

A Guide TO Studying Abroad

留 学 指 南

The Road To Pursuing Their Studies In Japan



日本求学之路

“留学指南”编写组

辽 宁 教 育 出 版 社



留學指南

The Road To
Pursuing Their Studies
In Japan

日本求學之路

“留學指南”編輯組

江蘇教育出版社



图书在版编目(CIP)数据

日本求学之路/“留学指南”编写组. - 沈阳: 辽宁教育出版社, 2000. 1

(留学指南)

ISBN 7-5382-5686-5

I. 日… II. 留… III. 留学生教育-概况-日本 IV. G649.313

中国版本图书馆 CIP 数据核字(1999)第 75660 号

辽宁教育出版社出版

(沈阳市和平区北一马路 108 号 邮政编码 110001)

沈阳新华印刷厂印刷 辽宁省新华书店发行

开本: 850 × 1168 毫米 1/32 字数: 200 千字 印张: 10.75 插页: 2
印数: 1—6 000 册

2000 年 1 月第 1 版

2000 年 1 月第 1 次印刷

责任编辑: 李晓晶

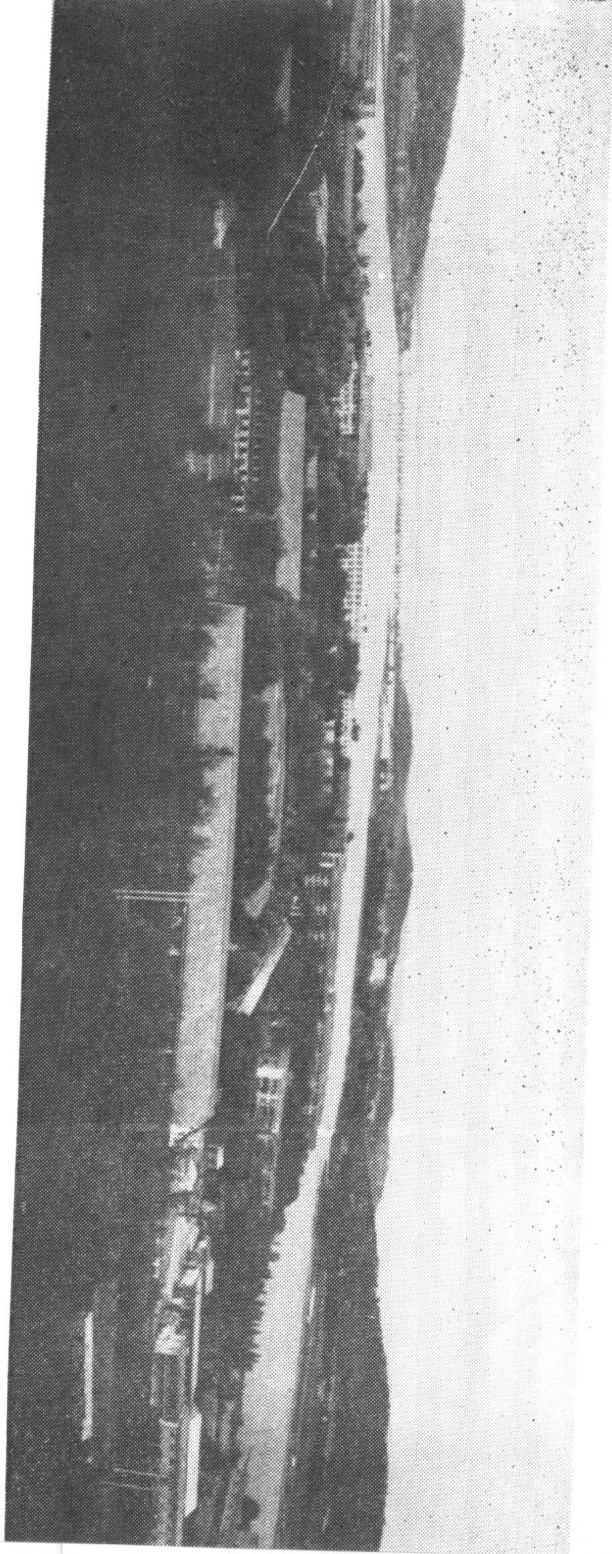
责任校对: 陈文本

装帧设计: 杜江

版式设计: 赵怡轩

定价: 18.00 元

校園全景





前 言

中国改革开放以来，万里神州出现一股留学热，莘莘学子或远渡东瀛或负笈西行。这是中国经济建设和科教兴国的需要，同时也是广大家长和学生适应知识经济时代竞争的需要。获得宝贵的国际经验，学得先进的科学技术和手段而让自己的人生站在了一个较高的起点，这一点已经为社会所广泛接受和公认。

一个民族即使在她最穷时也不放弃教育，那么这个民族就充满希望；一个家庭如果尚能以孩子的教育为第一重要的投资，那么这个家庭也必将充满生机。而今，中国有多少家庭、多少父母正在盼子女成龙凤呵。

日本是中国一衣带水的近邻，经济发达，科技先进，而且就业环境宽松，许多学人都把日本视为留学深造或学术交流的重要目标。然而，很遗憾的是我们虽然生活在信息时代，但是由于种种原因，出国留学的信息却极为闭塞，留学渠道也不甚通畅，社会对出国留学的看法几近神秘，实不应该。

本书正是要为那些亟需信息的家长和学生排解烦忧。中日两国无论民间往来还是政府邦交都已有逾千年的历史，从遣唐使西来到鉴真东渡，从近代的留日学者到今日

