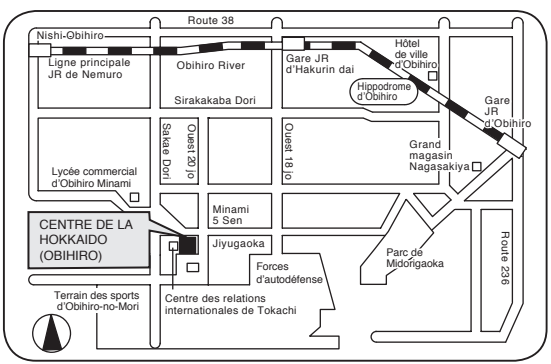
URL:https://www.jica.go.jp/english/about/organization/domestic/index.html

北海道センター（帯広）：

〒 080-2470 北海道帯広市西 20 条南 6 丁目 1-2

無線 LAN : 施設内全エリア対応

Wi-Fi Tous les espaces du centre



Taxi : Environ 15 minutes de la gare JR d'Obihiro.

Bus : Prendre le #13, 14, 16, 17, 18 et descendre à « Kokusai Center Iriguchi » (entrée du centre international).
5 minutes à pied de l'arrêt de bus Jiyugaoka-Danchi.

CENTRE DE LA TSUKUBA (JICA TSUKUBA)

[Adresse] 3-6, Koyadai. Tsukuba-shi, Ibaraki-ken, 305-0074, Japan
[Tél] (029) 838-1111
[Fax] (029) 838-1119

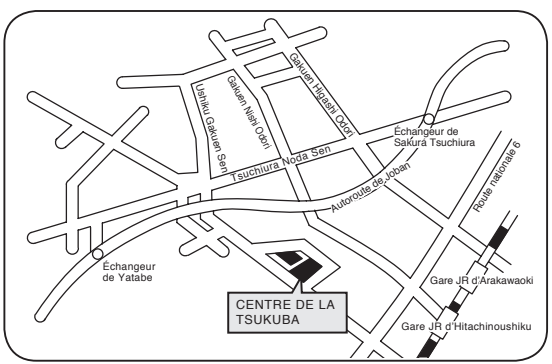
URL:https://www.jica.go.jp/english/about/organization/domestic/index.html

筑波センター：

〒 305-0074 茨城県つくば市高野台 3-6

無線 LAN : 施設内全エリア対応

Wi-Fi Tous les espaces du centre



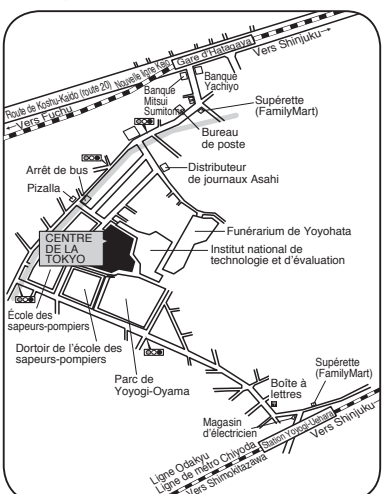
Desserte en bus depuis la gare JR d'Ushiku et la gare de Tsukuba du Tsukuba Express (TX).
À la gare d'Ushiku, prendre le bus pour Yatabe Shako (garage de Yatabe).
Descendre à Shimoyokoba-Iriguchi (environ 15 minutes de trajet).
À la gare de Tsukuba, prendre le Tsuku-Bus « Nambu Shuttle ».
Descendre à Koyadai-Rikagaku Kenkyujo, (environ 20 minutes de trajet).

