

フランス語

Manuel des résidents ressortissants étrangers

Pour vivre au Japon tranquillement,
en toute sécurité et sans
risquer d'être mêlé(e) à des délits.



Avec



le Département de la
police métropolitaine



le Bureau régional des services
d'immigration de Tokyo

Contenu

Introduction

P.1

Règles et usages japonais

P.2 ~ P.5

Les lois japonaises à connaître

P.6 ~ P.10

Être prudent à vélo

P.11 ~ P.13

Être prudent au travail

P.14 ~ P.17

Votre carte de séjour

P.18 ~ P.20

Obligation de déclaration

P.21 ~ P.24

Contacts en cas de problèmes

P.25

Introduction

Pour les ressortissants étrangers vivant dans l'agglomération de Tokyo

De nombreux ressortissants étrangers vivent dans l'agglomération de Tokyo.

Cependant, les différences de langue, de culture et de mode de vie font que certaines d'entre elles peuvent rentrer en conflit avec des Japonais.

Une mauvaise connaissance des lois japonaises ou de mauvaises habitudes peuvent amener des individus à commettre des délits sans en avoir conscience.

La métropole de Tokyo a conçu ce manuel pour permettre aux ressortissants étrangers de bien comprendre les habitudes et les lois japonaises et de vivre tranquillement et en toute sécurité.



Règles et usages japonais

◆ Jetez vos ordures ménagères dans une poubelle.



Ne les jetez pas dans la rue.

◆ Respectez les règles de collecte des déchets et ordures ménagères



Lorsque vous vous débarrassez de vos ordures ménagères, faites attention **au jour, à l'heure, au lieu et à leur type**.



Ne vous débarrassez pas illégalement de déchets volumineux.

Les règles de collecte sont déterminées par la mairie de votre lieu de résidence. Vous êtes invité(e) à en prendre connaissance.

◆ Respectez les règles figurant dans votre contrat de location.



Sans l'autorisation du propriétaire, il est interdit **d'ajouter d'autres habitants, de sous-louer, de rénover l'appartement et d'avoir des animaux domestiques.**

Le non-respect des clauses du contrat peut entraîner votre expulsion du lieu.

◆ Ne laissez pas d'objets dans le couloir et les escaliers.



Le couloir et les escaliers hors de l'appartement sont des parties communes.

Si ces espaces sont encombrés, l'évacuation devient impossible en cas d'incendie ou de tremblement de terre.

◆ **Ne parlez pas fort et n'écoutez pas de musique à volume élevé dans votre appartement ou dans les couloirs.**



Les voix et les sons forts causent de la gêne aux personnes qui vous entourent.

Le tapage causé peut être la cause d'un signalement à la police et d'un avertissement.

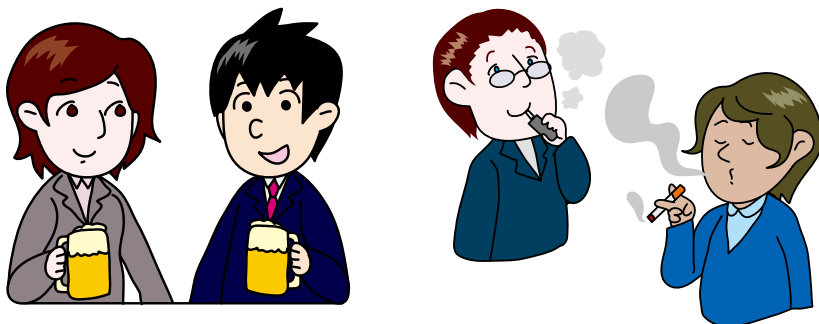
◆ **Évitez de téléphoner ou de parler de manière bruyante dans les transports en commun.**



Les conversations téléphoniques et conversations bruyantes causent de la gêne aux autres passagers et ceci peut être la cause de troubles.

Suivez les règles et les bonnes manières dans les lieux de vie et les lieux densément peuplés.

◆ **Seules les personnes de plus de 20 ans peuvent consommer de l'alcool et fumer.**



Au Japon, les personnes de moins de 20 ans ne peuvent ni boire de l'alcool ni fumer.

◆ **Fumez dans les espaces dédiés.**



Ne fumez pas en marchant ou en dehors des espaces dédiés.
Ne jetez pas vos mégots de cigarettes sur la chaussée.
Conformément aux règlements de la métropole de Tokyo,
il est en principe interdit de fumer dans les bâtiments.

