

Édition  
DELUXE



# Bien préparer son voyage au Japon

Tome 1

Gael Kanpai



# Avant-propos de l'auteur

La première fois que je suis parti en voyage au Japon, c'était en 2003. Ces deux semaines ont marqué à jamais mon amour pour ce pays et ma fascination pour les Japonais. Je suis retourné plusieurs fois au Japon depuis, mais j'ai fait le choix de ne pas partir vivre au Japon pour ne pas perdre cet oeil de la découverte ni ce plaisir des retrouvailles. Cet eBook s'adresse à toutes celles et ceux qui ressentent cette envie de partager de telles émotions.

La plupart des guides de voyages et autres livres sur le Japon abordent finalement assez peu l'aspect préparatif d'un tel voyage. Partir au Japon nécessite pourtant une certaine organisation pour planifier au mieux son séjour selon ses envies afin d'en profiter au maximum sur place.

Depuis de longues années, je publie très régulièrement de nombreux articles de guide de voyage au Japon sur mon site Kanpai. Entre mes carnets de voyage, les photos et vidéos, les analyses de la société et la culture japonaises, les lecteurs y trouvent déjà une quantité d'informations destinées à les accompagner dans la préparation de leur voyage.

Je reçois toutefois de nombreux e-mails et commentaires de questions liées aux préparatifs. On ne part pas au Japon comme on peut partir dans un pays limitrophe et vous êtes nombreux, à juste titre, à vouloir bien planifier votre séjour afin d'en tirer le meilleur. Avec cet eBook, j'ai donc décidé de synthétiser l'ensemble de ces informations et de les compléter par des indications précises sur la bonne préparation d'un voyage au Japon.

J'espère que vous aurez autant de plaisir à parcourir cet ouvrage que j'en ai eu à le rédiger, et qu'il vous accompagnera avec intérêt dans la réalisation de votre voyage au Japon.

# Sommaire

## Ce qu'il faut savoir avant de partir

- page 6 - **Informations générales**
- page 9 - **Pourquoi le Japon ?**
- page 10 - **Les Japonais**
- page 12 - **Sécurité au Japon**
- page 13 - **La meilleure saison pour partir**
- page 15 - **Avec qui partir**
- page 16 - **La durée de voyage idéale**
- page 17 - **Budget à prévoir**
- page 19 - **La langue japonaise**
- page 20 - **Se nourrir au Japon**
- page 23 - **Politesse : impairs à éviter**
- page 24 - **Voyageurs à handicap**
- page 25- **Risque sismique / tsunami / radioactivité**

## Effectuer ses réservations

- page 29 - **Circuit organisé ou autogestion**
- page 30 - **Billets d'avion**
- page 37 - **Hébergements au Japon**
- page 41 - **Transports au Japon**
- page 59 - **Jours fériés**

# Derniers préparatifs avant le départ

- page 63 - **Passeport et visas**
- page 66 - **Argent**
- page 68 - **Téléphone et Internet**
- page 75 - **Appareil photo / caméra**
- page 77 - **Ordinateur / tablette**
- page 78 - **Cartes de visite et cadeaux**
- page 79 - **Médicaments et santé**
- page 81 - **Préparer sa valise**
- page 83 - **Un guide de voyage papier ?**
- page 84 - **Bien gérer le vol et s'occuper en avion**
- page 86 - **Se préparer au décalage horaire**