CENTRE DE LA TOKYO (JICA TOKYO)

[Adresse] 2-49-5, Nishihara, Shibuya-ku, Tokyo, 151-0066, Japan
[Tél] (03) 3485-7051
[Fax] (03) 3485-7904

URL:https://www.jica.go.jp/english/about/organization/domestic/index.html

東京センター：
〒 151-0066 東京都渋谷区西原 2-49-5
無線 LAN : 施設内全エリア対応
Wi-Fi Tous les espaces du centre



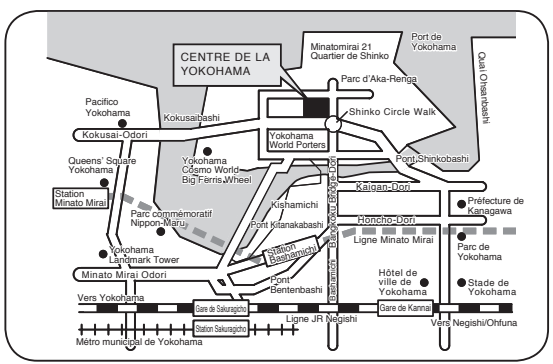
8 minutes à pied de la station Hatagaya, nouvelle ligne Keio.
12 minutes à pied de la station Yoyogi-Uehara, ligne Odakyu et ligne de métro Chiyoda.

CENTRE DE LA YOKOHAMA (JICA YOKOHAMA)

[Adresse] 2-3-1, Shinko, Naka-ku, Yokohama, Kanagawa 231-0001, Japan
[Tél] (045) 663-3251
[Fax] (045) 663-3265

URL:https://www.jica.go.jp/english/about/organization/domestic/index.html

横浜センター：
〒 231-0001 神奈川県横浜市中区新港 2-3-1
無線 LAN : 居室のみ利用可
Wi-Fi Disponible uniquement dans les chambres



15 minutes à pied de la gare JR de Sakuragicho, par Kishamichi, World Porters et Shinko Circle Walk.
15 minutes à pied de la gare de Kannai (JR ou métro), par Bashamichi.

CENTRE DE LA CHUBU (JICA CHUBU)

[Adresse] 60-7, Hiraike-cho 4 chome, Nakamura-ku, Nagoya-shi, Aichi-ken 453-0872, Japan
[Tél] (052) 533-0220
[Fax] (052) 564-3751

URL:https://www.jica.go.jp/english/about/organization/domestic/index.html

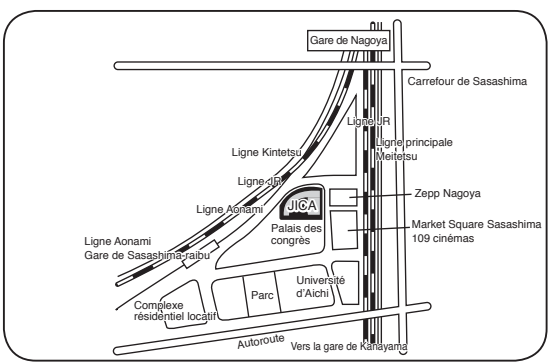
中部センター：

〒 453-0872 愛知県名古屋市中村区平池町4丁目60-7

無線 LAN : 施設内全エリア対応

※宿泊棟の廊下は対象外　※フロントでパスワードを要入手

Wi-Fi Tous les espaces du bâtiment
*À l'exception des couloirs dans le bâtiment destiné à l'hébergement
*Demandez le mot de passe à la réception



10 minutes à pied de la gare de Nagoya

CENTRE DE LA KANSAI (JICA KANSAI)

[Adresse] 1-5-2, Wakinohamakaigan-dori, Chuo-ku, Kobe-shi, Hyogo-ken 651-0073, Japan
[Tél] (078) 261-0341
[Fax] (078) 261-0342

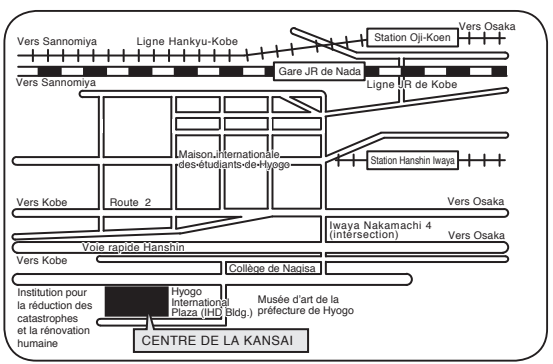
URL:https://www.jica.go.jp/english/about/organization/domestic/index.html

関西センター：

〒 651-0073 兵庫県神戸市中央区脇浜海岸通 1-5-2

無線 LAN : 施設内全エリア対応

Wi-Fi Tous les espaces du centre



10 minutes à pied de la station Hanshin Iwaya.
12 minutes à pied de la gare JR de Nada.
20 minutes à pied de la station Hankyu Oji-Koen.