Les lois japonaises à connaître

- ◆ **Ne prêtez pas vos abonnements aux transports en commun ou vos certificats d'assurance maladie.**



Il est interdit d'utiliser l'abonnement aux transports en commun, le certificat d'assurance maladie ou la carte *My Number* d'une autre personne.

Il est interdit de prêter votre abonnement aux transports en commun, votre certificat d'assurance maladie ou votre carte *My Number* à une autre personne.

Ceci est un délit sanctionné par la loi.

- ◆ **Si vous trouvez un objet perdu, apportez-le à un poste de police.**



Ne vous appropriez pas les portefeuilles, sommes d'argent, cartes que vous avez trouvés.

Ceci est un délit sanctionné par la loi.

Si vous avez perdu quelque chose, faites une déclaration de perte au poste de police.

Si l'objet est retrouvé, il vous sera retourné.

◆ Le vol à l'étalage est un délit.



Le vol à l'étalage consiste à prendre des produits dans un magasin sans les payer.

Le vol, mais aussi le transport de marchandises volées, le guet, l'aide à la fuite, toutes ces actions sont des délits.

Les magasins japonais sont équipés de caméras de sécurité et des agents de sécurité y patrouillent.

Ne commettez jamais de vols à l'étalage.

◆ N'utilisez pas un vélo sans l'accord de son propriétaire.



N'utilisez pas les vélos qui sont parqués dans les gares où sur les routes pour les jeter ensuite.

Ceci est un délit sanctionné par la loi.

◆ Ne volez pas les légumes, fruits, animaux d'élevage qui se trouvent sur des exploitations.

◆ Il est interdit de prendre les poissons ou les coquillages de la mer ou des rivières sans autorisation.

◆ Il est interdit de transporter des objets dangereux.



Couteau ou gaz lacrymogène

Ne portez pas d'objets dangereux tels que des couteaux sans raison valable.

Ceci est un délit sanctionné par la loi.

Les raisons suivantes ne sont pas considérées comme valables :

- pour vous protéger
- parce que c'est pratique
- parce que c'est à la mode
- parce que vous avez négligé de le ranger après le travail ou un camping

◆ La possession et la consommation de drogues illégales sont des délits.



Au Japon, les drogues suivantes ne peuvent être ni possédées ni consommées :

- Stimulants • Cannabis (marijuana) • Cocaïne
- Héroïne • MDMA • drogues dangereuses, etc.

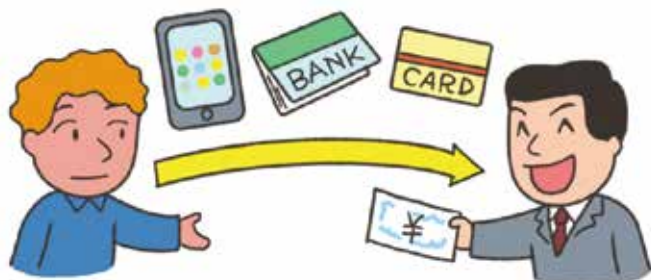
Même la première consommation est un délit.

Il est strictement interdit de posséder ou de consommer ces substances.

Leur importation au Japon est également un délit.

◆ **Les comportements suivants sont des délits :**
Ne vous laissez jamais prendre par une invitation qui promet des gains faciles !

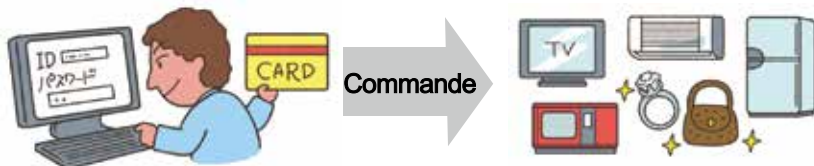
- **La vente ou le transfert de téléphones portables, de cartes de crédit ou de livrets de banque.**



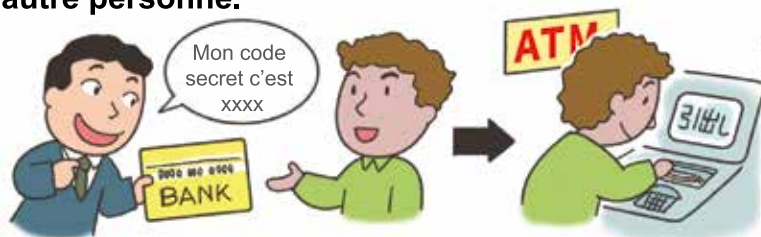
- **La signature de contrats pour d'autres personnes, y compris pour des téléphones portables ou l'ouverture de comptes bancaires.**



- **L'utilisation de la carte de crédit d'une autre personne pour commander des produits ou des services en ligne, etc.**



- Retirer de l'argent en utilisant la carte de retrait d'une autre personne.