前言

的学术往来，中日两国有着千丝万缕的联系。斯为近邻，了解当然透彻？其实未必尽然。所以本书作者详细介绍了日本的人文地理、历史文化、风土人情以及教育情况。我们的心愿是通过小小一本书，能让读者读到富士山的妩媚风姿，古老京都的悠远多情，还有品位日本茶道的文化底蕴，更重要的是了解日本的教育情况，应当如何办理赴日留学手续，日本政府和教育机构为外国学生提供了哪些资助等等。由于语言障碍，多数留日学生都需要先到日语学校就读，因此本书较为详细地介绍了日本语言学校的情况，为了广大学人联系方便，我们也给出日本高等院校的地址和其他联系方式。考虑到大家到日本后的种种情况，我们也附上各有关机构的联系途径，这些对你是非常有用的。

本书最大的特点就是，不仅是留学指南也是了解日本的便利顾问，即使你不一定选择赴日，你也可以选择它，因为你选择了知识。

我们要在此感谢为本书提供资料的和付出辛勤劳动的人们，特别向日本驻华使馆、中国留学服务中心和北京东方汇华科技发展有限公司致谢。本书由陈新利、罗静、安全、张俊、向春日、芦皓、朱婷婷撰写，我们愿意与所有的朋友携手通行，实现人生的梦想。

“留学指南”编委会



目

录

前 言	1
一 留学的准备和手续	1
对日本的了解	1
日本的教育制度	8
日本的学校情况	17
入境侨居注册手续	24
留学入境手续与注意事项	31
二 日本日常生活须知	39
找住房和搬家	39
适应校园生活	46
身体健康与医疗	52
如何使用邮政与电话	57
到自选商场与市场购物	67
旅日华侨与中华街	72

目 录

新旧书店及书价	76
到银行办理存取款	81
三 熟悉日本人的传统文化	86
从大家庭到小家庭的变化	86
代表日本综合文化的茶道	93
怎样写社交书信	98
四 获取赴日留学的奖学金	105
政府(文部省)奖学金	105
地方自治体奖学金	108
民间团体奖学金	109
各高等院校提供的校内奖学金	109
自费外国留学生学费减免制度	110
日本大学独自设立的奖学金	112
五 赴日本留学大学介绍	137
大学院系设置及通信地址	137
国立大学附设研究所名录	203
六 留学生学习日语的学校介绍	206
附 录	
一 自费留学生实施的政策一览表	306
二 驻中国使馆推荐公费生录取日程表	308
三 日本大学录取公费生日程表	308
四 在留资格认定证明书交付申请流程图	309
五 事前签证协议的申请流程图	310
六 日本地方入国管理局及其支局一览表	311



