

# أهلاً بك في اليابان

## دليل الطالب العربي للدراسة في اليابان



مجلس السفراء العرب في اليابان

# دليل الطالب العربي للدراة في اليابان



مجلس السفراء العرب في اليابان

## © جميع حقوق الطبع والنشر محفوظة

### لمجلس السفراء العرب في اليابان 2016

جميع حقوق الطبع والنشر محفوظة. لا يجوز بيع هذا الكتاب بمقابل مادي، ويجوز استخدامه وتداوله واستنساخه وطباعته وتوزيعه وحفظه بأي وسيلة كانت بدون الحصول على إذن مسبق بشرط عدم المساس بهيئته أو التغيير في محتوياته أو تجزئته بأي شكل من الأشكال بدون الموافقة الكتابية المسبقة من مجلس السفراء العرب في اليابان .

قام بتنفيذ هذا الكتاب فريق عمل مكون من:

- سعادة السفير خالد بن هاشل المصلحي، سفير سلطنة عمان لدى اليابان
- عبد القادر جاموسي، وزير مفوض، نائب رئيس البعثة بسفارة المملكة المغربية
- محمد سوماني، وزير مفوض، نائب رئيس البعثة بسفارة الجمهورية الجزائرية الديمقراطية الشعبية
- هشام نصار، مستشار، نائب رئيس البعثة العامة الدائمة لفلسطين
- حمدي شعبان، مستشار، نائب رئيس البعثة بسفارة جمهورية مصر العربية
- هشام الاجود، مستشار بسفارة الجمهورية التونسية
- طلال بن هلال السيابي، سكرتير أول بسفارة سلطنة عمان
- أشرف أحمد (كويزومي)، سفارة سلطنة عمان
- Dr. Kyoko T. Jones، المديرية التنفيذية للنادي الياباني العماني في طوكيو

التنسيق والإخراج الفني: مهدي بدر

برعاية:

- سوكا غاگاي 創価学会

- الجمعية العربية اليابانية 日本アラブ協会

طبع في طوكيو من قبل مطابع شمس 株式会社シャムス

لمجلس السفراء العرب في اليابان

محتويات الكتاب دقيقة لغاية 31 مارس 2016

## رمز الاستجابة السريع QR Code



بهدف التسهيل للقارئ الكريم المتصفح للنسخة الورقية المطبوعة من هذا الكتاب، فقد تم إضافة صورة (الرمز المربع) لروابط الإنترنت الموجودة بالكتاب والمسمى «رمز الاستجابة السريع Quick Response code أو QR Code» والذي يوفر الوقت لفتح وصلات الإنترنت المشار إليها بواسطة مسحها ضوئياً (تصويرها) بكاميرة الهواتف الذكية بدون الحاجة لإعادة طباعة عناوينها. كما يتيح أيضاً قراءة بيانات العناوين وأرقام الإتصال للجهات الواردة في ملاحق الكتاب بنفس الطريقة لتخزينها على الهاتف بدون الحاجة لإعادة طباعتها.

إذا لم يوجد في هاتفك تطبيق قارئ QR Code فننصح بتنزيل أحد البرامج المجانية التي يمكنك من الإستفادة من هذه الخاصية من متجر التطبيقات الخاص بهاتفك وذلك بالبحث عن «QR Code Reader» وتنصيبه على هاتفك. وستجد هذه البرامج مفيدة لك خلال وجودك في اليابان أو دول أخرى لإنتشار استخدامها في المطبوعات المختلفة وعلى المنتجات بالأسواق.

جرب قراءة صورة الرمز الموجود في أعلى هذه الصفحة لتكتشف مضمونها.

## مقدمة

إن قرار الطالب العربي بالسفر للدراسة خارج وطنه في دولة تختلف عن بلده في اللغة والثقافة كاليابان هي تجربة مثيرة، وليست بالمهمة السهلة رغم أن اليابان دولة مدنية متقدمة ومنتطورة وصاحبة ثالث أكبر إقتصاد على مستوى العالم، وتعتبر دولة مثالية نسبياً لما تتمتع به من وسائل التقدم والرفاهية والأمن والإستقرار.

وقد اقترنت صفتا الإنبهار والإعجاب باليابان في ذهن الإنسان العربي، وذلك لما كتبه الزوار العرب الأوائل عن هذه الدولة ابتداءً مما كتبه العالم علي أحمد الجرجاوي عن رحلته إلى اليابان بحرّاً في عام 1906 لحضور مؤتمر الأديان في طوكيو بعنوان «الرحلة اليابانية» عام 1907 مروراً بعدد من المؤلفات منها: أبو بكر القادري «سته أيام في اليابان» عام 1981، و «غابة المرايا اليابانية» عام 1988 للكاتب محمد عزيمة، و «الحلم الياباني» عام 1994 لغالي شكري، و «مُفاكهة الخلان في رحلة اليابان» عام 2001، ووصولاً إلى البرامج المرئية وتجارب الزوار العرب من سياح ودبلوماسيين ومقيمين في اليابان. إلا أن الحياة والإقامة في اليابان للأجنبي بشكل عام وللطلاب بشكل خاص مليئة بالإثارة والتحدى.

ومن هنا فإن هذا الكتاب المتواضع الذي يقدمه لكم مجلس السفراء العرب في اليابان بما يحتويه من معلومات عامة حول الحياة في اليابان هو لمساعدة الزائر العربي بصفة عامة، والطالب العربي بصفة خاصة، وتزويده بالمعلومات الأساسية التي سيكون بحاجة لمعرفة في بداية وصوله إلى اليابان، آمليين أن يساهم ذلك في تذليل العقبات وتسهيل الصعوبات التي يواجهها الزائر إلى اليابان، متطلعين بكل رحابة فكر وسعة صدر لاستقبال أي آراء أو مقترحات بناءة حول هذا الكتاب لتطويره وتحسينه لتلبية الآمال والتوقعات المرجوة.

وفي هذا المقام يتقدم المجلس بوافر الشكر والتقدير للنادي الياباني العماني في طوكيو Japan Oman Club على مساهمته بتوفير معظم المادة الأساسية التي استند إليها هذا الكتاب من خلال ترجمة كتابه «Japan Basics: A Handbook for Study Abroad in Japan» وموائمته للطالب العربي. كما يعرب المجلس عن شكره وتقديره لمؤسسة سوكا غاكاي Soka Gakkai والجمعية العربية اليابانية Japan Arab Association على دعمها السخي برعاية طباعة هذا الكتاب لدعم التبادل الثقافي بين اليابان والعالم العربي.

كما يشكر المجلس وزارة الخارجية اليابانية وسفارات اليابان في الدول العربية على تعاونها مع المجلس لإصدار هذا الكتاب ويعرب عن شكره وتقديره لفريق العمل الذي قام بتنفيذ هذا الإصدار.

## مجلس السفراء العرب في اليابان كلمة العميد

طلابنا الأعزاء

باسم مجلس السفراء العرب أتقدم إليكم جميعاً كل باسمه ولقبه بأرق معاني الود والترحاب، ومعبراً لكم عن تهانينا القلبية الصادقة باختياركم وابتعاثكم للدراسة في اليابان، متمنياً أن يكتب لكم كل التوفيق والتقدم في دراستكم وإتمامها بنجاح وتفوق.

أكتب إليكم هذه الكلمات والعبارات مخاطباً عقولكم النيرة وقلوبكم البصيرة لأبين لكم عظم المسؤولية وأهميتها الموكلة لكم والتي أحسب أنكم أهل لها والقادرون على حملها لتحقيق أقصى درجات الاستفادة العلمية والعملية لنقل التجربة الثرية إلى وطننا العربي والمساهمة الإيجابية في مسيرة التنمية والبناء في أوطانكم وتعزيز أواصر الصداقة والتعاون مع اليابان.

كما أود منكم وأتم تنهلون من منابع العلم الوفيرة والمتعددة خلال إقامتكم في اليابان، أن تكون معاملاتكم مع الآخرين انعكاساً للمبادئ والأخلاق والقيم الأصيلة والكريمة التي تتحلى بها أوطانكم، وأن يكون تعاملكم دائماً مبنياً على الصدق والوفاء والكرم والنظام والنظافة، وإحترام القوانين والعادات والتقاليد والسلوك الياباني في كافة مناحي الحياة بما ينم عن رفعة وسمو مكانتكم بين الناس لتكونوا خير سفراء لبلدانكم.

وفي الختام نود التأكيد بأن السفارات العربية في اليابان تسعى جاهدة لخدمة مواطنيها ورعاية مصالحهم، مقيمين أو زائرين لليابان، وخاصة الطلبة منهم، فلا ترددوا في التواصل مع سفارة بلدكم وتسجيل بياناتكم لديها لتقديم خدماتها لكم، متمنياً لكم مجدداً كل التوفيق والنجاح وموفور الصحة والسعادة، وأن تكون إقامتكم في اليابان آمنة ومريحة وسعيدة.

وليد علي صيام

سفير فلسطين

عميد السلك الدبلوماسي العربي في اليابان

# المحتويات

- 4..... مقدمة
- 5..... كلمة العميد
- 8..... اليابان
- 9..... التعليم الجامعي في اليابان
- 11..... ثقافة وعادات المجتمع الياباني
- 11 ..... 1. آداب التحية..... 11
- 12 ..... 2. دقة المواعيد..... 12
- 12 ..... 3. ثقافة التغذية..... 12
- 13 ..... 4. الديانة..... 13
- 14..... الإستعداد للسفر
- 14 ..... 1. جواز السفر والتأشيرة..... 14
- 15 ..... 2. تأمين السفر..... 15
- 15 ..... 3. النقود وبطاقات الائتمان..... 15
- 17 ..... 4. الأدوية والتقارير الطبية..... 17
- 17 ..... 5. الطقس والملابس..... 17
- 18 ..... 6. اللغة اليابانية..... 18
- 19..... الوصول إلى اليابان
- 19 ..... 1. الوصول إلى المطار..... 19
- 20 ..... 2. المواصلات ووسائل النقل خارج المطار..... 20
- 22 ..... 3. الفنادق/الإقامة المؤقتة..... 22
- 22 ..... 4. المساجد والمصليات..... 22
- 23 ..... 5. المطاعم والغذاء..... 23
- 23 ..... 6. مياه الشرب..... 23
- 23 ..... 7. الكهرباء..... 23
- 24 ..... 8. ضريبة المبيعات والبقشيش..... 24
- 24 ..... 9. التدخين..... 24
- 25..... ابتداء الحياة في اليابان
- 25 ..... 1. أوقات العمل..... 25
- 25 ..... 2. الدوام في الجامعة / الكلية..... 25

27	3.	بطاقة الإقامة.....
27	4.	التأمين الصحي الوطني.....
28	5.	السكن.....
30	6.	التسوق والغذاء الحلال.....
32	7.	النقل العام والمواصلات.....
37	8.	المعاملات المصرفية.....
39	9.	الإتصالات والإنترنت.....
41	10.	غسيل الملابس .....
42	11.	النفایات وإعادة التدوير.....
43	12.	دفع الفواتير «محلات الكونبيني (Konbini)».....
44	13.	الرياضة.....
44	14.	المتاحف والمواقع الأثرية.....
44	15.	المسارح ودور العرض والمتاحف الفنية.....
<b>45</b>		<b>الصحة، الأمن والسلامة.....</b>
45	1.	المرض والعلاج.....
45	2.	السلامة، الأمن والكوارث الطبيعية.....
47	3.	فقدان أو سرقة المتعلقات الشخصية.....
48	4.	التوقيف والمساءلة القانونية.....
<b>49</b>		<b>تجارب وخبرات طلبة عرب في اليابان.....</b>
49	1.	ما هي أهم الاعتبارات التي تأخذها عند دراستك بالخارج.....
50	2.	الدراسة في الخارج تحمل قيما تتجاوز مجرد الدراسة بالخارج.....
51	3.	الحياة في اليابان.....
<b>53</b>		<b>الملحق.....</b>
53	1.	السفارات العربية في اليابان .....
59	2.	السفارات اليابانية في الدول العربية.....
65	3.	الهيئات التي تدرس اللغة اليابانية في الدول العربية.....
67	4.	مصطلحات يابانية عامة.....
68	5.	الرموز والأشكال (كانجي) المستخدمة في الحياة العامة.....
70	6.	مواقع الكترونية.....
72	7.	كتب ومراجع.....
74	8.	المناسبات والعطل الرسمية.....
74	9.	أرقام طوارئ.....



## اليابان

اليابان وأسمها باليابانية: نِيْپُونُ أو نِيْهُونُ، ومعناها مَشرق الشمس، وتقع في شرق آسيا، بين المحيط الهادئ وبحر اليابان، وشرق شبه الجزيرة الكورية. تتكون اليابان من جزر عديدة (حوالي ثلاثة آلاف جزيرة)، أهمها (من الجنوب إلى الشمال): أوкинаوا، كيوشو، شيكوكو، هونشو، هوكايدو. تحول نظام الحكم في اليابان إلى نظام ملكي دستوري يضم إمبراطوراً وبرلماناً منتخباً بعد اعتماد الدستور في عام 1947. وتتألف اليابان من 47 محافظة، ويبلغ عدد سكانها 127 مليون نسمة تقريباً (عام 2015). وتبلغ مساحة اليابان 378,000 كم<sup>2</sup>. وتحتل المناطق الجبلية ما يزيد عن 70% من أرض اليابان، وتتركز المدن الكبرى في السهول المتبقية التي تشكل أقل من 30% من المساحة. أكبر مدنها من حيث عدد السكان العاصمة طوكيو، ويوكوهاما، وأوساكا، وناغويا، وسابورو، وكوبي، وكيوتو، وفوكوكا، وكاواساكي، وساياما، وهيروشيما، وسينداي.



## التعليم الجامعي في اليابان

اليابان من الدول المتقدمة في نظامها التعليمي، ويتواجد بها أكثر من 1,300 جامعة ومؤسسة تعليمية للمرحلة ما بعد الثانوية، وتشمل الجامعات، ومراكز الدراسات العليا، والكليات التخصصية، والمعاهد الفنية والصناعية. وتتضمن قائمة مؤسسات التعليم العالي في اليابان 752 جامعة منتشرة في جميع أنحاء اليابان، تشمل جامعات وطنية، وجامعات إقليمية بالمحافظات، وجامعات خاصة.

### مدة الدراسة:

مدة الدراسة الجامعية لمرحلة البكالوريوس هي أربعة سنوات، عدا تخصصات الطب البشري وطب الأسنان والطب البيطري والتي تستغرق ستة سنوات، أما مرحلة الدراسات العليا فهي سنتين للماجستير وثلاث سنوات للدكتوراه. وتختلف شروط قبول الطلبة للالتحاق بالجامعات اليابانية من جامعة إلى أخرى، وكذلك الرسوم الدراسية السنوية.

### العام الدراسي:

يبدأ العام الدراسي عادة في مطلع شهر أبريل وينتهي في شهر مارس من العام التالي، ويتكون من فصلين، الفصل الدراسي الأول (أبريل - سبتمبر) والفصل الدراسي الثاني (أكتوبر - مارس). يتم تسجيل الطلاب عادة لبدء الدراسة في شهر أبريل، ولكن بعض الجامعات تسمح للطلاب بالتسجيل للفصل الثاني في أكتوبر.

### الإجازات:

عادة ما تكون هناك ثلاث إجازات طويلة في مؤسسات التعليم العالي اليابانية خلال العام الدراسي: العطلة الصيفية (أواخر يوليو - أواخر أغسطس)، العطلة الشتوية (أواخر ديسمبر - أوائل يناير) وعطلة الربيع (أواخر فبراير - أوائل أبريل).

### المنح الدراسية للطلبة الأجانب:

توفر الحكومة اليابانية عبر وزارة التعليم منحةً دراسية للطلبة الأجانب، كما تقدم بعض الشركات والهيئات والجامعات منحةً دراسية أو دعماً للرسوم، ولمزيد من المعلومات حول المنح الدراسية المتوفرة وكيفية التقدم لها، يفضل التواصل مع وزارة التعليم في بلدك والسفارة اليابانية، أو التواصل مع مكاتب التبادل الدولي في الجامعات اليابانية التي ترغب في الالتحاق بها.

لمزيد من المعلومات حول نظام التعليم الجامعي والجامعات اليابانية يرجى الإطلاع على المواقع التالية:



<http://www.saudiembassy.or.jp/Ar/Education/education.htm>



[http://www.jasso.go.jp/study\\_j/sgtj\\_arabic.html](http://www.jasso.go.jp/study_j/sgtj_arabic.html)



<http://www.jasso.go.jp/en/index.html>



<http://www.4icu.org/jp/>



[https://en.wikipedia.org/wiki/List\\_of\\_universities\\_in\\_Japan](https://en.wikipedia.org/wiki/List_of_universities_in_Japan)

## الفصل الأول

### ثقافة وعادات المجتمع الياباني

لا شك أن للعالم العربي واليابان، المعروفان بعراقتهما وأصالتهما، تقاليد وعادات مختلفة مما يثير اندهاش الوافد الجديد على بلد كاليابان. وحتى يتيسر للمرء الاندماج بسلاسة والانخراط بروح ايجابية، ينبغي عليه التعرف على عادات المجتمع الياباني والإلمام بقواعد سلوكه اليومية وإحترامها.

على سبيل المقارنة، فقد تطورت الثقافة العربية في اطار تقاليد قبلية تقوم على الارتحال عبر الأماكن. وهي تقاليد تقدر كثيراً كرم الضيافة وحسن استقبال الوافد الأجنبي مهما كانت مرجعيته أو خلفيته الثقافية. من جهة ثانية تطورت الثقافة اليابانية في اطار حياة قرى زراعية مستقرة تظهر فيها تمايزات بين المجال الخاص والمجال العام. من بين مظاهر المجال العام روح التعاون والتناغم داخل المجموعة. وهي ثقافة تتمحور حول مفهوم «WA» الذي يترجم عادة بمعنى «التناغم» وهو أحد مرتكزات القيم الجوهرية التي وسمت المجتمع الياباني عبر العصور.

سواء اتخذت تجليات ومظاهر ايجابية أو سلبية، فإن هذه الخصائص تظل حاضرة بقوة في حياة اليابانيين، على سبيل المثال، في توجهاتهم المجتمعية، وميولهم لعدم التعبير صراحة عن مشاعرهم، أو تعتمد الغموض أحيانا في التعبير عن أفكارهم تجنباً لأي مس بمشاعر الغير، أو رغبة منهم في الحفاظ على جو من الانسجام والتناغم.

هناك العديد من الكتب التي تناولت حياة وعادات المجتمع الياباني. يرجى الإطلاع على بعض منها في ملحق هذا الكتاب.

#### 1. آداب التحية

تعتبر الإحناءة من أشهر آداب السلوك لدى اليابانيين. حين تشاهد يابانياً ينحني خلال تحدّثه في الهاتف، فهذا يعني أنه يقدم التحية لمتحدّثه على الخط الآخر من الهاتف. التحية عن طريق المصافحة ليست معتادة بين اليابانيين، ولكن يتم تقبلها مع الأجانب بما في ذلك بين رجل وامرأة. المصافحة القوية تعبر عن الثقة بين الطرفين. يمكنك المصافحة بلباقة، وإن لم تكن راغباً في ذلك، خصوصاً مع شخص من الجنس الآخر، يمكنك الاكتفاء بالإحناءة على الطريقة اليابانية. والجدير بالذكر، أن اليابانيين لا يعانقون أو يتبادلون القبل خلال تقديم التحية، كما أنهم لا يلمسون بعضهم البعض بأطراف أخرى من الجسم، كالأنف أو ما شابه مما هو متعارف عليه في ثقافتنا العربية. ثم أن تشابك الرجال بالأيدي لفترة طويلة، يعبر لدى اليابانيين على علاقة حميمة، وقد يساء تفسيرها من لدن البعض.

## 2. دقة المواعيد

إن التعامل مع الزمن من بين أهم الفوارق بين العرب واليابانيين. في بلادنا العربية، يمر الزمن بشكل طبيعي، بينما الإنسان الياباني يتحرك حسب وعي مرهف بدورة الزمن، ومن ثم يتوقع أن تكون كل تصرفاته وفق جدول عمل منضبط وحسب المواعيد المحددة لها. لذلك يعتبر من عدم اللياقة الوصول بعد الموعد المتفق عليه، لأن ذلك يجعل الطرف الآخر ينتظر مدة غير محددة. هكذا عند حدوث عارض يمنع من الالتزام بالوقت المحدد للقاء أو الاجتماع، ينبغي عليك الإتصال فوراً والاعتذار والإخبار بوقت الوصول. هذا من دواعي إحترامك للآخر.