- Recevoir un colis au nom de quelqu'un d'autre. Transférer ce colis à une autre personne ou l'envoyer à un endroit désigné.

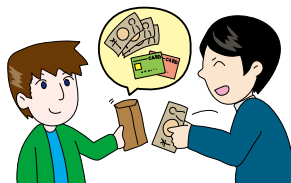
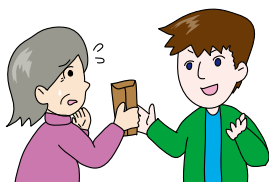


Recevoir un colis au nom d'une autre personne



Le transférer vers un lieu désigné

- Recevoir des lettres ou des paquets d'autres personnes, sans savoir ce qu'ils contiennent et les transmettre à ceux qui les ont demandés.



Faites attention !

Ce genre d'actions cache des organisations criminelles.

Vous pouvez devenir complice d'une organisation criminelle sans vous en rendre compte.

Ne vous laissez jamais tenter par ces invitations à gagner de l'argent facilement !



Être prudent à vélo

- ◆ Lorsque vous achetez ou recevez un vélo, effectuez les procédures d'enregistrement au registre de la prévention de la criminalité.



警視庁
原宿
A-11111

Lorsque vous achetez un vélo : ▶

L'enregistrement est obligatoire

Lorsque vous recevez un vélo : ▶

Le changement de nom est obligatoire

L'inscription au registre est possible auprès du commerçant ou de tout autre lieu où est affiché le panneau « Enregistrement des vélos pour la prévention de la criminalité » (自転車防犯登録所).

Le changement de nom requiert des frais d'inscription, votre carte de séjour ainsi que la carte d'enregistrement du vélo (si vous êtes en sa possession).

- ◆ Garez votre vélo sur les places de stationnement réservées aux vélos.



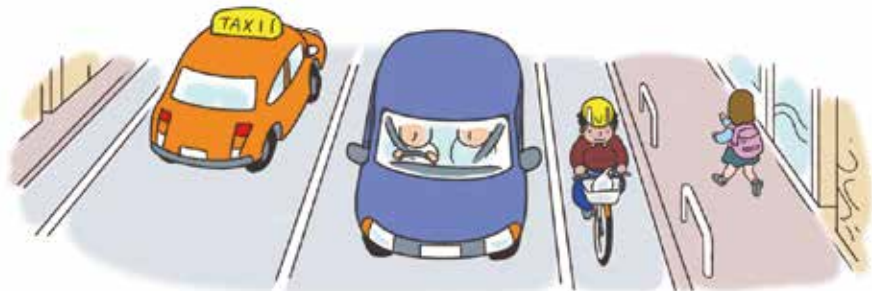
Les vélos qui ne sont pas garés dans des lieux désignés seront retirés !

Des frais de retrait vous seront demandés pour récupérer votre vélo après son retrait.

◆ Au Japon, les mêmes lois s'appliquent aux vélos et aux voitures !

Cinq règles pour rouler en toute sécurité à vélo

- 1 Pour les vélos, la route est la règle, le trottoir est l'exception

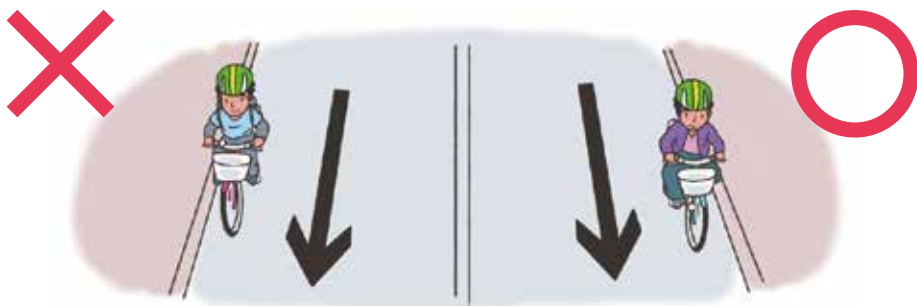


Cependant, dans les situations suivantes, il est possible de rouler à vélo sur le trottoir.

- Lorsque ce panneau est présent sur le trottoir (circulation autorisée aux vélos)
- Si vous êtes un enfant de moins de 13 ans, une personne âgée de 70 ans ou plus, ou une personne handicapée physiquement
- Lorsqu'il est difficile de rester sur le côté gauche de la route en raison de travaux, etc.



