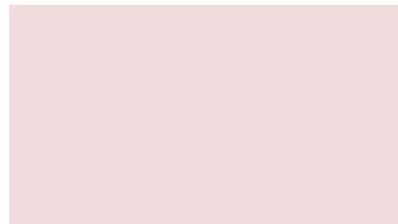
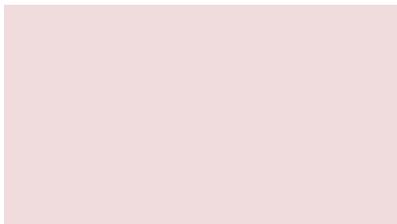
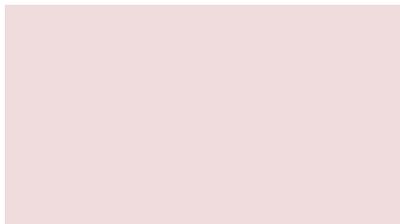




Japon

Carnets Japonais , découverte et créativité - Reference :
AS-JAP-PAS



Descriptif jour par jour

Jour 1 : Paris - Nagoya

Départ depuis la France, nuit et dîner à bord de l'avion.

Jour 2 : Nagoya

Arrivée à Nagoya en fin de matinée, installation à l'hôtel, présentation du circuit et des ateliers.

Jour 3 : Nagoya - Takayama

Transfert par le train JR (Japan Rail) jusqu'à Takayama, charmante ville située aux pieds des Alpes japonaises. Visite du temple Sakurayama Hachiman-gu, du musée des Maturis. Après-midi consacré au premier Atelier Carnet 1, suivi d'une visite libre du quartier Sanmachi-Suji, surnomé la petite Kyoto des Alpes.

Nuit à Takayama.

Jour 4 : Takayama – Kanazawa

Visite du marché de Takayama le long de la rivière Miga Gawa et transfert par train JR vers Kanazawa située sur les rivages de la mer du Japon.

Visites du Jardin Kenroku-en et du musée du XXIème siècle, retour par le quartier des samouraïs.

Nuit à Kanazawa.

Jour 5 : Kanazawa - Kyoto

Transfert par train JR vers Kyoto, l'ancienne capitale impériale, fascinante par ses attraits où se côtoient tradition, présent avec une ouverture sur le futur.

Visites des temples Sanjusangendo et Kyomizu-dera, temple millénaire construit sur pilotis, surplombant la ville. Retour à pied par les ruelles bordées de maisons traditionnelles du quartier Gion jusqu'au parc Maruyama.

Nuit à Kyoto.

Jour 6 : Kyoto

Visite du château Nijo-jo et du Musée international du manga, second Atelier Carnet 2, puis fin de journée libre.

Nuit à Kyoto

Jour 7 : Kyoto

Visites de l'apaisant jardin zen Ryoan-ji et du Kinkaku-ji, le pavillon d'or, suivi du Gingaku-ji, le pavillon d'argent.

Promenade le long du chemin des philosophes. Fin d'après midi libre.

Nuit à Kyoto

Jour 8 : Kyoto - Hinari - Nara

Marche matinale et visite du sanctuaire Fusihini Hinari avec ses innombrables successions de toris vermillons. Transfert vers Nara en train JR. "Capitale de la paix intérieure", un des centres du bouddhisme japonais.

Visite des temples du Daibutsu-den et son imposante statue de Bouddha, le Todaiji, promenade dans le parc le long des milles lanternes de pierre vers le sanctuaire shintô Kasuga Taïsha. Atelier Carnet 3 au Ryokan Matsumae.

Nuit à Nara en Ryokan.

Jour 9 : Nara - Kôyasan

Transfert vers le Mont Kôya par train JR via Shinimamiya et Gokurakubashi

Visite du Mont Koya, haut lieu du bouddhisme japonais, marche au cœur de la forêt de cèdres aux mille sépultures jusqu'au mausolée du moine Kûkai, fondateur de l'école bouddhique Shingon.

Nuit au monastère et repas shôjin ryôri, cuisine végétarienne monacale, aussi délicate que raffinée.

Jour 10 : Mont Kôya – Osaka

Office au monastère et petit déjeuner végétarien. Atelier Carnet 4. Transfert vers Osaka, la capitale économique et hyper active du Kansai, visite du quartier Dotombori, royaume de la vie nocturne avec ses néons, ses salles de jeu où

s'entrechoquent les billes de Patchinko.
Nuit à Osaka.