## 3. ثقافة التغذية

يشتمل النظام الغذائي الياباني على مواد من الحبوب كالأرز وغيره، ولحوم كالبقرة، والدجاج، ولحم الخنزير، والمنتجات البحرية من أسماك وأعشاب بحرية. وكذلك يتناول اليابانيون مشتقات الحليب وأنصاف الخضار الموسمية المتوفرة. لا يرخص لغير الراشدين (أقل من 20 سنة) بتناول المشروبات الكحولية والخمور.

ما عدا أطباق السوشي، والخبز، والوجبات السريعة، التي يمكن أن تؤكل باليد مباشرة، فإن اليابانيين يستعملون في العادة عيدان الخيزران التقليدية والتي تعرف في اليابان باسم (hashi) وذلك كأداة للأكل. وعند تقديم وجبات غربية تستعمل الأدوات المتعارف عليها في المطبخ الغربي كالمعلقة والشوكة والسكين. أحيانا قد يستفسر منك مضيفك أو نادل المطعم إن كنت تفضل الشوكة والسكين عوضاً عن عيدان الخيزران. ويعتبر من اللياقة وحسن التصرف حمل أطباق الأرز والشوربة والسلطة باليد اليسرى، طالما أن اليابانيين يتناولون الشوربة مباشرة ودون استعمال ملاعق لهذه الغاية.

من أجل الحصول على معلومات إضافية عن المطبخ الياباني، يمكن الرجوع إلى كتاب ريتشارد هوسكنز الموسوم: «معجم المطبخ الياباني» الذي يتضمن وصفات لوجبات يابانية أصيلة باللغة الإنجليزية مع صور توضيحية جذابة.

كما يمكن الإطلاع على مجموعة من الوصفات وطرق تحضيرها باللغة العربية من الموقع التالي:



<http://www3.nhk.or.jp/nhkworld/ar/radio/cooking/>

## 4. الديانة

قد يستغرب الوافد من بلد إسلامي عدم اهتمام اليابانيين بالأمور الدينية. وإذا سئل سائل فإن أغلبية اليابانيين سيحييون بأنهم لا دينيين. مع ذلك، تظل ديانة الشينتوية القديمة والطريقة البوذية أساس المجتمع الياباني وثقافته.

الشينتوية هي الديانة التقليدية في اليابان العريقة، وهي تقوم على نزعة روحانية قديمة. وعندما انتشرت البوذية خلال القرن السادس والسابع الميلادي بتأثير من الصين، استقبلها اليابانيون دون أن يتخلوا عن ديانتهم الشينتوية الأصلية.

هكذا استمرت الديانتان في تعايش وتناغم وساهمتا في تطور اليابان إلى يومنا الحالي. ولعل الحكاية التالية تثير استغراب غير اليابانيين، لكنها تعكس بوضوح الوضع الديني باليابان. فمن المعتاد أن يتم تعميدهم الطفل الياباني الوليد في معبد طائفة شينتو، وحين يكبر يمكن للياباني أو اليابانية أن يختارا إقامة حفل زفافهما في كنيسة مسيحية. ويمكن لهما كذلك أن يوصيا بأن تقام لهما جنازة على الطريقة البوذية.

عندما نتحدث عن «ضريح» Shrine، فإننا نعني بذلك معابد الشينتو. وعندما يتم ذكر «المعبد» Temple تكون الإشارة إلى المعابد البوذية، أما الكنيسة فهي تدل على مكان العبادة على الطريقة المسيحية. لليابانيين دراية بسيطة بدين الإسلام، ويعرفون المساجد.

تحظر البوذية على أتباعها تناول أي وجبات تشتمل على اللحوم بما في ذلك الأسماك. لذلك فإن البوذيين عادة من النباتيين. أما اليوم فإن عموم البوذيين لا يلتزمون بهذا الحظر. وفي الديانة الشينتوية، يعتبر الساكي، وهو مشروب كحولي من الأرز، هبة مقدسة من الآلهة، حسب معتقدتهم. لذلك يعمل اليابانيون على كسر براميل «الساكي» في المناسبات الإجتماعية كاحتفالات رأس السنة، وحفلات الزفاف، ومراسيم تدشين الشركات.

## الفصل الثاني

### الإستعداد للسفر

#### 1. جواز السفر والتأشيرة

بمجرد تلقي إخطار القبول بإحدى الجامعات اليابانية، يجب على الفور استخراج جواز سفرك إذا لم تكن قد استخرجته بالفعل والتأكد من تاريخ صلاحيته. كما ستحتاج للحصول على تأشيرة طالب لدخول اليابان Student Visa، وهو ما يتطلب منك التوجه إلى قسم التأشيرات بالسفارة أو القنصلية اليابانية في بلدك (راجع قائمة السفارات الملحقة بهذا الكتاب). يقتضي منك ذلك الإتصال بالسفارة اليابانية لمعرفة المستندات المطلوب توفيرها للتقدم بطلب الحصول على التأشيرة وكم من الوقت سيستغرقه ذلك ورسوم إصدار التأشيرة.

إذا قدمت شهادة تثبت أنك مؤهل للإقامة في اليابان Certificate of Eligibility for Residence Status (شهادة الأهلية للإقامة) مع المستندات المطلوبة، فسوف يختصر ذلك الوقت الذي يستغرقه صدور تأشيرة طالب. وفي جميع الأحوال سيكون من الضروري التقدم بطلب للحصول على هذه الشهادة من داخل اليابان بعد وصولك. لذلك فبمجرد تأكيد قبولك بإحدى الجامعات رسمياً، يجب عليك مخاطبة (مكتب قبول الطلاب الأجانب أو المكتب الدولي) بالجامعة لمعرفة ما إذا كان ممكناً أن تقدم الجامعة طلباً نيابة عنك للحصول على هذه الشهادة وإرسالها لك بريدياً. بخلاف الجامعة، يمكن فقط لك شخصياً أو أحد أقاربك (يجب إثبات صلة القرابة) أو أحد المكاتب القانونية اليابانية الموثقة التقدم بطلب الحصول على هذه الشهادة.

بعد أن تحصل على التأشيرة، نقتراح أن تقوم بتصوير الغلاف الداخلي لجواز السفر (الصفحة التي تحتوي على صورتك الشخصية ورقم جواز السفر) وصفحة التأشيرة، حيث يمكن أن تستعين بها إذا فقدت جواز السفر. كما نقتراح أيضاً أن تحضر معك عدداً من الصور الشخصية لك (في حجم صور جواز السفر) وذلك للاستخدام الرسمي في حالة الضرورة، وإثبات لهويتك الشخصية وما يثبت جنسيتك (مثل بطاقة الهوية الوطنية الصادرة من حكومة بلدك) وصور عنها، حيث من المحتمل أن تحتاج الصور الشخصية وصور من الجواز وبطاقة الهوية لأغراض أخرى في الجامعة وبعض الاستخدامات الرسمية الأخرى.

#### تأشيرة الزوجة (الزوج) والأطفال

يجب أن تحصل على وضعية «إقامة للطالب الأجنبي بغرض الدراسة في اليابان Residence of Foreign Students Studying in Japan» لتسهيل مهمة زوجتك (زوجك) وأطفالك لدى التقدم بطلب الحصول على تأشيرة للإقامة معك في اليابان.

يوجد خياران للحصول على التأشيرة لعائلتك: الأول هو التقدم بطلب التأشيرة مباشرة إلى السفارة اليابانية في بلدك، والثاني هو أن تقوم نيابة عنهم بتقديم هذا الطلب إلى إدارة الهجرة في اليابان (للحصول على أهلية الإقامة لهم). وبناءً على نوعية البرنامج الدراسي الذي تحضره سوف تختلف نوعية الأوراق والمستندات المطلوبة، لذلك يجب عليك أن تتواصل مع مكتب الطلاب الأجانب أو المكتب الدولي في جامعتك قبل تقديم الطلب، للتعرف على الأوراق والمستندات المطلوبة وغيرها من التفاصيل، الرابط التالي يقدم مزيد من المعلومات حول هذا الجانب:



<http://www.studyjapan.go.jp/en/toj/toj04e.html#no10>

يمكنك بعد الحصول على هذه الشهادة أن تقوم بإرسالها إلى عائلتك، حيث يتعين عليهم تقديمها للسفارة اليابانية ضمن الأوراق والمستندات المطلوبة للحصول على التأشيرة.

إذا كان من بين أولادك من هم في سن التعليم المدرسي (من 6 إلى 15 سنة) يمكنك إدخالهم المدارس الحكومية مجانية التعليم، ولكن يجب الانتباه إلى أن اللغة اليابانية هي لغة التعليم الأساسية في المدارس اليابانية. لمزيد من المعلومات حول هذا الموضوع راجع الرابط التالي:



[http://www.mext.go.jp/component/english/\\_\\_\\_icsFiles/fieldfile/2011/03/17/1303764\\_001.pdf](http://www.mext.go.jp/component/english/___icsFiles/fieldfile/2011/03/17/1303764_001.pdf)

## 2. تأمين السفر

نصح الطالب قبل مغادرة بلده أن يقوم بالإشتراك في خدمة التأمين على السفر لمدة أسبوعين أو ثلاث، وذلك من خلال شركات التأمين أو شركات السياحة الموجودة في بلدك، وذلك لتغطية أي ظرف طارئ يحدث أثناء السفر مثل فقدان الأمتعة أو تعطل مسار الطائرة وغيره من الظروف الطارئة، بالإضافة لتغطية المشاكل الصحية التي من الممكن أن تحدث في الفترة قبل إستخراج بطاقة التأمين الصحي الوطني اليابانية بعد الوصول لليابان حيث أن إستخراج هذه البطاقة قد يأخذ بعض الوقت.

## 3. النقود وبطاقات الائتمان

الأسواق اليابانية تعتمد كثيراً على التعامل النقدي (Cash). ورغم أن بطاقات الائتمان المعروفة عالمياً (فيزا، ماستر كارد، أمريكيان إكسبريس، داينرز) تقبل في المتاجر الكبرى، إلا أنه من المهم أن تعرف أنها أقل استخداماً خارج المدن الكبرى. كما لا توجد مراجعة للبيانات الشخصية مطلقاً عند استخدام بطاقات الائتمان. وفي جميع الأحوال، من المهم جداً أن يكون معك بعض النقود أو الشيكات السياحية قبل سفرك إلى اليابان.



من الصعب جداً تغيير عملتك الوطنية إلى الين الياباني في البنوك وشركات الصرافة داخل اليابان، وبالتالي من الأفضل لك شراء الين الياباني من البنوك أو شركات الصرافة في بلدك. ونظراً لأنه قد يكون من الصعب الحصول على الين الياباني في البنوك وشركات الصرافة في بعض الدول العربية، لذلك ننصح بأن تقوم بإخطارهم مسبقاً بالمبلغ الذي تريد صرفه إلى الين، حيث عادة ما يقوم اليابانيون المقيمون في الدول العربية أو الزائرون لها بتغيير العملات المحلية إلى الين الياباني والعكس. وعلى أية حال فإن البديل لذلك هو شراء أحد العملات الصعبة وخاصة اليورو أو الدولار الأمريكي، حيث يمكن تغييرها بسهولة في اليابان. ومن المهم معرفة أن سعر صرف عمليتي اليورو أو الدولار يتغير أمام عملة الين الياباني بشكل يومي، ولا توجد قيمة ثابتة له، لذلك يجب متابعة سعر الصرف من خلال البنك أو الصحف اليومية أو من خلال الإنترنت لتحديد ميزانيتك.

النقود اليابانية: الين «Yen» هو العملة اليابانية ويرمز له بهذا الرمز ¥ أو JPY وينقسم إلى نقود ورقية ومعنوية من فئات مختلفة. ويتم تمييز كل فئة من خلال الحجم واللون والتصميم. تنقسم الفئات الورقية إلى 1,000 و5,000 و10,000 ين، كما توجد فئة ورقية بقيمة 2,000 ين ولكنها نادراً ما تستخدم. أما العملات المعدنية فتتقسم إلى 1 و5 و10 و50 و100 و500 ين، ويوجد بفئتي 5 و50 ين ثقب في منتصفهما.



لمعرفة كيفية فتح حساب بنكي في اليابان يرجى مطالعة القسم الخاص بالمعاملات المصرفية في هذا الكتاب.

#### 4. الأدوية والتقارير الطبية

من الأفضل أن تحضر معك إلى اليابان كمية كافية من الأدوية التي تتناولها، مع وصفة الطبيب باللغة الإنجليزية إن لم يكن باليابانية، ومن الضروري حمل الأدوية في عبواتها الأصلية. الأدوية التي لا تحتاج لوصفات الأطباء موجودة في اليابان، إلا أن الصيدليات تفتح لعدد محدود من الساعات على مدار اليوم. وربما لا تجد الوقت الكافي للبحث عن صيدلية خلال ساعات العمل، وقد لا يتوافر في بعض الأحيان الدواء الذي تبحث عنه، لذلك ينصح بأن تحضر معك كميات معقولة من بعض الأدوية مثل الأسبرين/البانادول وأدوية علاج الإحتقان والبرد/الرشح ومضادات الحساسية (الهيستامين) والفيتامينات وأدوية علاج الإسهال ومشاكل المعدة. وإذا كنت تعاني من أزمة (مرض الربو) فمن المهم أن تحضر معك جهاز الاستنشاق الخاص بك، حيث ربما يختلف التركيب الكيميائي لأجهزة الاستنشاق اليابانية عن تلك التي تستخدمها في بلدك. وينصح أيضًا بإحضار نظارة طبية إضافية، وإذا كنت تستخدم عدسات لاصقة، فمن المهم إحضار نظارة طبية معك لاستعمالها في حالات الضرورة. من جانب آخر إذا كان لديك حالة صحية تتطلب متابعة طبية بعد وصولك لليابان، فمن المهم أن تحضر معك تقرير طبي باللغة الإنجليزية.

#### 5. الطقس والملابس

بالإضافة إلى فصلين واضحين في السنة، الربيع والصيف والخريف والشتاء، الربيع تبدو درجات الحرارة فيه معتدلة، وانتشار ملحوظ لظاهرة تفتح الزهور. يبدأ موسم الأمطار في شهر يونيو، وبعد أربعة أو خمسة أسابيع من المطر والرطوبة يأتي الصيف الحار الذي ترتفع فيه درجة الحرارة إلى حوالي 35 درجة مئوية. يأتي بعد ذلك الخريف بجوه المعتدل وتغيير ألوان أوراق الشجر. ويتسم موسم الشتاء بالبرد الشديد، وأحياناً تتساقط الثلوج التي تزياد كثافتها في المناطق القريبة من بحر اليابان والمناطق الجبلية.

يجب أن تكون مستعداً لشراء ملابس مناسبة خاصة للأجواء الباردة إذا لم يكن لديك بالفعل معاطف وملابس ثقيلة للتدفئة. وينصح أيضاً بأن تقتني قفازات وقبعات للرأس مناسبة للجو



البارد إذا كانت جامعتك تقع في إحدى المدن الشمالية أو الجبلية في اليابان. المعاطف والملابس المناسبة للبرد الشديد بما في ذلك الملابس الداخلية المخصصة للطقس شديد البرودة مثل نوعية «Heat-Tech» متوافرة بأسعار معقولة في كل أنحاء اليابان في محلات مثل UNIQLO أو Seiyō.

من المعتاد بشكل عام ارتداء الطلاب للملابس غير الرسمية «كاجوال» مثل الجينز و تي شيرت داخل الحرم الجامعي، ومع ذلك توجد بعض المناسبات الرسمية في الجامعات اليابانية مثل حفلات بداية العام وحفلات التخرج، والتي يتوقع فيها أن ترتدي ملابس رسمية إلى حد ما. ويفضل أن ترتدي في مثل هذه المناسبات الزي الرسمي التقليدي المعروف في بلدك.

## 6. اللغة اليابانية

ينصح بقوة أن تبدأ بدراسة اللغة اليابانية قبل وصولك إلى اليابان. إن القراءة والتحدث ببعض من اللغة اليابانية سوف يسهل كثيراً من معيشتك في اليابان.

يمكن الحصول على المعلومات الخاصة بدورات تعلم اللغة اليابانية من خلال السفارة اليابانية في بلدك أو الهيئات الواردة في الملحق رقم 3.

إذا لم تكن ترغب في التسجيل في إحدى دورات تعلم اللغة اليابانية، فقد يكون من الملائم الاستعانة بأحد كتب تعليم أساسيات اللغة اليابانية، بالإضافة إلى بعض المواقع الالكترونية والفيديوهات على اليوتيوب التي تعلم اللغة اليابانية. ومن هذه المواقع:



<https://jplang.tufs.ac.jp/>



<http://www.nhk.or.jp/lesson/arabic/>



<http://www.nihongorakuda.net/>

تكتب اللغة اليابانية بطريقة متفردة تجمع بين الرموز الصينية «كانجي Kanji» ونوعين من الحروف الصوتية الأبجدية «كاتاكانا Katakana» والتي تستخدم أساساً للكلمات الأجنبية و «هيراغانا Hiragana» للكلمات اليابانية. سيكون من المفيد الإطلاع على بعض الكلمات اليابانية الموجودة في ملحق هذا الكتاب، حيث أنه من المهم الإلمام ببعض الجمل والعبارات وخاصة لمساعدتك في التنقل والتسوق. رغم أن الكثير من أسماء المحطات والمتاجر تكتب باللغة الإنجليزية، إلا أن بعضها وخاصة في المناطق الريفية لا زالت تكتب باللغة اليابانية فقط.

فيما يلي مثال لبعض حروف الأبجديات الثلاثة:

صباح الخير	(o-ha-yo)	おはよう	هيراغانا:
برامج الكرتون للأطفال	(anime)	アニメ	كاتاكانا:
اليابان	(ni-hon)	日本	كانجي:
طوكيو	(Tokyo)	東京	



نموذج لشكل بطاقة الوصول بالمطار

إذا نزلت في مطار آخر غير المذكور أعلاه، فإنه لن يتم إصدار بطاقة الإقامة الخاصة بك عند وصولك لليابان، ولكن سوف ترسل لك لاحقاً عبر البريد بعد أن تقوم بإبلاغ المكتب المحلي (أو مكتب البلدية) في مدينتك بعنوانك. وفي هذا الإطار فإنه سيتم ختم جواز سفرك بعبارة «إذن بالهبوط» مع ملاحظة تبين تسليم بطاقة الإقامة في وقت لاحق.

نموذج لشكل بطاقة التصريح الجمركي

بعد قسم الهجرة، ستقوم بجمع أمتعتك وتذهب إلى الجمارك. يتعين عليك هنا تقديم جواز سفرك وبطاقة التصريح الجمركي التي قد تسلم لك في الطائرة لتعبئة بياناتها، كما بإمكانك الحصول عليها في منطقة استلام الحقائب.

كما يرجى الإحاطة للأهمية بأنه يعد مخالفاً للقانون إحضار المواد الغذائية الغير مصنعة (والتي تشمل اللحوم والأسماك والخضراوات والفواكه بما في ذلك المجففة)، وكذلك النباتات والبذور، والمواد الإباحية، والمواد المخدرة الغير طبية، والمنتجات المقلدة. كما أنه إذا كان بحوزة المسافر القادم أكثر من ما مجموعه 1,000,000 ين نقدًا أو شيكات

سياحية عند وصوله المطار (أو ما يعادلها بالعملات الأجنبية) فإنه يتعين عليه الإبلاغ عن ذلك لدى الجمارك بالمطار، وكذلك الحال بالنسبة لكمية السجائر/التبغ والمشروبات الكحولية إذا تجاوزت النسب المسموح بدخولها معه، وفي حال عدم الالتزام بذلك يصبح المسافر القادم تحت المساءلة القانونية والمحكمة لعدم اتباع الأنظمة والقوانين في المطار ومصادرة النقود والمواد المخالفة.

## 2. المواصلات ووسائل النقل خارج المطار

لحصول على معلومات محددة حول كيفية الوصول إلى جامعتك، يجب عليك التواصل مع المكتب الدولي للطلاب مسبقاً قبل وصولك.