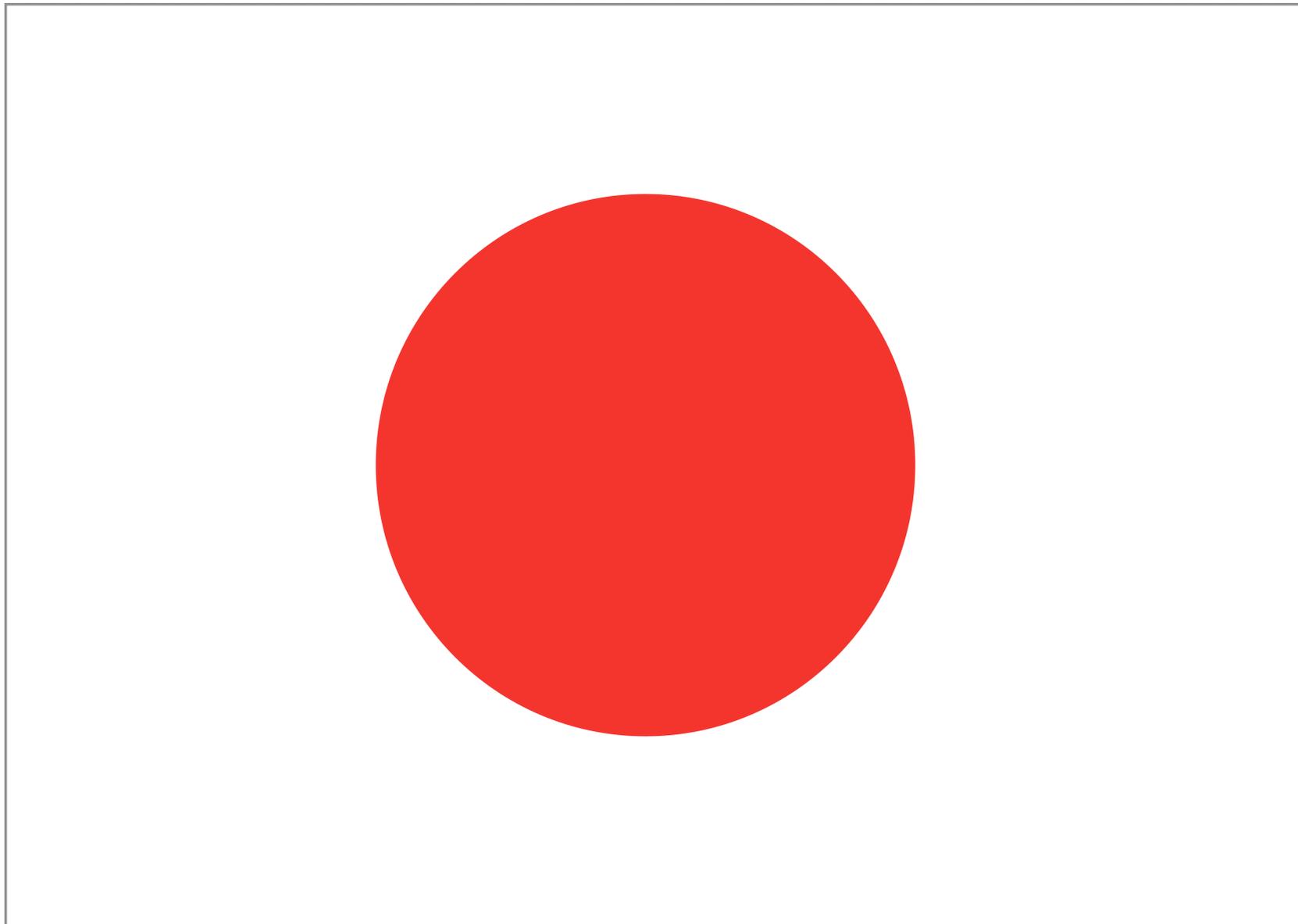
# Une fois au Japon (édition Deluxe uniquement)

- page 89 - **Immigration et douane**
- page 90 - **Sortir de l'aéroport**
- page 92 - **Envoyer des cartes postales, lettres ou colis depuis le Japon**
- page 96 - **Takuhaibin, la livraison de bagages**
- page 99 - **Gérer ses allergies alimentaires au Japon**
- page 102 - **Contacts utiles**
- page 103 - **Un peu de vocabulaire et quelques kanji (caractères japonais)**