Jour 11 : Osaka - Okayama - Kurashiki

Transfert vers Okayama par le Shinkansen, puis train JR jusqu'à Kurashiki, l'ancien pôle marchand post Meiji, reconverti en une ville d'art au charme irrésistible. Atelier Carnet 5 dans l'ancienne fabrique de l'Ivy Square. Visite libre du Bikan quartier historique typique de l'ère Edo (1603-1867) bordé de canaux et d'entrepôts réhabilités en boutiques, musées ou galeries.
Nuit en Ryokan avec repas traditionnel.

Jour 12 : Kurashiki - Okayama -Hiroshima

Visite du Musée des Beaux Arts Ohara et Transfert vers Hiroshima en Shinkansen.
Visite de l'émouvant Musée de la paix, fin de journée libre.
Nuit Hiroshima.

Jour 13 : Hiroshima - Miyajima - Hiroshima - Tokyo

Transfert par train et ferry JR vers l'île de Miyajima et son imposant Torii que les vagues et les vents marins n'inquiètent guère. Visite du sanctuaire shintô Itsukushima et suivant les conditions météo, ascension du Mont Misen, après avoir emprunté un raccourci en télécabines.
Retour vers Hiroshima et transfert vers Tokyo à grande vitesse avec le Shinkansen.
Nuit dans le quartier de Shinjuku.

Jour 14 : Tokyo tour

La capitale de l'est ouverte sur l'océan pacifique est une impressionnante mégapole faite de juxtapositions de quartiers hétéroclites. Asakusa et le Sensôji, rendez-vous populaire des tōkōites pour y allumer des bouquets d'encens, le parc de Ueno et le musée national, Odaiba la baie de Tokyo, Ginza et ses boutiques de luxe, le Palais Impérial, Shibuya et son légendaire carrefour, Harajuku et Omotesando repère branché de la mode et des cosplay, sans oublier Shinjuku Est et Ouest avec ses tours à l'architecture futuriste, sans oublier Tsukiji, imposant marché aux poissons où l'on déguste les meilleurs sushis de l'archipel...
Nuit dans le quartier de Shinjuku.

Jour 15 : Tokyo - Kamakura ou Nikko

Départ tôt le matin en Shinkansen pour Nikko, haut lieu du Bouddhisme japonais situé dans un cadre exceptionnel entouré d'une forêt majestueuse où se côtoient sanctuaires bouddhistes et shintoïstes. Visite du Toshogu Gu, du sanctuaire du Yetsu Tanakawa, du temple Rinnoji, de la pagode à cinq étages, du sanctuaire de Futarasan et du Shinkyô, pont sacré laqué de rouge, jadis réservé au passage de l'empereur. Retour en train dans l'après-midi à Tokyo et en option découverte de Odaiba, quartier de la baie de Tokyo ouvert sur le Pacifique.
Nuit dans le quartier de Shinjuku.

Jour 16 : Tokyo à la carte (Tokyo insolite, Tokyo Safari photo)

Visite des Musées Mo+ ou du Mori Tower MCA et Atelier Carnet 6 (Mo+ Mori Tower MCA ?)
Nuit dans le quartier de Shinjuku

Jour 17 : Tokyo – Paris

Arrivée à Paris en début ou en fin d'après-midi en fonction des horaires des vols.

Les prestations

Le prix comprend

- Les vols internationaux Paris-Nagoya et Tokyo-Paris
- Les taxes d'aéroport et surcharges carburant [1]
- Tous les transports et les transferts (métro, bus, train, taxi, ferry - le choix est à la charge de l'accompagnateur), sauf pendant les temps libres
- Les hébergements en Ryokan, hôtels** à ***
- Les petits déjeuners
- Le guide-accompagnateur artiste pascal Ken français.
- Les entrées et les sites mentionnés au programme

Le prix ne comprend pas :

- Les boissons et achats personnels
- Les repas (prévoir de 10€ à 15€ par repas)
- Les sites non prévus en option.

En option :

- L'assurance voyage (185€ ou 222€ avec l'option protection sanitaire pour ce circuit), consultez nos offres pour [une assurance multirisque](#).
- Le supplément chambre individuelle, 420€.