هناك طرق متعددة لوسائل النقل العام في اليابان: القطارات، المترو، الحافلات، سيارات الأجرة (التاكسي). قد تكون سيارات الأجرة (التاكسي) هي الأنسب، لكنها أيضاً الأكثر كلفة. الأسعار محددة بقانون

ولكنها تتباين حسب المناطق. مثلاً يكلف الانتقال بسيارة أجرة من مطار ناريتا إلى وسط طوكيو حوالي 20,000 ين، في حين تبلغ تكلفة الانتقال بالقطار حوالي 1,200 ين وبالحافلة حوالي 3,000 ين. للتأكد من أسعار تذاكر القطار والمسارات (خطوط القطارات) للذهاب من منطقة إلى أخرى، فإن الموقع الإلكتروني التالي سيكون مناسباً ومفيداً إذا كنت تعرف أسماء المحطات:



<http://www.hyperdia.com/en/>

### مطاري ناريتا وهانيدا الدوليين (طوكيو)

في مطاري ناريتا وهانيدا هناك خطوط قطارات وحافلات مختلفة متاحة. «حافلات المطار الفاخرة الليموزين» (Airport Limousine Buses) حددت رسوم أجرتها حسب الوجهة، ولديها مكتب معلومات وشباك للتذاكر خارج منطقة الجمارك في مبنى المطار. هذه الحافلات تذهب تقريباً إلى جميع الفنادق ومحطات القطار الرئيسية في منطقتي طوكيو ويوكوهاما، لذلك يجب عليك أن تتحقق ما إذا كانت الحافلة الفاخرة الليموزين تذهب إلى الوجهة الخاصة بك. وهناك قدر كبير من المعلومات بما فيها أجور الحافلات متوفرة بالموقع الإلكتروني لشركة حافلات المطار الفاخرة الليموزين.



<https://www.limousinebus.co.jp/en>

إذا كنت تفضل استخدام القطارات، ينطلق من الطابق السفلي لمبنى مطار ناريتا خطوط NEX (ناريتا السريع)، وKeisei، وSky Access. أما مطار هانيدا فينطلق منه خطي Tokyo Monorail و Keihin kyuko.

### مطار تشوبو الدولي (ناغويا)

إن خط، قطار «Meitetsu μ Sky» (السريع) والذي يمر بمحطة ناغويا هو الأنسب للانتقال من المطار حيث يتصل بخطوط أخرى من القطارات والمترو. إن الموقع الإلكتروني التالي يتضمن معلومات مختلفة بخصوص المنطقة بما في ذلك الجدول الزمني للقطارات وأوقات السفر.



<http://www.meitetsu.co.jp/eng/airport-access/express.html>

بالإضافة إلى ذلك، هناك خدمات الحافلات في المطار. الحافلات وسيارات الأجرة (التاكسي) متوفرة في ساحة تعرف باسم Access Plaza حيث يمكنك الذهاب إليها بواسطة جسر من منطقة الوصول. ويرى البعض أن الحافلة الفاخرة الليموزين (Limousine) قد تكون أكثر ملاءمة إذا كنت ذاهباً إلى الجزء الأوسط من مدينة ناغويا.



[http://www.centrair.jp/en/to\\_and\\_from/](http://www.centrair.jp/en/to_and_from/)

## مطار كانساي الدولي (أوساكا/ كوبي)

شركات شركتي قطار اليابان JR وقطار نانكاي مرتبطة بالمطار. وكذلك تتوفر الحافلات الفاخرة الليموزين (Limousine) نحو مختلف الإتجاهات. إذا كنت راغباً في إستعمال سيارة أجرة (تاكسي)، يجب عليك الذهاب إلى المبنى رقم 1 (Terminal 1) حيث ستجد سيارات الأجرة متوفرة أكثر. وتختص محطة سيارات الأجرة في المبنى رقم 2 بنقل المسافرين في مجموعات.



<http://www.okkbus.co.jp/en/>

الحافلات المكوكية قد تكون أفضل إستخداما من وإلى مطار كانساي الدولي. والأجرة حالياً هي 3,600 ين للشخص الواحد مع حقيبة واحدة تحمل باليد وقطعة واحدة من الأمتعة العادية، و 1,000 ين لكل حقيبة إضافية. وستأخذك الحافلات المكوكية إلى العنوان الذي تريده. ومع ذلك، تحتاج للقيام بحجز مسبق وقبل يومين على الأقل عبر الموقع الإلكتروني. وعليك أيضاً أن تتحقق من الأسعار وأنظمة الأمتعة، بما أنها عرضة للتغيير.



<http://www.mktaxi-japan.com>

### 3. الفنادق/الإقامة المؤقتة

هناك العديد من الفنادق القريبة من المطارات وفي المدن. وما لم ترتب بالفعل أمر إقامة باليابان، فيجب عليك القيام بالحجز عبر الإنترنت. وقد يكون من الأفضل إذا كان فندقك الذي ستقيم به بشكل مؤقت قريباً من جامعتك. بعض الفنادق حول المطارات تسيّر حافلات مكوكية مجانية من المطار إلى الفندق. وعادة ما يكون بالفنادق مطاعم ومحلات تجارية أو حولها، وكما هو الحال في أي مكان في العالم فإن أسعار المطاعم والمتاجر في الفنادق مرتفعة الثمن نوعاً ما. إذا قمت بالحجز لدى أحد الفنادق، يجب أن تراعي أن استلام الغرف عادة الساعة 02:00 ظهراً والمغادرة 11:00 صباحاً على الأقل، وتحسب بعض الفنادق أجراً إضافياً لتمديد وقت المغادرة قد يصل إلى احتساب يوم كامل.

### 4. المساجد والمصليات

تتوفر بعض المساجد والمصليات في المدن الكبرى في اليابان وكذلك في المطارات، كما أن بعض الجامعات توفر قاعات للصلاة بالحرم الجامعي، ويمكنك الاستعلام لدى المكتب الدولي للطلاب الأجانب حول ذلك. كما يمكنك الإطلاع على قائمة المساجد في اليابان على الرابط التالي:



<http://www.masjid.jp/list.html>

## 5. المطاعم والغذاء

أصبح المطبخ الياباني معروفاً بشكل كبير على المستوى العالمي، إلا أن الأطعمة الحلال غير معروفة إلا في عدد محدود من المطاعم في بعض المدن الكبرى. تكتب معظم قوائم الطعام باللغة اليابانية، إلا أن الكثير من المطاعم تقوم بعرض مجسمات للأطباق التي تقوم بتقديمها أو صوراً لها في قوائم الطعام مما يسهل معرفة نوعية الوجبات التي تقدم. بمجرد استقرارك في إحدى الوحدات السكنية، سيكون من السهل عليك اختيار نوعية المأكولات التي يمكنك إعدادها أو تناولها. عملية الشراء من محلات الخضار والفاكهة والبقالات موضحة في الصفحة رقم 30.



## 6. مياه الشرب

الماء آمن في اليابان للشرب، ومع ذلك فربما يختلف مذاقه في بعض المناطق عن الماء الذي تعودت على شربه. في المناطق الحضرية ربما يحتوي الماء على كمية أكبر من الكلور، لذلك من المعتاد أن يقوم اليابانيون بفلتر الماء قبل شربها في تلك المناطق، وهو ما يمكن أن يتم بتركيب فلتر على صنوبر المياه أو بتركيب أجهزة خاصة لترشيح (فلتر) المياه. وفي المناطق الريفية تحتوي المياه على كميات أقل من الكلور. والمياه في اليابان لا تحتوي على الفلوريد. كما أن المياه المعدنية المعبأة متوفرة في اليابان بما في ذلك معظم المنتجات العالمية المستوردة والتي يمكن الحصول عليها بسهولة من محلات السوبرماركت والبقالات وأجهزة البيع الآلية.

## 7. الكهرباء

جهد التيار الكهربائي المستخدم في اليابان هو 100 فولت. غير أنه توجد منطقتين للترددات الكهربائية في اليابان، 50 هرتز في الناحية الشرقية و60 هرتز في الجهة الغربية (ناغويا، كيوتو، أوساكا). يستخدم في اليابان فيشة أو قابس كهرباء ذا مسمارين مسطحين (انظر الصورة)، لذا فإنه ينصح باستخدام محول إذا كان حاسوبك أو أي من أجهزتك الإلكترونية غير مواتية للنمط الياباني من فيش الكهرباء.





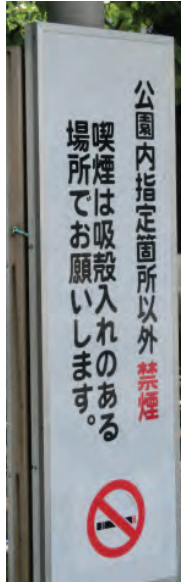
## 8. ضريبة المبيعات والبقشيش

ضريبة المبيعات (الإستهلاك) في اليابان حالياً هي 8٪، وهو ما يعني أنه سيضاف على سعر البضاعة أو الخدمة التي تشتريها 8٪ عند الدفع، وذلك ما لم ينص السعر على تضمينه للضريبة. مثال: إذا كان سعر الكتاب 500 ين، عليك بدفع 540 ين. ولدى الحكومة اليابانية مخطط لزيادة الضريبة إلى 10٪ اعتباراً من شهر أكتوبر 2016، لذلك يجب أن تكون على علم بذلك.

في حين أن إضافة الضرائب قد تكون مزعجة بعض الشيء، فإنه لا داعي للقلق بشأن البقشيش في أي مكان باليابان، في المطاعم، الفنادق، سيارات الأجرة إلى آخره. إذا حاولت ترك بقشيش فإنه في معظم الأماكن سيرجعونه إليك، حيث لا توجد ثقافة دفع البقشيش في أي مكان في اليابان.

## 9. التدخين

حملات التعريف بالآثار السلبية للتدخين منتشرة بشكل ملحوظ في اليابان. والتدخين ممنوع في المكاتب والحدايق والأماكن العامة وأرصفة الشوارع والأماكن المغلقة عموماً، ومع ذلك فالتدخين يكون مسموحاً به في أماكن مخصصة لذلك في بعض الأماكن العامة ومناطق مخصصة للتدخين في بعض المطاعم والمقاهي والشوارع، وفي هذه الحالات تكون هناك علامة واضحة تدل على ذلك.



## الفصل الرابع

### ابتداء الحياة في اليابان

#### 1. أوقات العمل

يجب عليك التحقق من أوقات العمل بالجامعة من المكتب الدولي. وعادة ما تكون المكاتب مفتوحة من الساعة 8:30 صباحاً وحتى 4:30 مساءً، في حين أن الدراسة قد تبدأ في الساعة 08:00 صباحاً أو 08:30 وقد تمتد لما بعد أوقات العمل. وبصفة عامة فإن أوقات العمل في المكاتب الحكومية والشركات هي من 09:00 صباحاً وحتى 05:00 مساءً، في حين أن البنوك تعمل من 09:00 صباحاً وتغلق في 03:00 مساءً. أما المتاجر فتفتح أبوابها عادة في 10:00 صباحاً أو 11:00 صباحاً. في حين تختلف أوقات إنتهاء العمل إلى حد كبير، ولا يوجد في اليابان نظام لإغلاق المكاتب والمتاجر في منتصف النهار وإعادة الفتح في المساء.

التقويم الياباني يتبع التقويم الغربي، وبعبارة أخرى، كل أسبوع هو 7 أيام ويبدأ الأثنين وينتهي الأحد، وعادة ما يتم إغلاق المكاتب يومي السبت والأحد وفي العطلات الرسمية.

#### 2. الدوام في الجامعة / الكلية

تحتاج إلى متابعة التعليمات التي تتلقاها من الجامعة/الكلية. معظم الجامعات لديها «مركز/مكتب الطلبة الأجانب» أو «المكتب الدولي للتبادل». وفي تلك المكاتب والمراكز، سوف تجد مستشاري الطلاب الأجانب الذين يستطيعون الإجابة على أسئلتك ومساعدتك في مختلف جوانب الحياة الدراسية القادمة. وقد تكون فكرة جيدة قيامك بزيارة تلك المكاتب لإخطارهم عن وصولك. كما أنه من الأمور المساعدة أن تقوم بالتجول في الحرم الجامعي للتعرف على إمكانياته، شكل القاعات، وموقع المكتبة، والمتاجر والمقاهي والمطاعم الموجودة في محيطه. قد تجد أيضاً أن الجامعة تقوم بتوفير حافلات نقل مجانية بين حرم جامعي وآخر تابع لها وكذلك إلى المحطات القريبة.

سوف تعرف كل المعلومات الضرورية، مثال: من الذي يمكنك استشارته عن المواد المفترض التسجيل فيها وطريقة التسجيل، وكيفية الحصول على الدرجات الخاصة بك وغير ذلك من المعلومات، وذلك في الجولة التعريفية حول الجامعة والتي تتم حسب الجداول الزمنية المعدة للجولات التعريفية للطلبة. قد يكون هناك أكثر من جولة للمشاركة بها، فهناك جولة تقام من قبل ادارة كلية التخصص المطلوب وأخرى من قبل مكتب الطلبة الأجانب. ومن المهم جداً حضور جميع الجولات التي تطلب منك. قد توفر بعض الجامعات دورات للطلاب الأجانب في اللغة الإنجليزية والثقافة واللغة اليابانية، وقد لا توفر، لذلك فمن المفيد التعرف مقدماً على ما يقدمه المكتب الدولي للتبادل من معلومات.

فيما يلي جدول يحتوي على بعض الجولات التعريفية المقدمة باللغة الإنجليزية من بعض الجامعات، وفيما إذا كان المطعم يقدم الطعام الحلال. ومع ذلك، فإن ذلك قابل للتغيير، لذلك يتوجب عليك أن تراجع باستمرار المكتب الدولي للحصول على التحديثات في أي معلومات.

الجامعة / الكلية	جولة تعريفية للطلبة الأجانب	يقدم طعام حلال
جامعة هيتوتسوباشي	نعم	نعم
جامعة كيوو	نعم	لا
جامعة كيوتو	نعم	نعم
جامعة كيوشو	نعم	نعم
جامعة أوساكا	نعم	نعم
جامعة توهوكو	نعم	نعم
جامعة توكاي	نعم	لا
معهد طوكيو للتكنولوجيا	نعم	نعم
جامعة طوكيو للدراسات الخارجية	نعم	لا
جامعة تسوكوبا	نعم	نعم
جامعة طوكيو	نعم	نعم
جامعة واسيدا	نعم	نعم
جامعة مدينة يوكوهاما	لا	لا

التسجيل في المواد الدراسية عادة ما يكون إلكترونيًا. إذا كنت تعرف المواد التي سوف تسجل فيها، فيجب عليك أن تقوم بذلك بأسرع وقت بمجرد الاعلان عن بدء التسجيل. وفي حالة التأخير فإن المواد التي قد ترغب في التسجيل بها قد تكون كاملة العدد وبالتالي لن تكون متاحة لك للتسجيل فيها. وإذا لم يكن لديك جهاز كمبيوتر أو هاتف ذكي، يجب عليك التعرف مسبقًا إذا توفرت مرافق بأجهزة كمبيوتر في الحرم الجامعي لاستخدام الطلبة وكيفية ذلك. وينبغي أن يكون مستشار الطلاب الأجانب قادرًا على إرشادك إلى مواقع تلك المرافق. وبتحديد المواد التي سوف تسجل بها، يجب عليك معرفة أي الكتب الدراسية ستحتاج إلى شرائها من مكتبة الجامعة أو خارجها.

### 3. بطاقة الإقامة

كما هو موضح سابقاً، سيتم إصدار بطاقة الإقامة لك في مكتب الهجرة بالمطار. ومن المهم جداً أن تتذكر أنه يجب عليك قانوناً حملها معك في جميع الأوقات وتقديمها إلى الأشخاص المصرح لهم مثل مسؤولي الهجرة أو الشرطة عند الطلب. إنها بطاقة الهوية الخاصة بك خلال إقامتك في اليابان. وعند تحديد عنوانك، فإن من مسؤوليتك أن تقدم عنوانك إلى مكتب المدينة المحلي/ مكتب البلدية في غضون 14 يوماً. ويجب أن تأخذ بطاقة الإقامة وجواز السفر معك، وسوف لن تكون قادراً على فتح حساب مصرفي أو استخراج خط هاتف حتى تقوم بإخطار مكتب المدينة المحلي بعنوانك. وفي حال حدوث أي تغيير لاحق في عنوانك أو الجامعة، يجب أن تخطر مكتب المدينة المحلي أو مكتب الهجرة بذلك.

بالإضافة إلى مكتب المدينة، من المهم جداً بالنسبة لك التسجيل في سفارة بلدك في طوكيو وتقديم المعلومات التالية:

- أ. اسمك ونسخة من جواز السفر والهوية الوطنية لبلدك وبطاقة الإقامة اليابانية
- ب. عنوان سكنك في اليابان ورقم الهاتف وعنوان البريد الإلكتروني الخاص بك
- ج. اسم جامعتك وبرنامج الدراسة وعنوان الجامعة وأرقام الإتصال بها
- د. تاريخ وصولك لليابان
- هـ. اسم وتفاصيل الإتصال مع أحد من أهلك في بلدك، للحالات الطارئة.

(لمزيد من التفاصيل تحقق حول المعلومات المطلوبة من سفارة بلدك مباشرة، يتضمن الملحق رقم 1 قائمة بالسفارات العربية في اليابان)

### 4. التأمين الصحي الوطني

يجب على كل مقيم بحكم القانون أن يكون مشتركاً في خدمة التأمين الصحي الوطني. وحتى وإن كانت الجامعة توفر عيادة للطلاب، فأنت لا تزال بحاجة للاشتراك في خدمة التأمين الصحي الوطني إذا كانت إقامتك لمدة عام أو أكثر. وتختلف رسوم التأمين تبعاً للمدينة التابع لها، ولكنها تتراوح في حدود 20,000 ين في العام وفقاً لجاسو (JASSO منظمة الخدمات الطلابية اليابانية). وفي حالة المرض أو الاصابات، فإن التأمين يغطي 70% من النفقات الطبية فقط بحيث ستدفع 30%. إلا في حالة حصولك على التأمين التكميلي الخاص لتغطية الفرق إذا كنت ترغب في ذلك.

سيكون من الأفضل لك أن تقوم بالتسجيل في التأمين الصحي الوطني عندما تذهب إلى مكتب المدينة مع بطاقة الإقامة عند تسجيل العنوان الخاص بك. انظر الموقع التالي لمزيد من التفاصيل:



[http://www.g-studyinJapan.jasso.go.jp/en/modules/pico/index.php?content\\_id=21](http://www.g-studyinJapan.jasso.go.jp/en/modules/pico/index.php?content_id=21)

## 5. السكن

توفر بعض الجامعات السكن لطلابها ولكن أكثرها لا يوفر ذلك. ومن الأرجح أنك سوف تحتاج لاستئجار غرفة أو شقة. هناك غرف وشقق مفروشة ومؤثثة ولكن الفارغة منها هي الأكثر شيوعاً وتكلفتها أقل بكثير من تلك المفروشة. ومع ذلك، في حالة اختيار غرفة أو شقة غير مفروشة فسوف تحتاج إلى تزويدها بكل ما تحتاجه للحياة اليومية، بما في ذلك الفراش وأدوات الطعام والأواني والمقالي لأغراض الطهي والمصابيح الكهربائية والثلاجة وما إلى ذلك. واعتماداً على عمر المبنى السكني، فمن الممكن أن لا يكون مجهزاً بموقد غاز للطهي.

تختلف تكاليف الإيجار لأسباب متعددة منها المسافة من وإلى محطة القطار أو محطة الحافلات للمسكن، وعمر المبنى، واتجاه الغرفة/الشقة (يعتبر الشرق والجنوب مرغوب فيه)، وحجم الغرفة، وما إلى ذلك، فمن المستحسن أن تجد وكيل عقاري مختص بالشقق الطلابية. كما ويمكن الاستفادة من المكتب الدولي للتبادل بالجامعة حيث يتوفر لديه عادة قائمة بوكلاء العقارات الذين يمكن الاعتماد عليهم، وحتى إن لم يكن لدى المكتب قائمة، ينبغي أن يكون قادراً على مساعدتك في العثور على أحدهم.

