

Office National du Tourisme Japonais

日本政府観光局

<https://www.jnto.go.jp>

**Bureaux du JNTO à l'étranger**

**Asie-Pacifique**

- CORÉE : Séoul
- CHINE : Pékin
- : Shanghai
- : Canton
- : Chengdu
- CHINE : Hong Kong
- INDE : Delhi
- INDONÉSIE : Jakarta
- SINGAPOUR : Singapour
- THAÏLANDE : Bangkok
- PHILIPPINES : Manille
- VIETNAM : Hanoï
- MALAISIE : Kuala Lumpur
- AUSTRALIE : Sydney

**Amérique du Nord et du Sud**

- ETATS-UNIS : New York
- : Los Angeles
- CANADA : Toronto
- Mexique : ville de Mexico

**Europe et Moyen-Orient**

- ITALIE : Rome
- ROYAUME-UNI : Londres
- Suède : Stockholm
- ESPAGNE : Madrid
- ALLEMAGNE : Francfort
- FRANCE : Paris
- RUSSIE : Moscou
- Émirats Arabes Unis : Dubaï

**JNTO TIC (Centre d'information touristique)**



1st Fl., Shin Tokyo Bldg.,  
3-3-1, Marunouchi, Chiyoda-ku, Tokyo 100-0005  
Tel : +81 (0)3-3201-3331  
Ouvert tous les jours de 9h à 17h ; fermé le 1er janvier.

**Tourist Information Centers in Japan**



**Japan Travel The Official Travel Guide**



**JNTO travel brochures**



**Japan Visitor Hotline**

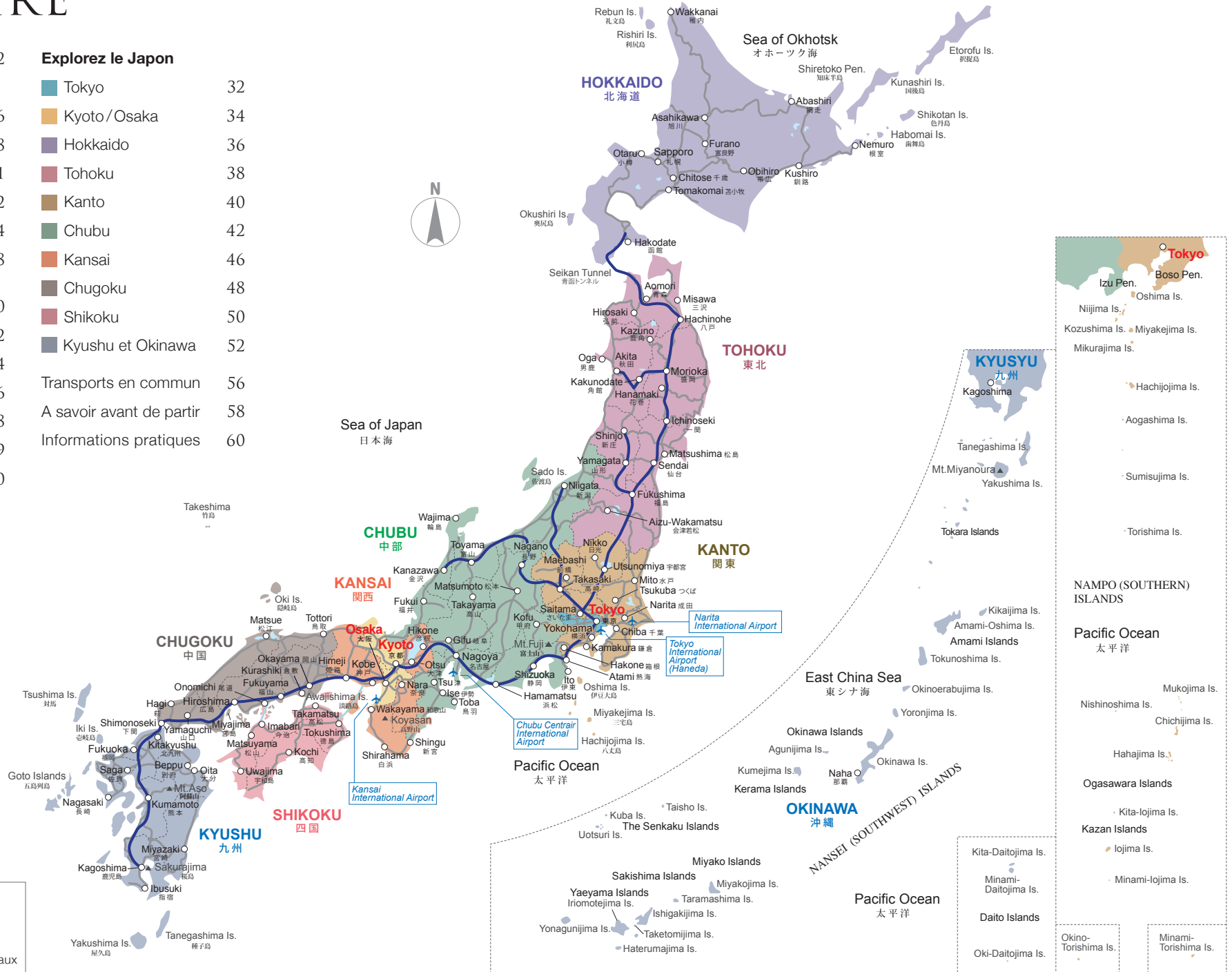
(Disponible en anglais, chinois et coréen)  
Tel +81 (0)50-3816-2787  
24h/24h 365 jours/an

GUIDE DU VOYAGE AU  
**JAPON**

# SOMMAIRE

<b>Découvrez le Japon</b>	2
<b>Vivez l'expérience du Japon</b>	
Quatre saisons	6
Festivals	8
Onsen (sources thermales)	11
Hébergement	12
Gastronomie	14
Arts traditionnels du spectacle	18
Artisanat traditionnel	20
Temples et sanctuaires	22
Musées	24
Parcs d'attractions	26
Pop culture	28
Shopping	29
Activités sportives	30

<b>Explorez le Japon</b>	
Tokyo	32
Kyoto/Osaka	34
Hokkaido	36
Tohoku	38
Kanto	40
Chubu	42
Kansai	46
Chugoku	48
Shikoku	50
Kyushu et Okinawa	52
Transports en commun	56
A savoir avant de partir	58
Informations pratiques	60





# Un voyage au cœur de l'art japonais

## Okayama et Kagawa

Les îles de Naoshima, Teshima et Inujima, dans la mer intérieure de Seto accueillent régulièrement des actions artistiques dans le cadre du projet « Benesse Art Site Naoshima »



© Art House Project « Ishibashi » / Photo : Ken'ichi Suzuki

### Art House Project

La rénovation de maisons inhabitées de la zone a permis de créer un espace faisant revivre le passé de la région et de ses hameaux pour offrir une opportunité d'échanges entre les habitants de l'île et les visiteurs.



© Inujima Seirensho Art Museum / Photo : Daici Anō

### Inujima Seirensho Art Museum

Dans la raffinerie d'Inujima, les vestiges de la fonderie de cuivre, patrimoine de l'industrie moderne, ont été préservés et réhabilités pour créer un magnifique musée géant. Un véritable message appelant à des sociétés basées sur le recyclage.



© Shinro Ohtake Naoshima Bath « I♥湯 » / Photo : Osamu Watanabe

### Naoshima Bath « I♥湯 »

Un bain public où s'exprime l'univers de l'artiste contemporain Shinro Ohtake. Ne manquez pas cette occasion de goûter à la tradition des bains japonais via une expérience artistique. Consultez la p.11 pour tout savoir sur la façon de se baigner.



© Teshima Art Museum / Photo : Ken'ichi Suzuki

### Teshima Art Museum

Les rizières en terrasses ont été réhabilitées avec l'aide de la population locale pour y établir un musée grâce à la collaboration de l'artiste Rei Naito et de l'architecte Ryue Nishizawa. C'est une construction unique dont la structure ne possède aucun pilier.

### Accès

Pour se rendre sur ces sites les ports de Takamatsu ou Uno sont les plus pratiques. Empruntez le ferry pour vos trajets entre les îles.

## Niigata

La région d'Echigo-Tsumari dans la préfecture de Niigata accueille depuis 2000 l'une des plus grandes triennales du monde, l'« Echigo-Tsumari Art Field ». L'immense terrain d'environ 762km<sup>2</sup> devient un véritable musée qui expose dans un cadre naturel, au cœur des montagnes, des œuvres d'art contemporain qui ont pour vocation de permettre une collaboration entre les artistes et la population locale pour la symbiose et la prospérité mutuelle de l'art et de la culture régionale. Une partie des œuvres reste exposée de manière permanente après la triennale.

### Echigo-Tsumari Art Field



Kusama Yayoi, "Tsumari in Bloom", Photo Nakamura Osamu

### Accès

De Tokyo, prenez le Shinkansen Joetsu jusqu'à Echigo Yuzawa, puis empruntez la ligne Hokuohoku du Hokuetsu Express avant de descendre à la station Tokamachi (environ 1h50). Les lieux étant très étendus, nous vous conseillons de réserver une visite guidée à l'avance.



Pascale Marthine Tayou, "Reverse City", Photo Miyamoto Takenori + Seno Hiromi



Jimmy Liao, "Kiss & Goodbye", Photo Ishizuka Gentaro

## Tokyo

À Tokyo, capitale où une foule de gens et d'informations se concentre, l'essence même de l'art japonais circule, allant des produits traditionnels du bon vieux temps à l'art contemporain le plus avant-gardiste.



### Musée d'artisanat folklorique japonais

Vous y trouverez de l'artisanat de toutes les régions du pays : céramiques, teintures, broderies, dessins, objets en bois, laques, etc. Un grand nombre d'œuvres importantes d'artisans anonymes y sont également conservées.



### Musée national de Tokyo

Ce musée, le plus vieux et le plus grand du Japon, rassemble des biens culturels du Japon et d'Orient. Plus de 116 000 œuvres artistiques et du patrimoine archéologique dont 87 trésors nationaux et 634 biens culturels importants y sont conservés et exposés.



© Park Hotel Tokyo

### ART COLOURS Artist in Hotel

Plus de 31 chambres audacieusement décorées par des artistes vous accueillent dans cet hôtel galerie d'art où vous ferez la rencontre du « magnifique Japon ».





## Mie et Wakayama

### Pèlerinage de Kumano Kodo

Ces chemins de pèlerinage qui relient les trois lieux sacrés du shinto, du bouddhisme et de la voie ascétique, constituent un patrimoine unique dont on trouve peu d'autres exemples similaires au niveau mondial. Encadrés d'une nature généreuse, ils sont populaires en tant qu'expériences offrant un voyage au cœur des religions du Japon.

## Wakayama

### Mont Koya

L'un des sites les plus sacrés du bouddhisme japonais. La riche nature, les bâtiments historiques et le charme mystérieux de ces lieux sacrés lui ont valu trois étoiles au guide Michelin. Faites l'expérience du « shukubo », une nuit dans un temple où l'on peut pratiquer la liturgie bouddhique, la copie des sutras et la méditation zen.



© Wakayama Tourism Federation

## Shikoku (Tokushima, Kochi, Ehime, Kagawa)

### Henro (Pèlerinage des 88 temples)

Le Henro, pèlerinage des 88 temples que Kukai (moine fondateur de l'école bouddhiste Shingon) a jadis effectué comme ascète, est un voyage autour de 88 lieux sacrés dans tout Shikoku. Profitez de ce pèlerinage pour admirer la mer et la montagne ainsi que la nature de Shikoku.



Temple Shidoji / Préfecture de Kagawa

# Tourisme vert

Ces dernières années, alors que de plus en plus de personnes s'intéressent à la nature attractive et magnifique du Japon, le tourisme vert sous toutes ses formes, comme le trekking ou la randonnée, connaît une popularité croissante. La fédération des « Plus beaux Villages du monde » a d'ailleurs publié son guide du Japon, et le tourisme vert gagne désormais l'ensemble des régions du pays.

<http://utsukushii-mura.jp/fr/>

## Nagano

**Iida** La ville d'Iida, au cœur des Alpes japonaises, propose des expériences authentiques dans des villages agricoles, comme des séjours touristiques chez l'habitant, en auberge, ou bien l'accueil en visa vacances travail (working holiday) de travailleurs saisonniers dans les champs.



## Okinawa

**Higashi-son** Dans le village de Higashi-Mura qui jouit de la nature généreuse de ses montagnes, mer et rivières, profitez de toute la gamme d'activités d'éco-tourisme comme les balades en canoë, la visite de la mangrove, de tourisme bleu avec la pêche ou de tourisme vert avec des expériences en auberge et à la ferme.



Higashi Village Office



# PRINTEMPS



## Parc floral d'Ashikaga / Tochigi

Ce parc permet d'admirer ses fleurs au fil des saisons. Beaucoup de touristes viennent assister à son emblématique fête des énormes glycines qui a lieu chaque année de la mi-avril à la mi-mai.