七	日本各主要城市的房租的大约行情	312
八	日本有关重要机构通讯录	314
九	日本大学留学生事务管理科通讯地址	316
十	日本内外学生中心留学生服务项目及 咨询窗口一览表	333
十一	打工劳务纠纷问题咨询地址一览表	335



一 留学的准备和手续

对日本的了解

日本是一个岛国，位于亚洲东部、太平洋西岸，面积大约有 37 万平方千米，主要由北海道、本州、四国、九州等几个大岛组成。本州又划分为东北地区、关东地区、中部地区、近畿地区。全国行政区域划分为 1 都(东京都)、1 道(北海道)、2 府(大阪府、京都府)和 43 个县。

在文化、科技及社会制度等各方面日本曾经深受中国影响。到了近代，日本实行了明治维新，科学技术和经济等都取得了长足的发展和进步。现代，尤其是二战后的日本更是成为了世界上屈指可数的经济大国。

日本虽然总体面积不大，但南北跨越纬度长。南端的冲绳具有亚热带的景观，而北边的北海道地区则是一片北国风光。日本是一个多山的岛国，四面又为大海所环绕，真可谓有山有水，不乏风景秀丽。全国有 27 处风景区被指定为国立公园。

富士山被视为日本的象征，也是日本民族的骄傲。富士山是一座休眠火山，历史记载，1707年爆发时，火山灰曾降落到距其中100千米以外的江户，海拔3776米。由于它周围没有山，人们可以望见它从山顶到山脚下的全貌。尤其当山顶为积雪覆盖的季节，从远处眺望富士山显得额外优美动人。夏天，山顶积雪溶化后，可以登上山顶望日出，更是一片壮丽景观。富士山北侧有5个湖泊，山中湖、河口湖、西湖、精进湖和本栖湖，被称为富士五湖。

东京是日本的首都，是全国政治、经济、文化的中心。现在东京人口大约有1200万。东京车站是东京的大门。面对皇宫一面的“丸之内”出口的建筑物是明治时期的建筑物。出了东京站首先来到天皇居住的地方——皇居前。这里是东京的市中心。绕着皇宫围墙走一圈的话，大约需要一个半小时。每天清晨能看到许多人在这里长跑。在皇宫正门的左面能看到一座高大的石砌建筑，这就是日本的国会议事堂。国会议事堂南面叫“霞之关”，日本的外务省、大藏省、文部省、通产省等中央机关都集中在这里。东京市内的可去之处还有明治神宫、上野公园、浅草、银座、神田、东京电视塔等等。霞之关、银座、日本桥一带原来是东京的中心地区，由于发展的需要，又建立了以新宿、涩谷、池袋为中心的副都心，以缓解市中心的压力。新建的副都心集中了许多百货店、饮食店、电影院等，形成了一个购物和娱乐区域。



大阪是日本的第二大城市，自古以来就以商贾繁华著称。提起做买卖日本人首先就会谈到“大阪商人”。大阪人除了会做买卖以外，还以会吃在日本享有盛名。日本人中有“穿在京都，吃在大阪”之说。位于大阪市区北部的大坂城是丰臣秀吉于17世纪建成的。然而这座号称坚不可摧的城郭于1615年被战火所焚毁，今天见到的城郭是1931年重新修复的。大阪市区繁华的街市有梅田、中之岛、难波、船场、心斋桥、道顿堀、千日前、新世界、天满宫、天王寺等等。位于大阪市南面堺市附近的仁德天皇陵，比中国的秦始皇墓、埃及的金字塔还要大，号称世界上最大的陵墓。