# Ce qu'il faut savoir avant de partir

## Informations générales



Le Japon est un archipel de l'Asie de l'est, situé dans l'Océan Pacifique et séparé de la Corée, la Chine et la Russie par la mer du Japon. En japonais, Japon se dit Nippon ou Nihon et signifie « origine du soleil », d'où l'expression « pays du soleil levant ». Ce pays insulaire est constitué de près de 7.000 îles dont les quatre plus importantes représentent plus de 95% de la superficie du pays. D'un point de vue géographique, le Japon est divisé en neuf régions du nord au sud : Hokkaido, Tohoku, Kanto, Chubu, Kansai (également appelé Kinki), Chugoku, Shikoku, Kyushu et Okinawa. Politiquement, il y a 47 préfectures qui correspondent en quelque sorte à des départements.

La langue officielle du Japon est le japonais. Malgré sa relative difficulté d'apprentissage, en particulier à l'écrit, le taux d'alphabétisation au Japon est de plus de 99%. Le japonais repose sur deux systèmes de caractères dont les plus vastes en nombre sont les kanji, avec un peu plus de deux mille signes. Les kana en sont dérivés et permettent de lire, pour les hiragana, les affixes grammaticaux et, pour les katakana, les mots d'origine étrangère. Il existe différents niveaux de langage en japonais qui ne dépendent pas seulement des pronoms, mais modifient l'ensemble des vocables et leur construction grammaticale : conjugaisons, déclinaisons, etc.

Depuis 1947, le Japon vit sous une monarchie constitutionnelle avec un Empereur, Akihito (dont la fonction n'est qu'honorifique et symbolique), ainsi qu'un Parlement et un Premier Ministre qui gouvernent. La constitution japonaise adoptée en 1947, après la défaite du pays lors de la Seconde Guerre Mondiale, interdit le maintien d'une armée et le droit de belligérance. C'est pourquoi la puissance militaire du Japon se limite à une Force d'Auto-Défense. Le drapeau japonais (appelé Hinomaru pour « disque solaire ») est un cercle rouge sur fond blanc, représentant le soleil, alors que le drapeau militaire est accompagné de seize rayons.

Le Japon est la troisième puissance économique du monde ; son niveau de vie est très élevé et il connaît la plus longue espérance de vie au monde : 86,4 ans pour les femmes et 76,6 ans pour les hommes. Il y a 127 millions de Japonais sur un territoire qui s'étend sur 3.000 kilomètres de long et 378.000 km<sup>2</sup>. À titre de comparaison, c'est deux fois plus d'habitants qu'en Italie sur un territoire à peine plus vaste, mais dont les montagnes occupent 71% du territoire ! Les côtes, elles, s'étendent sur 30.000 kilomètres. La métropole de Tokyo, qui englobe la capitale et les préfectures limitrophes, est la plus grande du monde avec plus de 33 millions d'habitants.

Voici la liste des villes les plus peuplées du Japon :

- **Tokyo** : 8,3 millions d'habitants (12,7 millions dans la préfecture)
- **Yokohama** : 3,6 millions
- **Osaka** : 2,6 millions
- **Nagoya** : 2,2 millions
- **Sapporo** : 1,9 million
- **Kobe** : 1,5 million
- **Kyoto** : 1,5 million
- **Fukuoka** : 1,4 million
- **Kawasaki** : 1,3 million
- **Saitama** : 1,2 million
- **Hiroshima** : 1,1 million
- **Sendai** : 1 million

Le Japon est le onzième pays le plus peuplé au monde. Cependant, avec un taux de natalité très bas, le pays est en déclin démographique depuis plusieurs années. Le taux de chômage est relativement bas : moins de 4% en 2013.

Les Japonais utilisent le système métrique pour leurs poids et mesures. En véhicule, on roule à gauche. De même, dans les escalators ou les couloirs, on marche et l'on patiente du côté gauche (sauf dans la région d'Osaka).