## Mont Yoshino / Nara

Le Mont Yoshino est le lieu le plus réputé du Japon pour les cerisiers. Aux alentours de la fin mars, les arbres commencent à fleurir au pied des montagnes pour s'épanouir peu à peu jusqu'aux sommets.



## Sumatkyo / Shizuoka

Le pont suspendu « Yume no tsuribashi » qui enjambe une rivière aux eaux vert émeraude féériques forme un paysage pittoresque très connu. La source thermale Sumatkyo, située à proximité, est également une destination populaire.



## Baie de Kabira-Île d'Ishigaki / Okinawa

Dans la baie de Kabira, dont les eaux sont parmi les plus transparentes du monde, on y trouve plusieurs petites îles. Les courants trop forts empêchent de nager mais on peut admirer la beauté des paysages marins depuis les bateaux de plaisance.

# ÉTÉ

# QUATRE SAISONS



Le territoire japonais étant très étiré du nord au sud, l'amplitude thermique entre Hokkaido au nord et Okinawa au sud peut atteindre près de 40 degrés en hiver alors qu'il s'agit de la même saison. Le climat très différent d'une période à l'autre permet de profiter de tous les charmes de la nature au fil des saisons. Ce passage des quatre saisons a façonné la sensibilité du peuple japonais et c'est le fondement même de sa culture unique existant depuis l'antiquité. Les coutumes consistant à profiter des particularités saisonnières comme la contemplation des cerisiers en fleur au printemps « hanami » ou des érables en automne « momijigari » et à les refléter dans la cuisine ou les habitudes quotidiennes continuent à être transmises aujourd'hui encore.



## Gorges de Kurobe / Toyama

Ces gorges imposantes forment un défilé profond en forme de V le long de la rivière Kurobe qui coule sur une longueur de 86 km (53 miles) et une dénivellation de 3 000 m (9 843 pieds). Le train aux vitres ouvertes qui parcourt ces gorges est très apprécié par les voyageurs.



## Pont Togetsukyo / Kyoto

Le pont Togetsukyo enjambe la rivière Katsura à Arashiyama, site historique réputé situé dans la partie ouest de la ville de Kyoto. De nombreux visiteurs de la région comme de l'extérieur viennent admirer les cerisiers au printemps ou les érables en automne.



## Ouchi-juku / Fukushima

Ouchi-juku a été classée comme zone de préservation de groupes de bâtiments traditionnels importants par le pays. Les maisons aux toits de chaume traditionnelles ont été préservées et mises en valeur comme restaurants ou magasins de souvenirs.

## Le parc aux singes de Jigokudani / Nagano

Située dans le village thermal de Yudanaka Shibu Onsen, cette source chaude est célèbre en raison des singes japonais sauvages qui viennent s'y baigner. Vous pouvez également les observer dans le parc de Jigokudani Yaen-Koen.

# AUTOMNE

# HIVER





### Feux d'artifice au Japon

En été, les feux d'artifice font partie des événements les plus marquants des séjours au Japon. Alors que la langue française utilise l'expression « feu d'artifice », la traduction littérale en japonais est « fleurs de feu ». Au Japon, la technologie impliquée dans les feux d'artifice est sophistiquée et les spectacles que le pays organise sont parmi les plus impressionnants de la planète. Ils ont lieu dans toutes les régions du Japon, surtout pendant les mois de juillet et août.

# 祭

# FESTIVALS



### Gion Matsuri / Kyoto

Des célébrations religieuses ont lieu pendant toute la période du festival durant le mois de juillet. Les principales sont le yoiyama du 16 juillet où les quartiers traditionnels sont illuminés et décorés de lanternes, tentures et bannières de fleurs, et la procession des chars yamaboko qui a lieu à deux reprises les 17 et 24 juillet, l'ensemble étant inscrit au patrimoine culturel immatériel de l'UNESCO.

Le mot *matsuri* (festival) viendrait de l'expression *matsuru* (défier quelque chose). Au Japon, où la culture du riz est pratiquée depuis des temps immémoriaux, les habitants organisent des festivals au cours desquels ils prient, au printemps pour appeler à des récoltes exceptionnelles quand la plantation du riz débute, en été pour que les récoltes soient protégées des épidémies et des typhons et en automne pour remercier les dieux au moment de la récolte. Il y a aussi des cérémonies d'origine bouddhiste, tel que *bon odori* (festival de danse *bon*) et *okuribi* (feux rituels allumés pour hâter le retour depuis l'au-delà des âmes des défunts), durant la période *Bon* (festival des lanternes) à la mi-août, quand les défunts et les ancêtres sont supposés rendre visite au monde des vivants.



### Festival de la neige de Sapporo / Hokkaido

Lors du Festival de la neige de Sapporo qui a lieu début février, d'énormes statues en neige, patinoires et toboggans en glace font leur apparition dans trois lieux de la ville, en particulier le parc Odori situé dans le centre de Sapporo.



### Aomori Nebuta Matsuri / Aomori

Inscrite au patrimoine folklorique immatériel important du pays, cette fête a lieu chaque année du 2 au 7 août. Des chars transportant d'énormes figurines de papier tendu et des danses parcourent toute la ville.



### Akita Kanto Matsuri / Akita

Au cours de ce festival se tenant chaque année au cœur de l'été, du 3 au 6 août, les participants prient pour être en bonne santé, avoir des moissons généreuses et éloigner les mauvais esprits. Il est l'un des atouts de l'important patrimoine de la culture populaire immatérielle. Les participants au festival portent de longues perches auxquelles sont suspendues des lanternes ressemblant à des épis de riz, en équilibre sur leurs paumes, fronts, épaules ou hanches, donnant un spectacle grandiose.



### Sendai Tanabata Matsuri / Miyagi

Cette fête a lieu chaque année pendant 3 jours à partir du 6 août à l'occasion de Tanabata qui trouve son origine dans la fête des étoiles chinoise. D'énormes décorations en bambous sont suspendues au plafond des rues en arcades.



### Etchu Owara Kaze-no-Bon / Toyama

Cet événement annuel se tient du 1er au 3 septembre à Yatsuo, une ville située au sud de la ville de Toyama. Les hommes et les femmes, portant des tenues colorées et de grands chapeaux de paille qui cachent partiellement leur visage, dansent sur des airs folkloriques à partir du crépuscule. Le spectacle des silhouettes des danseurs et des rues éclairées par les lanternes en papier est une vraie merveille à contempler.



### Takayama Matsuri / Gifu

Le Takayama Matsuri puise ses origines dans la seconde moitié du XVI<sup>ème</sup> siècle. Ce nom englobe la fête de Sanno qui a lieu au printemps les 14 et 15 avril et la fête de Hachiman en automne les 9 et 10 octobre. Les luxueux chars qui défilent à l'occasion de ces fêtes en sont les éléments les plus incontournables.





**Hakata Gion Yamakasa / Fukuoka**

Organisée chaque année entre le 1<sup>er</sup> et le 15 juillet à Fukuoka, cette fête a une tradition vieille de plus de 700 ans. L'oyama où les porteurs de chars kakiyamakasa rivalisent leur force constitue le clou de l'événement.



**Kishiwada Danjiri Matsuri / Osaka**

La fête de Kishiwada Danjiri se caractérise par l'apparence virile de ses participants qui tirent des chars dans toute la ville avec une énergie farouche. L'événement a lieu chaque année en septembre à Kishiwada dans le sud de la préfecture d'Osaka.



**Awa-odori / Tokushima**

Le festival de danses Awa-odori de la ville de Tokushima a une histoire vieille de 400 ans et a lieu chaque année à la mi-août pendant la période du obon. Accueillant environ 100 000 danseurs, il s'agit d'une des trois plus importantes fêtes du pays.



**Karatsu Kunchi / Saga**

Cette grande fête automnale a lieu du 2 au 4 novembre dans le sanctuaire de Karatsu de la ville du même nom dans la préfecture de Saga. Les énormes chars fabriqués en papier japonais laqué défilent au rythme de la musique traditionnelle hayashi.



Tazawako Kakudate Tourism Association

**Station thermale de Nyuto / Akita**

La station thermale de Nyuto est formée de 7 sources disséminées au pied du mont du même nom dans le parc national de Towada-Hachimantai. Chaque source étant unique, les propriétés de l'eau sont très diverses.



© Kusatsu Onsen Tourism Association

**Sources thermales de Kusatsu / Gunma**

Une des stations thermales les plus emblématiques du Japon. Comme les eaux à Kusatsu sont très chaudes, elles sont remuées avec des planches en bois pour en baisser la température lors d'un spectacle d'adoucissement appelé yumomi.



**Sources thermales de Kinosaki / Hyogo**

Cette région de sources chaudes dans la ville de Toyooka située dans le nord de la préfecture de Hyogo, doit son charme à l'élégance des saules plantés le long des berges de sa rivière. Outre le séjour dans une auberge de style japonais, les visiteurs apprécieront aussi de faire la tournée de sept soto-yu (bains publics).

# 温泉

# ONSEN

(SOURCES THERMALES)

Le Japon, qui compte de nombreux volcans, bénéficie d'innombrables sources thermales. Les multiples récits et légendes racontant que les éléments qui les composent peuvent guérir les maladies, plaies ou blessures des animaux, attestent que leurs vertus sont connues depuis les temps les plus anciens. On trouve partout des établissements proposant des séjours de longue durée pour les cures mais on peut aussi simplement se baigner ou passer quelques jours pour se détendre.

**RUBRIQUE** La tradition du bain

Il existe au Japon un grand nombre d'établissements thermaux ainsi que des bains publics en ville. Pour les Japonais, prendre un bain ne consiste pas seulement à se laver le corps mais il s'agit d'un moment de détente pour soulager la fatigue accumulée au cours de la journée.



**Sources thermales de Beppu / Oita**

Plusieurs centaines de sources thermales sont disséminées autour des 8 sources principales de cette station appelées Beppu hatto (8 sources de Beppu) et forment une région thermale qui s'enorgueillit du plus grand nombre de sources et du plus haut débit du Japon. Plusieurs d'entre elles choisies pour leur façon de jaillir ou leurs couleurs diverses sont surnommées les « enfers » et constituent également un site touristique très populaire.

## FESTIVALS





**Shukubo  
(hébergement dans les temples)**

Ces structures étaient destinées à l'origine aux moines et aux fidèles mais elles proposent également l'hébergement classique aux voyageurs. Certains temples proposent de goûter à leur cuisine ascétique ou de s'initier à la pratique du zazen.

©Koyasan Shukubo Association

**Structures d'hébergement uniques**

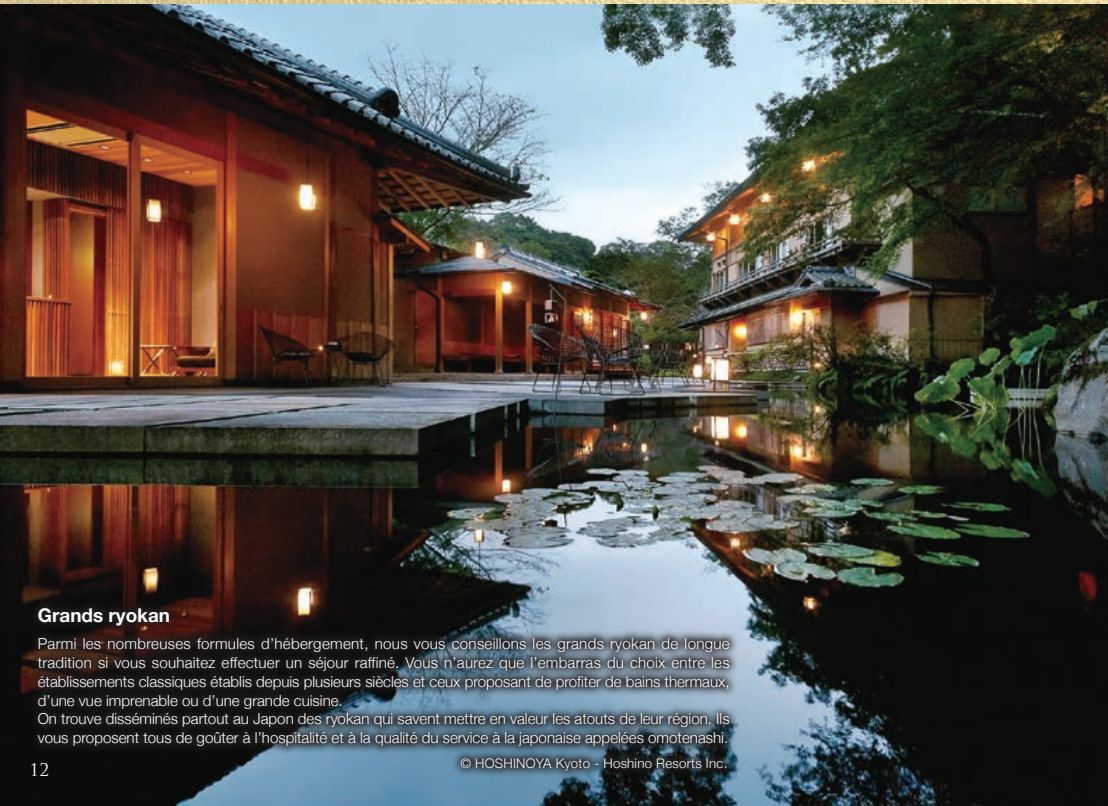
Le village de Shirakawago, inscrit au patrimoine culturel mondial de l'UNESCO, abrite des structures d'hébergement uniques construites dans un style architectural japonais traditionnel appelé *gassho zukuri* (maisons traditionnelles aux toits de chaume très pentus). Les visiteurs de la région peuvent rencontrer les habitants, apprécier la cuisine régionale et découvrir un mode de vie ancien. L'événement d'illumination du village de Shirakawa-go est entièrement sur réservation.