سواء قمت باستئجار غرفة/شقة مفروشة أو غير مفروشة، سيتعين عليك دفع رسوم لما قيمته 5-6 أشهر (أو أقل حسب المناطق) من الإيجار في وقت توقيع عقد الإيجار. وتشمل هذه الرسوم الإيجار للشهر الأول بالإضافة إلى مبلغ ضمان (وديعة قابلة للاسترداد) ومبلغ ضمان آخر (وديعة غير قابلة للاسترداد). وينظم القانون مسألة توزيع المبالغ المستحقة آنفاً، ولكنها تختلف من منطقة إلى أخرى. وسوف يتطلب أيضاً دفع التأمين ضد الحرائق. عند إخلاء غرفتك/شقتك، فإنه يحق للمالك خصم رسوم التنظيف أو أي رسوم ناتجة عن أي ضرر قد يتسبب من إقامتك وذلك من مبلغ الوديعة المستردة.

تأكد من قراءة وفهم كل التفاصيل بأي عقد قبل التوقيع عليه. إذا كنت لا تستطيع قراءة اليابانية، خذ العقد إلى مستشار الطلبة الأجانب بالمكتب الدولي بالجامعة لتفسير ذلك باللغة الإنجليزية. وتشمل معظم عقود الإسكان اليابانية بنود تمنع الإقامة لأي أحد عدا المستأجر. لذا، إن كان لديك زائر في منزلك يريد البقاء معك لبضعة أيام، فيجب أن تكون على يقين من الإتصال بالمالك والحصول على إذن منه.

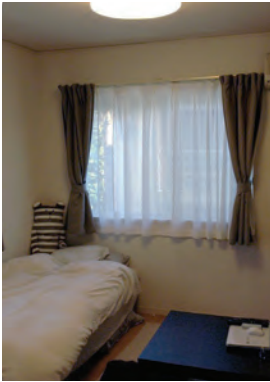
يطلب من جميع المستأجرين في اليابان توفير «ضامن» لاستئجار شقة. ويفترض من الضامن أن يتحمل المسؤولية المالية المباشرة في حالة عدم القدرة على دفع الإيجار. تأكد من مستشار الطلاب الأجانب في جامعتك حول إمكانية أن تكون جامعتك هي الضامن الخاص بك. إذا لم يفعلوا ذلك، فقد ترغب في التحقق من سفارة بلدك. أما إذا لم تتمكن من توفير الضامن، فيمكن التواصل مع الوكيل العقاري لتوفير «شركة ضامنة»

لتكون بديلاً عن ذلك. وتقدم هذه الشركة الضمان مقابل قيمة إيجار شهر واحد نظير هذه الخدمة. لمعلومات أوفى يرجى الرجوع إلى الموقع التالي:



[http://www.g-studyinjapan.jasso.go.jp/en/modules/pico/index.php?content\\_id=29](http://www.g-studyinjapan.jasso.go.jp/en/modules/pico/index.php?content_id=29)

متوسط حجم الغرفة/الشقة للطالب في طوكيو حوالي 20 متر مربع، تتضمن غرفة واحدة مع مطبخ صغير وحمام للغرفة، ومعظم هذه الشقق ذات الاسعار المعقولة هي شقق ذات طراز ياباني، وتتضمن عادة الحصير الياباني «تاتامي (Tatami)» للأرضيات. والحصير هو قطع من السجاد من نسيج القش، ولا يفترض منك أن تمشي عليه بحذاء. لذا فمن العادات أن تقوم بخلع حذاءك في منطقة مخصصة ومعروفة لحفظ الأحذية تسمى غينكان «genkan» وذلك عند دخولك لأي منزل أو شقة. وقد تكون بعض الشقق الجديدة مجهزة بأرضيات خشبية، لكن عادات خلع الحذاء ما زالت مطبقة في اليابان. الصورة التالية هي مثال لشقة طالب ويبلغ إيجارها الشهري حوالي 60,000 ين.



الغرف اليابانية هي تقليدياً متعددة الأغراض، وهو ما يعني أن الغرفة يمكن استخدامها بوصفها غرفة جلوس/طعام أو دراسة مع طاولة منخفضة قابلة للطي أثناء النهار، بينما في الليل يتم طيها لتتحول إلى غرفة نوم مع مرتبة سرير يابانية الطابع توضع على الأرض تسمى «فُتون (Futon)». وفي نهار اليوم التالي يتم طي الفُتون أو وضعه بعيداً في الخزانة.

## أحواض الاستحمام والمراحيض

البيوت اليابانية دائماً تكون مصممة بحيث يكون الدش أو حوض الاستحمام منفصل عن المراحيض، على الرغم من أن الشقق الجديدة قد تكون مدمجة معاً لتوفير المساحة. ومن الشائع جداً في اليابان أن تتوفر المراحيض مهيئة بمقعد مرحاض ساخن. سوف تجد بعض الأزرار مع وظائف مختلفة إما على جانب المرحاض أو على الحائط. بعض هذه الوظائف موضحة بصور على الأزرار للتنظيف بالماء عن طريق الرش، لذلك يجب أن تكون قادراً على معرفة ما هو كل زر وكيف يعمل. ومع ذلك، إذا كنت ترغب في الضغط عليها لترى ماذا تفعل من وظائف فمن الأفضل القيام بذلك بينما تكون جالساً على المقعد، وإلا قد ينتهي بك الأمر إلى رش الغرفة كاملة بالماء.



كما قد تصادف المراحيض ذات النمط التقليدي في المنازل القديمة والمباني العامة. وهو أسلوب

القرصاء، تجدر الإشارة إلى أنه لا يتوفر به مكان للاغتسال مثل المراحيض العادية وهو ما يبقي الأرضية جافة.

## الأثاث والأجهزة الكهربائية وغيرها من الأدوات المنزلية

هناك عدد من المتاجر تبيع الأثاث والسلع المنزلية بأسعار معقولة مثل Seiyu و Nitori وهما مثالان جيدان لتلك الأنواع من المتاجر والتي تقع في جميع أنحاء اليابان. وقد تجد أيضاً متاجر تبيع الأدوات والأثاث المستعمل قرب جامعتك، وهذه المحلات تقوم ببيع جميع أنواع المواد المستعملة بما في ذلك الأجهزة الكهربائية مثل الثلاجات والمكانس، وكذلك الأثاث والسلع المنزلية الأخرى. وعادة ما تبيع هذه الأدوات بحالة جيدة وبأسعار مناسبة.

## 6. التسوق والغذاء الحلال

يمكنك اقتناء ما يلزمك من احتياجات من مختلف مراكز التسوق، كالأسواق الكبرى (السوبرماركت) أو البقالات الصغيرة التي يطلق عليها اسم «كونبيني (Konbini)»، والمتاجر التعاونية. وهناك محلات يطلق عليها اليابانيون «سوبا (Sūpā)» والتي تجد بها إضافة إلى الأطعمة، مختلف المواد الضرورية للحياة اليومية كمواد التنظيف وغيرها. كما تضم بنايات محطات المترو محلات

تجارية، خاصة في المدن الكبرى مثل مدينة طوكيو وأوساكا، غير أن أسعارها مرتفعة نوعاً ما. كما يمكنك أن تجد في المنطقة التي تسكن بها شوارع تجارية، تجد بها بقالات ومحلات صغيرة كمحل «ياؤ-يا (Yao-ya)» للخضار والفواكه أو «ساكانا-يا (Sakana-ya)» لبيع الأسماك أو «نيكو-يا (Niku-ya)» لبيع اللحوم إلخ. وقد ادرجنا جدولاً في الملحق يضم بعض الأطعمة باللغة اليابانية حتى تتمكن من التعرف على كتابتها من خلال رؤيتها، ك لحم الابقار والخنزير والدجاج وكذا الملح والسكر إلخ. كما ستجد بعضاً من رموز كتابة اللغة اليابانية المفيدة. أما مطاعم الأكل الحلال وأسواقها فقد يكون من الصعب العثور عليها خارج المدن الكبرى. ويمكن البحث عنها من خلال الإنترنت مثل المواقع الالكترونية التالية:

### في طوكيو



<http://www.halalfoodshopjapan.com>



<http://www.baticrom.com/>



<http://www.onlinehalalfood.com/>



<http://e-food.jp/cgi-bin/restfind/view.cgi?kind=25>

### في كيوتو



[http://kyoto-halal.com/index\\_e.html](http://kyoto-halal.com/index_e.html)



<http://www.kyoto.travel/muslim/>

كما يمكنك استخدام تطبيقات الهواتف الذكية المتخصصة في هذا الجانب مثل تطبيق islamap والذي يقدم معلومات حول أقرب المساجد والمطاعم والمحلات التي تقدم الأكل الحلال.



<http://www.islamap.info/>



## 7. النقل العام والمواصلات

هناك شبكات واسعة للغاية لوسائل النقل العام في اليابان من حافلات وقطارات ومترو. ومترو الأنفاق هو الطريقة الأكثر شيوعاً من بين وسائل النقل في المدن لأنها غير مكلفة نسبياً، ويتم تشغيلها من قبل البلديات وكذلك الشركات الخاصة، وهناك عادة مواقع لها في الإنترنت تقدم وصفاً واضحاً لهذه الخدمات كما يمكنك التعرف عليها عن طريق الاستفسار من مكتب الطلبة الأجانب.

### سويكا (SUICA)، باسمو (PASMO) و إيكوكا (ICOCA)

ليس من السهل معرفة تعرفه القطار أو مترو الأنفاق إذا كنت لا تستطيع قراءة اليابانية. وأسهل طريقة لحل هذه الصعوبة هو شراء بطاقة سويكا، باسمو أو إيكوكا. هذه هي بطاقات سحب إلكترونية مدفوعة القيمة مسبقاً يمكن استخدامها تقريباً لسداد تعرفه ركوب جميع القطارات ومترو الأنفاق والحافلات وسيارات الأجرة وكذلك للشراء من محلات البقالة وبعض المتاجر، ويمكنك شرائها في المحطات وتعبئتها بالمبلغ الذي ترغب به.



عندما تذهب من خلال بوابة صغيرة في المحطات، كل ما عليك القيام به هو «لمس» البطاقة في وحدة التحكم للدخول وهي تقوم تلقائياً بتسجيل دخول المحطة التي ستغادر منها بالبطاقة، وعند الوصول تقوم بلمسة البطاقة مرة أخرى لتسجيل الخروج من بوابة الخروج، يتم بعدها مباشرة خصم الأجرة من البطاقة.



يمكنك شحن رصيد البطاقة بفئات 1,000 إلى 10,000 ين في أجهزة التذاكر في المحطات. كما يمكنك أيضاً استخدام البطاقة لشراء التذاكر العادية من أجهزة بيع التذاكر إذا أردت ذلك. وإذا وجدت أنك لا تملك ما يكفي من الرصيد المتبقي في بطاقتك للخروج فهناك أجهزة شحن قريبة

لدفع الرصيد المتبقي، وإذا كانت لديك مشكلة في شحن البطاقة، فهناك دائماً موظف بالمحطة بالقرب من بوابة الخروج للمساعدة. أكشاك وآلات البيع العادية داخل وحول المحطات والعديد من المتاجر والمقاهي تقبل في كثير من الأحيان بالسداد من خلال هذه البطاقات، لكنها لا تتوفر لديها خاصية إعادة شحن البطاقة.

## الحافلات

بالنسبة للحافلات في العاصمة طوكيو، فهناك بابان، واحد في مقدمة الحافلة والآخر في الخلف. يكون باب المقدمة مخصصاً للدخول والخلفي للخروج. قيمة التذكرة محددة ويلزم الدفع بمجرد الدخول. وفي بعض المناطق الأخرى، فإن قيمة التذكرة تختلف حسب المسافة المقطوعة. لذا الركاب يدخلون من وسط الحافلة ويأخذون التذكرة من جهاز آلي في حين يتم الدفع مرفقاً بالتذكرة عند الخروج من الباب الأمامي من الحافلة، لذلك قد يتوجب عليك مشاهدة ما يفعله الركاب الآخرين أمامك لتفعل مثلهم.



هناك جهاز لتحصيل الأجرة بجانب سائق الحافلة حيث تقوم بالدفع. فمثلاً إذا كانت تكلفة الحافلة 220 ين وقمت بإدراج عملة 500 ين في الجهاز فإن الجهاز يقوم تلقائياً بإعادة 280 ين لك. إذا كنت من مستخدمي الحافلات بانتظام فمن المستحسن شراء البطاقة المدفوعة مسبقاً مثل بطاقة باسمو أو سويكا أو إيوكا.

الحافلات لديها أنظمة تلقائية للإعلان عن اسم المحطة التالية لوقوفها وكذلك عرضها على شاشة فوق النافذة الأمامية. إذا كنت ترغب في النزول، فما عليك سوى الضغط على زر (الأحمر والأصفر) وهو زر يتواجد في مواقع مختلفة بالحافلة. الأزرار سوف تظل مضاءة حتى تتوقف الحافلة في المحطة التالية.



في مقدمة الحافلة توجد مقاعد مخصصة تكون الأولوية فيها لاستخدام كبار السن والمعاقين أو للركاب مع الأطفال الصغار. ويمكن التعرف عليها من خلال ملصق

على النافذة بجانب هذه المقاعد. وقد تم تجهيز بعض من هذه المقاعد بأحزمة لتثبيت عربات الأطفال أو الكراسي المتحركة.

## القطارات ومترو الأنفاق

خدمة السكك الحديدية متوفرة على نطاق واسع وبشكل عام مريحة للغاية. وهي مقسمة إلى القطارات التي عادة ما تكون فوق الأرض للتنقل المحلي ذو المسافات القصيرة وكذلك للمسافات البعيدة وإما أن تكون في الأنفاق تحت الأرض، وهي عادة ما تكون ذات المسافات القصيرة.

وفي كل الأحوال فإن قيمة التذكرة تختلف تبعاً للمسافة المراد الوصول إليها. لذلك من المهم تحديد الخطوط مسبقاً في شبك التذاكر لتحديد ما سوف تضطر لدفعه. يتم سرد أسماء محطات القطار على الخرائط. وبمجرد تحديد مقدار أجرة القطار حسب الوجهة المراد الوصول إليها، فسوف يتم إصدار تذكرة بناءً على ذلك لمرة واحدة بمجرد وضع النقود في الجهاز الآلي المخصص لهذا الغرض وسوف يعيد لك المبلغ المتبقي في حال وضعت مبلغاً أكبر.



وبمجرد وضعك لتذرك في فتحة البوابة الصغيرة على مدخل المحطة من أجل المضي قدماً إلى منصة الصعود إلى القطار فسوف تحتاج لاسترداد التذكرة والاحتفاظ بها من أجل الخروج من المحطة الأخيرة عند الوصول. أما إذا فقدت التذكرة عند الوصول وحاولت الخروج من معبر الخروج المخصص فإن المعبر سيعيق خروجك ويغلق الممر تلقائياً وحينها لن تتمكن من الخروج إلا من خلال إبلاغ المختصين المتواجدين بالمحطة. وعليه، لتجنب هذه العراقيل يتوجب عليك الاحتفاظ بالتذكرة حتى الوصول للمحطة المقصودة وإلا فقد يتوجب عليك دفع قيمة التذكرة مجدداً.



في عربات القطار والمترو توجد كذلك مقاعد تكون الأولوية فيها لاستخدام كبار السن والمعاقين أو للركاب مع الأطفال الصغار، ويمكن التعرف عليها من خلال ملصق على النافذة بجانب هذه المقاعد.

## المساعد والسلام المتحركة والتنقل إلى خطوط أخرى

إذا كنت مسافرًا مع أمتعة ثقيلة، فمن الصعب عليك أن تنتقل صعودًا ونزولًا على السلالم في المحطات. وفي مثل هذه المواقف، يجب عليك أن تبحث عن المصعد أو السلالم المتحركة من خلال علامات إرشادية تتواجد على مداخل المحطة أو الممرات بداخلها، وعادة ما تتواجد على طرفي منصة القطار. معظم محطات القطار فوق الأرض تتوفر بها هذه التجهيزات ما عدا القديمة منها أو في المناطق الريفية. عند استخدامك السلالم المتحركة بصورة عامة، يجب عليك مراعاة الطابور وعدم تجاوز الآخرين، وعند صعودك/نزولك السلم قف دائمًا في الجهة اليسرى إذا لم ترغب في التحرك، حيث أن الجهة اليمنى مخصصة للأشخاص المستعجلين الذين يرغبون في تخطي الآخرين سريعًا وليس الوقوف عليه فقط. تمامًا مثل الحافلات في القسم السابق، القطارات تعلن مسبقًا في شاشاتها فوق الأبواب عن اسم المحطة التالية وما هي المحطات التي يمكن تغيير خط القطار عبرها. غالبًا ما يمكنك العثور على اسم المحطة التي يقترب القطار منها على شاشة فوق الأبواب، ويكون العرض في تلك الشاشات باللغة اليابانية وكذلك باللغة الإنجليزية في محطات المدن الكبرى.

إذا كنت ستنتقل عبر القطار باستخدام خطوط مختلفة، فهناك علامات إرشادية تظهر لك طريقة الوصول إلى الخط المطلوب، وهي موجودة على أعمدة المحطة أو لوحات إرشادية على المنصة أو داخل القطار قبل الوصول كما ذكرنا آنفًا. إذا كان خط قطار مختلف يتم تشغيله من قبل نفس الشركة، فيمكن ببساطة الذهاب إلى منصة أخرى. أما غير ذلك فسيتوجب عليك الخروج من بوابة الخروج الصغيرة والانتقال إلى بوابة دخول جديدة للوصول إلى خط محطة الشركة الأخرى الذي ترغب في استخدامه، وعلى الرغم من كل ذلك فالخطوط بشركاتها المختلفة تكون عادة متصلة بنفس المبنى عبر ممر إلتقاء وخاصة في المحطات الكبيرة مثل محطة طوكيو أو محطة شينجوكو.

### عربات مخصصة للنساء فقط

ينبغي للطلاب الذكور الانتباه في المدن الكبيرة، بأنه اعتمادًا على خط القطار، قد تكون هناك إحدى عربات القطار أو أكثر مخصصة «للنساء فقط» خلال ساعات الذروة في الصباح (تحديدًا ما بين 7:00 و 9:30 صباحًا). وهو ما يعني أنه تم تعيين هذه العربة للنساء فقط من أجل راحتهم وحماية لهم

من المضايقات بسبب الاكتظاظ. وعلى الرغم من وضوح هذا النوع من عربات القطار (عادة تكون باللون الوردى وأول عربة في القطار)، فإن حدث وأن ركبت واحدة منها، لا تقلق، فعادة يتفهم الآخرون ذلك، لكن عليك تغيير العربة إلى العربة التالية إذا كان هناك بابًا يؤدي لها أو عند أول توقف في المحطة التالية.



## خصم الطلبة غاكواري (Gakuwari)

إذا كنت تذهب إلى الجامعة بواسطة القطارات أو الحافلات، فأنت مؤهل للحصول على خصم الطالب لشراء تذاكر موسمية تباع في مراكز أو محطات الحافلات أو القطارات للخط الذي تستخدمه لمدة شهر، 3 أشهر أو 6 أشهر. وسوف تحتاج إلى إبراز هوية الطالب من الجامعة عند شرائها.

علمًا بأنك تستطيع الحصول على خصومات أخرى مخصصة للطلبة في بعض دور السينما والمعارض الفنية والمتاحف وقطارات المسافات الطويلة من خلال تقديم هوية الطالب الخاصة بك.

## السيارات والدراجات النارية والهوائية

نظرًا لتوفر وسائل النقل العام المتطورة في اليابان ننصح الطلاب بعدم قيادة أو شراء سيارة في اليابان بسبب الإجراءات الكثيرة والمعقدة أحيانًا وتكاليف ذلك. وفي حالة الرغبة في إقتناء سيارة فعليك الإلمام التام بكافة قوانين وثقافة المرور في اليابان، والإدراك الجيد لتكاليف إقتناء السيارة من توفير موقف للسيارة في محيط سكنك والإشتراك في تأمين إجباري وتأمين إختياري وذلك لتغطية التعويضات المادية للحوادث سواءً لك أو للطرف الأخر. وننصح بالإشتراك في التأمين الإختياري مع التأمين الإجباري سويًا حيث أن قيمة تعويضات التأمين الإجباري لا تغطي قيمة التعويضات الكبيرة المطلوبة دائمًا عند حدوث حادث.