- 2 La circulation se fait sur le côté gauche



Les vélos circulent à gauche, comme les voitures.
La circulation à droite est interdite.

3 Les piétons ont la priorité sur les trottoirs. Les vélos doivent circuler du côté de la route



Lorsque vous roulez à vélo sur le trottoir, roulez à une vitesse qui vous permet de vous arrêter immédiatement du côté de la route. Si vous bloquez le passage des piétons, arrêtez-vous immédiatement.

4 Respectez les règles de sécurité



Il est interdit de rouler en état d'ivresse.



Il est interdit de rouler à deux



Il est interdit de rouler côte à côte



Il est interdit de rouler en tenant un parapluie



Il est obligatoire d'utiliser des lumières la nuit



Il est obligatoire de respecter les feux de signalisation aux intersections

5 Porter un casque

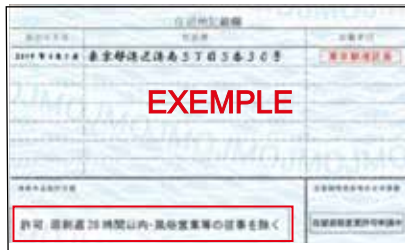
La métropole de Tokyo encourage le port du casque pour les cyclistes.



◆ **Si vous utilisez un vélo à Tokyo, vous devez avoir une assurance qui couvre les accidents corporels.**

Être prudent au travail

- ◆ Pour travailler, il est nécessaire d'obtenir à l'avance une dérogation afin d'exercer une activité non autorisée par votre statut de résidence.



Les ressortissants étrangers sont autorisés à travailler au Japon dans les limites définies par leur statut de résidence dans le cadre de la loi sur le contrôle de l'immigration et la reconnaissance des réfugiés.

Dans les cas suivants, il est nécessaire d'obtenir à l'avance une dérogation afin d'exercer une activité autre que celle autorisée par votre statut de résidence.

- Quand une personne dont le statut n'autorise pas le travail salarié (« étudiant » ou « séjour familial ») veut exercer une activité rémunérée
- Quand une personne dont le statut autorise le travail salarié (« ingénieur », « spécialiste en sciences humaines », « services internationaux ») veut exercer une activité rémunérée qui sort du cadre de son statut



Faites attention !

Les activités hors-statut sont limitées dans le temps.
Il est interdit d'avoir une activité hors-statut sans dérogation et de dépasser les limites imposées par celle-ci.
Cette infraction peut être sanctionnée et être suivie d'une expulsion du territoire japonais.



NON!

◆ **Un emploi hors statut est strictement limité à 28 heures par semaine.**

$$28 \text{ h} + 20 \text{ h} = 48 \text{ h}$$



28 h maximum !

Un emploi hors statut ne doit jamais dépasser 28 heures par semaine, même si les lieux de travail sont multiples.

Cependant, les personnes ayant le statut d'« étudiant » peuvent travailler jusqu'à 8 heures par jour (40 heures par semaine au maximum) pendant les pauses prolongées définies par leur école (pause estivale, pause hivernale, etc.)

◆ **Il est interdit de travailler dans le domaine des divertissements pour adultes.**



Il est interdit d'avoir une activité rémunérée hors-statut dans ces types d'établissements :

- snacks, cabarets, pubs, clubs, etc. où un client est divertie et se voit offrir repas et boisson
- centres de jeux
- salons de mahjong
- salons de pachinko
- « Love hotels »
- « clubs téléphoniques »
- « cafés de rencontres »
- magasins d'articles pour adultes
- magasins de vidéo pour adultes
- salles de vidéo privées
- entreprises de call-girls

Il est interdit de travailler dans ce type d'établissements en qualité de personnel d'entretien, personnel de cuisine, serveur, personnel de salle, etc.

◆ **Faites attention aux lieux de travail qui correspondent à ces descriptions pour un emploi hors statut.**



Il est interdit de travailler dans les salons de massage avec services sexuels, dans les restaurants où vous êtes assis à côté du client pour le servir et lui faire la conversation. Ne faites pas confiance aux responsables qui vous disent que ces activités sont autorisées.

Même si vous ne saviez pas que vous travailliez dans un établissement de divertissement pour adultes, vous prenez le risque d'être sanctionné(e) ou expulsé(e) du Japon.