Fiche technique du circuit

Formalités / Santé

Formalités :

Pour un voyage au Japon il faut posséder un passeport en cours de validité.

Les ressortissants étrangers qui entrent sur le territoire japonais sont soumis à la prise de données biométriques, et doivent, au moment des formalités d'immigration, se prêter à la prise d'empreintes digitales et à un portrait photographique (de face seulement)

Pour de plus amples informations, veuillez consulter le site Internet des services d'immigration japonais :

<http://www.immi-moj.go.jp/english/index.html>

Le visa est obligatoire pour un séjour d'une durée supérieure à 3 mois.

Adresses / numéros utiles

France

- **Ambassade de France** : 03-5798.6000.
Permanence consulaire à Tokyo : 090.4526.5641 / 090.2491.9627 / email : infoconsul.tokyo-amba@gouv.fr
- **Consulat général de France à Kyoto** : 075.761.2165 - email : cgf.kyoto@ifjkansai.or.jp,
Borne d'accueil téléphonique de l'ambassade fournissant des informations utiles et des consignes éventuelles aux ressortissants français en cas de catastrophe : (03)-5798-6099

Belgique

- Ambassade de Belgique à Tokyo : Nibancho 5-4, Chiyoda-ku
102-0084 Tokyo, Japon. Tél : +81332620191, +81332620651, +819077379843 Numéro d'urgence en dehors des heures d'ouverture tokyo@diplobel.fed.be
- Ambassade du Japon en Belgique : avenue des Arts/Kunstlaan 58, 6e étage, 1000 Bruxelles. Tél. : 32(0)2-513-2340.

Suisse

- Ambassade Suisse au Japon :
5 -9 -12 Minami-Azabu, Minato-ku,
Tokyo 106-8589 Japan,
Tel. : +81 (0)3 5449 8400,
Tel. : +81 (0)3 3473 6090
- Ambassade du Japon en Suisse : Japanische Botschaft in der Schweiz, Engestrasse 53, 3012 Berne. Tél. : (41) 31-300-22-22.

Canada

- **Ambassade du Canada au Japon** : 7-3-38 Akasaka, Minato-ku
Tokyo 107-8503, Japon,
Téléphone : (011-81-3) 5412-6200,
Ouvert : lundi au vendredi 9h00 à 12h30, 13h30 à 17h30
- Ambassade du Japon au Canada : 255, Sussex Drive, Ottawa, Ontario K1N-9E6. Tél. : (613) 241-85-41.
- Consulat général du Japon à Montréal : 600 de la Gauchetière Ouest, Suite 2120, Montréal, Québec, H3B-4L8. Tél. : (514) 866-3429.

Santé

Attention, les soins médicaux coûtent très cher au Japon. C'est pour cette raison que nous vous conseillons vivement de prendre contracter à une bonne police d'assurance avant le départ. A ce propos, vous pouvez consultez nos offres d'assurances au lien : <http://www.planete-decouverte.fr/Nos-assurances-voyage>

Aucune vaccination n'est obligatoire, sauf pour les personnes arrivant de régions contaminées.

En cas de traitement médical hors substance narcotique, il est normalement possible d'importer sans autorisation le médicament prescrit sur ordonnance pour une durée d'un mois. Au-delà de cette quantité, une autorisation est nécessaire. Il n'y a pas de pharmacie collective, chacun doit emporter ses médicaments personnels.

L'eau est potable au Japon(à vérifier avant de partir depuis les évènement du 11 mars 2011)

Il est recommandé de se tenir informé de l'évolution de la situation et des mesures de prévention à respecter, en

consultant notamment les sites suivants :

- OMS : <http://www.who.int>
- Institut National de Veille Sanitaire : <http://www.invs.sante.fr>

Canada: l'Agence de Santé Publique :

- <http://www.phac-aspc.gc.ca/tmp-pmv/index-fra.php>

Sécurité :

Pas de problèmes, le Japon est sans doute le pays le plus sûr du monde, le plus organisé et le plus propre. Vous pouvez à ce propos lire l'aventure d'une personne lors d'un de nos circuits au Japon sur notre blog : <http://www.planete-decouverte.com/blog/?p=367>

Séismes

Certaines régions du Japon sont situées dans une zone de forte activité sismique. Les recommandations de base sont les suivantes :

- **A l'intérieur :**
S'éloigner des fenêtres, des murs extérieurs, de tous meubles, tableaux, luminaires susceptibles de se renverser . S'abriter sous une table solide ou tous meubles résistants, ou rester debout sous un encadrement de porte .
- **A l'extérieur :**
S'efforcer d'atteindre un espace libre, loin des arbres, poteaux électriques, murs ou bâtiments. En voiture, s'arrêter au bord de la route et attendre à l'intérieur la fin des secousses.