كما يجب أن تعلم أن قوانين المرور في اليابان صارمة وتصل العقوبة القانونية في حالة المخالفة لقوانين المرور إلى السجن. كما يجب أن تتأكد فيما إذا كانت رخصة القيادة الدولية الخاصة بك والصادرة من بلدك معترف بها داخل اليابان حيث تمنع القوانين اليابانية بعض الرخص الدولية المستخرجة من بعض الدول إستخدامها في اليابان. ولا تختلف الدراجات النارية عن السيارات من حيث إجراءات الإقتناء وقوانين المرور.

وفيما يتعلق بالدراجات الهوائية فستلاحظ بأنها منتشرة في اليابان بشكل كبير ويستخدمها الكثيرون كوسيلة للانتقال إلى أماكن أعمالهم أو جامعاتهم، ولكن ننصح بالترتب قبل إقتناء دراجة هوائية لحين التعرف بشكل جيد على إجراءات شراء الدراجة الهوائية وأيضًا الفهم التام لقوانين قيادتها، ويجب أن تعلم أن الدراجة الهوائية تسجل في قسم الشرطة عند الشراء وتقوم المتاجر التي تشتري منها الدراجة بالنيابة عنك في إجراءات التسجيل لدى الشرطة. كما يجب أن يوجد موقف للدراجة في مكان السكن والإشتراك في موقف للدراجات الهوائية بجانب محطة قطار الحي الذي تسكن به إذا كنت ترغب في التنقل من بيتك للمحطة بالدراجة، حيث من غير المسموح ترك الدراجة في أي مكان. كما أنه توجد قوانين عقابية خاصة بقيادة الدراجات في حالة المخالفة تصل في أقصاها إلى السجن أو غرامات مالية.

رابط بقائمة الدول التي تستطيع أن تستخدم رخصة القيادة الدولية بها في اليابان



<http://www.keishicho.metro.tokyo.jp/foreign/traffic/geneva.htm>

رابط حول كيفية تغيير رخصة القيادة الأجنبية إلى رخصة القيادة اليابانية



<http://www.keishicho.metro.tokyo.jp/foreign/gaimen/pdf/en.pdf>

رابط حول إرشادات السلامة المرورية أو السير



[https://www.npa.go.jp/koutsuu/kikaku/trafficsafety/traffic\\_safety\\_en.pdf](https://www.npa.go.jp/koutsuu/kikaku/trafficsafety/traffic_safety_en.pdf)

## الازدحام

صعوبة واحدة قد تواجهك إذا كنت معتاداً على المساحات والطرق الواسعة، ففي اليابان عليك بالتكيف مع الزحام. حيث يبلغ عدد السكان اليوم حوالي 127 مليون مع أكثر من 13 مليون نسمة يعيشون في منطقة طوكيو، وبالتالي تعتبر واحدة من أكبر المناطق الحضرية كثافة في العالم. أما إذا كانت جامعتك في مدينة صغيرة خارج منطقة العاصمة فإن الوضع أقل سوءاً.

## 8. المعاملات المصرفية

يجب أن يكون لك عنوان مسجل من أجل فتح حساب بنكي (انظر قسم بطاقة الإقامة)، وفي هذا الإطار تقوم العديد من الجامعات بمساعدة الطلاب الأجانب الجدد لفتح حساب بنكي قريب، لذا يجب عليك مراجعة المكتب الدولي بجامعةك أولاً.

ليس هناك إجراءات محددة للطلاب الأجانب لفتح حساب بنكي، فكل بنك له نظامه وإجراءاته، ولكن كل البنوك تشترط بطاقة الإقامة وجواز السفر وبعض المال لإيداعه. وقد يكون من المفيد أن تأخذ بطاقة هوية الجامعة معك، ويجب أن تعلم أيضاً أنه قد يتم فتح حساب لك على أساس أنك شخص غير مقيم على الرغم من حصولك على بطاقة الإقامة. في هذه الحالة، يجب عليك التأكد من إمكانية حصولك على خاصية التحويلات المالية إليك من بلدك. كما يجب الإحاطة بأن استثمارات البنك ستكون باللغة اليابانية وبالتالي من الأفضل أن يرافقك شخص متمكن من اللغة لمساعدتك حيث قد لا يتوفر موظف لدى البنك ليترجم لك.

وإذا كنت تتلقى منحة دراسية من الحكومة اليابانية مثل برنامج مونبوشو (Monbusho) للمنح الدراسية، فيجب عليك فتح حساب في بنك يوتشو (Yuchu) أو ما يسمى بالبنك البريدي، وهو بنك تابع لشركة البريد وأجهزة السحب الآلي ATM الخاصة به توجد في مكاتب البريد. وقد

تتطلب بعض المنح الدراسية ذات الصلة الحكومية الأخرى بفتح حساب «مقيم»، وإذا كان هذا هو الحال، فقد تحتاج لإبلاغ البنك المسجل لديه أنك مقيم نظراً لحصولك على بعثة دراسية.

عند فتح الحساب، سوف تتلقى دفتر البنك Bank Book وبطاقة السحب الآلي ATM Card. دفتر البنك الخاص بك يتم به تسجيل جميع المعاملات الخاصة بك ورصيده، ويمكن لك إدخال هذا الدفتر في أجهزة البنك لتحديث بيانات حسابك.

وتسمح بطاقة السحب الآلي القيام بعمليات السحب والادخار في أجهزة السحب الآلي للبنك ATM، وتمكنك أيضاً من السحب من أجهزة السحب ATM التابعة لبنوك أخرى، ولكن عادة ما يكون هناك رسوم عند القيام بعمليات السحب أو بمجرد استخدام البطاقة البنكية. سوف يطلب منك الجهاز وضع الرقم السري المكون من 4 أرقام. البنوك لا تحبذ استخدامك عيد ميلادك في الرقم السري، لأنه نسبياً يسهل للآخرين تخمين الأرقام عند فقدانك بطاقةك أو سرقتها.

أوقات عمل البنوك الرسمية في اليابان هي من يوم الإثنين إلى الجمعة من الساعة 9:00 صباحاً حتى 3:00 مساءً، وتغلق البنوك يومي نهاية الأسبوع وهما السبت والأحد بالإضافة إلى الأعياد والعطل الرسمية اليابانية.

ومع ذلك، هناك العديد من أجهزة السحب الآلي ATM في جميع أنحاء اليابان: في البنوك ومكاتب البريد ومحطات السكك الحديدية، والمتاجر ومراكز التسوق، وما إلى ذلك. ويمكنك عموماً إيداع/سحب النقود باستخدام بطاقة البنك الذي تتعامل معه من خلال أجهزة السحب الآلي ATM في أي وقت من النهار أو الليل. ولا يمكنك إيداع النقود في حالة استخدام أجهزة السحب الآلي ATM التي لا تنتمي إلى البنك الذي تتعامل معه. ومع ذلك، يجب أن تكون على علم بأن هناك رسوم سيتم خصمها من حسابك عند استخدامك أجهزة السحب الآلي التابعة لغير البنك الخاص بك، وحتى في أجهزة السحب الآلي التابعة للبنك الذي تتعامل معه، فقد يكون هناك رسوم مالية تخصم منك عند استخدام الأجهزة بعد ساعة معينة من اليوم، والشروط التي تحكم تلك الرسوم تختلف من بنك إلى آخر ونوعية الحساب وحصده، لذلك يجب عليك التحقق من ذلك أثناء استخدام أجهزة السحب الآلي.

وأضف إلى معلوماتك، تسمح أجهزة السحب التابعة لبعض البنوك والمؤسسات المالية إمكانية السحب باستخدام البطاقات البنكية الصادرة من بنوك خارجية مثل بطاقات Visa Electron أو بطاقات الإئتمان الأجنبية، وإذا كنت قادراً على استخدام بطاقة السحب الصادرة من بلدك في اليابان لسحب بعض النقود، فهناك عادة رسوم لكل معاملة تقوم بها، ولكن لا ننصح بالاعتماد عليها لأنها قد لا تكون مقبولة في كل البنوك أو المحال التجارية.

## 9. الإتصالات والإنترنت

### الخدمات الهاتفية المؤقتة

لا يمكنك الاشتراك في خدمات الهاتف والإنترنت إلا بعد أن يكون لديك عنوان مسجل، ومع ذلك تقدم بعض الشركات إمكانية استخراج شرائح للهاتف النقال المدفوع الثمن مسبقاً وأجهزة Wi-Fi محمول مدفوع مسبقاً، إلا أن أسعارها مرتفعة مقارنة بالاشتراكات العادية. ويمكن الحصول عليها من صالات الوصول في المطار أو مكاتب شركات الإتصالات ومتاجر الإلكترونيات الكبيرة، وستحتاج للحصول على هذه الخدمة لجواز سفرك وقد تطلب بعض الشركات ضمان استخدام بطاقة ائتمان.

### خاصية التجوال

في الغالب سيمكنك استخدام هاتفك النقال بشريحة شركة إتصالات بلدك، ولكن ستكون تكلفة التجوال عالية جداً وقد يكون من الأفضل لك استخدامها في أضييق الحدود أو عند الضرورة. ويجب الإنتباه إلى أهمية التأكد من ضبط إعدادات هاتفك بشأن خاصية التجوال بالنسبة للبيانات، حيث قد يقوم هاتفك بالارتباط بالشبكة اليابانية لتحديث البرامج والرسائل تلقائياً دون علمك.

### الاشتراك في خدمة الهاتف والإنترنت

الحصول على عنوان محدد ومسجل من بلدية الحي أو المدينة «سيتي هول (City Hall)» سيمكنك من الاشتراك لدى شركات الإتصالات في اليابان وذلك عبر مكاتب تلك الشركات أو متاجر الأجهزة الألكترونية. وتتيح هذه الشركات إمكانية الحصول على أنواع متعددة من الهوائى النقالة مجاناً Zero Yen أو على شكل أقساط شهرية بأسعار مخفضة وذلك مقابل الاشتراك لمدة معينة (غالباً سنتين). وقبل الاشتراك أو شراء الهاتف عليك التأكد من أن نوع الهاتف مناسب لك وكذلك نوع الاشتراك والمميزات التي تقدمها الشركة من حيث حجم البيانات الشهرية وأسعار المكالمات والرسائل النصية SMS علماً بأن هناك شركات لا تدعم الرسائل النصية SMS لخارج اليابان، وإن وجدت فإن أسعارها مرتفعة وتصل إلى 100 ين للرسالة لدى بعضها. من جانب آخر، يرجى الإحاطة بأن معظم الهوائى التي تقدمها هذه الشركات تكون مقفلة Sim locked، أي أنك لن تستطيع استخدام هذه الهوائى مع شرائح SIM من شركات أخرى داخل وخارج اليابان، وبعضها يمكن إلغاء الغلق بدفع مبلغ مالي للشركة أو عند انتهاء مدة العقد. إذا رغبت في استخدام هاتفك النقال الذي لديك من بلدك، فعليك التأكد من شركة الهاتف اليابانية قبل الاشتراك لديها بأن هاتفك يمكن أن يعمل على شبكتها، حيث يمكن أن تختلف مواصفات هاتفك عن تلك المعتمدة في اليابان وخاصة بما يتعلق بالإنترنت، حتى وإن تشابه طراز هاتفك مع ما هو موجود في اليابان.

كما يمكنك لدى هذه الشركات الاشتراك بشكل منفصل لخدمات الإنترنت سواء الثابتة لمكان سكنك إذا لم يتوفر في المبنى أو المحمولة والتي يمكن لك استخدامها لربط حاسبك الشخصي أو هاتفك النقال بواسطة Wi-Fi مع هذه الأجهزة.



## الهاتف العمومي

إذا رغبت باجراء اتصال ببلدك قبل الحصول على هاتفك النقال فهناك خدمة الهاتف العمومي. لكن هذه الخدمة تكاد تختفي كلية إثر ظهور الهواتف الذكية. وهي متوفرة قرب محطات القطار والشوارع ويمكنك شراء بطاقة هاتف من محلات الكونبيني والأكشاك في المحطات.



### زر الطوارئ بالهاتف العمومي

أجهزة الهاتف العمومي مجهزة بزر «أحمر» وهو يعني نداء طوارئ.

وعند الحاجة عليك بالضغط على هذا الزر واختيار الرقم 110 للإتصال بالشرطة أو الرقم 119 للإتصال بالمطافئ أو الإسعاف لطلب المساعدة. إذا لم يكن هذا الهاتف مزود بهذا الزر الأحمر، فما عليك إلا رفع السماعه والضغط على الرقم 110 أو 119 لطلب المساعدة دون وضع النقود.

## خدمة الإنترنت اللاسلكي (Wi-Fi)

توجد باليابان العديد من الأماكن التي توفر خدمة الإنترنت المجانية عبر Wi-Fi، والتي يمكن إيجادها مثلا بالمقاهي أو داخل محطات القطار.



كما يمكنك في بعض الأماكن شراء خدمة Wi-Fi لفترة محدودة من الوقت، ونظراً لأن هناك العديد من مستخدمي هذه الخدمة فعليك الإطلاع على قوانينها بدقة للإستفادة منها. ويمكنك الإطلاع على الموقع الإلكتروني التالي والنظر في مختلف اشارات Wi-Fi المجانية وقائمة الشركات المشاركة:



<http://www.ntt-bp.net/jcfw/en.html>

## الأداب العامة للإتصال وإستخدام الهاتف

مع انتشار استخدام الهواتف النقالة في اليابان نشأت ثقافة الآداب العامة بشأن إستخدام الهواتف النقالة، مثل عدم إستخدام الهاتف داخل وسائل النقل العامة والمصاعد أو الأماكن المحظور إستخدام الهواتف فيها. ولذلك عند التنقل من خلال إستخدام وسائل النقل العامة ننصح بوضع الهاتف على خاصية الصامت وعدم التحدث في الهاتف لتجنب الوقوع في مشاكل مع الآخرين، كما ننصح بالإبتعاد بالهاتف عن المقاعد المخصصة لكبار السن وأصحاب الأولوية داخل وسائل النقل حيث أحيانا يوجد بعض الجالسين في هذه المقاعد مرضى بالقلب ويستخدمون أجهزة دقيقة تتأثر بالموجات الكهربائية للهواتف.

كما ننصح بتجنب إستخدام كاميرات الهاتف في التصوير بدون تصريح وبأهمية الإستذنان عند تصوير الأفراد أو الأشياء حتى لا تقع تحت المساءلة القانونية.

## حقوق الملكية الفكرية

قد يختلف الوضع بشأن حقوق الملكية الفكرية في اليابان عن المطبق في الدول العربية. ويجب أن يعلم الطالب أن القوانين في هذا الشأن صارمة جداً ويجب الحذر من أن تقع تحت المساءلة القانونية من خلال تحميل أو تنزيل الأفلام والأغاني والموسيقى والكتب وبرامج الكمبيوتر وغيرها من المواد الغير مسموح بتحميلها أو تنزيلها من شبكة الإنترنت بسبب حقوق الملكية الفكرية.

## 10. غسيل الملابس

هل سبق وأن قمت من قبل بغسل ملابسك وكيها بمفردك؟ إن لم يكن الامر كذلك، ستكون فكرة رائعة إن قمت بالتعلم على كيفية إستخدام آلة الغسيل، وآلة تجفيف الملابس، ومكواة الملابس قبل قدومك لليابان. بعض المباني السكنية توفر غرفة خاصة لغسيل الملابس بها، لذا يمكنك التأكد من وجود آلات الغسيل لدى مالك المسكن أو إدارة المبنى. وإنها لفكرة جيدة أن تتضمن قائمة مشترياتك الأولية سلة ملابس وشماعات ومماسك أو مشابك للغسيل.

من المفيد كذلك إكتشاف أماكن آلات الغسيل أو الغسالات التي تعمل بالعملات المعدنية اليابانية في المنطقة التي تسكن بها. ستجد في هذه الأماكن آلات الغسيل وأخرى لتجفيف الملابس مزودة بهذه الخدمة، لذا يمكنك حسب احتياجك، اي الغسيل أو التجفيف، وضع مبلغ

النقود الملائم للغرض المقصود، قبل تشغيل الاجهزة. عليك أن تشتري بنفسك صابون الغسيل من إحدى المحلات التجارية.

إن مدة الوقت التي تستغرقها عمليتي الغسيل أو التجفيف تختلف بحسب كمية الملابس. لذا ينبغي منذ البداية عند استعمالك الغسالة تحديد الحجم أو الوزن للكمية التي تود غسلها قبل تشغيلها. عند الانتهاء من الغسيل يمكنك تجفيف هذه الملابس في آلة التجفيف والذي يتطلب من جديد ادخال النقود وتحديد الحجم في خانة الاعدادات. كما يمكنك تجفيفها بمنزلك لكن هذا قد يأخذ وقتاً طويلاً بسبب الرطوبة التي تميز اليابان.



عليك أن تبقى قريباً من آلة الغسيل لمراقبة ملابسك، وذلك نظراً لكثرة الزبائن الذين يترددون على هذه الخدمة. وينصح باصطحاب صديق إن أمكن، خاصة إن كان المعنى بالأمر طالبة لتفادي امكانية حدوث أي ازعاج من طرف الغرباء. كما أنه من المفيد استخدام وقت الانتظار في القراءة.



## 11. النفايات واعدادة التدوير

الشعب الياباني يولي أهمية كبيرة للبيئة ونقص الموارد ولهذا تقوم اليابان بجهود لتقليص حجم النفايات من خلال اعادة تدويرها Recycling وذلك وفق ما تنص عليه القوانين التي اقترتها كل مدينة أو بلدية فيما يسمى «تصنيف النفايات حسب الأنواع».

عندما تقوم باستئجار مسكنك، عليك بالإطلاع على القواعد التي تحكم تسيير النفايات كأيام وأوقات جمعها وأماكن تجميعها. فعلى سبيل المثال النفايات العضوية (بقايا الطعام) ينبغي جمعها في أيام

الاثنين والجمعة، أما الاوراق كالمجلات والجرائد والكرتون، الخ، فينبغي جمعها في أيام الثلاثاء، أما المواد المعدنية والزجاجية فينبغي جمعها في أيام الاربعاء، البلاستيك والبوليست فينبغي جمعها في أيام الخميس الخ. وكل نوع منها يجب وضعه في أكياس خاصة لذا فعليك التأكد من هذه التفاصيل مع المالك أو إدارة المبنى. كما يمكنك الحصول على مثل هذه المعلومات لدى مجلس المدينة أو البلدية. ومن الممكن أن يكون عدم الإلتزام بنظام إخراج النفايات مصدر للنزاعات مع الجيران، وسوف يثمن الجيران جهودك للمحافظة على هذا النظام والشعور بالإستحسان نحوك ونحو بلدك.

## 12. دفع الفواتير «محلات الكونبيني (Konbini)»

ستصلك بشكل منتظم كل شهر أو نصف شهر فواتير إستهلاك الكهرباء والغاز والهاتف والمياه إن لم تكن قد ادرجت في قيمة إيجار المسكن. الطريقة المثلى لدفع هذه المستحقات هي الخصم الآلي من رصيدك البنكي. عند حصولك على فاتورة أي من الخدمات المذكورة والتي ستصلك بالبريد، عادة ما تتضمن معلومات حول الخصم الآلي من حسابك البنكي، فإن رغبت بهذه الطريقة فعليك بملئ استمارة خاصة لدى البنك الذي تتعامل معه. هذه الطريقة هي الأكثر ملائمة، لكن في هذه الحالة يجب الانتباه إلى ضرورة توفر الرصيد الكافي في حسابك البنكي. إذا كان هذا الرصيد أقل من المبلغ المستحق فانه سيتم إرسال الفاتورة عبر البريد مع تحديد موعد جديد للدفع. بالإضافة إلى ذلك، عليك أن تتذكر انه يتوجب عليك دفع مستحقات الشهر الأخير في اليابان قبل أن تغلق حسابك البنكي.

إذا كنت تفضل دفع فواتيرك شخصياً، فإن الاماكن الملائمة لذلك من دون شك هي بقالات الكونبيني/بالياباني أو «Convenience Store» ومنها محلات 7-Eleven و Lawson، Family Mart، Mini Stop، Circle K. وهي تعمل طوال السنة على مدار الساعة. فعندما تأخذ فواتيرك إلى المحل لتسديد المبلغ المستحق فانه سيتم التأشير عليها وإعادة نسخة لك تثبت انك قمت بالتسديد، لذا عليك الاحتفاظ بها.