Le décompte des étages est à l'américaine : 1F pour le rez-de-chaussée, 2F pour le premier étage, et ainsi de suite. B1F signifie le premier sous-sol.

Les Japonais peuvent compter les années soit de manière traditionnelle, soit selon les changements d'empereur : par exemple, 2014 est aussi l'année 26 de l'ère Heisei.

Il n'y a pas de religion principale à proprement parler au Japon, de plus elles ne sont pas exclusives. La plupart des Japonais ont une vision neutre et croient à des divinités et esprits (appelés kami ou yokai), qu'elles proviennent du shintoïsme (84% de la population) ou du bouddhisme (71%). On compte également 3 millions de chrétiens au Japon, soit moins de 2% de la population.

Contrairement à une idée reçue, les sports nationaux japonais sont le baseball puis le football. Le sport traditionnel le plus populaire est le sumo, ainsi que les arts martiaux (judo, karaté, kendo, aikido).

En 2010, le Japon a accueilli 8,61 millions de touristes (6,8 millions en 2009). Les principaux pays d'origine des voyageurs au Japon sont dans l'ordre : la Corée du Sud, la Chine, Taïwan, les États-Unis, Hong-Kong et l'Australie. Après une baisse de fréquentation en 2011 liée au tsunami, les chiffres sont repartis de plus belle depuis 2012.

## **Pourquoi le Japon ?**

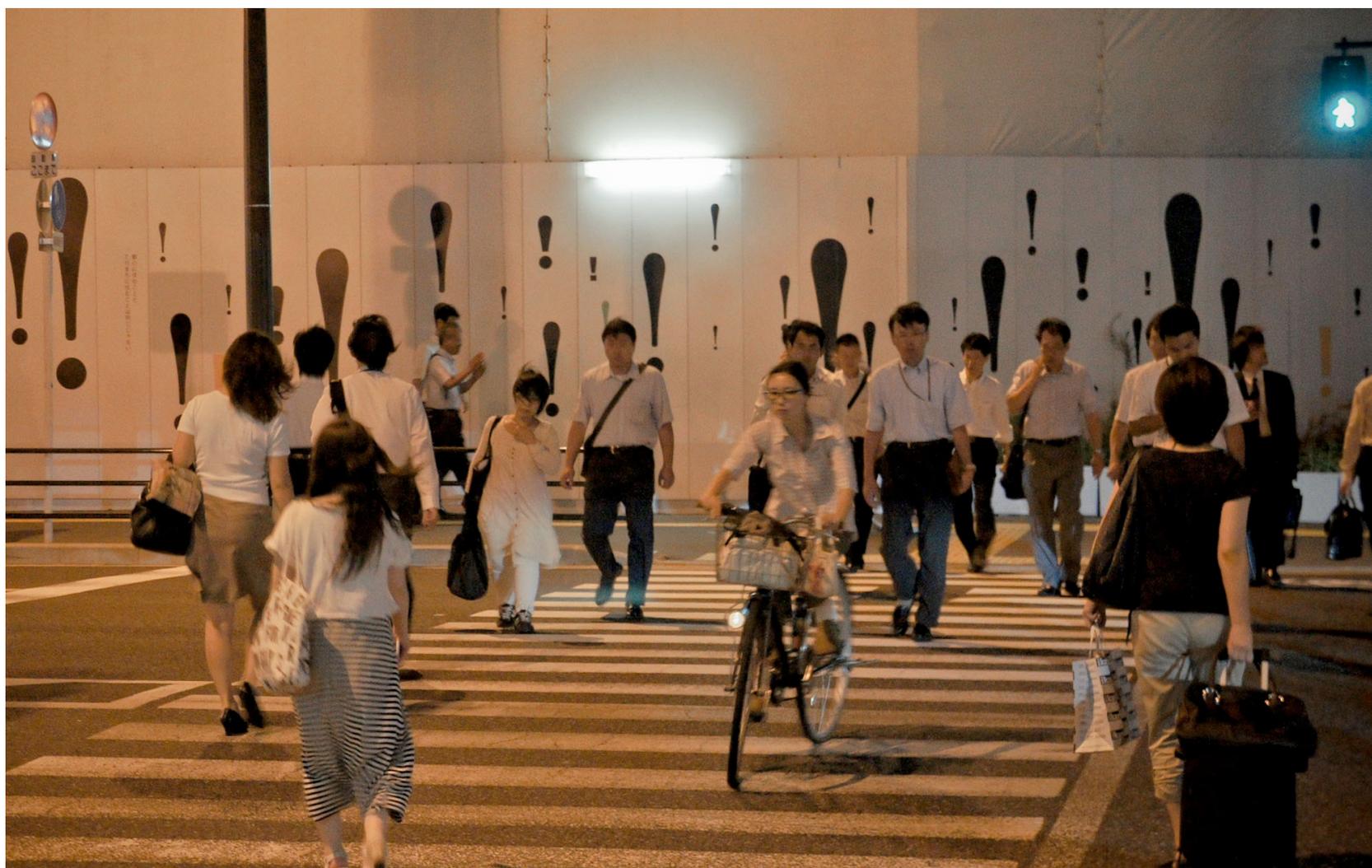
Les raisons de vouloir partir au Japon peuvent être multiples. La plupart connaissent déjà, au moins un peu, ce pays et sa culture par des biais très variés : cuisine, culture populaire (jeux vidéo, manga, cosplay...), histoire, arts, etc. D'autres sont attirés par cette destination, sans vraiment savoir pourquoi sinon par curiosité et envie, mais y aller peut leur sembler comme une évidence.