◆ **Il est interdit de travailler après avoir abandonné ses études.**



Un étudiant ressortissant étranger qui a quitté son établissement ou qui en a été radié ne peut pas travailler. Aucune activité rémunérée n'est autorisée, même si la période de résidence et le permis d'activité hors statut sont maintenus. Si vous avez une activité rémunérée après avoir quitté votre établissement, vous prenez le risque d'être sanctionné(e) ou expulsé(e) du Japon.

◆ Méfiez-vous des emplois qui exigent des frais d'inscription.



Exiger des frais d'inscription et mentir en affirmant proposer des emplois aux ressortissants étrangers est un délit.

Méfiez-vous des personnes qui demandent des frais d'inscription ou frais de recommandation.

◆ Ne proposez pas votre appartement comme logement payant sans autorisation.



Pour recevoir de l'argent en permettant à des voyageurs de dormir chez soi, il est nécessaire d'obtenir l'autorisation d'un centre de santé et de prévenir votre préfecture ou municipalité.

La gestion d'un établissement d'hébergement sans autorisation est sanctionnée par la loi.

Votre carte de séjour

- ◆ **Ayez toujours votre carte de séjour sur vous lorsque vous sortez de chez vous.**



La carte de séjour est délivrée aux ressortissants étrangers qui séjournent au Japon pendant une longue période.

**Vous devez toujours être en possession de votre carte de séjour.
Ne pas être en possession de sa carte de séjour est une infraction
et peut entraîner une amende.**

Vous devez toujours être en possession de votre carte de séjour, même si vous êtes en possession d'autres pièces d'identité, comme un passeport ou un certificat d'assurance maladie.

Les personnes qui ont droit à une carte de séjour (les « résidents à moyen ou long terme ») sont les personnes qui ne relèvent d'aucune des catégories ① à ⑦ suivantes

- ① Les personnes dont la durée de séjour ne dépasse pas trois mois.
- ② Les personnes ayant un statut de « visiteur temporaire ».
- ③ Les personnes ayant un statut de résident « diplomate » ou « officiel ».
- ④ Les employés du bureau des relations entre Taiwan et le Japon au Japon (Bureau de représentation économique et culturelle de Taipei, etc.), du bureau de la représentation de la Palestine, et leurs familles qui ont un statut de résident « activités spéciales »
- ⑤ Les personnes ayant reçu le statut de résident « activités désignées » (nomades numériques [personnes résidant au Japon à des fins de télétravail international, etc.] et leur conjoint et enfants)
- ⑥ Les résidents permanents spéciaux
- ⑦ Les personnes qui n'ont pas de statut de résident

- ◆ Vous devez présenter votre carte de séjour quand la police ou un fonctionnaire de l'agence des services d'immigration vous le demande.



Les ressortissants étrangers sont dans l'obligation de présenter leur carte de séjour lorsque des policiers, etc. le leur demandent.

Le refus de présenter sa carte de séjour suite à la demande d'un officier de police est une infraction sanctionnée.

- ◆ Une carte de séjour a une durée de validité.



Durée de validité!

- **Résident permanent/Professionnel hautement qualifié de catégorie 2**
 - 16 ans et plus 7 ans à compter de la date d'octroi
 - Moins de 16 ans Jusqu'à la veille (*) du 16e anniversaire
- **Résidents autres que Résident permanent/Professionnel hautement qualifié de catégorie 2**
 - 16 ans et plus Jusqu'à la date de fin du séjour
 - Moins de 16 ans Jusqu'à la date de fin du séjour ou la veille (*) du 16e anniversaire, selon la première éventualité

* Pour les cartes octroyées jusqu'au 31 octobre 2023 inclus : « Jusqu'à la date du 16 anniversaire ».

- ◆ En cas de perte de votre carte de séjour, effectuez immédiatement une demande de délivrance d'une nouvelle carte auprès de l'agence des services d'immigration.



Pour demander une réédition de votre carte, vous aurez besoin d'un justificatif de perte (certificat de perte, certificat de vol, certificat de catastrophe, etc.), de votre passeport et d'une photo. Renseignez-vous à l'avance auprès de votre agence locale des services d'immigration.

Si vous n'effectuez pas votre demande dans les 14 jours, vous risquez d'être sanctionné.

- ◆ La carte de séjour ne peut être ni prêtée ni transférée.



Pas de prêt!
Pas de transfert!

Ne prêtez pas et ne transférez pas votre carte de séjour si vous savez qu'elle sera utilisée à mauvais escient.

Même si votre carte de séjour a expiré, vous ne devez pas la prêter.