© Shirakawa village office



# HÉBERGEMENT

L'une des structures d'hébergement les plus typiques du Japon est sans doute le ryokan. L'établissement à l'architecture traditionnelle et aux chambres pourvues de tatamis est également souvent équipé de bains en plein-air dans les régions thermales. Les nuitées comprennent généralement le dîner et le petit déjeuner et les clients étrangers peuvent s'initier à la culture japonaise en portant le yukata (kimono en coton) et en dormant sur les futons. À l'intérieur de l'établissement ou dormir sur des futons posés sur des tatamis. Les ryokan de taille modeste à la gestion familiale sont appelés minshuku (chambres d'hôtes). Mais vous pouvez également choisir toutes sortes d'autres structures d'hébergement en fonction de votre budget ou préférences comme des hôtels à l'occidentale ou des hôtels capsule dont les chambres se limitent à une simple cabine-lit.



**Grands ryokan**

Parmi les nombreuses formules d'hébergement, nous vous conseillons les grands ryokan de longue tradition si vous souhaitez effectuer un séjour raffiné. Vous n'aurez que l'embarras du choix entre les établissements classiques établis depuis plusieurs siècles et ceux proposant de profiter de bains thermaux, d'une vue imprenable ou d'une grande cuisine. On trouve disséminés partout au Japon des ryokan qui savent mettre en valeur les atouts de leur région. Ils vous proposent tous de goûter à l'hospitalité et à la qualité du service à la japonaise appelées omotenashi.

© HOSHINOYA Kyoto - Hoshino Resorts Inc.

# 宿

**Hôtels capsule**

Ces structures d'hébergement relativement bon marché proposent un espace individuel en forme de capsule. À l'origine, elles étaient destinées aux hommes mais on trouve aussi aujourd'hui de plus en plus d'établissements adaptés à l'accueil du public féminin.



© 9h nine hours / photo by Nacasa & Partners



# GASTRONOMIE

La grande cuisine japonaise propose de véritables œuvres d'art culinaire réalisées par des chefs ayant suivi de longues années de formation. Sélectionnant les meilleurs ingrédients frais de saison, ils déploient leurs techniques patiemment accumulées pour faire naître leurs créations. Outre la cuisine japonaise, d'innombrables restaurants vous permettront de déguster la cuisine du monde entier. Vous trouverez aussi un grand nombre de délicieux plats populaires au prix tout à fait abordable. Le ramen (soupe de nouille) est particulièrement apprécié et les amateurs font même la tournée des établissements pour un véritable parcours culinaire.



## Cuisine kaiseki

Il s'agit d'une forme traditionnelle de repas japonais basé sur l'ichiju sansai (littéralement « une soupe, trois accompagnements »). Des aliments saisonniers sont dressés et servis dans une vaisselle qui exprime elle aussi les couleurs de la saison.



## Sushi

Particulièrement apprécié par les Japonais, ce plat est décliné aussi bien par les grands restaurants que les établissements dits kaiten-zushi où les sushi sont présentés en self-service sur un tapis roulant à des prix beaucoup plus abordables. Vous trouverez des sushi typiques de chacune des régions que vous visiterez.



## Ramen

Le ramen qui serait originaire de Chine a connu un développement unique au Japon. Vous pourrez déguster de nombreuses variations de sa soupe et de ses nouilles adaptées aux particularités de chaque région.



## Plats les plus typiques des izakaya

1. **Edamame** fèves immatures de soja bouillies.
2. **Kara-age** beignets de poulet assaisonnés.
3. **Yakitori** poulet grillé en brochettes.
4. **Tamagoyaki** omelette souvent assaisonnée au bouillon de dashi.
5. **Agedashi-dofu** tofu frit servi dans un bouillon de dashi.



## Izakaya

Les bistrots izakaya qui permettent de boire un verre accompagné de petits plats sont toujours animés par la foule des employés qui s'y rendent après le travail. Leurs menus sont extrêmement variés.





Photo crédit: Kanazawa City

### Pâtisseries / Gâteaux japonais

Les gâteaux japonais sont préparés selon des techniques traditionnelles. Beaucoup ont une forme exprimant la saison pour ravir aussi bien les yeux que le palais.

# 食

## GASTRONOMIE

Que ce soit dans les marchés, supermarchés, rayons alimentation au sous-sol des grands magasins ou convenience store ouverts 24h/24, les Japonais ont à tout moment l'occasion d'acheter les aliments qu'ils aiment. La vaste gamme de plats tout préparés ou bento (boîtes repas) de cuisine japonaise, occidentale, chinoise, etc. est très populaire. Les cafés où vous êtes accueilli par des animaux comme des chats ou des oiseaux remportent aussi un grand succès.



© nekonoirukyuokeijo nikukyu

### Cafés à chats

Des cafés vous proposent de manger ou de prendre le thé tout en caressant des animaux comme des chats ou même des chouettes. Ce sont des établissements appréciés pour la détente qu'ils procurent.



### Cueillette de fruits

Des producteurs proposent de s'amuser à la cueillette et à la dégustation sur place de leurs fruits de saison, notamment les fraises mais aussi le raisin, les poires, etc.



### Marchés

On trouve dans les grandes villes des marchés surnommés les « cuisines du peuple ». Leur atout est d'offrir tout un choix d'aliments frais : fruits et légumes, viande, poissons et fruits de mer, etc.

© Osaka Convention & Tourism Bureau

### Sous-sol des grands magasins

La plupart des grands magasins japonais ont un rayon alimentation dans leur sous-sol. Plats préparés, boîtes repas bento ou pâtisseries, les plus grandes enseignes y ont leur boutique.



© Mitsukoshi Nihombashi Main Store





### Nogaku

Ses origines remonteraient à bien des siècles en arrière mais c'est surtout au XIV<sup>ème</sup> siècle que les danses et musiques populaires et les danses dédiées aux dieux se sont fortement développées pour aboutir à cette forme raffinée de théâtre chanté et dansé avec un masque qui s'est transmise jusqu'à nos jours.

© Haga Library



### Sumo

Cet art martial considéré comme le sport national par excellence voit s'affronter deux rikishi (lutteurs) sur le dohyo (arène sacrée). L'Association japonaise de sumo organise 6 tournois de sumo professionnels par an, tous les mois impairs.

# ARTS TRADITIONNELS DU SPECTACLE

De nombreux arts et techniques sont transmis depuis toujours au Japon. Théâtre, musique ou danse ont chacun une histoire particulière, et toute une diversité de genres d'arts du spectacle se perpétuent aujourd'hui. Outre ceux qui sont nés au Japon, on trouve bien des exemples de traditions issues de Chine ou d'autres pays étrangers qui ont connu un développement unique au Japon. Le kabuki, le bunraku et le nogaku sont même inscrits au patrimoine culturel immatériel de l'UNESCO.



### Kabuki

On considère que la danse kabuki créée par une prêtresse nommée Izumô no Okuni au XVI<sup>ème</sup> siècle est à l'origine de cette forme de théâtre mais elle est aujourd'hui interprétée uniquement par des hommes.

© SHOCHIKU Co., Ltd. / © KABUKI-ZA Co., Ltd.



### Bunraku

© Haga Library

Né au XV<sup>ème</sup> siècle et ayant atteint le sommet de sa popularité au XVIII<sup>ème</sup>, ce théâtre de marionnettes traditionnel naît de la combinaison des tayu (marionnettistes), du shamisen (luth japonais à cordes en soie) et de chaque marionnette.



### Kado

Appelé également ikebana, cet art consiste à couper des fleurs et branches et à les arranger dans un vase pour mettre en valeur leur beauté mais aussi exprimer l'importance de la vie. De nombreux écoles de cet art existent.



### Budo (Kendo)

Le budo s'est développé à partir des arts martiaux traditionnels du Japon. À travers l'entraînement, le pratiquant se renforce physiquement et mentalement afin de façonner sa personnalité tandis que les techniques d'escrime japonaise kendo lui permettent de discipliner son corps et son cœur.



### Sado

La voie du thé consiste à préparer et à servir le thé aux convives selon une méthode traditionnelle en accordant une grande importance à la saison. Il s'agit d'un art complet allant des œuvres d'arts décorant la salle de thé aux ustensiles utilisés pour le thé lui-même.





Céramique / Céramique Mashiko-yaki (Tochigi)



Céramique / Céramique Aritayaki (Saga)



Papier japonais / Papier japonais Sekishu (Shimane)



Poupées / Daruma (Gunma)



Artisanat de la fonte / Fonte de Nambu (Iwate)



Ferblanterie / Ferblanterie de Osaka Suzuki (Osaka)



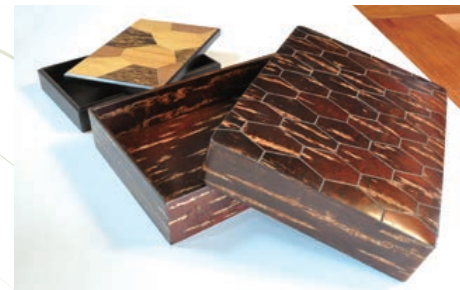
Tissu / Tissu Nishijin (Kyoto)



Textiles / Arimatsu-Narumi teinture Shibori (Aichi)

# ARTISANAT TRADITIONNEL

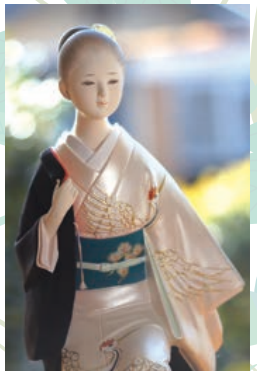
On trouve dans chaque région du Japon des produits artisanaux réalisés à partir des matières premières locales, techniques et savoir-faire transmis depuis toujours. La plupart sont des ustensiles quotidiens dont l'usage au fil du temps par un grand nombre de personnes a permis de parfaire encore le degré d'achèvement. Tout en conservant leur charme unique, ils ont aussi su évoluer pour s'adapter à la vie moderne.



Artisanat du bois / Objets en écorce Kabazaiku (Akita)



Objets laqués / Laque Aizunuri (Fukushima)



Poupées / Poupées de Hakata (Fukuoka)



Artisanat du bois / Marqueterie Hakone yosegi-zaiku (Kanagawa)



Papier japonais / Papier japonais Honmino (Gifu)  
The association for the Preservation of Hon-minoshii Papermaking



Objets laqués / Laque Wajimanuri (Ishikawa)



Autres / Estampes Ukiyo-e (Tokyo)



Autres / Verre taillé Satsuma Kiriko (Kagoshima)





Kaguraden (salle pour musique et danse shintoïstes)

**Grand Sanctuaire Izumo Taisha / Shimane**

Izumo est connu pour être la terre divine où tous les dieux du Japon se rassembleraient chaque année au mois d'octobre du calendrier lunaire. Le sanctuaire izumo-taisha est également considéré comme favorisant les mariages.

**Sanctuaire Meiji Jingu / Tokyo**

Situé tout à côté de la gare de Harajuku, il est consacré aux âmes de l'empereur Meiji (1852-1912) et de l'impératrice Shoken (1850-1914).



# TEMPLES ET

On trouve des temples bouddhistes et des sanctuaires shinto partout au Japon. Les temples bouddhistes et les sanctuaires shinto peuvent paraître similaires car ils sont tous deux des bâtiments de style japonais mais ils sont en fait de nature très différente. Les sanctuaires sont des structures du shintoïsme, religion japonaise originelle. Ils sont dédiés aux innombrables dieux appelés *yaoyorozu* (littéralement « innombrable »), comprenant notamment ceux issus de la nature, de divers phénomènes et de récits mythologiques. Les temples sont eux, des structures dédiées au service religieux bouddhiste, qui serait arrivé au Japon au VIème siècle.

**Sanctuaire Tsurugaoka Hachimangu / Kanagawa**

Le sanctuaire Tsurugaoka Hachimangu se trouve au centre de la ville de Kamakura, région hautement touristique. Plusieurs fêtes comme le *yabusame* (Rituel d'archerie à cheval) y ont lieu chaque année et l'on peut aussi admirer les cerisiers de l'enceinte qui fleurissent au printemps.



