



新世界图书事业部◎编著

◎ 華東理工大學出版社

にほんりゅうがくガイドブック

日本留学大全

走近日本・留日政策
日本教育体制・奖学金制度
各类留学考试・留日生活
就职与深造



新世界图书事业部・编著

華東理工大學出版社

にほんりゅうがくガイドブック

日本留学大全

图书在版编目 (CIP) 数据

日本留学大全 / 新世界图书事业部编著 .

— 上海 : 华东理工大学出版社, 2011.3

(新世界系列丛书)

ISBN 978-7-5628-2995-9

I. 日… II. 新… III. ①留学生教育 - 概况 - 日本 - 汉、日

② 高等学校 - 简介 - 日本 - 汉、日 IV. G649.313

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2011) 第 027932 号

日本留学大全

编 著 / 新世界图书事业部

项目负责 / 陈 勤 王 娟

责任编辑 / 王 娟

责任校对 / 金慧娟

封面设计 / 戚亮轩

出版发行 / 华东理工大学出版社

社址 : 上海市梅陇路 130 号, 200237

电话 : (021) 64250306 (营销部)

(021) 64252717 (编辑室)

传真 : (021) 64252707

网址 : press.ecust.edu.cn

印 刷 / 上海锦佳装璜印刷发展公司

开 本 / 787mm × 1092mm 1/16

印 张 / 13

字 数 / 389 千字

版 次 / 2011 年 3 月 第 1 版

印 次 / 2011 年 3 月 第 1 次

印 数 / 1-5000 册

书 号 / ISBN 978-7-5628-2995-9 / H · 1079

定 价 / 68.00 元

(本书如有印装质量问题, 请到出版社营销部调换。)

前言

2008年,日本前首相福田康夫在施政演说中提出,到2020年,日本将努力接收30万外国留学生到日本继续学习深造。2009年初,关于“30万留学生计划”的详细概要及财政预算陆续出台,又一次将全世界打算留学的学子的目光聚焦到了日本。

这个与中国一衣带水的邻邦之国,向各国留学生抛出橄榄枝,寄希望于各国留学生进入日本高等学府深造,也更期望留学生们可以在日本企业就职工作。在这样一个利好的环境下,中国留学生所占据的优势显而易见,相似的文化背景、熟悉的汉字书写,让越来越多的中国留学生选择远赴东瀛。

回首历史,赴日留学的名人数不胜数。鲁迅先生曾在仙台学医;郭沫若先生入九州大学,后旅居日本;李大钊先生在早稻田就读政治学;文人郁达夫先生毕业于东京帝国大学。

时至今日,留学日本的性价比越来越高。从语言学校到大学、研究生院的学费减免政策,种类繁多的奖学金申请、打工许可的便利性等,使得留学生人数逐年递增。

如何面对这一机遇和挑战,如何制定适用于自身的留学方案,如何选择学校,如何在日本生活,上述种种都是中国留学生需要考虑的因素。

在本书中,我们详细地介绍了留学生所关注的各类问题,并分门别类地将这些问题归纳到各章节中,逐一向各位准留学生们介绍日本的点点滴滴。

本书内容主要包括:

1. 走近日本
2. 留日政策
3. 日本教育体制
4. 奖学金制度
5. 各类留学考试
6. 留日生活
7. 就职与深造

另附有招收自费留学生的日本大学名单、日本留学生考试的真题、留学推荐院校等,进一步帮助大家了解日本,了解日本留学。

本书在编著过程中,得到了新世界教育、新世界日语及新世界留学的同仁们的支持,在此表示衷心的感谢。

最后,由衷地祝愿整装待发、即将赴日的中国留学生们在日本能够学有所成,前程似锦!

新世界日语

许小明

2011年3月

目 录

第一章

- 2 第一节 日本国概况
- 2 一、国土与自然风貌
- 5 二、历史与经济
- 9 三、文化与生活
- 14 第二节 日本的世界遗产

第二章

- 22 第一节 30 万留学生计划
- 23 第二节 亚洲人才资金构想

第三章

- 28 第一节 制订留学计划
- 29 第二节 日本高等教育系统解析
- 29 一、语言学校
- 32 二、专门学校
- 38 三、大学（短期大学）
- 52 四、大学院（研究生院）
- 54 第三节 日本著名大学的介绍