Dans tous les cas, il faut conserver son calme, suivre les instructions données et attendre les secours, si nécessaire. Tout séisme important est suivi d'une série de secousses secondaires.

Nous vous conseillons vivement de consulter les dernières informations concernant ce pays sur le site du ministère des affaires étrangères : http://www.diplomatie.gouv.fr/fr/conseils-aux-voyageurs_909/index.html

Préparer son voyage

Encadrement :

Un guide accompagnateur Planète Découverte français pendant toute la durée du circuit.

Hébergement :

En hôtels de bonne catégorie 2 ou 3 étoiles (base chambre double), avec petit déjeuner occidental ou japonais, parfois en auberge traditionnelle Ryokan (couchage traditionnel, futon et tatami).

Bagages/portage :

Lors des déplacements et transferts, chacun doit porter ses bagages.

Nous vous conseillons de voyager avec un sac à dos ou un sac de voyage souple, avec ou sans roulettes, léger et pas trop encombrant car nous serons également amenés à déposer nos bagages dans des consignes. **EVITEZ DE VOUS CHARGER.** Il sera possible de laver votre linge.

Puis pensez à tout ce que vous allez rapporter !

Un petit sac à dos est très utile pour les déplacements en journée et les visites (appareil photos, lunettes, guide etc.). Il pourra servir de bagage cabine. (Ne pas y mettre de couteau ou d'objet contondant).

Déplacement :

Tous types de transports en commun : trains, bus, métros, tramways, ferries, taxis et bien sûr en train rapide Shinkansen

...

Attention : Il n'y a pas de bus affrété.

Vêtements et matériels :

Le climat du Japon est très similaire à celui de la France tout en étant un peu plus pluvieux. Prévoyez donc des vêtements en conséquence : (voir rubrique climats).

- Chaussures confortables (faciles à enlever, car il faut souvent se déchausser au Japon).
- Vos affaires de toilette.
- Serviette de bain (mai à octobre).
- Maillot de bain (mai à octobre).
- Chapeau ou casquette.
- Petite trousse à pharmacie de base (il n'y a pas de pharmacie collective).
- Si vous portez des lunettes, prendre une paire de rechanges
- Lunettes de soleil (verres à fort pouvoir filtrant)
- Une crème solaire peut être utile
- Une veste coupe-vent imperméable (on trouve des parapluies très facilement eu Japon)
- Une polaire ou un pull (même en été, car au mont Koya par exemple il peut faire frais en soirée).
- Pantalons légers et shorts (mai à octobre)
- Foulard (attention à l'air conditionné)
- Couteau (veillez bien à le laisser dans votre bagage de soute lors de l'enregistrement) et une fourchette pour ceux qui ne veulent pas se mettre aux baguettes !

Achats :

La production artisanale est différente dans chaque région, elle est de très bonne qualité et variée. On trouve par exemple des céramiques, des vanneries, des objets en laque, des perles, des estampes, des kimonos, des masques, des poupées, mais aussi du thé vert, du saké ou des pâtisseries. Et pourquoi pas un Katana (sabre japonais) !

Budget :

Le coût de la vie au Japon est assez cher.

Pour les repas, prévoyez une moyenne de 15 à 25 € par jour (déjeuner + dîner) pour les repas non compris.

Les entrées proposées en option pour visiter les temples, palais, musées sont au Japon de 3 à 9 €.

Plus bien sûr vos achats et dépenses personnels.

Pourboires :

Cette pratique n'existe pas au Japon.

Informations pratiques

Electricité :

100V, 50 Hz (Tokyo et Est du Japon), 60 Hz (Ouest), 2 fiches plates parallèles. Adaptateur à se procurer sur place ou avant le départ.

Poids et mesures

Système métrique au Japon.