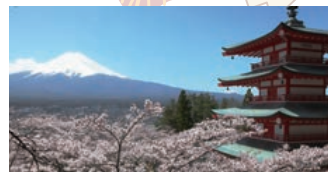
**Sanctuaire Motonosumi / Yamaguchi**

123 torii (portails sacrés) s'alignent le long de la voie menant au sanctuaire Motonosumi Inari. La chaîne de télévision américaine CNN l'a classé parmi les 31 plus beaux sites du Japon.



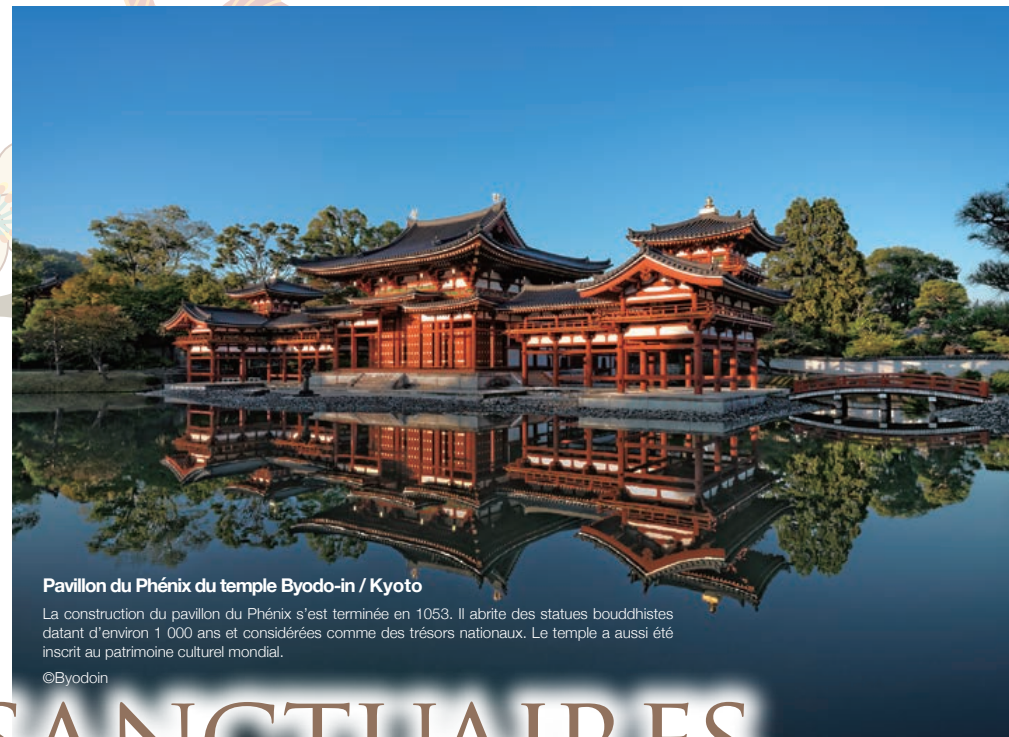
**Sanctuaire Usa Jingu / Oita**

Il s'agit du grand sanctuaire de Hachiman ayant été l'objet d'une vaste ferveur, aussi bien des guerriers samourais que de la famille impériale, et dont sont issus plus de 40 000 autres sanctuaires disséminés dans tout le pays.



**Sanctuaire Arakura Fuji Sengen et pagode de Chureito / Préfecture de Yamanashi**

Situé dans la ville de Fujiyoshida, ce sanctuaire a été fondé en 705. Au printemps, 550 cerisiers sont en pleine floraison. Certains disent qu'il offre la plus belle vue du Japon sur le mont Fuji.



**Pavillon du Phénix du temple Byodo-in / Kyoto**

La construction du pavillon du Phénix s'est terminée en 1053. Il abrite des statues bouddhistes datant d'environ 1 000 ans et considérées comme des trésors nationaux. Le temple a aussi été inscrit au patrimoine culturel mondial.

©Byodoin

# SANCTUAIRES



**Temple Sanzen-in / Kyoto**

Situé à Ohara, au nord de Kyoto, le temple Sanzen-in a été fondé au VIIIème siècle. Dans l'enceinte du temple, la salle Ojo-Gokuraku-in permet d'admirer une statue d'Amida Bouddha accompagné par deux disciples agenouillés. Sculptées au XIème siècle, les statues ont été classées Trésor National par le gouvernement japonais.



**Yamadera / Yamagata**

Ce temple aurait été créé en 860 par Jikaku Daishi, fondateur du bouddhisme Tendai. Bâti au sein de la nature montagneuse, un escalier en pierre de plus de 1,000 marches y conduit.



**Temple Zenko-ji / Nagano**

Le bâtiment du temple principal à Zenkoji, classé Trésor National, abrite la « Triade Amida Partageant Un Seul Halo », une collection sacrée de trois statues bouddhistes sacrées se tenant sous le même halo. Elle n'est pas accessible au public mais une réplique appelée la « Maedachi Honzon » est exposée au public tous les sept ans lors d'une cérémonie connue sous le nom de rituel « Gokaicho ». Objet d'un vaste ferveur depuis environ 1 400 ans, le temple attire toujours des pèlerins venus de tout le Japon.

©Zenkoji Temple





The National Art Center, Tokyo

### The National Art Center, Tokyo / Tokyo

The National Art Center, Tokyo qui a ouvert en 2007 à Roppongi est l'un des plus importants du Japon. Il a été conçu par Kisho Kurokawa, le grand architecte japonais.



Leandro ERLICH, "The Swimming Pool", 2004

Photo: WATANABE Osamu

Courtesy: 21st Century Museum of Contemporary Art, Kanazawa

### Musée d'Art Contemporain du 21e Siècle de Kanazawa / Ishikawa

Le concept architectural de ce musée situé au cœur de la ville de Kanazawa est de créer un musée d'art ressemblant à un parc et ouvert au public. Conçu par Kazuyo Sejima + Ryue Nishizawa / SANAA.



© Fukui Prefectural Dinosaur Museum

### Musée préfectoral des dinosaures / Fukui

Un musée de géologie et de paléontologie situé à Katsuyama et consacré aux dinosaures. Ce musée présente des squelettes de dinosaures entiers ainsi que de nombreux fossiles, dioramas et modèles superbement reconstitués. Le contenu présenté peut être sujet à modification pour cause de renouvellement.



### Centre artistique de Towada / Aomori

Ce musée artistique a été créé d'après le concept « transformer en musée artistique l'allée menant aux bâtiments officiels de la ville ». Une place des arts ainsi que du mobilier urbain ont été disposés dans la zone.

# MUSÉES

On trouve partout au Japon des musées historiques, scientifiques et artistiques ayant chacun leurs particularités et outre les expositions permanentes, des expositions spéciales y sont également régulièrement organisées. Les objets exposés ne sont pas le seul intérêt des lieux puisque les bâtiments mêmes sont parfois l'œuvre unique de grands architectes. Nous conseillons à toutes celles et ceux qui veulent mieux connaître l'histoire et la culture japonaise de visiter les musées nationaux.



Miraikan

### Miraikan - Le Musée National des Sciences Émergentes et de l'Innovation / Tokyo

Outre la présentation des dernières innovations scientifiques et technologiques, ce musée propose des expositions montrant comment les robots interfèrent dans nos vies. La visite enchante les visiteurs de tout âge.



Kyushu National Museum

### Musées nationaux

Les musées nationaux japonais se trouvent à 4 endroits : Tokyo, Nara, Kyoto et Kyushu (Fukuoka / Dazaifu). Ils exposent entre autres des œuvres artistiques du Japon ou des collections historiques.



### Musée en plein-air de Hakone / Kanagawa

Ouvert en 1969, il s'agit du premier musée artistique en plein-air du pays. Vous pourrez en admirer les sculptures dans la magnifique nature de Hakone.

Photograph provided by The Hakone Open-Air Museum



# Parcs d'attractions

Les parcs à thèmes qui vous emmènent dans un voyage vers un autre monde sont des lieux extrêmement populaires qui permettent d'oublier le quotidien et de se divertir quel que soit votre âge. On trouve un peu partout au Japon des parcs d'attractions, zoos ou aquariums uniques. Nous vous présentons ici une sélection des meilleures sites pour celles et ceux qui ne veulent pas se contenter d'un simple voyage touristique au Japon.



## Universal Studios Japan (USJ) / Osaka

Ce parc vous permet de découvrir les spectacles et attractions autour du monde des films hollywoodiens et des personnages célèbres.

TM & © Universal Studios. All rights reserved.



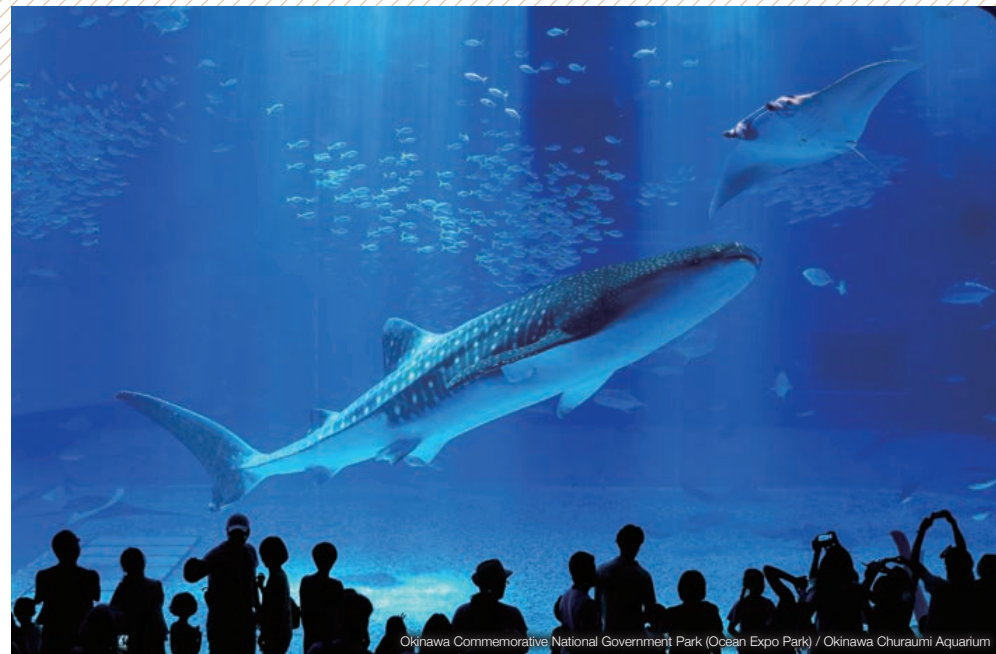
## Huis Ten Bosch / Nagasaki

Un parc à thème où les fleurs saisonnières et les illuminations apportent des touches colorées aux rues de cette reconstruction d'une ville hollandaise. Le parc offre également de nombreux jeux et des attractions uniques pour divertir les visiteurs.



## Fuji-Q Highland / Yamanashi

Ce parc d'attraction se trouve dans la ville de Fujiyoshida, au pied du mont Fuji. Il propose de nombreuses attractions uniques et impressionnantes avec ses montagnes russes atteignant des records mondiaux.



Okinawa Commemorative National Government Park (Ocean Expo Park) / Okinawa Churaumi Aquarium

## Aquarium Churaumi d'Okinawa / Okinawa

Cet aquarium se trouve à l'intérieur de l'Ocean Expo Park situé à Motobu, dans le nord-ouest de l'île principale de l'archipel d'Okinawa. Dans les immenses aquariums, vous pouvez observer des requins-baleines, le plus gros poisson du monde, ainsi que des raies manta de récif.



© EDO WONDERLAND

## Nikko Edo Wonderland / Tochigi

Ce parc historique vous plongera dans le monde Edo. Vous pourrez revêtir des costumes typiques japonais de ninja, de filles de samouraï et même vous immerger à la vie de samouraïs.



© KAIYUKAN

## Aquarium Kaiyukan d'Osaka / Osaka

Avec ses 14 bassins immenses, c'est l'un des plus grands aquariums du monde. Il a été imaginé pour que le public se sente près de la faune marine de différentes façons. Les visiteurs peuvent observer les animaux comme s'ils étaient à l'état sauvage.



## Zoo d'Asahiyama / Hokkaido

Ce parc zoologique dans la ville d'Asahikawa s'est fait connaître pour ses aménagements permettant aux animaux de se sentir comme à l'état naturel. En hiver, pour compenser le manque d'exercice, les pingouins déambulent dans le parc à l'étonnement des visiteurs.



# Your Guide to JAPAN Pop culture

*Manga* (bande dessinée), *anime* (film d'animation), jeux vidéo et leurs produits dérivés sont quelques exemples du caractère unique d'une culture populaire que le Japon a fièrement exporté. Beaucoup d'endroits au Japon sont renommés pour leur culture populaire et leurs parcs à thème, ce qui attire des visiteurs du monde entier. La jeunesse se rassemble dans les lieux célébrant les dernières modes et tendances.