京都是日本历史上的一座名城，从平安时代起，直到明治天皇迁都东京为止，一直是日本的都城。由于其历史悠久，并且在第二次世界大战中免于轰炸，不少名胜古迹保留至今。东寺、东西本愿寺、二条城、大德寺、三十三间堂、知积院、清水寺、南禅寺、平安神宫、金阁寺、银阁寺等等都是观光旅游者必到之处。另外，京都御所、桂离宫等平时不对外开放的重点保护单位如能有机会探访一次更是难能可贵。除了这些名胜古迹外，观赏京都的“祭（まつく）”也是帮助你加深对日本文化和风土人情理解的重要手段。5月的“葵祭”、7月的“祇园祭”和10月的“时代祭”被称为京都的“三大祭”。日本素有“男人数东京，女人数京都”之说，在京都的大街上如果能遇上几个“舞妓”，也是对日本美的一种欣赏。

一 留学的准备和手续

奈良是日本的另一座历史名城，是日本文化的发祥地。日本的奈良时代与中国的唐朝为同一时代，当时的遣唐使就是中日关系友好往来的象征。唐代的高僧鉴真和尚也远渡重洋，为日本佛教事业的发展作出了巨大的贡献。今天奈良市里的唐招提寺就是鉴真和尚给日本人民留下的文化遗产。由于上述原因，奈良也和京都一样，至今保留着许多历史名胜，如东大寺、兴福寺、春日大社、净琉璃寺、药师寺、法隆寺、长谷寺、室生寺，等等。另外，位于奈良县南部的吉野山还是日本全国著名的观赏樱花的去处。

北海道是日本北部的一块陆地。原来从本州的青森到北海道的函馆要乘轮渡航行四个多小时，自从1989年青函海底隧道通车以后，北海道与本州之间的往来就更方便了。北海道的风光与本州大不相同。如果说日本的许多景观都有小巧玲珑具有岛国特点的话，那么北海道的风光则落落大方具有大陆气派。因而对日本人来说，到北海道旅行可以不出国而感受到一种异国情趣。这不光是景观特点不同所造成的，还有一个重要因素，那就是日本惟一的少数民族——阿伊努族聚居在北海道各地。阿伊努族的风俗习惯及文化给来北海道旅行的人们一种异族文化的体验。北海道的风景区可以说是数不胜数。大沼、羊蹄山、积丹半岛、支笏湖、昭和新山、洞爷湖、登别温泉、大雪山、层云峡、然别湖、网走、宗谷岬、礼文岛、利尻岛、知床半岛、摩周湖、屈斜路湖、阿寒湖、野付半岛、根室、襟



裳岬，等等。除了这些风景区以外，每年冬天在札幌市举行的“雪雕节”也吸引着成千上万的游客。

四国岛由日本历史上的赞岐、伊予、阿波、土佐等四国组成，因而得名。今天分别为香川、爱媛、德岛、高知四个县。位于香川县的高松作为日本历史上源平之战的古战场而闻名全国。爱媛县的松山则由于著名文学家夏目漱石的名作《公子哥儿》而享有盛名。提起德岛，人们立刻会联想到奔放活泼的“阿波舞”。高知则以出产勇猛的土佐犬和明治维新时出了坂本龙马这一英雄人物而引以自豪。

九州由福岡、大分、佐贺、长崎、熊本、宫崎、鹿儿岛等七个县组成。日本是一个多火山地带，由于地热能量大，温泉遍布全国。而九州在日本国内是温泉集中的地方，光地图上标出的就有近百处。较为著名的有别府、云仙、雾岛等地。另外，在日本江户时代的锁国政策时，九州的长崎是惟一对外开放的门户，至今长崎市、平户市和佐世保市仍保留着许多与西方文化和基督教有关的历史遗迹。

冲绳是由日本南端的一片群岛组成的。海水清澈，热带植物茂盛，素有小夏威夷之称。这里的习俗人情更加接近大陆。另外，冲绳是第二次世界大战末期，日本本土决战的惟一战场，至今仍残留着许多战争痕迹。人们在欣赏南国风光时，都必然要涉足这些地方，在悼念那些战争亡灵的同时，更加加深对于今天和平意义的认识。

除了上述这些城市和地区，日本还有许许多多风景秀丽的地方。如被誉为日本三景的就有广岛的宫岛、宫城县的松岛和京都府的天立桥，等等。另外，日光、箱根、鸟羽、秋吉台等，远近闻名的风景区也不胜枚举。虽然日本国土不大，但真要旅行观光起来也确有不少值得一游的地方。