CENTRE DE LA CHUGOKU
(JICA CHUGOKU)

[Adresse] 3-3-1, Kagamiyama, Higashihiroshimashi,
Hiroshima-ken 739-0046, Japan
[Tél] (082) 421-6300
[Fax] (082) 420-8082

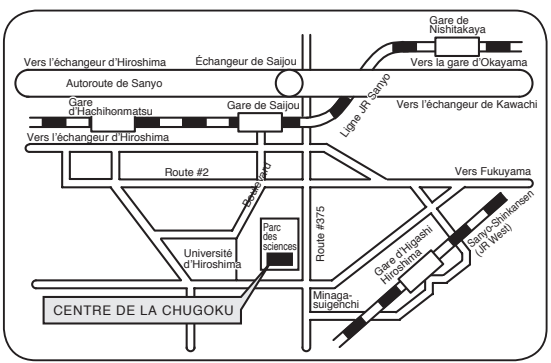
URL:https://www.jica.go.jp/english/about/organization/domestic/index.html

中国センター：

〒 739-0046 広島県東広島市鏡山 3-3-1

無線 LAN : 居室及びロビー等共用部のみ

Wi-Fi Disponible uniquement dans les chambres,
le hall et les autres espaces communs



De la gare JR de Saijou :
Prendre le bus #7 pour Kure et descendre à Suigenchimae
(environ 20 minutes de trajet). 10 minutes à pied de l'arrêt de bus.
Prendre la navette bus, service quotidien, départ toutes les heures,
à l'arrêt du bus #6.
De la gare JR d'Higashi Hiroshima : Prendre un taxi (10 minutes de trajet).
De l'aéroport d'Hiroshima : Prendre un taxi (environ 30 minutes de trajet).

CENTRE DE LA KYUSHU
(JICA KYUSHU)

[Adresse] 2-2-1, Hirano, Yahata-higashi-ku,
Kitakyushu-shi, Fukuoka-ken 805-8505, Japan
[Tél] (093) 671-6311
[Fax] (093) 671-0979

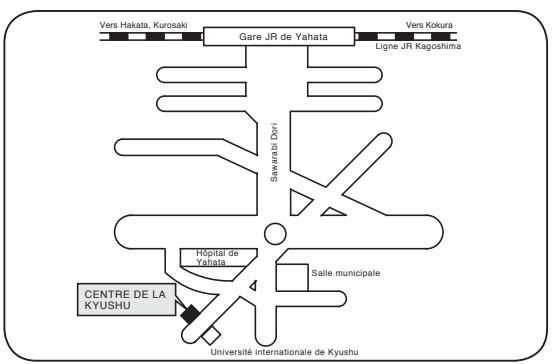
URL:https://www.jica.go.jp/english/about/organization/domestic/index.html

九州センター：

〒 805-8505 福岡県北九州市八幡東区平野 2-2-1

無線 LAN : 施設内全エリア対応

Wi-Fi Tous les espaces du centre



10 minutes à pied de la gare JR de Yahata.

CENTRE DE LA OKINAWA (JICA OKINAWA)

[Adresse] 1143-1, Aza-Maeda, Urasoe-shi,
Okinawa-ken 901-2552, Japan
[Tél] (098) 876-6000
[Fax] (098) 876-6014

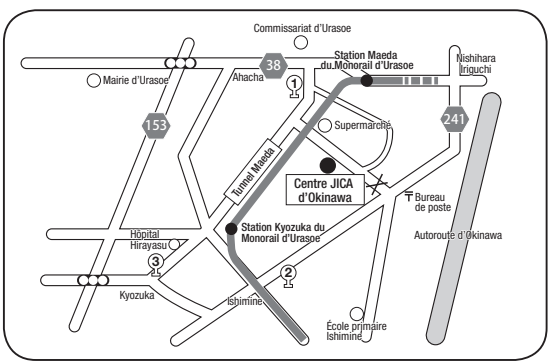
URL:https://www.jica.go.jp/english/about/organization/domestic/index.html