## Mode de Harajuku / Tokyo

On trouve depuis toujours un grand nombre de boutiques de vêtements dans les environs de la rue Takeshita à Harajuku où beaucoup de jeunes se rendent. Ce centre de la mode est le lieu de diffusion des dernières tendances.



## Pokémon Center / Tokyo

Magasin officiel de produits dérivés de Pokémon, l'une des séries les plus populaires au Japon. Il existe des magasins similaires dans l'ensemble du pays, en particulier dans les grandes villes (Yokohama, Osaka, etc.). Découvrez les peluches et tous les produits basés sur le thème de Pokémon. Chaque magasin offre une expérience différente - cela vaut la peine de les voir tous !



## Akihabara / Tokyo

Akihabara était connu à l'origine comme le quartier de l'électronique mais on y trouve un grand nombre de boutiques spécialisées dans les mangas et l'animation qui attirent des fans du monde entier. Les maid cafés où les serveuses portent un uniforme de domestique sont aussi nombreux.



## Musée International du Manga de Kyoto / Kyoto

Premier musée général du *manga* au Japon, où sont compilés des documents précieux en rapport avec les *mangas* au Japon et à l'étranger. Des documents rares relatifs aux *mangas* et d'autres documents japonais datant du milieu de la période Edo (XVIII<sup>ème</sup> siècle) sont conservés ici.

## NAKANO BROADWAY / Tokyo

Ce centre commercial se trouve à Nakano. Surnommé « Le lieu saint de la subculture », ses nombreuses boutiques spécialisées proposent mangas d'occasion, dessins animés ou jouets.



# Your Guide to JAPAN Shopping

Les visiteurs étrangers séjournant moins de six mois sur le territoire japonais peuvent bénéficier d'une exemption de taxe. Avec ce système, les visiteurs étrangers sont dispensés de payer la TVA, équivalant à 8 ou 10 % (depuis octobre 2019) du prix d'achat des produits destinés à la consommation personnelle. Les produits concernés par cette exemption sont des produits courants (appareils électroménagers, montres, vêtements, chaussures, sacs et autres) et des articles consommables (tels que aliments, boissons, produits pharmaceutiques ou cosmétiques).

Pour plus de détails sur le système de détaxe, consultez le site Internet suivant URL <https://tax-freeshop.jnto.go.jp/eng/index.php>

## Grands magasins



## Les divers magasins

### (grands magasins, magasins d'électronique et électroménager, drugstores, etc)

Choisissez le magasin qui vous convient en fonction du type d'achat que vous prévoyez. Les grands magasins ont toute une gamme de produits allant des vêtements et accessoires divers au maquillage en passant par l'alimentation. Pour les produits d'électroménager, rendez-vous aux magasins d'électronique, tandis que les drugstores vous proposent un large choix de médicaments et cosmétiques. Les 100 yens shop où tous les produits sont à 100 yens sont également un endroit idéal pour acheter des souvenirs.

## Convenience store

### Billets disponibles auprès des supérettes *konbini*

Les *konbini* vendent des billets d'entrée pour divers événements tels que des tournois de *sumo*, des concerts et des événements sportifs. Certaines supérettes disposent également de distributeurs de billets automatiques permettant de retirer de l'argent en yen avec une carte de crédit.





# Activités sportives

Au Japon les montagnes occupent environ 70% du territoire. On trouve de nombreuses rivières, lacs ou marais un peu partout dans le pays entouré par la mer. Le territoire étant particulièrement étiré du nord au sud, le climat est très variable d'une région à l'autre. Pendant la période estivale entre juillet et août, on peut s'adonner aux sports nautiques dans tout le pays tandis que les régions aux fortes neiges permettent de pratiquer le snowboard ou le ski entre décembre et mars. En tirant parti de la géographie et de l'environnement naturel, vous pourrez profiter des activités sportives dans chaque région du Japon tout au long de l'année.



 **Cyclisme**

**Route Shimanami - kaido / Hiroshima - Ehime**

Sur la route Shimanami-kaido d'une longueur totale de 70 km qui relie les préfectures de Hiroshima et d'Ehime, une piste cyclable permettant de traverser un détroit a été aménagée pour la première fois au Japon.

**Surf**



**Miyazaki**

Toutes les régions japonaises en bord de mer permettent de pratiquer le surf mais c'est tout particulièrement la préfecture de Miyazaki qui, avec son climat tempéré, offre les meilleurs sites de surf sur sa côte littorale dans sa partie est.



**Plongée sous-marine**

**Archipel Kerama / Okinawa**

Okinawa est la préfecture la plus à l'ouest du Japon. L'archipel Kerama jouit des eaux les plus transparentes du monde et permet de s'adonner à la plongée sous-marine au tuba ou avec des bouteilles d'oxygène.

**Nagatoro / Saitama**

Le village de Hakuba, dans la préfecture de Nagano, connaît de fortes chutes de neige. C'est ici que se trouve l'une des plus grandes stations de ski du pays ayant accueilli les jeux olympiques de Nagano et cette dernière est équipée de structures d'hébergement.

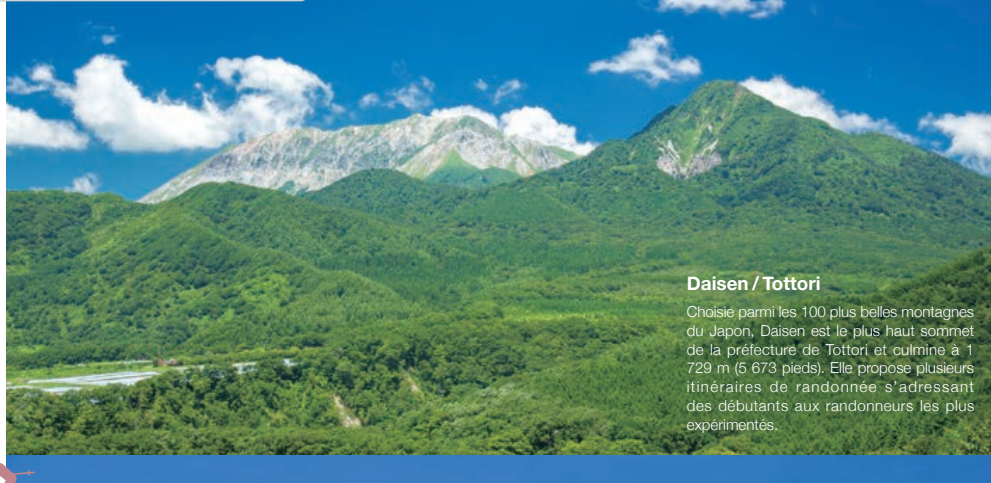
**Rafting**



 **Randonnée**



Que vous cherchiez un parcours de véritable escalade ou de marche plus détendue, les montagnes japonaises vous proposent les itinéraires les plus divers.



**Daisen / Tottori**

Choisie parmi les 100 plus belles montagnes du Japon, Daisen est le plus haut sommet de la préfecture de Tottori et culmine à 1 729 m (5 673 pieds). Elle propose plusieurs itinéraires de randonnée s'adressant des débutants aux randonneurs les plus expérimentés.

**Ski**

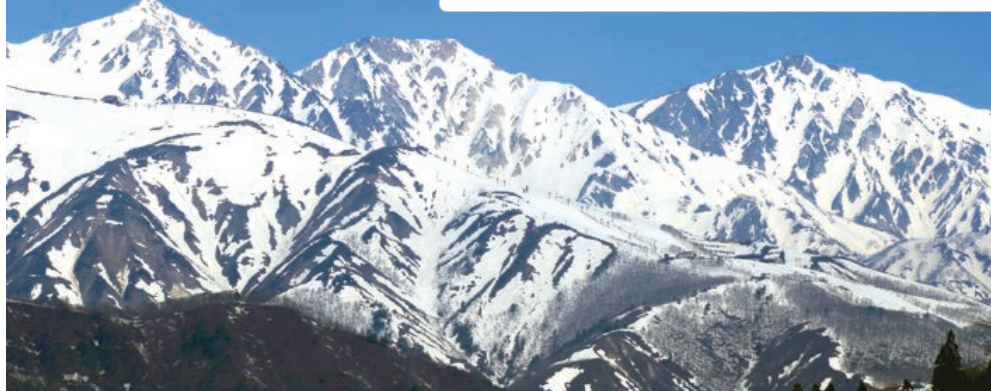
**Hakuba / Nagano**

Le village de Hakuba, dans la préfecture de Nagano, connaît de fortes chutes de neige. C'est ici que se trouve l'une des plus grandes stations de ski du pays ayant accueilli les jeux olympiques de Nagano et cette dernière est équipée de structures d'hébergement.



**Zao / Yamagata et Miyagi**

La chaîne du mont Zao se trouve à la frontière entre les préfectures de Yamagata et de Miyagi. Elle est équipée d'une station de ski dont les arbres entièrement recouverts de neige permettent d'observer le phénomène de givre mou et propose des voyages organisés.







# TOKYO

Capitale du Japon et ville la plus peuplée du monde, Tokyo est le centre économique, politique et culturel du pays. Base de diffusion des dernières modes et des technologies de pointe, c'est également un lieu où l'on peut découvrir la culture traditionnelle du Japon ancien. La ville est le creuset permanent de nouvelles tendances et poursuit ses préparatifs pour les Jeux Olympiques et Paralympiques de Tokyo 2020, très attendus par le monde entier.



## Shibuya

Shibuya est le point de départ de la pop culture japonaise. Après avoir arpenté son fameux carrefour dont les passages piétons se croisent devant la gare, explorez ses boutiques où vous pourrez trouver des articles « kawaii » inédits.



## Shinjuku

Ayant pour cœur la gare la plus fréquentée du Japon, la partie Est est une zone de commerces et de restaurants tandis que l'Ouest est un quartier d'affaires. La rue baptisée « Omoide Yokocho », où se succèdent depuis des siècles de petites échoppes, est très populaire auprès des touristes.



## Ginza

C'est un quartier commerçant où se succèdent les grands magasins, les boutiques de luxe et les restaurants prestigieux du monde entier.

© TCVB



© Senso-ji

## Asakusa / Ueno

C'est un quartier où l'on peut respirer le parfum du Japon traditionnel. La porte Kaminarimon sert de point de repère aux nombreux touristes qui viennent visiter les lieux.



© TCVB

## Palais impérial

Situé au centre de Tokyo, ce palais est la résidence de la famille impériale japonaise. Outre le jardin de l'Est entouré de douves et de remparts (accessible comme parc public 5j/semaine), la rue Inui est également ouverte aux promeneurs qui peuvent alors profiter de la beauté des cerisiers au printemps et des feuillages colorés en automne.



© TOKYO TOWER



Gare de Tokyo

© EAST JAPAN RAILWAY COMPANY



Mont Takao

© TCVB



Illuminations de Roppongi



TOKYO SKYTREE ©



Odaiba



# KYOTO · OSAKA

À Kyoto, qui est l'une des villes les plus touristiques au monde, vous pourrez goûter à la gastronomie traditionnelle locale mais aussi admirer l'architecture traditionnelle du Japon, tels que des temples et sanctuaires anciens, ainsi que de nombreux jardins paysagers. Osaka est le centre économique de l'ouest du Japon et, tout comme à Tokyo, les rues du centre-ville sont bordées de bâtiments ultra-modernes. Cependant Osaka est aussi une ville dont les habitants ont développé leur propre culture culinaire. Ici, vous pouvez déguster tous les plats spécifiques à la région du Kansai.



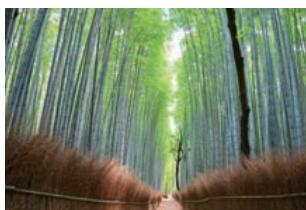
## Temple Tōfuku-ji

Achévé en 1255, Tōfuku-ji est le plus grand complexe de temple de Kyoto. Le « jardin aux huit phases », qui entoure le Hōjō sur les quatre côtés, est classé « paysage de grande beauté » par l'Agence de la Culture. Du pont Tsutenkyō, les visiteurs peuvent admirer à l'automne un magnifique paysage de feuilles d'érables écarlates.



## Gion

Les bâtiments construits selon l'architecture traditionnelle de type Machiya se succèdent dans ce quartier qui s'étend du nord au sud de l'avenue Shijo, depuis la rivière Kamogawa jusqu'au sanctuaire de Yasaka vers l'est. On trouve dans les environs de nombreux sites touristiques comme le sanctuaire Yasaka, le temple zen Kennin-ji ou le Parc Maruyama.