Téléphone :

- De la France vers le Japon : composer le 0081 + indicatif de la ville + numéro du correspondant.
- Du Japon vers la France : composer le 00 puis le 33 + les 9 derniers chiffres du numéro de l'abonné (sans le 0 en tête).
- Les cabines publiques à cartes sont de plus en plus rares, on peut acheter des cartes dans les supérettes et dans les kiosques, parfois dans des distributeurs automatiques, attention il y a plusieurs compagnies de téléphones avec des cartes qui correspondent à chacune d'elles !
- Pour les téléphones portables (cellulaires) vérifiez auprès de votre opérateur que votre téléphone fonctionne bien au Japon.

Poste :

Au Japon : Excellent service dans les nombreux bureaux de poste, on y trouve des timbres, on peut aussi parfois retirer de

l'argent grâce aux distributeurs automatiques et faire du change. Poste aérienne internationale : pour l'Europe et l'Amérique, un timbre de carte postale coûte 70 Y (0,52 €). Pour une lettre jusqu'à 25 g, compter 110 Y (0,83 €), et jusqu'à 50 g, 190 Y (1,43 €). Les bureaux de poste sont ouverts en semaine de 9 h à 17 h, et fermés le week-end, sauf quelques grandes postes centrales ouvertes tous les jours

Internet :

Les cybercafés sont très nombreux au Japon et la plupart des hôtels offrent la connexion wifi.

Change :

La monnaie locale est le Yen (1€=121 yen en janvier 2017, le taux est fluctuant).

Les chèques de voyage en euros ou autres monnaies internationales peuvent être changés en arrivant dans les aéroports, dans certains bureaux de poste et dans certaines banques.

Site de conversion des devises : <http://www.xe.com>

Les cartes de crédit

- L'usage de la carte de crédit est assez peu répandu au Japon (sauf pour des montants importants dans certaines boutiques ...), que ce soit Visa ou Mastercard et encore moins la carte American Express. De plus, peu de banques possèdent des distributeurs de billets permettant le retrait d'espèces au moyen d'une carte de crédit internationale, par contre, on trouve des distributeurs de billets dans certaines supérettes (souvent ouvertes 24h/24 dans les grandes villes) et certains bureaux de poste (pour des montants hebdomadaires limités).
- Les banques sont ouvertes en semaine de 9 h à 15 h. Fermeture samedi et dimanche.

Us et coutumes

On doit se déchausser dans les temples et chez l'habitant et utiliser les baguettes lors des repas : celles-ci doivent toujours être déposées horizontalement et ne jamais être placées à la verticale dans les aliments (pratique réservée aux rites funéraires).

Il est recommandé d'observer, en toutes circonstances et particulièrement sur la voie et dans les lieux publics, un comportement réservé et respectueux dans ses échanges avec des tiers.

Climat :

En faisant abstraction de l'île d'Hokkaido au nord (climat tempéré-froid) et l'île d'Okinawa au sud (climat tropical très humide) le climat du Japon est plutôt tempéré.

Les meilleures périodes de visite sont le printemps (de mars à mai) et l'automne (octobre et novembre). Avril voit fleurir les cerisiers et les azalées, les camélias, la glycine... Les couleurs de l'automne flamboient fin octobre et début novembre. L'été (de juin à mi-septembre) est la saison la plus arrosée et la plus chaude. Il y a des risques de typhons en août et septembre.

L'hiver (de décembre à février) est froid et venteux, il neige sur la côte ouest, face à la mer du Japon.

Nagasaki

Temp	J	F	M	A	M	J	J	A	S	O	N	D
max	13°	13	17°	20°	22°	26°	29°	32°	28°	25°	17°	12°
min	3°	4°	7°	11°	15°	19°	23°	24°	20°	15°	9°	4°
Pluie mm	70	110	150	220	240	450	330	230	200	120	90	70

Heure local :

GMT/UTC + 9

- Quand il est 12 heures à Paris (heure d'été), il est 19 heures à Tokyo. Et quand il est 12h (heure d'hiver) à Paris, il est 20 heures à Tokyo. Le décalage entre Paris et Tokyo est de + 7h en été et de + 8 h en hiver.
- Quand il est 7 h du matin à Montréal, il est 21 h au Japon, le décalage étant de 14 h. (Les japonais ne changent pas d'heure au cours de l'année).

Transports

Nous utilisons presque exclusivement les transports en commun sur ce circuit car le Japon est très bien desservi par les transports en commun (trains, bus, métros, tramways) qui sont ponctuels, calmes et propres. Le Japon possède un réseau ferroviaire, (JR, Japan Railway et de nombreuses lignes privées) moderne, dense, confortable et de qualité. Il permet de se déplacer rapidement, grâce au train à grande vitesse (Shinkansen).