沖縄センター：

〒 901-2552 沖縄県浦添市字前田 1143-1

無線 LAN : 施設内全エリア対応　※毎月パスワード変更

Wi-Fi Tous les espaces du centre
*Le mot de passe est renouvelé chaque mois



Taxi : Environ 40 minutes de l'aéroport de Naha.

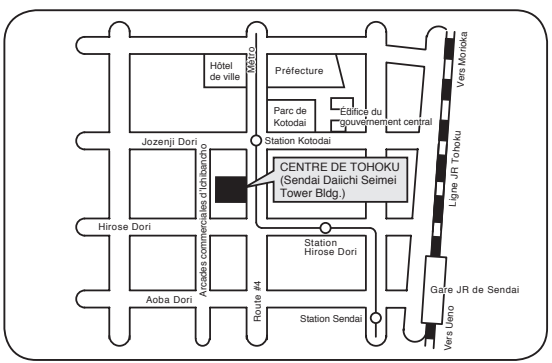
CENTRE DE TOHOKU (JICA TOHOKU)

[Adresse] 20F, Sendai Daiichi Seimei Tower Bldg.,
4-6-1, Ichibancho, Aoba-ku, Sendai-shi,
Miyagi-ken 980-0811, Japan
[Tél] (022) 223-5151
[Fax] (022) 227-3090

URL:https://www.jica.go.jp/english/about/organization/domestic/index.html

東北センター:

〒 980-0811 宮城県仙台市青葉区一番町 4-6-1
仙台第一生命タワービル 20階



15 minutes à pied de la gare JR de Sendai.

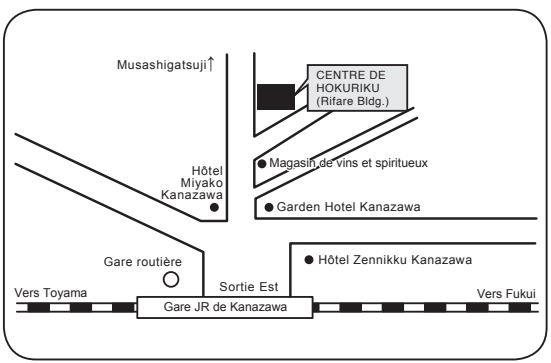
CENTRE DE HOKURIKU (JICA HOKURIKU)

[Adresse] 4th Floor, Rifare Bldg., 1-5-2, Hon-machi, Kanazawa-shi, Ishikawa-ken 920-0853, Japan
[Tél] (076) 233-5931
[Fax] (076) 233-5959

URL:https://www.jica.go.jp/english/about/organization/domestic/index.html

北陸センター:

〒 920-0853　石川県金沢市本町 1-5-2 リファーレ (オフィス棟) 4 階



Taxi: Environ 40 minutes de l'aéroport de Komatsu.
A 5 minutes à pied de la gare JR de Kanazawa

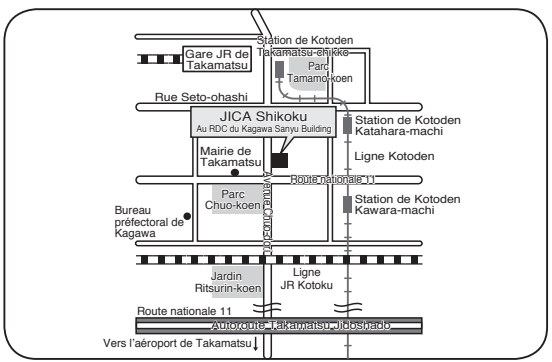
CENTRE DE SHIKOKU (JICA SHIKOKU)

[Adresse] First Floor, Kagawa Sanyu Bldg., 3 Kajiya-machi, Takamatsu City, Kagawa-ken 760-0028, Japan
[Tél] (087) 821-8824
[Fax] (087) 822-8870