Forêt de bambou Sagano-Arashiyama



Temple Nishi-Hongan-ji



Amanohashidate



Vue sur le quartier d'Umeda (Osaka)



NIFREL à EXPOCITY produit par l'AQUARIUM KAIYUKAN d'OSAKA



## Château de Nijo

Le château de Nijo (Nijō-jō) était la résidence de Kyoto des shoguns Tokugawa, qui ont gouverné le Japon pendant 260 ans de 1603 à 1868. Les larges douves, les imposantes murailles de pierres et les portes à la fois majestueuses et élaborées continuent de nous impressionner encore aujourd'hui.



## Château d'Osaka

Ce château construit en 1585 comme symbole de l'unification du Japon par Toyotomi Hideyoshi, qui contrôlait alors le pays, fut incendié et détruit. Au printemps, on peut admirer les pruniers et les cerisiers en fleur dans le parc au centre duquel se dresse le donjon qui a été reconstruit.



## Dotonbori

Dotonbori est le quartier commerçant d'Osaka. Outre l'ambiance particulièrement bigarrée de la ville, on peut y déguster les plats populaires nés à Osaka, notamment les takoyakis (boules de pâte grillées au poulpe). Le marché Kuromon, véritable garde-manger d'Osaka où tout le monde vient faire son marché, se trouve à quelques pas.





# HOKKAIDO

Hokkaido, qui est situé à l'extrémité nord du Japon, est frais et agréable en été, et très enneigé en hiver. Doté de merveilleux paysages naturels, c'est un lieu privilégié pour les activités de plein-air. De plus, en hiver, la poudreuse de ses stations de ski est magnifique, et les aficionados de la glisse venus du monde entier s'y retrouvent. Dans les grandes villes comme Sapporo ou Hakodate, on trouve de nombreux restaurants où déguster des plats et pâtisseries concoctés à partir des aliments frais typiques de la riche nature de Hokkaido.



## Sapporo

Sapporo, où se déroule chaque année en février le Festival de la Neige, est le centre touristique de Hokkaido dans lequel se concentrent hôtels de grand standing, restaurants et bars. Dans les rues commerçantes de Susukino, on trouve de nombreux restaurants, que ce soient des izakayas (bars japonais), des restaurants spécialisés dans le Jingsukan (plat de viande typique de Sapporo) ou des restaurants de ramen (bouillon de nouilles japonaises).



## Hakodate

À Hakodate, où fut inaugurée en mars 2016 la ligne de Shinkansen de Hokkaido, la vue nocturne offerte depuis le sommet du Mont Hakodate est célèbre. On peut déguster des plats à base de poissons frais tout en observant le paysage unique du port de la ville.



Pont à arches de la ligne Shiroho



Grues dans la réserve naturelle de Kushiro



Mer d'Okhotsk Glaciers flottants



UPOPOY Musée national et parc national peuple aïnou



Ao-i-Ike (étang bleu)



## Furano

Ce paysage de fleurs aussi coloré qu'un arc-en-ciel se trouve dans la ville de Furano. Durant la période estivale, il est un des symboles de l'île, et constitue une étape incontournable à Hokkaido.

© Farm Tomita



Niseko Village K.K.

## Niseko

Niseko est à 3h de bus de Sapporo. Très étendue et particulièrement réputée pour sa poudreuse, la station de ski de Niseko est un lieu qui attire les aficionados de ski du monde entier.



## Otaru

Ville en bordure de rivière où s'alignent de vieux entrepôts, Otaru se trouve dans la partie Nord-Ouest de Sapporo. Célèbre pour son artisanat du verre, elle offre aussi une grande variété de fruits de mers frais ainsi que de sushis.





# TOHOKU

Cette région se compose de 6 préfectures qui occupent la partie nord de Honshu (Aomori, Akita, Iwate, Yamagata, Miyagi et Fukushima). Le site de Shirakami-Sanchi, qui s'étend sur Aomori et Akita, est classé au Patrimoine mondial naturel, et Hiraizumi à Iwate est inscrit au Patrimoine mondial de l'Unesco. Bénéficiant d'une nature magnifique, la région compte de nombreux sites pittoresques et lieux historiques. Dans le Tohoku, on trouve un grand nombre d'onsens (sources thermales), dont la composition variable selon le lieu donne à l'eau une couleur, une odeur ou des propriétés à chaque fois différentes. En outre, la possibilité de déguster la cuisine typique de chaque région est l'un des charmes offerts aux touristes.



## Hirosaki

Les alentours du château de Hirosaki sont réputés pour leurs cerisiers en fleur. Plus de 2 500 cerisiers forment un véritable tunnel, et le paysage des pétales recouvrant les douves est très célèbre.

## Kakunodate

À Kakunodate, vieille ville féodale d'Akita, subsistent encore de nombreuses anciennes maisons de samurai. Du fait que ses rues et son atmosphère ressemblent à celles de Kyoto, on la surnomme « la petite Kyoto ». Pendant la floraison des cerisiers, ses rues traditionnelles se parent des couleurs des fleurs roses, créant une ambiance unique que les nombreux touristes viennent admirer.



Lac Towada



Sendai



## Matsushima

Composée d'au moins 260 îles de tailles diverses situées dans la préfecture de Miyagi, cette baie est aussi magnifique qu'une peinture. Elle compte parmi les trois plus beaux paysages du Japon.



## Château de Tsuruga

Construit en 1384, le château de Tsuruga est célèbre pour avoir tenu un mois sans tomber aux mains de l'ennemi pendant la période de troubles intérieurs de 1868. Reconstitué en 1965, ses tuiles rouges et ses luxueux écussons d'argent en sont les symboles. Autour, on trouve des maisons de thé et un jardin traditionnel japonais.



## Temple Chuson-ji

Ce bâtiment emblématique de Hiraizumi dans la préfecture d'Iwate a été inscrit au Patrimoine mondial de l'Unesco. Le hall doré de Konjikido recouvert de feuilles d'or étincelantes, qu'admirait déjà à son époque la dynastie Fujiwara qui dirigeait la région, est particulièrement célèbre.



Ginzan Onsen (Hot Springs)



Morioka Wanko Soba  
(Nouilles soba typiques de Morioka)



Dewa Sanzan (Trois Montagnes de Dewa)





# KANTO

La région du Kanto, qui a pour centre Tokyo, est entourée par les préfectures de Chiba, Kanagawa, Saitama, Gunma, Ibaraki et Tochigi, auxquelles on peut facilement accéder depuis la capitale pour visiter les statues bouddhiques, temples et sanctuaires historiques, se promener dans les villes portuaires à l'ambiance très pittoresque ou se divertir en dégustant en bord de mer des fruits de mer frais. Il existe mille façons de profiter de ses vallées et montagnes à la magnifique nature ainsi que de ses nombreuses sources thermales.



## Yokohama

Yokohama est la ville la plus peuplée du Kanto après Tokyo. Outre son quartier chinois, les lieux touristiques y sont nombreux comme Motomachi, où se concentrent les boutiques de mode, ou le quartier des hangars de briques rouges. Le paysage du port où entrent et sortent de nombreux paquebots est également magnifique.



## Nikko Toshogu

Ce sanctuaire a été bâti en 1617 par les meilleurs artisans de l'époque venus de tout le Japon afin de célébrer le premier Shogun de l'époque du Shogunat d'Edo, Tokugawa Ieyasu. Le Yomeimon et d'autres bâtiments sont inscrits au Patrimoine mondial de l'Unesco.



## Kawagoe

Ce quartier où les rues sont bordées d'habitations anciennes datant de la période Edo ont valu à Kawagoe le surnom de «petite Edo». Vous pouvez visiter des bâtiments de style *kura* (entrepôts traditionnels) et faire vos achats dans une rue aux boutiques ravissantes.



## Ozegahara

Cette zone humide située dans la plus grande plaine de montagne du Japon est née à l'ère glaciaire et est réputée pour la précieuse flore qu'elle permet d'observer. C'est également le lieu idéal pour une randonnée au printemps ou en été.

## Kamakura

Le premier pouvoir féodal fut bâti sur ces terres au XII<sup>ème</sup> siècle, et outre ses vestiges, on peut y visiter le Grand Bouddha, le temple Hase et le temple Meigetsu-in. Le train Enoden qui circule le long du littoral est également très populaire.



© Kamakura City Tourist Association



Parc littoral de Hitachi



Jardin de Kairakuen



Naritasan



Fuji Hakone



Filature de soie de Tomioka



# CHUBU

Cette région très étendue se situe au centre de l'archipel du Japon, entre le Kanto et le Kansai. Découvrez toute la richesse de ses paysages variés avec le Mont Fuji qui s'étend sur Yamanashi et Shizuoka, les hauts plateaux et chaînes de montagne qui composent Nagano et Gifu, la zone littorale formée par Niigata, Toyama, Ishikawa et Fukui au bord de la Mer du Japon, la grande ville de Nagoya à Aichi ainsi que la préfecture de Mie et ses longues côtes.



**Château de Matsumoto**

Situé dans la ville de Matsumoto dans la préfecture de Nagano, c'est un château possédant l'un des plus vieux donjons du Japon. Adossé aux montagnes des Alpes du nord, le donjon se reflétant dans les douves offre une image magnifique.



## Mont Fuji

Inscrit au Patrimoine mondial de l'Unesco en 2013, le Mont Fuji, du haut de ses 3776 mètres (12 388 pieds), est l'un des symboles du Japon. On peut y accéder depuis les préfectures de Shizuoka et Yamanashi. L'ascension jusqu'au sommet est possible en juillet et en août.



**Domaine viticole de Koshu**

De nombreux vins sont produits au Japon, notamment à Koshu dans la préfecture de Yamanashi où l'on trouve de nombreuses caves proposant des dégustations.



**Cerisiers de Kawazu**

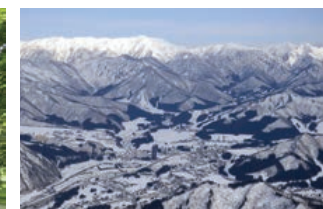
A Kawazu, dans la préfecture de Shizuoka, on peut admirer les cerisiers les plus précoces de l'île de Honshu. Ils fleurissent dès le début du mois de février et une fête est organisée chaque année.



**Miho no Matsubara**



**Karuizawa**



**Echigo Yuzawa**

## Tateyama Kurobe

Mis à part en hiver, il est possible d'aller jusqu'au sommet qui se trouve à une altitude de 2 500 m en empruntant un funiculaire et un bus à partir des hauts plateaux. On peut y observer des plantes de montagne et des animaux rares comme des lagopèdes alpins, ainsi que la vallée enneigée même en été.



**Sado Tanada (rizières en terrasse)**



**Tulipes de Tonami**



# CHUBU



## Shirakawago - Gokayama

Inscrits au Patrimoine mondial de l'Unesco, on peut voir sur les sites de Shirakawago et Gokayama des maisons de type Gassho-zukuri (toits de chaume) traditionnels typiques de cette région.

## Hida Takayama

Cette ville est située dans la zone montagneuse de la préfecture de Gifu. Célèbre pour son artisanat du bois, ses bâtiments traditionnels de toute beauté ont été préservés et on peut y déguster des plats locaux comme le bœuf de Hida ou bien profiter du marché de la ville.



## Nagoya

© Toyota Commemorative Museum of Industry and Technology

Ce musée a été établi en utilisant les vestiges d'une ancienne usine et en préservant le lieu de naissance du groupe Toyota comme héritage industriel. Il présente les évolutions industrielles et technologiques, principalement dans le domaine des machines textiles et de l'automobile, sous la forme d'expositions mobiles et de démonstrations de machines réelles.



## Ise Jingu

Situé au centre-est de la préfecture de Mie, ce *Jingu* est le plus sacré du Japon. Il se compose de 125 *jinja* plus petits (sanctuaires shinto), y compris Naiku (*Kotai jingu*) et Geku (*Toyoke daijingu*). Chaque année six millions de personnes visitent ce sanctuaire.



## Baie d'Ago

Cette jolie baie composée d'îles de tailles variées est célèbre pour son aber et pour sa culture des perles.



## Kenroku-en

Le jardin Kenroku-en, qui se trouve à Kanazawa dans la préfecture d'Ishikawa, est l'un des trois plus grands jardins du Japon. Ishikawa est célèbre pour ses arts traditionnels tels ses poteries comme les céramiques de Kutani, ses feuilles d'or et ses teintures Kagayuzen.



Temple Eihei-ji



Quartier de Higashi Chaya

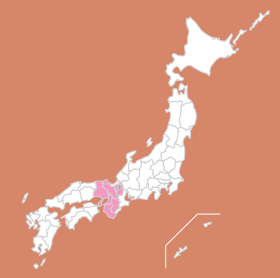


Tojinbo



Céramiques de Seto





# KANSAI

Avec pour centre les préfectures d'Osaka et de Kyoto, la région du Kansai se compose également des préfectures de Shiga, Wakayama, Nara et Hyogo. À Kyoto et Nara en particulier se trouvent les temples et sanctuaires les plus anciens du Japon ainsi que de nombreux trésors nationaux. De plus, depuis l'époque où elle était le centre économique et culturel du Japon en tant que capitale, la région possède des attraits culturels et gastronomiques originaux, ainsi qu'une mode et des tendances uniques.