On trouve également de nombreux taxis, que nous prenons parfois pour des transferts, sur décision du guide-accompagnateur, à des tarifs très corrects. Attention, la porte arrière du taxi s'ouvre automatiquement, elle est commandée par le conducteur. Les factures (reçus) sont délivrées par un boîtier électronique.

Nourriture

La cuisine japonaise est variée et de qualité. Le poisson, les crustacés, les coquillages et les algues sont beaucoup consommés au Japon :

- Sushis, spécialité japonaise faite d'une boulette de riz entourée de poisson cru, il en existe de nombreuses sortes.
 - Sashimis : tranches de poisson.
 - Les algues : ce sont de grands mangeurs d'algues. Très riches en protéines, vitamines et sels minéraux, à la base de nombreux plats.
Épices :
 - Wasabi : épice très piquante à base de la racine de raifort, crème de couleur verte au goût très fort. On la retrouve notamment dans les sushis.
 - Gingembre (shôga) : rhizome de couleur rose utilisé frais, sous forme de jus ou mariné. On le retrouve également dans les sushis ou les sashimis.
 - Soja : ingrédient indispensable, il est utilisé sous diverses formes : la farine de soja, le lait de soja, le tôfu (sorte de fromage), le natto (fabriqué à partir de graines fermentées), le miso (à partir d'une pâte de soja fermentée)...
- Plats :
- Sukiyaki : le plat national, sorte de pot-au-feu (bœuf, porc, poulet...).
 - Okonomiyaki : spécialités d'Osaka, et monjayaki, spécialités de Tokyo. Sortes de crêpes aux ingrédients variés (bœuf, fruits de mer, légumes...) préparé sur une plaque chauffante au milieu de la table.
 - Râmen : nouilles cuites dans un bouillon, servies dans un grand bol parfois accompagnées de légumes, de viandes...
 - Soba : nouilles de sarrasin, servies chaudes ou froides.
 - Udon : nouilles de blé
 - Mochi : gâteau de riz gluant, traditionnellement servi pour la nouvelle année.
 - shabu-shabu : fondues principalement composées de bœuf mijoté et de légumes.
 - Oden : gâteaux de poisson et légumes.
 - Tempura : beignets de légumes, viandes ...
 - Yakitori : brochettes (bœuf, poulet, poissons ...).

La pâtisserie est souvent faite à base de pâte de haricots rouges sucrée : l'anko, de pâte de riz : le mochi. L'higashi, pâtisserie faite à partir du thé vert, sorte de gâteau sec peu sucré et sans beaucoup de goût.

Fruits :

- Le kaki : petit fruit orange, servi traditionnellement lors des fêtes.
- La poire japonaise (nashi) : l'apparence et la texture d'une pomme, de couleur jaune à marron.
- La prune (ume) : facilite la digestion.
- La noix de ginkgo (ginnan) : un ingrédient de luxe, c'est une petite noix blanche provient de l'arbre appelé « ginkgo biloba » et a le goût des pignons de pin.
- Le citron japonais (yuzu) : plus gros que le citron occidental, un fruit unique !

Boissons

- Le thé, les Japonais en ont fait un art, il s'est démocratisé au cours de l'ère Edo et touche maintenant l'ensemble de la population (servi chaud en hiver ou froid en été). Les Japonais consomment principalement du thé vert, qui est récolté de mai à juin.
- Le soba-cha est une infusion à base de graines de sarrasin grillées et le mugicha est une boisson glacée, élaborée à base d'orge sans théine.
- On trouve de nombreuses sortes de bière (biru), c'est une boisson très populaire au Japon. Il existe quatre grandes bières japonaises : Asahi, Kirin, Sapporo et Suntory. (Leurs noms viennent de la région où elles sont produites).
- La légende veut que les dieux au Japon aiment l'alcool !, c'est-à-dire le saké (l'alcool de riz). Il est composé : de riz (20 %) et d'eau (80 %). On le brasse comme de la bière, dans des cuves, d'où son appellation de bière de riz. Seul le koshu (vieille réserve), se conserve 10 à 20 ans, c'est un saké à la couleur jaunâtre et à la saveur mielleuse.