URL:https://www.jica.go.jp/english/about/organization/domestic/index.html

四国センター:

〒 760-0028　香川県高松市鍛冶屋町 3 番地　香川三友ビル 1 階



Gares les plus proches :
Gare JR de Takamatsu (11 mn à pied)
Gare de Kotoden Kataharamachi (11 mn à pied)
Gare de Kotoden Kawaramachi (10 mn à pied)
Depuis l'aéroport de Takamatsu :
Prendre le bus limousine et descendre à Kenchodori Chuokoen-mae puis 4 mn à pied depuis l'arrêt du bus.

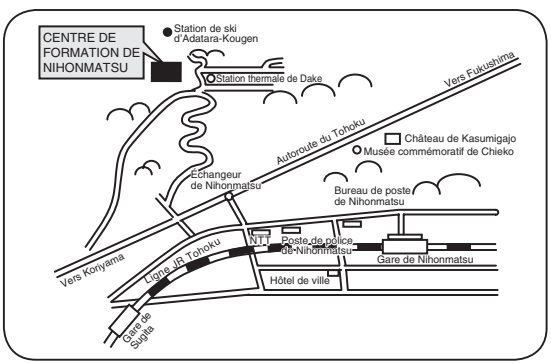
CENTRE DE FORMATION DE NIHONMATSU (JICA NIHONMATSU)

[Adresse] 4-2, Nagata Aza Nagasaka, Nihonmatsushi, Fukushima-ken 964-8558, Japan
[Tél] (0243) 24-3200
[Fax] (0243) 24-3214

URL:https://www.jica.go.jp/english/about/organization/domestic/index.html

二本松青年海外協力隊訓練所：

〒 964-8558　福島県二本松市永田字長坂 4-2



De la gare JR de Nihonmatsu :
Prendre le bus Fukushima-Koutsu et descendre à l'arrêt du Centre de formation de Nihonmatsu (environ 30 minutes de trajet). 5 minutes à pied de l'arrêt de bus.

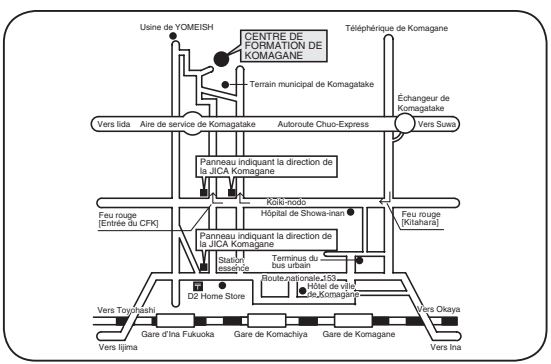
CENTRE DE FORMATION DE KOMAGANE (JICA KOMAGANE)

[Adresse] 15 Akaho, Komagane city, Nagano-ken 399-4117, Japan
[Tél] (0265) 82-6151
[Fax] (0265) 82-5336

URL:https://www.jica.go.jp/english/about/organization/domestic/index.html

駒ヶ根青年海外協力隊訓練所：

〒 399-4117　長野県駒ヶ根市赤穂 15 番地



15 minutes en taxi de la gare JR de Komagane (ligne JR Iida) jusqu'au Centre de formation de Komagane.