在日本旅行和日常生活中，交通工具当然是很方便的。有飞机、电气火车、轮船、长途汽车等等。

从经济角度来看，有一种利用电气火车的“周游票”是最为合算的。使用周游票时，不仅在指定的周游区（如北海道周游票即在北海道内）可以持此票随便乘坐电气火车，而且在往返途中可以中途下车，顺便游览一下沿途的城市或地方。住宿也是很方便的。日本全国的饭店、旅馆都可以预约。只要旅行计划定好了，最早提前半年就可以电话或明信片的形式向投宿旅馆预约房间。当然，有时没有预约也可以通过车站附近的旅店介绍所，随时找到住处。根据住房条件，房价当然高低有别。豪华的旅游观光饭店住一晚上就要一二百万日元。而较便宜的商业饭店一晚上只要 5000 到 8000 日元左右。许多旅游地区还有民宿或国民宿舍，一般在 3000 日元到 5000 日元之间。另外专门为青少年徒步旅行或骑自行车、摩托车旅行建立的简易招待所也遍布全国。如想利用这种地方，可以事先入会，成为会员（一年只需 1000 日元会费），那么就可以随时利用。这样的地方，住一宿并供应两餐饭（晚餐和早餐），最



便宜的地方 1100 日元，最贵的地方也不超过 3000 日元。

如此看来，同样是旅行，采取什么方式，住什么地方，所花的旅行费用将大不一样，这也是一门很值得研究的学问呢。

日本各大城市的地铁 JR 铁路(即原来的国营铁路)及其他私营铁路网都十分发达，利用起来非常方便。如今所有车站都设有自动售票机。乘车距离较近的时候，可以从自动售票机直接买票。买票时，先看好票价表：可在线路图上找，也可在五十音图顺序排列表里找，将硬币或纸币放入收钱口，然后按下有灯光显示的票价按钮，车票和找的钱便会自动掉出。购买远程车票时，需要到车站窗口购买。不论中途是否需要换车，都应直接购买到达目的地的车票。这样比分段购买要便宜。远程车票还分指定席和自由席两种。指定席票有指定价，票价比自由席要贵 500 日元。乘坐新干线和其他特快列车时，除综合利用基本票价外，还要付加快费。另外，乘坐软席车厢和卧铺车厢时，要加付软席票和卧铺票手续费。

日本的公共汽车一般没有售票员，上车或下车时，在司机驾驶台处付钱。票价一般分两种：一种是全线统一价格，如东京都内公共汽车统一票价为 180 日元；一种是按距离加价的票价。这时候，上车时要抽取一张“整理券”，整理券上印着数码，下车时根据手中的整理券的数码，对照票价表上价格付钱。如果没抽整理券，则按最高标价，从起点站算起的票价付钱。

日本的教育制度

管辖日本学校教育的行政机关是文部省，相当于中国的国家教育部。本章旨在以文部省所定的学校教育法为基准，就日本的教育制度，向读者做一简要介绍。

1. 日本的学制

日本的学制为六·三·三·四制，即小学六年，初中三年、高中三年，大学四年。学龄自满六周岁开始。小学及初中的九年属义务教育。

通常，义务教育结束后有三种选择：升高中、进高等专门学校或专修学校。高中的修业年限为三年；高等专门学校为五年(与商船有关的专业为五年半)；专修学校分为高等课程、专门课程、一般课程三种，修业年限均在一年以上。专修学校高等课程及专门课程分别以初中毕业生、高中毕业生或具有同等以上学力者为对象，而一般课程则是指高等课程和专门课程教育以外的教育课目。

以“留学”身份来日本的外国留学生，只能接受专修学校专门课程以上的教育。设有专门课程的专修学校亦可称为专门学校，也就是专科。日本大学学部的修业年限为四年，但医学、牙科及兽医学的大学修业年限为六年。四年制学部课程相当于中国的大学本科。高中毕业后可升学的高等教育机构中还有短期大学，其修业年限为二年或三年。日本的短期大学在中国的教育制度中究竟相当于哪一