أيضاً، إن كنت تقيم قرب مكتب بريدي، فإنه يمكنك دفع فواتيرك غير أنه سيطلب منك ملئ استمارة خاصة، وعليه فالأمر معقد نوعاً ما. كما يمكنك تسديد رسوم اشتراك خدمة التأمين الصحي بمكتب البريد أو الكونبيني بنفس الطريقة التي تدفع بها فواتيرك. موظفو مكتب البريد يفضلون توجيه الناس إلى الدفع عن طريق كونبيني ستور لدفع فواتيرهم.

الحقيقة هي أن محلات الكونبيني ملائمة جداً، خدماتها تطورت مع الوقت، فتجد مثلاً في أغلبها أجهزة السحب الآلي ATM وآلات نسخ الاوراق وبيع الكثير من الاشياء بأثمان في متناول الجميع كأطعمة والمواد الغذائية والمشروبات والطابع والجرائد والمجلات والكتب وحتى وسائل لاصلاح الأحذية، الخ. وبعضهم يبيع ايضا تذاكر للمسرح وخدمات شحن بريدي لداخل اليابان.

### 13. الرياضة

تتوفر المرافق الرياضية في الألعاب المختلفة داخل الجامعات اليابانية، كما تتوفر في محيط أحياء السكن مرافق رياضية وأندية صحية تابعة لإدارة الحي أو المنطقة التي تسكن بها، وتتميز هذه المرافق دون غيرها من المرافق الخاصة بعدم المغالاة في قيمة الإستخدام لعدد ساعات محددة حيث لا تتعدى 300 ين أو أكثر بقليل للإستخدام لمدة ساعتين لهذه المرافق.

والرياضة هي أحد وأهم الوسائل لإنخراط الطالب مع زملائه من الطلبة اليابانيين في أنشطة رياضية مختلفة، وتعلمها والتعرف على المجتمع الجامعي الرياضي بشكل سريع. كما توجد في بعض الأحياء والمناطق بعض الفرق أو النوادي التي تعمل بشكل تطوعي على تشجيع ممارسة لعبة ما. وتتوافر الكثير من اللعبات الرياضية داخل الجامعات في اليابان مثل البيسبول، الرغبي، كرة القدم الأمريكية، كرة القدم، جودو، كاراتيه، أيكيدو، كيندو (فن القتال بالسيف الياباني، يكون السيف مصنوعاً من الخيزران)، كرة اليد والسلة وغيرها من اللعبات الرياضية الأخرى.

### 14. المتاحف والمواقع الأثرية

إن زيارة المتاحف والمواقع اليابانية الأثرية هي أحد أفضل الطرق للتعرف على التاريخ والثقافة اليابانية، كما يساعد ذلك على الفهم السريع لجوانب الثقافة اليابانية والإستفادة من وقت الفراغ الذي قد يعاني منه الطلبة في بعض الأحيان وخاصة في أيام العطلات الأسبوعية أو العطلات الرسمية الأخرى، وننصح الطلبة بزيارة المتاحف والمواقع الأثرية القريبة أولاً ثم البعيدة في المدن الأخرى لو أمكن ذلك في المستقبل.

رابط لمواقع التراث العالمي اليابانية.



[http://www.mofa.go.jp/policy/culture/coop/unesco/c\\_heritage/w\\_heritage/property.html](http://www.mofa.go.jp/policy/culture/coop/unesco/c_heritage/w_heritage/property.html)

### 15. المسارح ودور العرض والمتاحف الفنية

تنتشر المسارح ودور العرض والمتاحف الفنية في اليابان. ويستطيع الطالب الإستمتاع بزيارة المتاحف الفنية ومشاهدة المعروضات التقليدية أو الحديثة، وتقوم المتاحف الفنية بتنظيم معارض فنية لفنانين عالميين بين الحين والآخر ويستطيع الطالب زيارة هذه المتاحف والمعارض للمشاهدة والإطلاع.

## الفصل الخامس

### الصحة، الأمن والسلامة

#### 1. المرض والعلاج

تنتشر في اليابان عيادات طبية خاصة لتخصصات مختلفة في كل الأحياء والمناطق، كما تنتشر المستشفيات الجامعية والعامّة ولكن لا تستقبل المستشفيات الجامعية والعامّة المرضى إلا بناءً على توصية أو تحويل من عيادة طبية أو في الحالات الطارئة بواسطة سيارات الإسعاف. وتستطيع الكشف والمراجعة لدى العيادات الطبية الخاصة في مواعيد عمل هذه العيادات. ويجب أن تكون معك بطاقة التأمين الصحي الوطني وتقديمها للمكتب الإداري للعيادات أو المستشفيات حتى تستطيع أن تدفع 30% فقط من قيمة الكشف والدواء. وفي الغالب يتوفر الدواء داخل هذه العيادات والمستشفيات أو في صيدلية قريبة سوف يرشدك لها موظفي الإدارة. ويختلف الدواء الذي يباع في الصيدليات التجارية عن الذي يصرفه لك الطبيب في عيادته أو المستشفى فدواء الصيدليات التجارية نسبة فعاليته أقل مما يصرفه لك الطبيب في عيادته أو المستشفى.

ونصح في حالة إذا شعرت بالتعب والمرض ليلاً أو في مواعيد إغلاق العيادات بالإتصال بالإسعاف من خلال رقم 119 وهذا الرقم خاص بالإسعاف وسيارات المطفأ، ويمكن أن تتصل عن طريق زميل لك يستطيع أن يتحدث اللغة اليابانية حتى يشرح لهم الحالة ويدلهم على العنوان. وعندما يأتي الإسعاف فسوف يتم سؤالك عن الحالة ونقلك إلى المستشفى.

#### 2. السلامة، الأمن والكوارث الطبيعية

إن اليابان من البلدان الأكثر أماناً، لكن هذا لا يعني أن الجريمة بها منعدمة. لذا فالطلبة الوافدين من مختلف دول العالم عليهم اتخاذ الاحتياطات بشكل عادي مثل تلك التي يتخذونها في بلدانهم أو في بقية دول العالم، وفيما يلي بعض من هذه الاحتياطات التي يجب الأخذ بها:

- قم دوماً بغلق الباب عندما تكون داخل شقتك.
- تأكد من غلق الباب والنوافذ من الداخل أثناء الليل، ولا تذكر لأحد وقت مغادرتك، حتى وإن كنت مقيماً بالطابق العلوي في بناية عالية الارتفاع.
- إذا دق جرس مسكنك أو شقتك، عليك التأكد من شخصية الزائر قبل فتح الباب.
- تذكر أنه من حَقك عدم فتح الباب، إذا تعلق الأمر باستلام بضاعة طلبتها ووصلت قبل موعدها، استفسر أولاً عن مصدرها ثم عند استلامك لها افتح الباب جزئياً مع وضع السلسلة.
- لا تمشي لوحده في وقت متأخر من الليل في شوارع غير مضيئة، كن متيقظاً وحذراً،
- إذا كنت طالباً، لا تضع محفظة النقود في جيبك الخلفي، فيكون سهلاً للسرقة،

- ضع حقيبتك أمامك عندما تكون في أماكن الإزدحام وعند الركوب في الحافلات أو القطارات أو الشوارع المكتظة.
- لا تترك حقائبك دون رقابة وإن كان ذلك في الكلية أو الجامعة.
- إذا تعرضت لهجوم يمكنك الصباح بصوت عالي بكلمة «كاجي-دا (Kaji-da)» وتعني «حدث حريق» فذلك يجذب انتباه اليابانيين بسرعة ويربك المعتدي.

## الكوارث الطبيعية

ما الذي يتبادر لذهنك عندما تسمع عبارة «الكوارث الطبيعية»؟ لدى معظم اليابانيين هذه تعني الزلازل، الأعاصير والمد البحري (التسونامي) والثورات البركانية. نأمل طبعاً أن لا تحدث أياً من هذه الكوارث أثناء تواجدك باليابان، ولكن إن حدث فيتوجب عليك أن يكون لديك نوعاً من المعرفة والاستعداد المسبق لتعرف كيف تتصرف وماذا يمكن أن تفعل.

تتعرض اليابان للكثير من الزلازل المتعاقبة، إلا أن المواطنين لا يشعرون بها لأنها في الغالب زلازل بسيطة، لكن عليك أن تكون جاهزاً لوجود إمكانية حدوث زلزال قوي وكبير الأثر وكذا عند حدوث كوارث أخرى مماثلة. لذا يتوجب أن يكون لديك دائماً الغذاء والماء الكافيين في المسكن وأي أدوية تستخدمها بانتظام. واحرص أن يكون لديك مصباح يعمل بالبطارية أو جهاز للاضاءة بالبطارية القابلة للشحن بالكهرباء وذلك في حالة حدوث ظلام شامل بسبب الأعاصير أو الزلازل بالإضافة إلى جهاز راديو بالبطارية وجهاز شحن الهاتف النقال وحقيبة إسعافات أولية. من المناسب كذلك أن تحضر حقيبة طوارئ صغيرة تضع بها بعض الملابس والأساسيات التي قد تحتاجها في حالة المغادرة السريعة للمبنى. إذا كنت في القطار أو بالمترو عليك باتباع تعليمات طاقم القطار/المترو. انتبه إلى أن السير على السكة الحديدية يعد أمراً خطيراً للغاية نظراً لمرور التيار الكهربائي عالي الجهد بها. وللحفاظ على أمنك وسلامتك؛ هذه بعض الاحتياطات العامة التي يجب اتخاذها عند حدوث الكوارث الطبيعية والزلازل على وجه الخصوص:

- أ- إذا كنت تستعمل الغاز، أطفأه فوراً لتجنب اشتعال النار. فالحرائق عادة هي التي تتسبب في مقتل الكثيرين أكثر من سقوط البنايات.
  - ب- افتح الأبواب والنوافذ لتأمين خروجك.
  - ج- ضع نفسك تحت المكتب أو الطاولة لتتفادي سقوط الأشياء على رأسك.
  - د- لا تستعمل المصعد أبداً عند وقوع الزلزال أو اشتعال النار.
  - هـ- قليلاً ما يحدث المد البحري (التسونامي) بعد الزلازل، لكن إن كنت تقطن بمنطقة قد تم الإنذار فيها بحدوث تسونامي فعليك بالتوجه فوراً إلى المنطقة المخصصة للإجلاء.
- توجد العديد من تطبيقات الهواتف الذكية لإنذار الزلازل المبكر مثل Yureka وأيضاً التي تخص إرشادات السلامة في حال حدوث الكوارث مثل Safty tips ومن المفيد جداً تنزيلها واستعمالها.

## التحضير للأعاصير

يتميز تتبع المتغيرات الجوية في اليابان بأنه ذو مستوى عالٍ ومتقدم. لذا، فإن التحذير بوجود أعاصير عادة ما يتم الاعلان عنه بأيام مسبقاً. لذلك عليك بمتابعة الأخبار الجوية بانتظام والتأكد في حالات التحذيرات بأن النواذ مغلقة وأنك لم تترك أغراضك خارجاً بدون توثيقها كالدراجة الهوائية. كما عليك أيضاً أن تأخذ احتياطك لأي أعطاب قد تحدث في الكهرباء أو شبكة الهاتف.

### طوارئ الكوارث/الرقم 171 للرسائل الصوتية

بالنظر إلى تجربة زلزال وتسونامي عام 2011، تم إنشاء مركز للرسائل الصوتية (خدمة البريد الصوتي لطوارئ الكوارث). فعند حدوث كارثة ما كأن يضرب زلازل منطقة معينة، سيؤدي ذلك لحدوث ضغط شديد على خدمة الاتصالات في نطاق تلك المنطقة، وينتج عنه صعوبة الإتصال بالرقم المراد الإتصال به في المنطقة المنكوبة. ولمعالجة ذلك تم إنشاء خدمة البريد الصوتي الجديدة والتي تفضل في حالات الطوارئ فقط أو عند إجراء تمارين يعلن عنها، حيث تمكن الشخص في المنطقة المنكوبة من ترك رسالة صوتية يسمعها كل من قام بالإتصال به للإطمئنان عليه (حتى من خارج اليابان)، كما أن هذا الأخير (المتصل) يمكنه كذلك من ترك رسالة ليسمعها الآخر في المنطقة المنكوبة من خلال خدمة الرقم 171. الرجاء الإطلاع والتعرف على هذه الخدمة وتفصيلها من الرابط التالي:



<http://www.ntt-east.co.jp/en/saigai/voice171/>

### تفعيل خاصية الموقع بالهاتف «GPS»

تحتوي الهواتف الذكية على خاصية تحديد الموقع في حالة فقدان الهاتف، ومن خلاله تستطيع الإستدلال ومعرفة مكان الهاتف في حالة فقدانه أو سرقته منك. ولذلك نوصي بتفعيل هذه الخاصية إذا توفرت في هاتفك. كما ننصح بترك بيانات المرور لهذا النظام لأحد أقاربك في بلدك وذلك لمساعدة السلطات في التعرف على مكانك في حالة حدوث أي طارئ لك لا سمح الله.

### التواصل مع سفارة بلدك

لا بد من التأكيد في هذا المقام بالأهمية القصوى لتسجيل بياناتك وكيفية الإتصال بك وأرقام التواصل بأهلك في الوطن لدى سفارة بلدك في طوكيو، حتى تتمكن السفارة من التواصل معك أو أسرتك بسرعة كافية في الظروف الطارئة للإطمئنان عليك أو لتقديم أي دعم ومساندة قد تحتاجها. اطلع وتأكد من كيفية التعامل مع الكوارث عبر المعلومات التي تقدمها سفارة بلدك.

### 3. فقدان أو سرقة المتعلقات الشخصية

من المهم أن يحافظ الطالب على متعلقاته الشخصية من التلف أو فقدان أو السرقة سواء المادية كأجهزة الكمبيوتر المحمول والهاتف النقال، أو البطاقات والوثائق والمستندات الهامة، وخاصة جواز السفر، وبطاقة الإقامة، والبطاقات البنكية، والاحتفاظ بعدة نسخ من كل الوثائق المهمة في أماكن مختلفة.



في حالة فقدان أو سرقة أي من المتعلقات المذكورة، يجب على الطالب التوجه إلى أقرب مركز للشرطة، سواء أقسام الشرطة أو أكشاك الشرطة الصغيرة المنتشرة في اليابان تحت مسمى «KOBAN»، وذلك لعمل بلاغ ومحضر ليتمكن الشرطة من تسليمها لك في حالة العثور عليها وكذلك كإثبات للحالة لتعزيز طلبك عند إستخراج بدل فاقد لها. كما أنه من المهم التواصل مع سفارة بلدك في حالة فقدان جواز سفرك بعد تقديم البلاغ للشرطة، والتواصل مع بنكك لوقف صلاحية استخدام البطاقات البنكية.

#### 4. التوقيف والمساءلة القانونية

يعاني الكثير من الأجانب عند تعرضهم لمواقف تضعهم تحت طائلة القانون الياباني، ولذلك نتمنى من الطالب ألا يعرض نفسه لأي مواقف تخالف القانون وذلك بالإلتزام بالقوانين المعمول بها في اليابان وآداب التصرف والبعد عن الأماكن التي تكثر فيها المشاكل والإحتكاكات، وأيضاً التجنب التام للأماكن التي بها ترويج للمخدرات وكذلك محاولة الحصول عليها.

ولكن إذا تم توقيفك أو إعتقالك من قبل الشرطة اليابانية فمن الأفضل لك أن تطلب الإتصال بسفارة بلدك لتعريفهم بمكان إحتجازك، وسوف تخيرك الشرطة اليابانية عند إعتقالك بين الرغبة في إبلاغ سفارتك أو لا، والأفضل في هذه الحالة أن تؤكد على إختيار «إبلاغ السفارة»، حتى تتمكن السفارة من تقديم المساعدة لك. كما لا تتحدث إلا في حالة وجود مترجم من اللغة اليابانية إلى العربية حتى لا تخطئ عند الإستجواب. وعليك التعاون مع الشرطة في التحقيقات ولكن من الأفضل الإستعانة بمحامي إذا كان يتوفر لك أموال، علماً بأن تكاليف المحامين مرتفعة، كما أن المحامي لا يحضر جلسات التحقيق، وفي حالة عدم توفر أموال لديك فسوف تخصص المحكمة لك محامي من نقابة المحامين للدفاع عنك عند بداية إجراءات المحاكمة، وحتى تخصص المحكمة لك محامي فيجب أن تكتب طلب مسبق عند التحقيق.

يجب أن تعلم أن فترات التحقيق والمحاكمة، وفقاً للقوانين في اليابان من الممكن أن تمتد لأسابيع وشهور وأحياناً سنوات، حتى يبت في القضية. ولذلك ننصح بعدم الدخول في أي مواجهات لا داعي لها من عراك أو سب أو صراخ وغيرها من الأساليب حتى لا تقع تحت مطرقة القانون الياباني. ومن الأهمية بمكان الفهم التام للأعراف اليابانية والعادات والتقاليد.

رابط لموقع شرطة طوكيو للحصول على معلومات متنوعة



<http://www.keishicho.metro.tokyo.jp/foreign/submenu.htm>

رابط لموقع مركز الاستشارات القانونية للأجانب



<http://www.horitsu-sodan.jp/english/>

## الفصل السادس

### تجارب وخبرات طلبة عرب في اليابان

#### 1. ما هي أهم الاعتبارات التي تأخذها عند دراستك بالخارج

الطالبة ايمان النعماني

دكتوراة هندسة كيمائية

جامعة أوساكا

«ان الشعور الحقيقي بالنجاح يأتي بعد الفشل والتضحية والعمل الجاد. الدراسة في الخارج تجربة حياة وحظ نادر قد لا يتكرر خلال حياة الإنسان.

أول سؤال يطرحه الناس عادة على الدارس المغترب، هو عن دواعي اختياره لبلد معين لمتابعة دراسته. الاختيار الصحيح لبلد الدراسة، في تقديري الشخصي، ينبغي أن يأخذ بعين الاعتبار عاملين اثنين: الأول يتمثل في ضمان أن تدرس المادة المناسبة في المكان المناسب. والثاني يتمثل في أن تكون ظروف العيش في بلد الدراسة مريحة ومشجعة على الاستمرار والنجاح. فضلا عن كل هذا فإن العيش في الخارج سيجعلك تتعلم ليس فقط داخل الحرم الجامعي، وإنما كذلك من المجتمع المحيط بك.

تعتبر اليابان من أغنى بلدان العالم ثقافة، حيث ستتعلم كل يوم شيئاً جديداً. اللغة والطعام والتقاليد اليابانية والطبيعة اليابانية الملهمة كلها تجعل حياتنا ممتعة ومفيدة. إلى جانب متابعة الدروس الجامعية، ستجد كل ما حولك يشجعك لتعلم اللغة اليابانية. إنها فعلاً لمغامرة مثيرة أن تتعلم لغة جديدة خصوصاً إذا كانت جميلة وجذابة مثل اللغة اليابانية. كلا الشعبين الياباني والعربي يؤمنان بقيمة الثقافة ويعتبرانها جزءاً جوهرياً من هويتهم. وبالرغم من وجود اختلافات في العديد من مظاهر الحياة لدى العرب واليابانيين، فإنه لسلوك حضاري وراق أن تتقبل الاختلاف وتفهّمه من أجل عيش منسجم وسعيد.

ان الدراسة في الخارج تعني مفارقة الأهل والأصدقاء. يظل هذا هو أصعب تحدٍ بالنسبة لك ولأفراد أسرتك أيضاً. مع ذلك، تشكل الصعوبات حوافز تقوي من العزيمة، ومواجهة التحديات هي التي تعطيكم طعم الحياة وتعلمك مغزى النجاح الحقيقي. كن متفائلاً دائماً واجعل من حماسك رافعة في اتجاه تحقيق أحلامك وأهدافك في بلد إقامتك.»

## 2. الدراسة في الخارج تحمل قيما تتجاوز مجرد الدراسة بالخارج

حمزة محمد الكندي

ماجستير كيمياء، علوم

جامعة توهوكو

«قبل قدومي إلى اليابان صادفت في أحد مواقع الإنترنت صورة ترحيبية معلقة في مطار ياباني. ما أدهشني هو أن تكون عبارة «أهلاً بكم في اليابان» مكتوبة بعشر لغات مختلفة. لكن ما أدهشني أكثر هو تلك العبارة الجذابة التي تقول «اليابان: إكتشافات لا متناهية». وعندما عشت فترة من الزمن في اليابان، تبين لي أن كلمة «إكتشاف» لا تنحصر في مجالات العلوم والتقنية، وإنما تعكس ثراء اليابان التي تمنحك فرصة إكتشاف الجديد كل يوم. فليس من المستغرب أن تجد نفسك في اليابان أمام بلد تجتمع فيه محاسن كثيرة: طبيعة خلابة وثقافة غنية وشعب ملهم.