CHRONOLOGIE DE L'HISTOIRE DU JAPON

Période	Année	Évènements
Diluvienne	30 000 av. J.-C.	Premier peuplement humain dans le centre du Japon Paléolithique
Jomon	10 000 av. J.- C.	Néolithique (poterie Jomon)
Yayoi	300 av. J.-C.	Introduction de la technique de la culture du riz, du bronze et du fer, en provenance du continent Poterie Yayoi
Kofun	300 538 604 607 708	Unification de la majeure partie du Japon Introduction du bouddhisme Rédaction de la constitution de dix-sept articles Construction du Horyuji (temple bouddhique) Frappe de la première monnaie
Nara	710 712 752	Déplacement de la capitale à Heijokyo (aujourd'hui Nara) Compilation de la première histoire officielle du Japon Achèvement du Grand Bouddha de Todaiji Compilation de la première anthologie de waka (poème japonais de 31 syllabes)
Heian	794 1001	Déplacement de la capitale à Heiankyo (aujourd'hui Kyoto) Écriture du « Dit du Genji » Montée en puissance de la classe guerrière
Kamakura	1192 1274 1281 1333	Établissement du shogunat de Kamakura (gouvernement) Tentative d'invasion du nord de Kyushu par les Mongols Deuxième tentative d'invasion des Mongols Chute du shogunat de Kamakura (gouvernement)
Muromachi	1338 1397 1489 1543 1549 1573	Début du shogunat de Muromachi (gouvernement) Construction du Kinkakuji Construction du Ginkakuji Importation des premiers mousquets par des marchands portugais Arrivée de François-Xavier, missionnaire chrétien Fin du Shogounat (gouvernement) de Muromachi

Période	Année	Évènements
Azuchi Momoyama	1590	Unification de la nation par Toyotomi Hideyoshi
Edo	1603 1612 1639 1858	Établissement du shogunat de Tokugawa (gouvernement) Interdiction de la religion chrétienne Politique d'isolement national (fermeture du pays aux étrangers) Signature du traité commercial inégal avec les États-Unis, suivie par des traités similaires avec les Pays-Bas, la Russie, l'Angleterre et la France
Meiji	1869 1889 1894 1904	Restauration Meiji Promulgation de la « Constitution de l'empire du Grand Japon » Déclenchement de la guerre sino-japonaise Déclenchement de la guerre russo-japonaise
Taisho	1914	Déclenchement de la première guerre mondiale
Showa	1939 1941 1945 1946 1947 1950 1951 1964 1970 1985 1989	Déclenchement de la seconde guerre mondiale Déclenchement de la guerre du Pacifique Largage des bombes atomiques sur Hiroshima et Nagasaki Acceptation de la déclaration de Potsdam et capitulation sans condition Promulgation de la nouvelle constitution du Japon Mise en œuvre de la réforme agraire Déclenchement de la guerre de Corée Signature du traité de paix de San Francisco par le Japon et 48 pays Organisation des 18e Jeux olympiques à Tokyo Organisation de l'Expo '70 à Osaka Naissance de la bulle économique qui éclatera en 1991 Fin de l'ère Showa (1926-1989)
Heisei	1989 1989 1995 2002 2011 2019	Début de l'ère Heisei Introduction de la taxe sur la consommation (TVA) Grand séisme de Kobe Coupe du monde de la FIFA Corée/Japon Grand séisme de l'Est du Japon Fin de l'ère HEISEI (1989-2019)
Reiwa	2019 2021	Début de l'ère REIWA Organisation des 32e Jeux olympiques à Tokyo

JOURS FÉRIÉS

1er janvier	Jour de l'An
8 janvier	Fête du passage à l'âge adulte
11 février	Fête de la fondation de la nation
23 février	Anniversaire de l'Empereur
20 mars	Équinoxe de printemps
29 avril	Célébration de l'empereur Showa
3 mai	Fête de la Constitution
4 mai	Fête de la nature
5 mai	Fête des enfants
15 juillet	Fête de la mer
11 août	Fête de la montagne
16 septembre	Fête du respect des personnes âgées
22 septembre	Équinoxe d'automne
14 juillet	Fête de la santé et du sport
3 novembre	Journée nationale de la culture
23 novembre	Journée de reconnaissance du travail

Si un jour férié tombe un dimanche, le lundi suivant est chômé.

Les banques, bureaux de poste et entreprises sont fermés le samedi, le dimanche et les jours fériés, mais la plupart des grands magasins et commerces sont ouverts.