第四章

- 74 一、日本政府（文部科学省）奖学金
- 74 二、日本学生支援机构奖学金
- 75 三、日本地方类的奖学金
- 75 四、赴日前后可申请的奖学金

第五章

- 78 一、日本留学考试（只限日本国内）

走近日本

留日政策

日本教育体制

奖学金制度

各类留学考试

目 录

- 79 二、新日本语能力考试（新 JLPT）
- 81 三、实用日本语鉴定考试（J.TEST）
- 83 四、NAT-TEST
- 83 五、商务日语能力考试（BJT）

第六章

留日生活

- 86 第一节 赴日留学携带物品参考表
- 89 第二节 生活费·物价
 - 89 一、日本的货币
 - 90 二、日本的消费税
 - 90 三、选择购物地点，满足生活所需
 - 95 四、选择饮食方式，体验日本美食
 - 97 五、选择交通路线，走出别样人生
 - 99 六、选择住宿地点，熟知居住事宜
- 102 第三节 勤工俭学
- 107 第四节 医疗与国民保险
- 109 第五节 咨询处及公共设施
 - 109 一、図書館（图书馆）
 - 110 二、スポーツセンター（体育馆所）
 - 111 三、保健所（保健所）
 - 111 四、博物馆
 - 114 五、咨询窗口

第七章

就职与深造

- 118 第一节 在日就职综述
 - 118 一、留学生的日本就职现状
 - 118 二、就职涉及的职务范围
 - 118 三、熟知日本的就职流程
- 120 第二节 在留资格变更

目 录

120	一、办理手续时，必要的文件（本人准备）
120	二、办理手续时，必要的文件（企业准备）
121	第三节 日企需要什么样的留学生
121	一、日企招聘留学生的条件
122	二、让日企困扰的留学生就职因素
122	第四节 如何进入日资企业
122	一、进入日企前，学会自我分析！
124	二、进入日企前，学会调查研究！
127	三、进入日企前，学会报名申请！
128	四、进入日企前，学会制作简历！

附录 1

招收自费留学生大学一览表

附录 2

日本留学試験 [E J U] 試験問題（問題例）

附录 3

留学推荐院校一览表

第一章

走近日本

日本国概况

国土与自然风貌

历史与经济

文化与生活

日本的世界遗产



第一节 日本国概况

学过日语的人，大部分都想去那里留学深造。无论是去强化自己的语言，还是去聆听日本文化背后的故事。哪怕没有学过日语的人，也喜欢去日本。欣赏一下沿途的风景，停下脚步品尝一下地道的美食。享受一切美好的事物，才是旅行的意义。

如果你真正走近过日本、了解过日本，你将不得不正视它的存在。

日本人“用心”地学习、工作、生活，于是造就了今天这个充满“用心”的国度。积极向上的民族精神，优质美观的日制商品，令人回味的赴日旅行，敲打心灵的日剧、动漫，与中国相似的人文情怀，精致美味的料理……

用心发展了千百年，形成了具有地方特色的方言和风俗的岛国——日本。

一、国土与自然风貌

○ 国土

日本是一个由群岛组成的岛国，领土由北海道、本州、四国、九州等四大岛屿和许多小岛构成。其中本州岛屿又分成东北地区、关东地区、中部地区、近畿地区及中国地区。

○ 首都

东京位于日本本州岛的中部，太平洋沿岸的关东平原。东京是皇宫、国会及最高法院的所在地。同时，大多本土的知名企业、媒体机构、大型跨国公司、高等学府也坐落于此。东京是日本的象征，也是政治、经济、文化的中心。