Données culturelles

Bibliographie.

Guides de voyage :

- Guides Bleus, Japon, Hachette, 2008
- Guide Lonely Planet, Japon, 2010
- Guide Evasion Tokyo et Kyoto, Patrick Duval, Hachette Tourisme, Paris, 2000
- Guide Vert Japon, Guide Vert, Michelin, 2009
- Guide du routard Tokyo, Kyoto et environs, Edition 2010/2011.
- Guide de conversation du Routard, Larrousse – Hachette Livre, 2008.
- Le Grand guide du Japon, Dorothée de Boissésou, Éditions Gallimard, collection Bibliothèque du Voyageur.
- Japon, Collectif, Éditions Hachette, Collection Les guides voir
- Carte IGN du Japon.1/4 000 000 Tourisme étranger, IGN, Paris, 2007

Lectures conseillées :

- Chronique japonaise, Nicolas Bouvier, Éditions Payot, Collection Voyageurs Payot, (1991) .
- Le Vide et le Plein (Carnets du Japon, 1964-1970), Nicolas Bouvier, éditions Hoëbeke (2004)
- Stupeur et tremblements, Amélie Nothomb, Albin Michel, 1999.
- Les Geishas, de Robert Guillain, Arléa, 1997.
- Le Voyage au Japon - Anthologie de textes français : 1858 - 1908, Patrick Beillevaire, Éditions Robert Laffont, Collection Bouquins.
- L'Abécédaire du Japon, Takashi Moriyama, Éditions Picquier poche.
- Le Japon. Dictionnaire et civilisation, Louis Frédéric, Robert Laffont, Paris, 1996.
- Le chrysanthème et le sabre, Ruth Benedict, Éditions Picquier.
- Dictionnaire historique du Japon, Édité par la Maison franco-japonaise de Tokyo aux éditions Maisonneuve & Larose en 2002. Panorama de 20 siècles d'histoire japonaise en 7 500 articles classés par ordre alphabétique.
- Le Japon des Japonais, Pons P. et Souyri P.-F., Liana Levy, 2004.
- L'art japonais, Shimizu C, Flammarion 2001.

Écrivains japonais :

- Le Pavillon d'Or, Yukio Mishima, folio 1961.
- La course au mouton sauvage, Haruki Murakami, Éditions Seuil, Collection Points.
- Le grondement de la montagne, Kawabata Yasunari, Albin Michel, 1969.
- Le Faussaire, Inoue Yasushi, Stock 1995.
- La pierre et le sabre, Eiji Yoshikawa, J'ai lu, Paris, 2000.
- Code d'honneur du Samouraï : une traduction moderne du Bushidô Shoshinshû de Taïra Shigésuké, Thomas Cleary, Alpee, Liège, 2005
- Et les mangas de Taniguchi Jirô ou de Mizuchi Shigeru .

Filmographie

Films japonais

- Rashômon d'Akira Kurosawa, 1951
- Les Sept Samouraïs, d'Akira Kurosawa, 1954.
- Dersou Ouzala, d'Akira Kurosawa, 1975.
- Kagemusha : 1980 d'Akira Kurosawa
- Ran, d'Akira Kurosawa, 1985.
- Le Voyage de Chihiro d'Hayaho Miyazaki
- Mamoru Oshii comme Ghost in the Shell
- La Ballade de Narayama de Shôhei Imamura
- Sonatine, Mélodie mortelle 1993 et Hana-Bi 1997, Zatoichi de Takeshi Kitano, 2003.
- Departures de Yojiro Takita, 2008
- Tokyo Sonata de Kiyoshi Kurosawa, 2008

Films sur le Japon

- Tokyo de Michel Gondry, Leos Carax, Joon-ho Bong, 2008.
- Le dernier Samurai, de Edward Zwick, 2002.
- Lost in translation de Sofia Coppola, 2002.
- Stupeurs et tremblements, d'Alain Corneau, 2003, d'après le roman d'Amélie Nothomb.

- Carte des sons de Tokyo de Isabel Coixet, 2009.

Musique

- Requiem pour cordes, 1957 et November Steps 1967, de Takemitsu Toru.

Petit lexique :

- Bonjour = konnichiwa
- Au revoir = sayonara
- S'il vous plaît= onegai shimasu
- Merci = domo arigato
- A votre santé ! =Kampai !