PIÈCES ET BILLETS EN CIRCULATION

500 ¥ Cupro-nickel

100 ¥ Cupro-nickel

50 ¥ Cupro-nickel

10 ¥ Bronze

5 ¥ Cuivre

1 ¥ Aluminium

10,000 ¥

5,000 ¥

2,000 ¥

1,000 ¥

PRIX À LA CONSOMMATION AU JAPON

Item		Quantity	Price (Yen)
1	Riz	5 kilogrammes	1,500-2,500
2	Pain	1 kilogrammes	300-600
3	OEufs	10 oeufs	150-300
4	Eau minérale	1 bouteille(2 litre)	100-130
5	Brosse à dents	1 pièce	80-200
6	Savon à main	1,000 millilitres	600-900
7	Métro (zone métropolitaine)	Tarif minimum	180
8	Taxi	Tarif minimum	410

TAILLE DES VÊTEMENTS

● Vêtements femmes

Japon	9	11	13	15	17	19	21
États-Unis	10	12	14	16	18	20	22
Royaume-Uni	32	34	36	38	40	42	44
Europe	38	40	42	44	46	48	50

● Chemises hommes (tour de cou)

Japon	36	37	38	39	40	41	42
États-Unis	14	$14_{1/2}$	15	$15_{1/2}$	16	$16_{1/2}$	17
Royaume-Uni	14	$14_{1/2}$	15	$15_{1/2}$	16	$16_{1/2}$	17
Europe	36	37	38	39	40	41	42

● Chaussures femmes

Japon	23	$23_{1/2}$	24	$24_{1/2}$	25	$25_{1/2}$	26
États-Unis	6	$6_{1/2}$	7	$7_{1/2}$	8	$8_{1/2}$	9
Royaume-Uni	$4_{1/2}$	5	$5_{1/2}$	6	$6_{1/2}$	7	$7_{1/2}$
Europe	36	37	38	38	38	39	40

● Chaussures hommes

Japon	$24_{1/2}$		26		$27_{1/2}$	28	29
États-Unis	$5_{1/2}$	$6_{1/2}$	$7_{1/2}$	$8_{1/2}$	$9_{1/2}$	$10_{1/2}$	$11_{1/2}$
Royaume-Uni	5	6	7	8	9	10	11
Europe	39	40	41	42	43	44	45

TABLEAU DES POIDS ET MESURES

● Longueurs

Centimètre (cm)	Mètre (m)	Kilomètre (km)	Pouce (in)	Pied (ft)	Yard (yd)	Mile (mi)
1	0.0100	—	0.3937	0.0328	0.0109	—
100	1	0.0001	39.370	3.2808	1.0936	0.0006
100000	1000.0	1	39370	3280.8	1093.6	0.6214
2.5399	0.0254	—	1	0.0833	0.0277	—
30.479	0.9144	—	12.000	1	0.333	—
91.440	0.9144	—	36.000	3.0000	1	—
—	1609.3	1.6093	—	—	—	1

● Superficie

Mètre carré (m^2)	Kilomètre carré (km^2)	Pouce carré (in^2)	Pied carré (ft^2)	Yard carré (yr^2)	Hectare (ha)	Acre (a)
1	—	1550.0	10.764	1.1960	—	—
—	1	—	—	—	100.00	247.11
0.0006	—	1	0.0069	0.0007	—	—
0.0922	—	144.00	1	0.1111	—	—
0.8360	—	1296.0	9.0000	1	—	—
—	0.0100	—	—	—	1	2.4711
—	0.0040	—	—	—	0.4047	—

● Volumes

Mètre cube (m^3)	Pouce cube (in^3)	Pied cube (in^3)	Yard cube (yr^3)	Litre (L)	Gallon anglais (UK gal)	Gallon américain (US gal)
1	61027	35.316	1.3080	1000.0	220.20	264.20
—	1	0.0005	—	0.0163	0.0035	0.0042
0.0283	1728.0	1	0.3703	283.10	62.338	74.867
0.7645	46656	27.000	1	764.52	168.34	202.17
0.0010	61.027	0.0353	0.0013	1	0.2202	0.2642
—	—	160.54	5.9460	4.5459	1	1.2010
—	228.61	0.1323	0.0049	3.7853	0.8327	1

● Poids

Kilogramme (kg)	Livre (lb)	Once (oz)
1	2.2046	35.270
0.4536	1	15.998
0.0283	0.0623	1