Dans tous les cas, l'occident reçoit beaucoup d'échos variés du Japon, certains réalistes et d'autres totalement fantasmagiques. Il n'est pas meilleur conseil que d'y voyager

pour se faire sa propre idée et découvrir une culture si éloignée des nôtres, et pourtant si proche par certains aspects.

Le Japon, ce n'est pas seulement l'orient face à l'occident. Même en Asie, les Japonais se sont créés un monde à eux, renforcé par des siècles de fermeture et une culture insulaire encore très forte. Le Japon est un univers bien à part, unique au monde et dont on comprend aisément qu'il attire autant.

La grande majorité des Occidentaux qui visitent le Japon s'y sentent bien : il faut dire que dans ce pays de service et de respect du groupe, on est particulièrement bien accueilli(e) en tant que touriste.



## Les Japonais

Loin des clichés habituellement véhiculés, notamment par les médias occidentaux, les Japonais sont un peuple fascinant et plein de ressources. La force et la sérénité du

groupe prennent le pas sur beaucoup de décisions individuelles. Souvent, les comportements des Japonais sont régis par deux paires de concepts à comprendre :

- honne / tatemae : l'opinion personnelle / l'obligation sociale ;
- uchi / soto : littéralement « intérieur / extérieur ».

Au Japon, culturellement, le bien-être de la société prime sur l'opinion de l'individu dans l'échange social. Les décisions sont donc régies par ces concepts de sorte à ne pas gêner l'harmonie de groupe. Ils expliquent pourquoi les Japonais savent aussi bien suivre les règles et respecter des protocoles établis tels que les hiérarchies, très prégnantes au Japon.

Les étrangers, pas forcément avertis ou rompus à l'usage de cette différenciation, peuvent parfois peiner à comprendre et traduire certains échanges adressés par des Japonais. Par exemple, pourquoi on dit rarement directement non, mais on usera plutôt de locutions telles que chotto ou muzukashii (« c'est difficile ») ; ou encore, pourquoi une invitation peut parfois être une simple marque de politesse plutôt qu'une envie sincère, et doit alors être refusée.