## Temple Hieizan Enryaku-ji

Ce temple situé sur le mont Hiei, est le Temple fondateur du bouddhisme Mahayana japonais. Il est inscrit au patrimoine culturel mondial de l'UNESCO et son site est accessible en bus et funiculaire en une heure, depuis Kyoto ou Otsu. Il est possible de participer à des séances d'initiation aux pratiques ascétiques dans une atmosphère spirituelle et mystique.

## Koyasan

C'est le lieu sacré où Kobo Daishi (Kukai) a inauguré il y a environ 1 200 ans l'école de bouddhisme ésotérique Shingon. En plus d'être un lieu de séminaire pour les moines, ce site concentre la foi de beaucoup de visiteurs, et tout le monde peut y passer la nuit.



© Wakayama Tourism Federation



## Parc de Nara

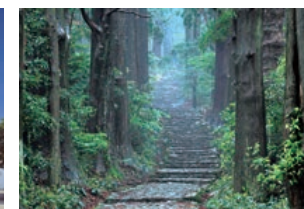
Au cours du VIIIème siècle, Nara a été la capitale du Japon pendant plus de 70 ans et était connue à l'époque sous le nom de Heijokyo. Il y a beaucoup à voir aux alentours du parc de Nara, notamment le temple Todaiji, le temple Kofukuji et le sanctuaire Kasuga Taisha. Dans ce parc, vous rencontrerez des daims considérés comme étant les serviteurs des dieux du sanctuaire de Kasuga Taisha.



Temple Todai-ji



Château de Hikone



Pèlerinage de Kumano Kodo



Temple Horyu-ji



Photo: by Toshiya Yoshida

## Château de Takeda

On trouve peu d'autres exemples de vestiges de châteaux de montagne aussi parfaitement conservés que ceux du château de Takeda. L'image qu'il offre lorsque les conditions météorologiques sont réunies, semblant flotter dans une mer de nuages, est très célèbre.



Kobe



Mont Yoshino / Mille cerisiers



# CHUGOKU

La région de Chugoku, située dans la partie ouest de l'île de Honshu, compte cinq préfectures : Tottori, Shimane, Okayama, Hiroshima et Yamaguchi. La différence de climat est très importante entre le côté Mer Intérieure qui bénéficie d'un climat doux et le côté Mer du Japon, où se trouvent le mont Daisen et des stations de ski connaissant de fortes chutes de neige. On y trouve également un grand nombre de sanctuaires accueillant de nombreux visiteurs, comme le sanctuaire d'Itsukushima à Miyajima, dans la préfecture de Hiroshima, inscrit au Patrimoine mondial de l'Unesco, ou le sanctuaire d'Izumo-taisha, dans la préfecture de Shimane.



## Miyajima

Le sanctuaire Itsukushima Jinja est le site touristique le plus célèbre de la région de Chugoku. Avec son grand portail *torii* dressé à proximité de la côte dans la mer peu profonde, ce sanctuaire est réputé être l'un des trois plus beaux sites panoramiques du Japon avec Matsushima à Miyagi et Amanohashidate à Kyoto. À marée basse vous pouvez passer à pied sous le *torii*.

## Dune de Tottori

À Tottori se trouve l'une des plus imposantes dunes du Japon sur laquelle le vent trace de magnifiques arabesques. Tottori accueille également le plus haut sommet de la région du Chugoku, le mont Daisen d'une altitude de 1 729 m (5 672 pieds) où de nombreux skieurs viennent glisser en hiver.



## Mémorial de la paix d'Hiroshima (Dôme de Genbaku)

La ville de Hiroshima est connue pour avoir subi la bombe atomique pendant la Seconde Guerre mondiale. Ce bâtiment, dont les vestiges ont été conservés, telle une cicatrice de la bombe atomique, est un symbole de paix qui a été inscrit au Patrimoine mondial de l'Unesco.



## Château de Matsue

Le château de Matsue, situé dans la préfecture de Shimane et désigné trésor national, a la forme d'un pluvier déployant ses ailes. On le surnomme « le château du pluvier ». Les promenades en barque le long de ses douves, et les alentours réputés pour ses cerisiers sont appréciés.



## Hagi-Tsuwano

Hagi-Tsuwano était une ville féodale considérée comme la capitale de l'eau où les voies navigables et les douves sont nombreuses. Dans les canaux qui s'étirent devant les maisons traditionnelles de guerriers de Tsuwano, nagent des carpes de toutes les couleurs.



Korakuen



Kurashiki



Pont de Kintaikyo



Grand sanctuaire Izumo Taisha



Musée d'art Adachi

© Adachi Museum of Art





# SHIKOKU

Situé au sud-ouest du Japon, Shikoku se compose des 4 préfectures de Kagawa, Tokushima, Ehime et Kochi. Entouré par la nature, et bénéficiant d'un climat doux toute l'année, on peut y déguster les délices de la mer et de la montagne. De grands festivals autour de la danse y sont organisés chaque année, comme celui de la danse Awaodori de Tokushima ou le festival Yosakoi de Kochi.



**Château de Matsuyama**

On peut accéder au château de Matsuyama (préfecture d'Ehime), qui possède une citadelle intérieure, par le téléphérique qui conduit au sommet du Mont Kachiyama à une altitude de 132 m (433 pieds). La grande tour ainsi que les 21 édifices qui composent l'actuel complexe ont été désignés Bien culturel national important.



**Vallée d'Iya**

Cette vallée abrupte en forme de V d'une longueur de 10 km (6,2 miles) se trouve dans la préfecture de Tokushima. Au pied de la montagne s'accrochent les maisons dispersées et un pont en kazura (sorte de liane) a été construit, enjambant le hameau.

## Îles de la Mer intérieure

Dans la Mer intérieure, qui est entourée par Honshu, Shikoku, et Kyushu se trouvent de nombreuses îles de toutes tailles qui possèdent chacune leur propre charme. Il est possible de visiter les îles de Shodoshima, Naoshima et Omishima à partir des régions du Kansai, de Chugoku et de Shikoku en bateau et en bus.



Temple Shidoji / Préfecture de Kagawa

## Pèlerinage de Shikoku [Oheno (pèlerinage des 88 temples)]

Il y a 1 200 ans, pour protéger les hommes des catastrophes, Kobo Daishi ouvrit dans tout Shikoku 88 lieux sacrés (temples). Aujourd'hui encore, de nombreux pèlerins s'y rendent pour échapper aux désirs de ce monde et voir leurs vœux exaucés.



**Rivière Shimanto**

Cette rivière, la plus longue de Shikoku, coule à l'ouest de la préfecture de Kochi. Sur son cours principal aucun édifice important n'a été bâti, afin de préserver la qualité de ses eaux, on l'appelle « le dernier courant pur du Japon ».



**Dogo Onsen (source thermale)**



**Parc de Ritsurin**



**Tourbillons de Naruto**



**Ozu**



**Sanctuaire Kotohiragu (Konpira-san)**





# KYUSHU • OKINAWA

Située au sud de Honshu, Kyushu est la troisième plus grande île de l'archipel et se compose des 7 préfectures de Fukuoka, Saga, Nagasaki, Oita, Miyazaki, Kumamoto et Kagoshima. Outre son climat doux, la région se distingue par de riches paysages vallonnés. Bénéficiant des bienfaits de la mer et de la montagne, on y trouve de nombreuses sources thermales célèbres.

À l'extrémité ouest du Japon, la préfecture d'Okinawa qui était déjà développée à l'époque où elle formait le royaume des Ryukyu est dotée d'une culture particulière qui s'est bâtie sous les influences américaine, chinoise et d'Asie du Sud-Est. De climat subtropical, elle est connue comme l'une des plus belles régions balnéaires du monde et le bleu de sa mer couleur émeraude est d'une transparence exceptionnelle.



## Yufuin

Le Mont Yufu, au pied duquel s'étend cette jolie ville, est également surnommé le Mont Fuji de la province de Bungo (actuelle préfecture d'Oita). Cette terre de sources thermales populaire s'enorgueillit de posséder le deuxième plus important débit du pays. Dès l'automne et pendant tout l'hiver, les brumes matinales qui l'enveloppent lui donnent une atmosphère mystérieuse.



## Mont Aso

La zone Aso possède l'une des plus grandes calderas du monde, et on peut y observer des paysages uniques comme d'immenses prairies ou des groupes volcaniques. Les sources naturelles réputées pour leurs eaux délicieuses et les sources thermales constituent également un des charmes de la région.



## Ville de Fukuoka (Hakata)

Photograph provided by Fukuoka City

À Fukuoka, la plus grande ville de Kyushu et connue comme étant la porte d'entrée vers l'Asie, vous pourrez goûter à des ramen tonkotsu (soupe de nouilles au porc) ou des produits frais de la mer tout au long de l'année.



## Ville de Nagasaki

Nagasaki avait une petite île artificielle du nom de Dejima, où le Japon entretenait des échanges commerciaux avec le Portugal et les Pays-Bas durant sa période de politique nationale d'isolement. Ici se trouve la plus vieille bâtisse en bois de style occidental construite au Japon, qui avait d'ailleurs appartenu à une certaine époque à Thomas Glover, l'homme qui posa la pierre angulaire de l'industrie navale japonaise.

© NPITA



Port de Moji



Sanctuaire Dazaifu Tenmangu



Château de Shimabara



Bouddhas de pierre d'Usuki



Autoroute Yamanami



Pont de Tsujun



# KYUSHU · OKINAWA



## Takachiho

Cette vallée a été formée par l'érosion de la lave durcie du volcan d'Aso. Des falaises de 80 m (260 pieds) à 100 m (328 pieds) de hauteur se succèdent sur 7 km (4,4 miles). Dans la vallée coulent de nombreuses cascades et l'arrivée du printemps ainsi que le rougissement des feuillages en automne offrent les plus jolis paysages.



© K. P. V. B

## Site du château de Shuri

Ce château est l'exemple d'un style d'architecture original qui utilisait la maçonnerie entre le XV<sup>ème</sup> et le XIX<sup>ème</sup> siècle, époque à laquelle Okinawa a développé sa propre culture en tant que Royaume de Ryukyu. Le site du château et certaines des propriétés qui lui sont rattachées dans le parc, sont inscrits au patrimoine culturel mondial de l'UNESCO.



Shurjo Castle Park



## Île d'Ishigaki-Île d'Iriomote

Des plages s'étendent sur les côtes des îles d'Ishigaki et d'Iriomote dans la préfecture d'Okinawa, de climat subtropical. On peut visiter en kayak ou en bateau la forêt de mangrove d'Iriomote grâce à des voyages organisés.



Manzamo



## Île de Yakushima

De nombreux randonneurs visitent cette île pour admirer le vieux cèdre japonais appelé *Jomon Sugi*, dont il est dit qu'il daterait de plus de 4 000 ans. Sur cette île, les forêts vierges couvertes de mousse ont souvent servi de décor pour des films d'animation.



Kirishima



© Saga Prefectural Tourism Federation

Championnats du monde de montgolfière de Saga



Imari

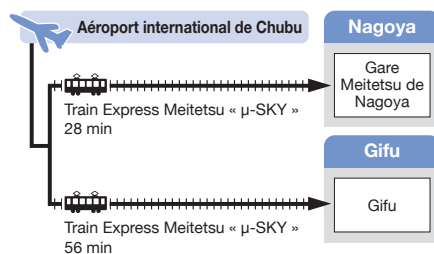
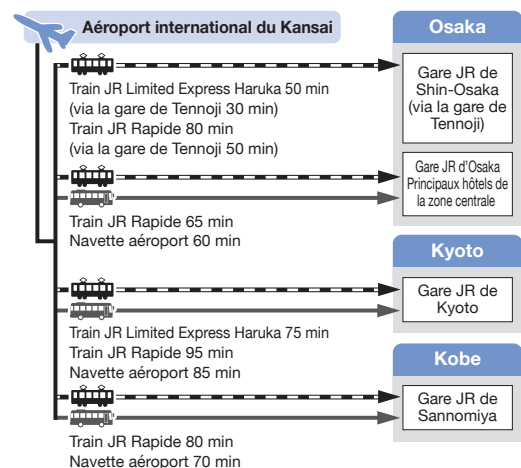
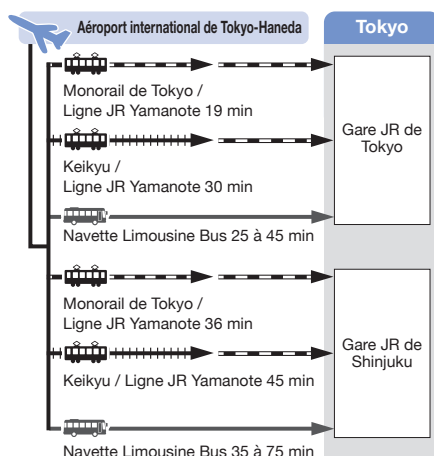
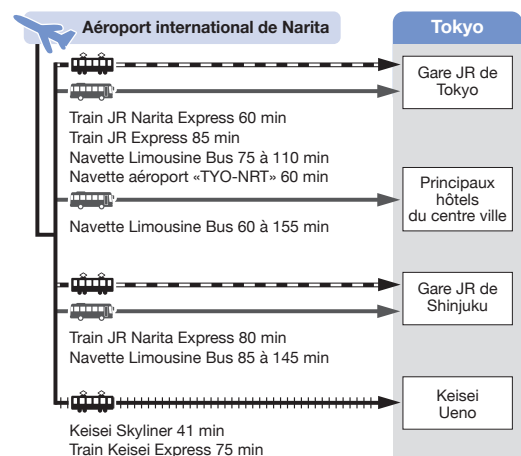


Aoshima



# TRANSPORTS EN COMMUN

## Accès à partir des aéroports



<https://www.japan.travel/fr/plan/airport-access/>

## Billets de train

Les billets peuvent être achetés à partir de guichets automatiques installés dans les gares. Il est également possible de payer en espèces (pièces et billets) mais les billets acceptés diffèrent en fonction des machines. Une interface en anglais est disponible sur les écrans.