とうきょう
東京タワー（东京塔）

东京铁塔位于东京都港区芝公园西侧，高333米，是一座以巴黎艾菲尔铁塔为范本而建造的红白色铁塔。

新東京タワー（又名东京天空树）

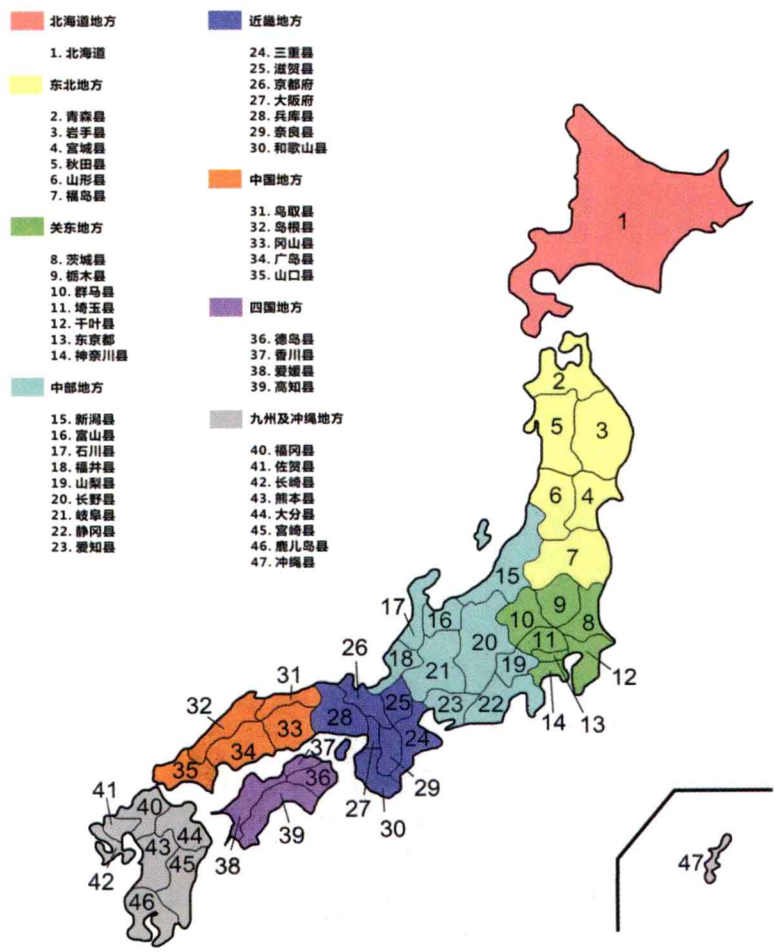
位于日本东京都墨田区即将建成的电波塔，
又名「墨田タワー」（墨田塔）。



○ 地方行政

明治维新之后，建立了一套新的地方行政系统。日本的行政区域划分为 47 个“都、道、府、县”。即：1 都（东京都）1 道（北海道）2 府（京都府、大阪府）43 县。

日本行政区划



○ 地形

由于日本特殊的地理位置，导致其地形特质的不稳定性。火山常常活动，地震更是频繁发生，险峻的山脉远远超过平原。



富士山 (富士山)

富士山作为日本第一高峰，享誉全世界。其主峰高达 3776 米，横跨静冈县和山梨县的睡火山，也是世界上最大的活火山之一，目前处于休眠状态。

○ 气候

日本位于亚洲大陆东海岸的季风区，最显著的特点是四季温差大，雨量充沛。日本各地区由于地形的不同，气候也会随着季节的转变而拥有各自的特点。

4

日本留学大全

日本留学大全

春季：3 月中，每下一场春雨，气温也会随之上升一点。

4 月，樱枝摇曳的花瓣在沁人的清风中飘舞，呈现超脱尘世的梦境之美。

夏季：6 月上旬至 7 月中旬是梅雨季节。

7 月底是盛夏时节，酷暑一般持续到 8 月末。

秋季：9 月是台风季节。10 月中旬天气将放晴。

红叶的绚烂，火红与浓绿相互映衬，渲染了一山一池的秋意。

冬季：12 月的皑皑白雪，映出满世界的银装素裹。

北海道的冬日温泉，空灵的八音盒散落河畔，读一封来自小樽的情书。



桜 (樱花)