VINGT EXPRESSIONS UTILES EN JAPONAIS

a. Salutations

1) **KONNICHIWA.** — 1) Bonjour !
2) **HAJIMEMASHITE.** — 2) Enchanté !
3) **ARIGATO.** — 3) Merci
4) **SUMIMASEN.** — 4) Excusez-moi /Pardon !
5) **SAYONARA.** — 5) Au revoir !

b. Se présenter

1) **WATASHI WA JICA NO KENSHUIN DESU.** — 1) Je suis un participant de la JICA.
2) **WATASHI NO NAMAE / KUNI WA _____ DESU.** — 2) Mon nom/pays est____.
3) **KOKO E DENWA SHITE KUDASAI.** — 3) Téléphonez à ce numéro, s'il vous plaît !
4) **PASSPORT/ZAIRYU CARD O WASUREMASHITA.** — 4) J'ai oublié mon passeport/ma carte de résident.
5) **NIHONGO WA WAKARI MASEN.** — 5) Je ne comprends pas le japonais.
6) **EIGO DE ONEGAI SHIMASU.** — 6) Parlez anglais, s'il vous plaît !

c. Repas

1) **BUTANIKU / GYUNIKU WA DAME DESU.** — 1) Je ne mange pas de porc/de bœuf.
2) **YASAI DAKE O ONEGAI SHIMASU.** — 2) Je prends seulement des légumes.

d. Transports

1) **TOKYO-EKI WA DOKO DESU KA?** — 1) Où est la gare de Tokyo ?
2) **CHIZU O KAITE KUDASAI.** — 2) Dessinez-moi un plan, s'il vous plaît !
3) **TOKYO-EKI MADE IKURA DESU KA?** — 3) Combien coûte le trajet jusqu'à la gare de Tokyo ?
4) **TOKYO-EKI MADE ONEGAI SHIMASU.** — 4) Conduisez-moi à la gare de Tokyo, s'il vous plaît !

e. Soins médicaux

1) KIBUN GA WARUI DESU.	1) Je me sens mal.
2) BYOIN E IKITAI DESU.	2) Je veux aller à l'hôpital.

f. Courses

1) KORE WA IKURA DESU KA?	1) Cela coûte combien ?
2) KORE O KUDASAI.	2) Je prends celui-ci.

g. En cas d'urgence

1) TASUKETE KUDASAI.	1) Au secours !
2) KEISATSU O YONDE KUDASAI.	2) Appelez la police, s'il vous plaît !
3) KYUKYUSHA O YONDE KUDASAI.	3) Appelez une ambulance, s'il vous plaît !

Epidémie de COVID-19 /Institut de recherche en santé publique de Tokyo

«Mesures clés : le lavage des mains, la règle concernant la toux et la désinfection»

○Comme pour la grippe saisonnière, les mesures contre les maladies infectieuses, telles que le lavage des mains et la règle concernant la toux, sont efficaces contre le virus.

○Lavez-vous les mains fréquemment à l'eau courante et au savon. Il faut effectuer un lavage soigneux, surtout en rentrant de l'extérieur, ou après vous être touché la bouche, le nez, les yeux, etc.

○Evitez de tousser dans des endroits où se réunissent de nombreuses personnes et respectez la règle concernant la toux, en vous couvrant la bouche et le nez avec un mouchoir, par exemple, afin de prévenir une éventuelle contamination des personnes autour de vous.

○Utilisez du gel hydroalcoolique : il est également efficace.

○Si vous avez de la fièvre, de la toux, des éternuements ou tout autre symptôme, consultez un médecin sans tarder.

Annexe 11

REFERENCES

○EMBASSIES OR CONSULATES, INTERNATIONAL ORGANIZATIONS

https://www.mofa.go.jp/about/emb_cons/protocol/index.html

○POSTAL CHARGES

https://www.post.japanpost.jp/index_en.html

○CLIMATE of JAPAN Average Temperature & Precipitation in Major Cities:

Japan Meteorological Agency

https://www.jma.go.jp/jma/indexe.html