## Points de vente de billets JR (Midori-no-madoguchi)



© EAST JAPAN RAILWAY COMPANY

Il est possible d'acheter et réserver vos places aux guichets automatiques des gares ou bien aux comptoirs Midori-no-Madoguchi. Le paiement par carte est accepté. Les cartes de crédit sont également acceptées. Points de vente JR (Midori-no-madoguchi) / Logo de la marque JR Ticket Offices (Midori-no-madoguchi)

## JAPAN RAIL PASS



© JTB Communication Design, Inc.

Le JAPAN RAIL PASS, généralement connu sous le nom de JR Pass, permet de voyager en illimité dans tout le Japon sur les lignes ferroviaires JR et par d'autres moyens de transport durant une période déterminée. Il est uniquement accessible aux touristes étrangers se rendant au Japon pour un séjour court à des fins touristiques. Deux types de passes sont disponibles – l'un pour voyager en 1ère classe (Green Cars) et l'autre pour les places ordinaires. Il y a trois durées existantes : 7 jours, 14 jours ou 21 jours. Veuillez noter que certaines restrictions sont applicables telles que l'impossibilité d'utiliser le JR pass dans les trains Nozomi et Mizuho sur les lignes Shinkansen de Tokaido, Sanyo et Kyushu. Il est donc conseillé de se renseigner à l'avance. Il existe aussi d'autres sortes de passes régionaux à prix réduits.

<https://japanrailpass.net>

## Visiter le Japon en bus



permettra un gain de temps considérable car vous arriverez à destination tôt dans la matinée.

<https://www.japan.travel/fr/plan/getting-around/buses/>

## Location de voitures



Les services de location de voitures sont disponibles dans pratiquement toutes les grandes villes et aéroports. Toutefois, le permis de conduire international est nécessaire pour pouvoir conduire au Japon.

## Cartes à puce



© EAST JAPAN RAILWAY COMPANY



PASMO®

(Exemple) Les cartes à puce de la région métropolitaine de Tokyo et alentours

Certains modèles destinés aux touristes, comme Welcome Suica et Pasma Passport, ne nécessitent pas le versement d'une caution.

<https://www.japan.travel/fr/plan/ic-card/>

## Billets d'avion



nous vous invitons à vérifier les conditions sur internet.

<https://www.japan.travel/fr/plan/getting-around/domestic-air-travel/>

## Permis de conduire

Le permis de conduire international est indispensable pour pouvoir conduire et louer une voiture. Cependant, pour les pays comme la France, la Belgique ou l'Allemagne, faute de convention avec le Japon, une traduction certifiée de votre permis de conduire est nécessaire, le permis international délivré par ces pays n'étant pas reconnu. Veuillez vous adresser auprès de la Japan Automobile Federation (JAF) pour connaître les démarches nécessaires.

<https://www.japan.travel/fr/plan/getting-around/cars/>



# A SAVOIR AVANT DE PARTIR

## Passeport et visa

Tout les visiteurs étrangers souhaitant entrer sur le territoire japonais doivent disposer d'un passeport en cours de validité.

Les ressortissants de nombreux pays n'ont pas besoin de visa pour visiter le Japon pendant un laps de temps limité, aussi longtemps qu'ils n'exercent pas d'activité rémunérée. Il est toutefois conseillé de vérifier sur le site du Ministère des Affaires Étrangères du Japon, celui de l'ambassade ou bien du consulat du Japon de votre pays de résidence.

[https://www.mofa.go.jp/j\\_info/visit/visa/](https://www.mofa.go.jp/j_info/visit/visa/)



## Température °C (F)

	PRINTEMPS (avril)	ÉTÉ (juillet)	AUTOMNE (octobre)	HIVER (janvier)
<b>Sapporo</b>	7,1 (44,8)	20,5 (68,9)	11,8 (53,2)	-3,6 (25,5)
<b>Tokyo</b>	14,6 (58,3)	25,8 (78,4)	18,5 (65,3)	6,1 (42,9)
<b>Osaka</b>	15,1 (59,2)	27,4 (81,5)	19,0 (66,2)	6,0 (42,8)
<b>Naha</b>	21,4 (70,5)	28,9 (84,0)	25,2 (77,4)	17,0 (62,6)

Températures moyennes de 1981 à 2010

## Distributeur d'argent (ATM)

Dans les villes, les bureaux de change sont peu nombreux. Cependant, on trouve des distributeurs d'argent (ATM) dans la plupart des bureaux de poste. Vous pourrez alors retirer du liquide avec votre carte de crédit. Il est aussi possible de retirer via les distributeurs des conveniences store Seven Eleven (supérettes) et Aeon (supermarchés), sur lesquels est écrit « Kokusai ATM Service » et où apparaissent les logos des cartes de crédit qui sont acceptées. Les Seven Eleven sont très pratiques car ils sont ouverts 24h/24h.



<https://www.japan.travel/fr/plan/currency/>

## Argent



La devise en cours au Japon est le yen. Les symboles pour le yen sont ¥ et 円. La devise apparaît aussi sous la dénomination yen dans les langues étrangères. Il est important de savoir qu'au Japon la TVA est de 8 ou 10 % (depuis octobre 2019). Les prix affichés au Japon incluent le plus souvent la TVA mais ceci n'est pas systématique. Pour connaître le prix total d'un article avant de faire un achat, il est prudent de se renseigner auprès d'un vendeur pour savoir si le prix inclut la taxe.

\*La majorité des biens de consommation et des services sont taxés à 10 %. Tous les aliments et boissons, hormis les boissons alcooliques et les repas pris au restaurant, sont sujets à la taxe réduite de 8 %.

Source : Banque du Japon

## Pourboires

Donner un pourboire n'est pas une habitude au Japon puisqu'un service de 10 à 15% est automatiquement ajouté à la note dans les principaux hôtels et ryokans et dans les restaurants de luxe. Aucun pourboire n'est nécessaire à moins que vous ne demandiez des services spéciaux en supplément.

## Electricité

Le courant électrique domestique au Japon a été unifié à 100V mais dans les hôtels de prestige dans les villes comme Tokyo ou Osaka, des prises de 110 et 220V sont disponibles et il est souvent possible d'emprunter un adaptateur à l'accueil de votre hôtel.

## Services internet

Le Wi-Fi devient de plus en plus accessible partout au Japon. Vous aurez accès au service Wi-Fi dans les aéroports, les principales gares ferroviaires et les hôtels. Le Wi-Fi est également disponible dans les restaurants et les centres commerciaux. Vous trouverez la liste des différents points d'accès sur le site ci-dessous.

<https://www.japan.travel/fr/plan/wifi-and-connectivity/>



## Service des urgences

Numéros de téléphone d'urgence  
Police : 110  
Pompiers/Ambulance : 119  
Accident en mer : 118

En complément des numéros d'urgence ci-dessus, les sites internet suivants fournissent des informations importantes concernant la sécurité :

**Pour voyager au Japon en toute sécurité (assistance médicale en anglais, chinois et coréen)**  
[https://www.jnto.go.jp/emergency/eng/mi\\_guide.html](https://www.jnto.go.jp/emergency/eng/mi_guide.html)

**Sécurité au Japon**  
<https://www.japan.travel/fr/plan/emergencies/>



# INFORMATIONS PRATIQUES

## Japonais utile

Prononcez chaque syllabe en gardant une intonation assez neutre.

Salutations		
Enchanté	<b>Hajime-mashite.</b>	はじめまして
Comment allez-vous ?	<b>O-genki-desu-ka ?</b>	お元気ですか？
Bonjour (matin)	<b>Ohayo gozai-masu.</b>	おはようございます
Bonjour (journée)	<b>Kon-nichi-wa.</b>	こんにちは
Bonsoir.	<b>Komban-wa.</b>	こんばんは
Bonne nuit.	<b>Oyasumi-nasai.</b>	おやすみなさい
Au revoir.	<b>Sayo-nara.</b>	さようなら
Phrases		
Merci.	<b>Arigato.</b>	ありがとう
De rien.	<b>Do-itashi-mashite.</b>	どういたしまして
Excusez-moi.	<b>Sumi-masen.</b>	すみません
Je suis désolé(e).	<b>Gomen-nasai.</b>	ごめんなさい
Tenez.	<b>Do-zo. (lorsque vous donnez quelque chose)</b>	どうぞ
S'il vous plaît.	<b>Kudasai. (lorsque vous demandez quelque chose)</b>	ください
Vous comprenez ?	<b>Wakari-masu-ka ?</b>	わかりますか？
Oui, je comprends.	<b>Hai, wakari-masu.</b>	はい、わかります
Non, je ne comprends pas.	<b>Ii-e, wakari-masen.</b>	いいえ、わかりません
Un instant, s'il vous plaît.	<b>Chotto matte kudasai.</b>	ちょっと待ってください
Qu'est-ce que c'est ?	<b>Kore-wa nan-desu-ka ?</b>	これは何ですか？
Combien ça coûte ?	<b>Ikura-desu-ka ?</b>	いくらですか？
Je prendrai ceci.	<b>Kore-o kudasai.</b>	これをください
C'est cher.	<b>Takai.</b>	高い
C'est bon marché.	<b>Yasui.</b>	安い
Où sont les toilettes ?	<b>Toire-wa doko-desu-ka ?</b>	トイレはどこですか？
Au secours !	<b>Tasukete !</b>	助けて
Attention !	<b>Abu-nai !</b>	危ない

## Assistance aux visiteurs

Notre personnel propose, avec toute son hospitalité, une assistance aux touristes étrangers ne sachant pas parler japonais, afin qu'ils puissent voyager au Japon en toute sérénité.



JNTO TIC (Tokyo)

## Programme Goodwill Guide

L'Office National du Tourisme Japonais (JNTO) soutient le Goodwill Guide Program (Programme des Guides Bénévoles). Ce programme regroupe des bénévoles bilingues en mesure de proposer leur aide aux visiteurs venus du monde entier. Ils portent un badge d'identification représentant la Terre et une colombe blanche. Il existe plus de 90 groupes de Systematized Goodwill Guide (SGG) à travers le Japon. Constitué essentiellement d'étudiants et de retraités, ils peuvent accompagner et assister les touristes dans leur langue natale sur la base du bénévolat.



<https://www.japan.travel/fr/plan/list-of-volunteer-guides/>

## Site Internet JNTO

De nombreuses informations de voyage sont disponibles, en anglais ou en d'autres langues que ce soit sur les transports, l'hébergement, le shopping ou les événements organisés. Ce site est régulièrement mis à jour afin de vous transmettre les toutes dernières informations.

## Bureaux d'informations touristique au Japon

Lors de votre voyage au Japon, nous vous conseillons d'utiliser notre réseau d'information national agréé. Vous trouverez des bureaux d'informations touristiques dans les principaux aéroports, gares et sites touristiques. Les détails concernant chaque bureau d'information sont disponibles sur le site web suivant.



<https://www.japan.travel/fr/plan/tic/>

## Horaires d'ouverture habituels

	Jours de semaine	Sam.	Dim. et jours fériés
<b>Banques</b>	9h-15h	fermé	fermé
<b>*Bureaux de poste</b>	9h-17h	fermé	fermé
<b>*Grands magasins</b>	10h-20h	10h-20h	10h-20h
<b>Magasins</b>	10h-20h	10h-20h	10h-20h
<b>*Musées</b>	10h-17h	10h-17h	10h-17h
<b>Bureaux</b>	9h-17h	fermé	fermé

\*Certains bureaux de poste principaux sont ouverts tous les jours.  
\*La plupart des grands magasins ferment 2 ou 3 jours de semaine par mois.  
\*La plupart des musées sont fermés le lundi.

<https://www.japan.travel/fr/fr/>