日本被称为“樱花之国”，与象征皇室的菊花一起被誉为国花。位于奈良县吉野山的樱花闻名世界，有“吉野千棵樱”的美誉。春天赏樱，是日本的传统习俗之一。

もみじ
紅葉（红叶）

远上寒山石径斜，白云生处有人家。
停车坐爱枫林晚，霜叶红于二月花。

——（唐）杜牧 《山行》



二、历史与经济

○ 史前时代（公元前 10,000 年～公元 300 年）

日本群岛上最早定居的居民，是从大陆来的旧石器时代的猎户。

绳文时代：陶器上描绘美丽的花纹。

弥生时代：制陶技术、冶炼青铜和铁的技术，发展水稻种植，制作较为精良的武器。
这些生活方式的演变，推动了日本社会向现代化和阶级化发展。

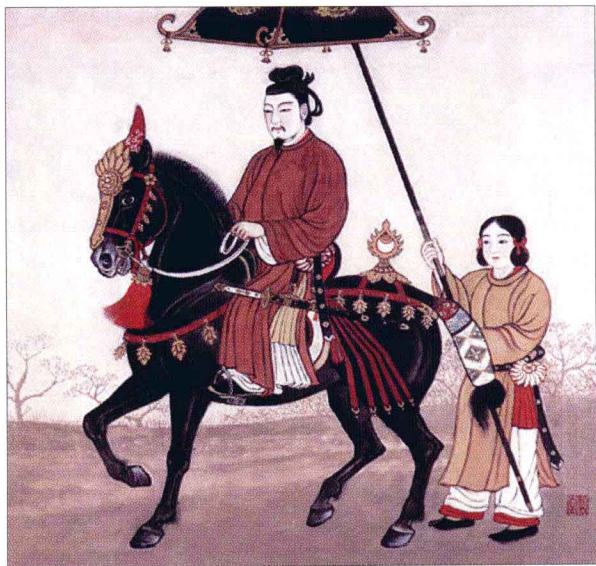
○ 原史时代（公元 300 年～公元 710 年）

日本重建旧部落的结构，开始确立中国式的封建中央集权制。

飞鸟时代：圣德太子摄政，佛教文化传入日本，沿袭中国模式兴建寺院。

しょう とくたい し
聖 德太子（圣德太子）

日本飞鸟时代的政治家，奠定中央集权制的基础，派遣遣唐使，建立法隆寺。



○ 古代（公元 710 年～公元 1185 年）

奈良时代：日本仿照中国唐代的都城长安，在奈良建立了一个新首都——平城京。

日本各地兴建寺庙，中央集权逐渐形成。

平安时代：藤原氏族垄断政权，武士权利日益增强。



ぶし
武士（武士）

日本武士意为“侍者，随身侍从”。武士制度的完备象征源于德川幕府时期。将军、大名代表高等武士，步卒代表低等武士。武士的精神是“不畏艰难、勇猛忠诚”。

镰仓幕府之后，开始盛行日本武士之死——剖腹，被认为是武士最崇高的死亡方式。

○ 中世（公元 1185 年～公元 1568 年）

镰仓时代：以源赖朝为首的武士发动源平战争，建立了镰仓幕府的军事政权。

镰仓时代的日本与中国的宋朝、元朝交流频繁，佛像雕刻传入日本。

1467 年之后，日本国家陷入连绵不断的战争，至此开始进入战国时代。



かまくら
鎌倉（鎌仓）

镰仓，位于日本神奈川县。12 世纪末，源赖朝创建镰仓幕府并开始武士政权，繁荣一时。14 世纪，随着幕府的灭亡，镰仓迅速没落。镰仓大佛也有着和镰仓一样坎坷的命运，多遭劫难。

现今，三面环山的古都镰仓，大佛、古寺、石雕非常多，还有复古味十足的江之电电车穿行在小城之中，每年都吸引着来自世界各地的游客。

「火に焼けず 雨にも朽ちぬ 鎌倉のはだか仏は 常仏かも」

—— 正岡子規（日本文学家）

（译文：火焚而不毁，雨淋而不朽，镰仓露天大佛，或许是永恒的佛。）

○ 近代早期（公元 1568 年～公元 1867 年）

战国时期的重要人物：织田信长、丰臣秀吉、德川家康。

安土桃山时代（黄金年代）：织田信长和丰臣秀吉实现军事统治，并开始改革封建制度。

江户时代：德川家康建立强大而持久的幕府政权。

おだ のぶなが
織田信長（织田信长）

日本安土桃山时代的战国大名（高等武士的称谓），其性格冷酷、强硬。

曾有一则日本小故事，译成中文大致为：“有一问：杜鹃不啼血该怎么办？”

丰臣秀吉：杜鹃不啼，逗其啼。德川家康：杜鹃不啼，待其啼。织田信长：杜鹃不啼，杀之。”

由此可见，织田信长极其唯我独尊。在他控制以近畿地区（京都、大阪、神户一带）为主的日本政治核心地带期间，织田氏族成为战国中晚期最有名、最强大的武士家族。后遭手下武将明智光秀的背叛与谋反，织田信长自杀。



とよとみ ひでよし
豊臣秀吉（丰臣秀吉）

日本安土桃山时代的战国大名（高等武士的称谓），以足轻（低等武士的称谓）的身份在织田信长手下做家臣，后屡获战功。明智光秀迫使织田信长自杀后，丰臣秀吉手刃叛将，遂统一天下。晚年试图将日本建立一个亚洲帝国，决心征服朝鲜、中国和印度。后在征战朝鲜的途中，病死战场。