اليابان بلد التنوع والتقاليد الضاربة في التاريخ. بلد يجعلك تزور نفس المكان في فصول مختلفة وكأنك تزور أمكنة متعددة. فضلا عن جمال الطبيعة، فإن الفضاءات والمنشآت الثقافية من قصور تاريخية ومعابد عريقة وأضرحة ومتاحف توغل بك عميقا في تاريخ باذخ وغني هو مفخرة كل ياباني. ورغم التقدم التكنولوجي السريع، يتشبث اليابانيون بتقاليدهم وعاداتهم بقوة. لكنهم يتميزون أيضاً بميزة الانفتاح والرغبة في التعرف على الثقافات الأخرى، وخصوصا مظاهرها المختلفة عنهم. وهذه إحدى ميزات اليابانيين التي يمكن للطلبة والدارسين الأجانب الاستفادة منها خلال فترة اقامتهم باليابان.

ان هدف كل طالب علم أو دارس في اليابان هو أن تكمل مجهوداته بالنجاح. لكن هذا لا ينبغي أن يجعل وجود الإنسان منحصرا في قاعات الدرس، بينما يضيع فرصة سانحة للتعرف بشكل أكبر على ثقافة جديدة ومختلفة عن ثقافتنا العربية. حياة الوافدين الجدد تلقى دائماً صعوبات، لكن من خلال الصبر وتفهم المحيط تتضح الامور تدريجياً وتصبح الحياة ممتعة. حتى العوائق اللغوية يمكن التغلب عليها مع مرور الوقت. وأفضل نصيحة يمكن أن أقدمها لكل طالب أو وافد جديد على بلد كاليابان هي: «اصنع لنفسك أصدقاء بقدر ما تستطيع ذلك».

تذكر جيداً: بقوة العزم والإرادة، وبالمثابرة والدعم المتواصل ستجعل من أحلامك حقيقة وواقعاً. أتمنى لك النجاح في حياتك وفي دراستك واستمتع بأحلى أوقاتك في اليابان.»

### 3. الحياة في اليابان

خديجة طاهر الكندي

ماجستير في علوم البيئة

جامعة تسوكوبا

«أود في البداية أن اتقدم بأحر التهاني لاختيارك اليابان كوجهة لمتابعة دراستك الجامعية والدراسات العليا. إن اليابان بلد غني بثقافته ومتقدم جداً في مناحي عديدة من مجالات العلوم والتكنولوجيا الدقيقة، والسياسة الرشيدة والقانون. وإنه لمن دواعي الفخر أن ينهض الناس للإستفادة والتعلم من الإمتيازات والفرص التي تتيحها اليابان بثقافتها الغنية. هذا ناهيك عن الشعب الياباني الودود والمعروف بفضائله وأخلاقه الرفيعة المبنية على الإحترام والتواضع، مما يشجعك على طلب المشورة والمساعدة حيثما اقتضت الضرورة ذلك.

إن الحياة في اليابان ليست من الصعوبة التي تظهر عليها في البداية. بل تصبح تدريجياً في غاية السهولة، حالما تبدأ بالتعرف على تقاليد وعادات وثقافة المجتمع. من الأهمية بمكان أيضاً مبادلة اليابانيين الإحترام وتقدير أسلوب عيشهم وطرائق سلوكهم اليومية.

أتمنى لك التوفيق في مسارك العلمي والمهني بما يجعلك فخراً لأهلك ووطنك. مع خالص تمنياتي لك برحلة جديدة موفقة لليابان.»



## الملحق

### 1. السفارات العربية في اليابان

يتضمن هذا الملحق عناوين وأرقام التواصل مع السفارات العربية في اليابان، ونصح بأهمية تواصلك مع سفارة بلدك قبل أو عند وصولك لليابان وتسجيل بياناتك لتسهيل التواصل معك مباشرة، وستقوم السفارة بموافاتك بما هو مطلوب منك تقديمه من معلومات. الرابط التالي يقدم لك خارطة بمواقع السفارات العربية في طوكيو:



<https://www.google.com/maps/d/viewer?mid=zNe4BZv08-Tk.kSAfl2mkdiQc>

ونظرا لأن عناوين السفارات وأرقام الإتصال بها قابلة للتغير، فمن الأفضل التأكد من ذلك وتحديثها بزيارة الموقع الرسمي لوزارة خارجية بلدك أو من موقع وزارة الخارجية اليابانية التالي:



[http://www.mofa.go.jp/about/emb\\_cons/protocol/](http://www.mofa.go.jp/about/emb_cons/protocol/)



### سفارة المملكة الأردنية الهاشمية

#### Embassy of the Hashemite Kingdom of Jordan

Address: 39-8 Kamiyama-cho, Shibuya-ku, Tokyo 150-0047, Japan

Phone: 03-5478-7177 (from outside Japan +81-3-5478-7177)

Fax: 03-5478-0032

Email: [Jor-emb@bird.ocn.ne.jp](mailto:Jor-emb@bird.ocn.ne.jp)



### سفارة دولة الإمارات العربية المتحدة

#### Embassy of the United Arab Emirates

Address: 9-10 Nampeidai-cho, Shibuya-ku, Tokyo 150-0036, Japan

Phone: 03-5489-0804 (from outside Japan +81-3-5489-0804)

Fax: 03-5489-0813

Email: [tokyo@mofa.gov.ae](mailto:tokyo@mofa.gov.ae)

Website: <http://uae-embassy.ae/Embassies/jp/>

Emergency Contact: Mr. Suood Ebrahim Al Teneiji

Mobile: 090-2412-2220

Office: 03-5489-0804

Email: [s.altaniji@mofa.gov.ae](mailto:s.altaniji@mofa.gov.ae)





## سفارة مملكة البحرين

### Embassy of the Kingdom of Bahrain

Address: 1-11-36-720 & 710 Akasaka, Minato-ku, Tokyo  
107-0052, Japan

Phone: 03-3584-8001 (from outside Japan +81-3-3584-8001)

Fax: 03-3584-8004

Email: [general@bahrain-embassy.or.jp](mailto:general@bahrain-embassy.or.jp)

Website: <http://www.bahrain-embassy.or.jp>



## سفارة الجمهورية التونسية

### Embassy of the Republic of Tunisia

Address: 3-6-6 Kudan Minami, Chiyoda-ku, Tokyo 102-0074, Japan

Phone: 03-3511-6622, 03-3511-6625

Fax: 03-3511-6600 (from outside Japan +81-3-3511-6600)

Email: [mailbox@tunisia.or.jp](mailto:mailbox@tunisia.or.jp)

Website: <http://www.tunisia.or.jp>



## سفارة الجمهورية الجزائرية الديمقراطية الشعبية

### Embassy of the People's Democratic Republic of Algeria

Address: 2-10-67 Mita, Meguro-ku, Tokyo 153-0062, Japan

Phone: 03-3711-2661 (from outside Japan +81-3-3711-2661)

Fax: 03-3710-6534

Website: <http://www.algerianembassy-japan.jp>

Emergency Contact: Ms. SLIMANI Samya



## سفارة جمهورية جيبوتي

### Embassy of the Republic of Djibouti

Address: 5-18-10 Shimomeguro, Meguro-ku, Tokyo 153-0064, Japan

Phone: 03-5704-0682 (from outside Japan +81-3-5704-0682)

Fax: 03-5725-8305

Email: [djibouti@fine.ocn.ne.jp](mailto:djibouti@fine.ocn.ne.jp)

Website: <http://www.djiboutiembassy.jp/>





## سفارة المملكة العربية السعودية

### Royal Embassy of Saudi Arabia

Address: 1-8-4 Roppongi, Minato-ku, Tokyo 106-0032, Japan

Phone: 03-3589-5241 (from outside Japan +81-3-3589-5241)

Fax : 03-3589-5200 (General), 03-5573-9637 (Saudi Citizens)

Email: [jpemb@mofa.gov.sa](mailto:jpemb@mofa.gov.sa) (General),

[saudijpemb@mofa.gov.sa](mailto:saudijpemb@mofa.gov.sa) (Saudi Citizens)

Website: <http://embassies.mofa.gov.sa/sites/japan>

Emergency Contact: 090-5583-3862 (from outside Japan +81-90-5583-3862)



### الملحقة الثقافية السعودية

### Royal Embassy of Saudi Arabia Cultural Office

Address: Nakano Asahi bldg., 2-37-3, Chuo, Nakano-Ku, Tokyo 164-0011 Japan

Phone: 03-5348-3011 (from outside Japan +81-3-5348-3011)

Fax : 03-5348-3012

Email: [students@saudiculture.jp](mailto:students@saudiculture.jp) , [info@saudiculture.jp](mailto:info@saudiculture.jp)

Website: <http://www.saudiculture.jp>

Twitter: @SaudiCultureJP



## سفارة جمهورية السودان

### Embassy of the Republic of the Sudan

Address: 4-7-1 Yakumo, Meguro-ku, Tokyo 152-0023, Japan

Phone: 03-5729-6170, 03-5729-2200, 03-5729-2201

(from outside Japan +81-3-5729-6170)

Fax: 03-5729-6171

Email: [info@sudanembassy.jp](mailto:info@sudanembassy.jp) , [secretary@sudanembassy.jp](mailto:secretary@sudanembassy.jp)

Website: <http://www.sudanembassy.jp>



## سفارة الجمهورية العربية السورية

### Embassy of the Syrian Arab Republic

Address: Homat-Jade, 6-19-45, Akasaka, Minato-ku, Tokyo 107-0052, Japan

Phone: 03-3586-8977 /8 (from outside Japan +81-3-3586-8977 /8)

Fax: 03-3586-8979

Email [consular.sy.jp@gmail.com](mailto:consular.sy.jp@gmail.com)







## سفارة جمهورية العراق

### Embassy of the Republic of Iraq

Address: 14-6 Kamiyama-cho, Shibuya-ku, Tokyo 150-0047, Japan

Phone: 03-5790-5311 (from outside Japan +81-3-5790-5311)

Fax: 03-5790-5315

Email: [yu@iraqi-japan.com](mailto:yu@iraqi-japan.com)

Website: <http://www.iraqi-japan.com/>

Facebook: <https://www.facebook.com/Embassy-of-the-Republic-of-Iraq-in-Tokyo-Japan-534212680043521/>

Emergency Contact: Ghaith Al-TAIE 080-4886-1133



## سفارة سلطنة عمان

### Embassy of Sultanate of Oman

Address: 4-2-17 Hiroo, Shibuya-ku, Tokyo 150-0012, Japan

Phone: 03-5468-1088 (from outside Japan +81-3-5468-1088)

Fax: 03-5468-1068

Email: [info@omanembassy.jp](mailto:info@omanembassy.jp), [tokyo@mofa.gov.om](mailto:tokyo@mofa.gov.om)

Website: <http://www.omanembassy.jp>

Facebook: <http://www.facebook.com/omanembassy>

Twitter: @OmanEmb - @OmanEmb\_Alerts



## البعثة العامة الدائمة لفلسطين

### The Permanent General Mission of Palestine

Address: CTS Kojimachi Bldg. 7F, 2-12-1 Kojimachi, Chiyoda-ku,

Tokyo 102-0083, Japan

Phone: 03-5215-8700 (from outside Japan +81-3-5215-8700)

Fax: 03-5215-8705

Email: [palestine@palst-jp.com](mailto:palestine@palst-jp.com)

Website: <http://www.palst-jp.com/>

Facebook: <https://www.facebook.com/palestine.emb.jp/>

Twitter: @PalestineEmb

Emergency Contact: 090-7825-9796 - 090-7829-1383





## سفارة دولة قطر

### Embassy of the State of Qatar

Address: 2-3- 28 Moto Azabu, Minato-ku, Tokyo 106-0046, Japan

Phone: 03-5475-0611~3 (from outside Japan +81-3-5475-0611)

Fax: 03-5475-0617

Email: [info@qatarembassy.jp](mailto:info@qatarembassy.jp), [tokyo@mofa.gov.qa](mailto:tokyo@mofa.gov.qa)

Emergency Contact: 090-6004-6096



## سفارة دولة الكويت

### Embassy of the State of Kuwait

Address: 4-13-12 Mita, Minato-ku, Tokyo 108-0073, Japan

Phone: 03-3455-0361 (from outside Japan +81-3-3455-0361)

Fax: 03-3456-6290

Email: [info@kuwait-embassy.or.jp](mailto:info@kuwait-embassy.or.jp)

Website: <http://www.kuwait-embassy.or.jp>



## سفارة الجمهورية اللبنانية

### Embassy of the Republic of Lebanon

Address: Residence Viscountess 410; 1-11-36- Akasaka, Minato-ku, Tokyo 107-0052, Japan

Phone: 03-5114-9950 (from outside Japan +81-3-5114-9950)

Fax: 03-5114-9952

Email: [ambaliba@cronos.ocn.ne.jp](mailto:ambaliba@cronos.ocn.ne.jp)

Emergency Contact: Residence phone: 03-3585-7228; 03-3585-7240



## سفارة ليبيا

### Embassy of Libya

Address: 10-14 Daikanyama-cho, Shibuya-ku, Tokyo 150-0034, Japan

Phone: 03-3477-0701 /2/3 (from outside Japan +81-3-3477-0701)

Fax: 03-3464-0420

Email: [sec@lytokyo.org](mailto:sec@lytokyo.org)

Website: <http://www.lytokyo.org>

Emergency Contact: Phone: +81-3-3477-0701





## سفارة جمهورية مصر العربية

### Embassy of the Arab Republic of Egypt

Address: 1-5-4 Aobadai, Meguro-ku, Tokyo 153-0042, Japan

Phone: 03-3770-8022 /3 (from outside Japan +81-3-3770-8022)

Fax: 03-3770-8021

Email: [egyptemb@leaf.ocn.ne.jp](mailto:egyptemb@leaf.ocn.ne.jp)

Website: [http://www.mfa.gov.eg/Tokyo\\_Emb](http://www.mfa.gov.eg/Tokyo_Emb)

Emergency Contact: 03-3770-8022, 03-3770-8023



## سفارة المملكة المغربية

### Embassy of the Kingdom of Morocco

Address: 5-4-30 Minami Aoyama, Minato-ku, Tokyo 107-0062, Japan

Phone: 03-5485-7171 (from outside Japan +81-3-5485-7171)

Fax: 03-5485-7173

Email: [sifamato@circus.ocn.ne.jp](mailto:sifamato@circus.ocn.ne.jp)

Website: [www.morocco-emba.jp](http://www.morocco-emba.jp)



## سفارة الجمهورية الإسلامية الموريتانية

### Embassy of the Islamic Republic of Mauritania

Address: 5-17-5 Kita Shinagawa, Shinagawa-ku, Tokyo 141-0001, Japan

Phone: 03-3449-3810 (from outside Japan +81-3-3449-3810)

Fax: 03-3449-3822

Email: [ambarim2@gmail.com](mailto:ambarim2@gmail.com) , [ambarimtokyo@diplomatie.gov.mr](mailto:ambarimtokyo@diplomatie.gov.mr)

Website: <http://www.amba-mauritania.jp>

Emergency Contact: 090 9950 8337 (Ms. Sato, Ambassador Assistant)



## سفارة الجمهورية اليمنية

### Embassy of the Republic of Yemen

Address: 4-12-24-807Nishi Azabu, Minato-ku, Tokyo 106-0031, Japan

Phone: 03-3499-7151 /2 (from outside Japan +81-3-3499-7151)

Fax: 03-3499-7837

Email: [info@yemen.jp](mailto:info@yemen.jp)

Website: <http://www.yemen.jp/index.php>

Emergency Contact: [yemnjp@gmail.com](mailto:yemnjp@gmail.com)



## 2. السفارات اليابانية في الدول العربية

يتضمن هذا الملحق عناوين وأرقام التواصل مع السفارات اليابانية في الدول العربية. ونظرا لأن عناوين السفارات وأرقام الإتصال بها قابلة للتغيير، فمن الأفضل التأكد من ذلك وتحديثها بزيارة الموقع الرسمي لوزارة خارجية بلدك أو من موقع وزارة الخارجية اليابانية التالي:



[http://www.mofa.go.jp/about/emb\\_cons/over/index.html](http://www.mofa.go.jp/about/emb_cons/over/index.html)

### المملكة الأردنية الهاشمية

#### Embassy of Japan

Between 5th and 6th Circles, Faeq Halazon Street, Basin No.21,  
North Abdoun, Amman, The Hashemite Kingdom of Jordan

Phone: (962-6) 5932005, 5930428

Fax: (962-6) 5931006

<http://www.jordan.emb-japan.go.jp>



### دولة الإمارات العربية المتحدة

#### Embassy of Japan

Abu Dhabi, United Arab Emirates

(P.O. Box 2430

Phone: (971-2) 4434219

Fax: (971-2) 443219

<http://www.uae.emb-japan.go.jp>



#### Consulate-General of Japan

28th Floor, Dubai World Trade Centre Building, Dubai, United Arab Emirates

(P.O. Box 9336)

Phone: (971-4) 3319191

Fax: (971-4) 3319292

<http://www.dubai.uae.emb-japan.go.jp>



## مملكة البحرين

**Embassy of Japan**

55 Salmaniya Avenue, Manama Town 327, Bahrain

(P.O. Box 23720, Manama, Bahrain)

Phone: (973) 17716565

Fax: (973) 1775059

<http://www.bh.emb-japan.go.jp>



## الجمهورية التونسية

**Ambassade du Japon**

9 Rue Apollo XI, 1082 Mahrajene-Tunis, Tunisie

(B.P. 163, Cite Mahrajene 1082 Tunis)

Phone : (216-71) 791-251, 792-363, 793-417

Fax : (216-71) 786-625

<http://www.tn.emb-japan.go.jp>



## الجمهورية الجزائرية الديمقراطية الشعبية

**Ambassade du Japon**

1, Chemin Al Bakri (ex Macklay), BEN-AKNOUN, Alger, Algérie

(B.P. 80, El-Biar)

Phone : (213-21) 912004

Fax : (213-21) 912046

<http://www.dz.emb-japan.go.jp>



## جمهورية جيبوتي

**Embassy of Japan**

Rue de l'IMAM Hassan Abdallah Mohamed, Djibouti, République de Djibouti

(P.O. Box 2051)

Phone: (253) 21-35-49-81

Fax: (253) 21-35-71-35

<http://www.dj.emb-japan.go.jp>



## المملكة العربية السعودية

**Embassy of Japan**

A-11 Diplomatic Quarter, Riyadh, Saudi Arabia  
(P.O. Box 4095)

Phone: (966-11) 488-1100

Fax: (966-11) 488-0189

<http://www.ksa.emb-japan.go.jp>

**Consulate-General of Japan**

Al-Islam St. No.32. Jeddah, 21431, Saudi Arabia  
(P.O. Box 1260)

Phone: (966-12) 667-0676

Fax: (966-12) 667-0373

## جمهورية السودان

**Embassy of Japan**

House No. 67, Street 43, Khartoum One, Khartoum, Sudan  
(P.O. Box 1649, Post Code 11111, Khartoum, Sudan)

Phone: (249-1) 83471601, 83471602

Fax: (249-1) 83471600

<http://www.sdn.emb-japan.go.jp>



## الجمهورية العربية السورية

**Embassy of Japan**

No.3537 Sharkasiya, Aljala' Street, Abou Rommaneh, Damascus, Syrian  
Arab Republic. (B.P.3366)

Phone: (963-11)3338273, 3332553, 3339781, 3310417~8, 3343885~6

Fax: (963-11)3339920

<http://www.sy.emb-japan.go.jp>



## جمهورية الصومال الديمقراطية

### Embassy of Japan in Kenya (accredited to Somalia)

Mara Road, Upper Hill, Nairobi, Kenya

(Mailing Address: Embassy of Japan, P.O.Box 60202 Nairobi, Kenya)

Phone: (254-20)2898-000

Fax: (254-20)2898-220

<http://www.ke.emb-japan.go.jp/jointadmin/somalia/en/index.html>



## جمهورية العراق

### Embassy of Japan

International Zone, Baghdad, Iraq

Phone: (870-772) 543-197

Fax: (870-782) 174-466

<http://www.iraq.emb-japan.go.jp>



## سلطنة عمان

### Embassy of Japan

Way No.3011, Shati Al Qurm, Muscat, The Sultanate of Oman

(P.O. Box 3511, Ruwi, Postal Code 112)