En tant que voyageur de courte durée au Japon, vous n'aurez sans doute pas à vous préoccuper de tels comportements. Il n'est donc pas utile d'aller trop loin dans l'analyse comportementale et les différences culturelles. Au contraire, il est extrêmement confortable de voyager au Japon et de profiter de la serviabilité et la gentillesse de son peuple. Même en parlant très peu ou mal anglais la plupart du temps, on cherchera le plus souvent à vous renseigner, vous aider ou vous accompagner, parfois même sans que vous n'ayez à en manifester la demande.

Les Japonais respectent les consignes et ne sont pas agressifs, bien au contraire (relents des concepts du zen). Si la densité de population est élevée, on constate peu

de cris, de gêne, de rassemblements inquiétants ou même de gens qui courent. Il est interdit de fumer dans la rue ; les fumeurs se regroupent donc dans des zones dédiées appelées smoking areas. Enfin, le Japon est un pays extrêmement propre, où les parties communes sont souvent nettoyées et où l'on trie les déchets.

Il convient donc de se plier aux usages locaux de politesse, de respect et de calme lors d'un voyage au Japon. Ne nous comportons pas comme certains Occidentaux qui se croient en terrain conquis au Japon, parlent fort, bousculent sans s'excuser, coupent des files, etc. Ces comportements sont ressentis comme une gêne par les Japonais, mais sont surtout très mal perçus même s'ils ne sont pas toujours signalés.

On nomme l'ensemble des coutumes et la singularité des Japonais « nihonjiron ».

## Sécurité au Japon

Le Japon est un pays très sûr. La population est calme et peu agressive, les mouvements de foule sont quasiment inexistantes ou aussi respectueux que cela puisse se faire. On ne se sent pas en danger dans les zones touristiques. Même si cela tend doucement à se raréfier notamment dans les grandes villes, on remarque certains gestes de Japonais qui paraissent étonnants pour les étrangers :

- laisser son portefeuille ou sac en évidence sur la table d'un café pour garder la place ;
- sortir de chez soi sans fermer la porte à clé ;
- laisser son casque et même les clés sur son scooter non attaché / laisser le moteur de la voiture tourner sans personne dedans, pour aller faire une petite course ;
- avoir de fortes chances de retrouver son bien perdu ou oublié, en se rendant aux objets trouvés d'une gare ou une zone commerciale.

Cela ne signifie pas que le Japon soit un pays de conte de fées, mais la criminalité et l'insécurité y sont parmi les moins élevées au monde. La police de proximité est très présente via de nombreux koban, des commissariats de quartier, qui font plutôt de la prévention et de l'information que de la répression. Et l'on peut se balader sans danger dans des quartiers ouvertement gérés par les yakuza, la mafia japonaise, par exemple le district de Kabukicho à Tokyo.

Cela explique la congruité de porter plusieurs dizaines de milliers de Yens sur soi sans danger. D'autre part il est possible de sortir à toute heure du jour et de la nuit la plupart du temps sans danger, un sentiment renforcé par les commerces et restaurants ouverts jusque très tard et parfois toute la nuit, notamment les konbini (supérettes de quartier).

Si vous êtes une femme seule, n'hésitez pas à partir au Japon, vous ne craignez rien, et c'est d'autant plus vrai que la femme occidentale a tendance à impressionner le mâle japonais ! Si l'on vous regarde avec attention, c'est plutôt par curiosité (êtes-vous blonde ?) que par malveillance donc n'y voyez pas forcément une raison pour se sentir mal à l'aise ou en danger.

## **La meilleure saison pour partir**

L'archipel japonais étant très étiré du nord au sud, son climat varie de continental à subtropical. À Hokkaido au nord, les hivers sont longs, neigeux et très rigoureux ; alors qu'à Okinawa tout au sud, la température ne descend pas au-dessous des 15°C. Les régions les plus touristiques sur l'île principale de Honshu connaissent des hivers relativement doux avec peu de neige, et des étés chauds et humides. En saison estivale, de juin à septembre, le Japon est touché par des tempêtes tropicales et des cyclones.