とくがわいゑやす

德川家康（德川家康）

日本战国时代非常著名的大名（高等武士的称谓）。江户时代德川幕府的第一代将军。丰臣氏族手下五大长老之首。1598年，丰臣秀吉死后，德川家康代理国政；1603年，被封为征夷大将军；同年开设德川幕府，虽在统治方面比较暴虐，但这段历史仍然被称为日本史上的太平盛世。

○ 近代（公元 1868 年～公元 1926 年）

19 世纪，幕府体制开始动摇。

明治时代：1868 年，明治维新推翻了幕府统治。这一时期，日本革新迅速发展。

1889 年，日本制定了第一部宪法，为建立议会政府铺平道路。

大正时代：日本成为帝国主义列强之一。

昭和时代：日本军国主义扩大规模，脱离国际联盟。



明治の東京（明治时代的东京）

明治时期的风云人物：首任总理大臣 伊藤博文

明治维新胜利后，长期在日本政府中担任要职，典型的帝国主义分子，积极主张侵略朝鲜和中国。1909 年与俄密使商量吞并朝鲜，后被朝鲜爱国志士枪杀。

明治时期的风云人物：海军卿 胜海舟

幕府末期和明治时期的政治家，学习西洋科学与军事学，曾一度远航出访美国。为幕府时期的海军育成作出巨大的贡献。明治维新时期，担任海军司令、参议长等要职，是日本近代海军的创建人之一。

○ 当代（公元 1926 年至今）

1945 年 8 月 6 日，美国在日本广岛投下原子弹，日本战败投降。

1964 年，东京举办奥运会，日本重获国际认可。

1953 年至 1973 年，日本持续了 20 年的经济高度成长，成为全球第二大经济强国。

20 世纪 80 年代末，「バブル経済」（泡沫经济）致使日本陷入战后最低谷。

21 世纪初，日本进入全面的社会大改革，包括政府、财政、教育和社会保障体系。

しんかんせん
新幹線（新干线）

1964 年 10 月 1 日，第一列从东京至大阪的新干线高速列车顺利运营，为之后数十年的经济高度成长奠定基础。



にほんのバブル経済 / 平成景気（日本の泡沫经济）

“日本泡沫经济”是日本在 20 世纪 80 年代末期至 90 年代初期出现的一种经济现象。泡沫经济，导致日本整体的经济呈现倒退，致使经济大萧条时期出现。



三、文化与生活

○ 祭り・年中行事（祭典 / 传统节日）

祭典，主要源于宗教仪式。根据四季的变化，有不同类型的祭典仪式，其象征的意义在于：安抚神灵、慰藉死者、祈祷农业的耕作和庆祝丰收。



きょうと ぎおんまつり
京 都・祇園 祭

□ 日本的三大祭典—祇园祭（京都市 八阪神社）

平安时代起，当时的民众为了除去世间疫病，用66根棍子（当时日本被分为66个地区）制造成神轿，送到神泉苑。这样的仪式，就是现今的京都祇园祭。每年的7月13日至16日，京都市各个街头将奏起传统的乐器；7月17日，神轿巡行，规模非常壮观。

□ 日本的三大祭典—天神祭（大阪市 天满宫）

每年的7月24日至25日，大阪的天神祭有非常热闹的彩船竞渡活动、狮子舞、夜空烟火等。这个祭典诠释了生命的意义，释放人们内心压抑许久的情绪，表达“人生就是一场狂欢”的主题。

□ 日本的三大祭典—神田祭（东京都 神田神社）

江户时代起，天下祭（即：神田祭）一直深受当地人民的喜爱。隔年一次的5月15日，在神前奉上的能表演“神事能”是神田明神祭礼的中心活动。

传统节日，主要源于中国或佛教的传统。平安时代，中国的许多传统节日传入日本，大多被保留至今。

1月

1月1日：元旦（元日）
意味：年の初めを祝う

1月の第二月曜日：成人式（成人节）
意味：大人になったことを自覚し、自ら生き抜こうとする青年を祝います。



每年1月的第二个星期一，各地年满20岁的新成人，将接受市长和名人、名士的祝福。女孩子们身着华丽和服精心打扮，男孩子们则穿上传统和服或西装出席仪式。