Phone: (968) 24-601028

Fax: (968) 24-698720

<http://www.oman.emb-japan.go.jp>



## دولة فلسطين

### Representative Office of Japan to the Palestinian Authority

3rd Floor of VIP2, 200 Yazour Street, Al-Bireh, Ramallah

Phone: (972-2)241-3120, 241-3121

Fax: (972-2)241-3123

<http://www.ps.emb-japan.go.jp>



## دولة قطر

**Embassy of Japan**

Doha West Bay, Diplomatic Area, Doha, The State of Qatar  
(P.O. Box 2208)

Phone: (974) 44840888

Fax: (974) 44832178

<http://www.qa.emb-japan.go.jp>



## جمهورية القمر المتحدة

**Embassy of Japan in Madagascar (accredited to Comoros)**

Villa Chrysantheme III, Ambohitatovo-Analamahitsy, Antananarivo, Madagascar  
(B.P.3863)

Phone: 261-(0)20-22-493-57

Fax: 261-(0)20-22-494-94

<http://www.mg.emb-japan.go.jp/comores/fr/index.html>



## دولة الكويت

**Embassy of Japan**

Mishrif 7A (Diplomatic Area), Plot 57 State of Kuwait  
P.O. Box 2304 Safat, 13024, Kuwait

Phone: (965) 25309400

Fax: (965) 25309401

<http://www.kw.emb-japan.go.jp>



## الجمهورية اللبنانية

**Embassy of Japan**

Serail Hill Area, Army Street, Zokak El-Blat, Beirut, Lebanon  
(P.O. Box 11-3360)

Phone: (961-1) 989751~3

Fax: (961-1) 989754

<http://www.lb.emb-japan.go.jp>





ليبيا

**Embassy of Japan**

Jamal Al-Din Al-Waeli Street, Hay Al-Andalus (1), Tripoli, Libya  
(P.O.Box 3265)

Phone: (218-21)4781041~3, 4779493

Fax: (218-21)4781044

<http://www.ly.emb-japan.go.jp>



جمهورية مصر العربية

**Embassy of Japan**

81 Corniche El Nil Street, Maadi, Cairo, Egypt  
(P.O.Box 500 Maadi)

Phone: (20-2) 25285910

Fax: (20-2) 25285905

<http://www.eg.emb-japan.go.jp>



المملكة المغربية

**Ambassade du Japon**

39, Avenue Ahmed Balafrej, Souissi, Rabat, Maroc

Phone : (212-537) 63-17-82~4

Fax : (212-537) 75-00-78

<http://www.ma.emb-japan.go.jp>



الجمهورية الإسلامية الموريتانية

**Embassy of Japan**

Lots 861, 862 and 519 Ilot E Nord, Tevragh Zeina, B.P. 7810 Nouakchott, Mauritanie

Phone: +222-4525-0977

Fax: +222-4525-0976

<http://www.mr.emb-japan.go.jp>



**Embassy of Japan**

Hadda Area, West of Hadda Water Distillation Factory, Sana'a, Republic of Yemen  
(P.O. Box 817)

Phone: (967-1) 423700

Fax: (967-1) 417850, 417860

<http://www.ye.emb-japan.go.jp>



### 3. الهيئات التي تدرس اللغة اليابانية في الدول العربية

وسائل الإتصال	اسم المؤسسة	الدولة
	JICA Alumni Association, Univ. of Jordan	الأردن
<a href="mailto:embjpn@ab.mofa.go.jp">embjpn@ab.mofa.go.jp</a>	Japan UAE Association Univ. of Bahrain, Ministry of Education in Bahrain	الإمارات البحرين
Av. de la liberté, 1002 Tunis, 47, Tunisie Tél.: +21671832418 Fax: +21671833684 Email: <a href="mailto:iblv@iblv.rnu.tn">iblv@iblv.rnu.tn</a>	Institut Bourguiba des Langues Vivantes (IBLV)	تونس
<a href="mailto:ceil@univ-alger.dz">ceil@univ-alger.dz</a>	Univ. d'Alger 2	الجزائر
	King Saud Univ., Prince Sultan Univ.	السعودية
<a href="http://damasuniv.edu.sy">http://damasuniv.edu.sy</a> Email: <a href="mailto:info@damasuniv.edu.sy">info@damasuniv.edu.sy</a> Tel: +9631133923196	Damascus University	سوريا
<a href="http://www.alepuniv.edu.sy">http://www.alepuniv.edu.sy</a> Email: <a href="mailto:info@alepuniv.edu.sy">info@alepuniv.edu.sy</a>	University of Aleppo	

<a href="mailto:uzawa_mail@yahoo.co.jp">uzawa_mail@yahoo.co.jp</a> <a href="mailto:akaneppeppermint@hotmail.co.jp">akaneppeppermint@hotmail.co.jp</a>	Afro-Asian Research Institute, Khartoum Univ.	السودان
<a href="mailto:embjapan@mc.mofa.go.jp">embjapan@mc.mofa.go.jp</a>	The Oman Japan Friendship Association, SQU	عُمان
	JALTAQ, Univ. of Qatar	قطر
	Kuwait Univ. Summer Course open to public, Berlitz	الكويت
	St. Joseph's Univ.	لبنان
<a href="http://jfcairo.org/ar/learn-japanese/">http://jfcairo.org/ar/learn-japanese/</a>	Japan Cultural Ctr. In Cairo, also in Alexandria	مصر
<a href="http://www.ma.emb-japan.go.jp/francais/culture_langue_japonaise.htm#facultes">http://www.ma.emb-japan.go.jp/ francais/culture_langue_japonaise. htm#facultes</a>	-Rabat: University Mohammed V-Rabat, Bridges: Center for Culture and Communication, Mohammédia: Université Hassan II -Fès: Université Sidi Mohamed Ben Abdellah, Sakura Japanese School -Marrakech: Université Cadi Ayyad -Agadir: L'Institut Allemand des Langues (LIAL)	المغرب

### مواقع لتعلم اللغة اليابانية

<a href="https://jplang.tufs.ac.jp/">https://jplang.tufs.ac.jp/</a>	JPLANG: Tokyo University of Foreign Studies
<a href="http://www.nhk.or.jp/lesson/arabic/">http://www.nhk.or.jp/lesson/arabic/</a>	Easy Japanese: NHK World
<a href="http://www.nihongorakuda.net/">http://www.nihongorakuda.net/</a>	Nihongo Rakuda: University of Jordan

## 4. مصطلحات يابانية عامة

المصطلح	المعنى
Kon-nichi-wa	مرحباً، أسعدتم مساء ( بعد الساعة 11 صباحاً حتى قبل الغروب)
Ohayo gozaimasu	صباح الخير ( من الساعة 5 صباحاً حتى 11 قبل الظهر)
Kon-ban-wa	مساء الخير ( من غروب الشمس حتى الثانية صباحاً)
Oya-sumi-na-sa-i	تصبح على خير
Watashi-wa.... desu	أنا أكون.....
Watashi-no -wa....	هذا ..... يكون خاصتي
Desu	أنا اسمي .....
Watashi-no	دو-مو أري-غا-تو
namae-wa.....Desu	ما-تا أي-ما-شو
Domo arigato	شي-تسو-ري شي-ماسُ
Mata aimasho	إي-تا-دا-كي-ماسُ
Shi- tsu-rei-shi-mas	غو-تشي-سو-سا-ما
Itadakimasu	أوي-شي
Gochiso-sama	سو-مي-ما-سين
Oi-shii	ها-ي
Sumi-ma-sen	إي-ي
ha-i	
ii-e	

## 5. الرموز والأشكال (كانجي) المستخدمة في الحياة العامة

### أولاً: الشوارع والمباني

الرمز (الشكل)	المعنى
入口	دخول
出口	خروج
押す	ادفع
引く	اسحب
上	فوق
下	أسفل
右	يمين
左	يسار
開	مفتوح
閉	مغلق
男	ذكر
女	أنثى
禁	ممنوع
立入禁止	ممنوع الدخول
リサイクル	محل للأدوات المستعملة

### ثانياً: البطاقة الشخصية

الرمز (الشكل)	المعنى
交番	شرطة الحي
区役所 市役所	مكتب بلدية الحي
在留カード	بطاقة الإقامة
学割	تخفيض الطالب
学生証	بطاقة الطالب

## ثالثاً: المواصلات

الرمز (الشكل)	المعنى
急行	سريع
各駅停車	محلي
乗り換え	نقل، انتقال
遅延	تأخير
バス停	محطة باص
平日	أيام العمل الأسبوعي
土日休	السبت، الأحد، العطل الرسمية

## رابعاً: الطعام

الرمز (الشكل)	المعنى
肉	لحم
豚肉	خنزير
牛肉	لحم بقري
鶏肉	دجاج
味醂 أو 酒	مشروب الساكي الياباني
アルコール	الكحول
砂糖	سكر
塩	ملح
氷	ثلج
水	ماء
湯	ماء ساخن، ماء حمام عام

## خامساً: الصحة

الرمز (الشكل)	المعنى
国民保険	التأمين الصحي الحكومي
薬	العلاج، الدواء
薬局	الصيدلية
病院	المستشفى
病氣	المريض

## 6. مواقع الكترونية

### أولاً: مواقع عامة

<a href="http://www.jnto.go.jp/eng/">http://www.jnto.go.jp/eng/</a>	دليل المسافرين
<a href="http://www.lonelyplanet.com/destinations/north_east_asia/japan/">http://www.lonelyplanet.com/destinations/north_east_asia/japan/</a>	
<a href="http://www.japan-guide.com/">http://www.japan-guide.com/</a>	
<a href="http://www.xe.com/ucc/">http://www.xe.com/ucc/</a>	أسعار العملات
<a href="http://www.jma.go.jp/jma/indexe.html">http://www.jma.go.jp/jma/indexe.html</a>	الأحوال الجوية/البراكين/ الهزات الأرضية/المد البحري (التسونامي)
<a href="http://www.asianinfo.org/asianinfo/japan/architecture.htm">http://www.asianinfo.org/asianinfo/japan/architecture.htm</a>	المعمار الياباني
<a href="http://swissinfo.net/cgi/worldtime/clock.pl?Tokyo,Japan">http://swissinfo.net/cgi/worldtime/clock.pl?Tokyo,Japan</a>	الزمن والتاريخ
<a href="http://publicholidays.jp/">http://publicholidays.jp/</a>	الإجازات اليابانية

### ثانياً: مواقع إعلامية

<a href="http://www.japantimes.co.jp/">http://www.japantimes.co.jp/</a>	الإنجليزية	الجاپان تايمز (The Japan Times)
<a href="http://the-japan-news.com/">http://the-japan-news.com/</a>	الإنجليزية	صحيفة يوميوري (Yomiuri)
<a href="http://mainichi.jp/English">http://mainichi.jp/English</a>	الإنجليزية	صحيفة ماينيتشي شيمبون (Mainichi Shimbun)
<a href="http://www.asahi.com/english">http://www.asahi.com/english</a>	الإنجليزية	صحيفة أساهي شيمبون (Asahi Shimbun)
<a href="http://asia.nikkei.com/?n_cid=NARAN101">http://asia.nikkei.com/?n_cid=NARAN101</a>	الإنجليزية	صحيفة نيكى
<a href="http://www3.nhk.or.jp/nhkworld/">http://www3.nhk.or.jp/nhkworld/</a>	الإنجليزية	هيئة الإذاعة والتلفزيون
<a href="http://www3.nhk.or.jp/nhkworld/ar/">http://www3.nhk.or.jp/nhkworld/ar/</a>	العربية	NHK اليابانية
<a href="http://www.nippon.com/ar">http://www.nippon.com/ar</a>	العربية	بوابة Nippon.com
<a href="http://www.panorientnews.com/">http://www.panorientnews.com/</a>	العربية	شبكة بان أورينت نيوز Pan Orient News

<a href="http://jen.jiji.com/">http://jen.jiji.com/</a>	الإنجليزية	وكالة أنباء جي جي JJI Press
<a href="http://english.kyodonews.jp/">http://english.kyodonews.jp/</a>	الإنجليزية	وكالة أنباء كيودو Kyodo News
<a href="http://www.japantoday.com/">http://www.japantoday.com/</a>	الإنجليزية	اليابان اليوم Japan Today

### ثالثاً: الثقافة اليابانية

<a href="http://japanese-tea-ceremony.net/">http://japanese-tea-ceremony.net/</a>	طقوس حفل الشاي
<a href="http://www.ikebanahq.org/profile.php">http://www.ikebanahq.org/profile.php</a>	تنسيق الزهور
<a href="http://JudoInfo.com">http://JudoInfo.com</a>	لعبة الجودو
<a href="http://www.aikiweb.com">http://www.aikiweb.com</a>	لعبة الآيكيدو
<a href="http://www2.ntj.jac.go.jp/unesco/kabuki/en/">http://www2.ntj.jac.go.jp/unesco/kabuki/en/</a>	المسرح الياباني التقليدي
<a href="http://www.kabuki21.com">http://www.kabuki21.com</a>	
<a href="http://www.paperfolding.com/">http://www.paperfolding.com/</a>	صناعة الأشكال الورقية

### رابعاً: مواقع حكومية

<a href="http://www.kunaicho.go.jp/eindex.html">http://www.kunaicho.go.jp/eindex.html</a>	وكالة القصر الإمبراطوري
<a href="http://www.japan.go.jp/">http://www.japan.go.jp/</a>	حكومة اليابان
<a href="http://www.mofa.go.jp">http://www.mofa.go.jp</a>	وزارة الخارجية اليابانية
<a href="http://www.mofa.go.jp/about/emb_cons/protocol/index.html">http://www.mofa.go.jp/about/emb_cons/protocol/index.html</a>	السفارات المعتمدة لدى اليابان
<a href="http://www.mofa.go.jp/j_info/visit/visa/index.html">http://www.mofa.go.jp/j_info/visit/visa/index.html</a>	إجراءات الفيزا والإقامة في اليابان
<a href="http://web-japan.org/index.html">http://web-japan.org/index.html</a>	شبكة اليابان
<a href="http://www.mofa.go.jp/j_info/japan/general/index.html">http://www.mofa.go.jp/j_info/japan/general/index.html</a>	روابط مواقع حكومية
<a href="http://www.japan.go.jp/government/index.html">http://www.japan.go.jp/government/index.html</a>	رسمية



## 7. كتب ومراجع

### اللغة العربية

- الرحلة اليابانية (1909)، محمد علي باشا، مؤسسة هندواوي، 2012
- اليابانيون، أدوين ريشاور، ترجمة ليلي الجبالي، سلسلة عالم المعرفة، عدد 136، أبريل 1989
- النهضة العربية والنهضة اليابانية، مسعود ظاهر، سلسلة عالم المعرفة، عدد 252، ديسمبر 1999
- تاريخ اليابان، أدوين ريشاور، ترجمة يوسف شلب الشام، منشورات دار علاء الدين، دمشق، 2000
- اليابان بدون نقاب، إيتشيرو كاوازاكي، ترجمة عبدالله مكي، دار الرافد، لندن
- مفاكهة الغلان في رحلة اليابان، يوسف القعيد، دار الشروق، 2001
- أصول التحديث في اليابان، محمد أعفيف، مركز دراسة الوحدة العربية، بيروت 2010
- خواطر من اليابان، أحمد الشقيري، مكتبة العبيكان 2009
- زهور الخوخ: مختارات من الغزل الياباني، ترجمة ناديا عمر صبري، مؤسسة الانتشار العربي
- الأديان في اليابان بين الماضي والمستقبل، أمين ماکاتو ميزوتاني، دار الكتب العلمي
- الاستراتيجية اليابانية تجاه الشرق الأوسط بعد أحداث 11 سبتمبر، د. مسعود ظاهر، دار الأحمدي للنشر
- التجربة اليابانية في الإدارة والتنظيم، أ.د. عبد السلام أبو قحف، مركز الإسكندرية للكتاب
- التعليم الياباني والتعليم الأمريكي: دراسة مقارنة، د. إدوارد بيوشامب، مدار الوطن للنشر والتوزيع
- الثقافة العربية والاسلامية في اليابان، دار الآفاق العربية
- الحلم الياباني، د. غالي شكري، دار المعارف
- الديمقراطية في اليابان، هشام محمد هاشم، دار الأحمدي للنشر
- الرحلة اليابانية، محمد ماهر حمادة، مؤسسة الانتشار العربي
- الشخصية اليابانية من منظور عربي، د. عبد العزيز التركستاني، مؤسسة المفردات للنشر والتوزيع
- الفلسفة اليابانية المعاصرة، يوري كوزلوفسكي / محمد جراد، المؤسسة الجامعية للدراسات والنشر والتوزيع (مجذ)
- اليابان، ناجي هدهود، آفاق للنشر والتوزيع
- تاريخ اليابان من الجذور حتى هيروشيما، أدوين أولدفاذر ريشاور، دار رسلان

- دراسات في الفكر والثقافة اليابانية، د/ علاء علي زين العابدين، المجموعة العربية للتدريب والنشر
- دليل المسافر إلى اليابان، بسام خالد الطيارة، مؤسسة المعارف
- كيشو كيروكاوا وتأثيره في العمارة اليابانية، أحمد خلوصي، دار قابس للطباعة والنشر والتوزيع

### اللغة الإنجليزية

- Eigo de Nihon Shoukai handobokku (Handbook for intrduction of Japan in English) by Yoshie Matmoto, ALC, Tokyo, 2014
- Shin-Eigo de kataru Nihon Jijyou (New English book on Japan) by Hiroyuki Eguchi & Daniel Dumos, Japan Times, Tokyo, 2011
- Eigo de Nihon wo kataru tameno Jiten (A Dictionary to explain Japan in English) by Nobuyuki Honna & Bates Hoffer, Asuku Publishing Co., Tokyo, 2010
- Nippon-sono sugata to kokoro (Nippon-The Land and its People) by Nittetsu Human Dvelopment, Gakuseisha, Tokyo, 2002)
- Japan's New Middle Class and Japan as Number One by Ezra Vogel, Hapercollins, 1979 (Sociological study of the emerging Japanese middle class and Japanese technological achievements)
- With Respect to the Japsanese by John Condon, Intercultural Press, (Various cultural features of the Japanese and Japanese society)
- The Japanese by Edwin O. Reischauer, Belknap Press, 1978 (An authoritative book. Reischauer authored numerous books on Japan and served as Ambassdor to Japan in the early 1960s)
- Japan Is Not All Raw Fish and Son of Raw Fish by Don Maloney (Collection of essays on a business man and his family's experiences in Japan) Japan Times, 1975
- Japanese Lessons by Gail Benjamin, NYU Press, 1997 (Overview of Japanese school system compared to that of U.S. by an American woman whose children attended Japanese primary school)
- The Making of Modern Japan by Marius Jansen, Harvard U Press

## 8. المناسبات والعطل الرسمية

التاريخ	المناسبة
1 يناير	رأس السنة
يوم الإثنين الثانية من يناير	يوم بلوغ سن الرشد
11 فبراير	عيد تأسيس الدولة
20 أو 21 مارس	يوم الاعتدال الربيعي
29 أبريل	بداية عصر شووا ( عيد ميلاد الإمبراطور السابق هيروهيتو)
3 مايو	يوم الدستور
4 مايو	اليوم الأخضر
5 مايو	يوم الطفل
يوم الإثنين الثالثة من يوليو	يوم البحر
11 أغسطس	يوم الجبل
يوم الإثنين الثالثة من سبتمبر	يوم المسنين
22 أو 23 سبتمبر	يوم الاعتدال الخريفي
يوم الإثنين الثانية من أكتوبر	يوم الصحة والرياضة
3 نوفمبر	يوم الثقافة
23 نوفمبر	يوم شكر العمال
23 ديسمبر	عيد ميلاد الإمبراطور

\*\*\* الفترة من 29 أبريل - 5 مايو هو أسبوع عطلة سنوي يُطلق عليه اليابانيون (الأسبوع الذهبي)

## 9. أرقام طوارئ

110	الشرطة
119	الإسعاف
171	طوارئ الكوارث الطبيعية
(050) 2016-1603	خدمة السكك الحديدية ( رحلات القطارات ومواعيدها عبر اليابان)
(0570) 000-911	خدمة المساعدة (خدمات المساعدات الطارئة متاحة على مدار الساعة خلال أيام الأسبوع)