Cette infraction peut être sanctionnée et être suivie d'une expulsion du territoire japonais.

⚠ Méfiez-vous des cartes de séjour contrefaites ou modifiées !

Les ressortissants étrangers qui possèdent une carte de séjour contrefaite ou modifiée dans le but d'en faire usage peuvent être sanctionnés ou expulsés même s'ils ont un statut de résident!



NON!

Obligation de déclaration

- ◆ Les résidents à moyen et long terme sont tenus de communiquer à leur municipalité et à l'agence des services d'immigration leur adresse au Japon et l'organisation à laquelle ils appartiennent (entreprise, magasin, école, etc.).



Les résidents à moyen et long terme doivent effectuer leur déclaration comme l'exige la loi sur le contrôle de l'immigration et la reconnaissance du statut de réfugié.

- Adresse ● Nom, date de naissance, nationalité/région, sexe
- Organisation d'affiliation (lieu d'activité, organisme contracté) ※
- Divorce ou décès du conjoint ※
- ※ Les déclarations concernant l'organisation d'affiliation et le conjoint sont déterminées par la personne cible.

Le non-respect des obligations de déclaration ou le dépôt d'un faux peuvent entraîner une sanction ou l'annulation de votre statut de résident.

Si vous n'avez pas rempli l'obligation de déclaration, les demandes suivantes :

- changement de statut de résidence
 - autorisation de renouvellement de période de séjour
 - permis de séjour permanent
- pourront faire l'objet d'une évaluation négative résultant en un traitement défavorable.

- ◆ Après votre entrée au Japon, veuillez à communiquer votre adresse à votre municipalité dès que vous avez connaissance de votre lieu de résidence.
-



Première adresse



Changement
d'adresse

La carte de résident est nécessaire lors de la déclaration de changement d'adresse en municipalité.

- ◆ Si vous vous mariez, si vous changez de nom, de date de naissance, de nationalité ou de sexe, informez-en immédiatement l'agence des services d'immigration.
-



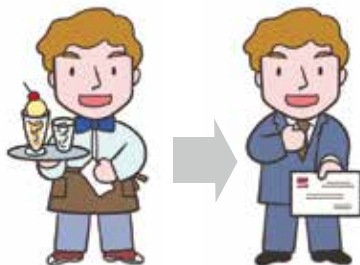
Changement
de nom, de
nationalité, etc.

Lors de la présentation d'une déclaration à l'agence des services d'immigration, votre passeport, une photo, votre carte de séjour et les documents prouvant les modifications sont nécessaires.

- ◆ Si vous quittez votre école ou changez d'entreprise, informez-en immédiatement l'agence des services d'immigration.
-



**Fin de cursus,
changement
d'établissement,
transfert,
abandon, etc.**



**Changement
d'emploi,
retraite, etc.**

Seules les personnes ayant un des statuts de résident suivant doivent effectuer ces déclarations :

Professeur, professionnel hautement qualifié, chef d'entreprise, services juridiques/comptables, services médicaux, instructeur, personne transférée à l'intérieur d'une entreprise, formation technique en internat, étudiant, chercheur, ingénieur/spécialiste en sciences humaines/services internationaux, infirmier, artiste, main-d'œuvre qualifiée, travailleur qualifié spécifique

Une déclaration est requise dans les cas suivants :

- Changement de nom, d'adresse, disparition de votre organisation d'affiliation (école ou entreprise)
- Départ ou transfert de votre organisation d'affiliation (école ou entreprise)
- Résiliation ou nouveau contrat avec votre organisation contractée

Le non-respect des obligations de déclaration ou une fausse déclaration peuvent entraîner une sanction.

- ◆ Les ressortissants étrangers dont le statut est « séjour familial », « conjoint de Japonais », ou « conjoint de résident permanent », doivent informer immédiatement l'agence des services d'immigration en cas de divorce ou de décès du partenaire.
-



Divorce, décès

La personne tenue de présenter la déclaration est celle dont les activités en tant que conjoint sont à la base du statut de résident. Les autres personnes ne sont pas concernées. Si vous avez divorcé ou si votre conjoint est décédé, vous devez effectuer une déclaration à l'agence des services d'immigration ainsi qu'à votre municipalité (avis de divorce et de décès d'un conjoint).

Le non-respect des obligations de déclaration ou une fausse déclaration peuvent entraîner une sanction.

- ◆ Les déclarations telles que changements d'organisme d'affiliation, divorce ou décès d'un conjoint peuvent également être faites par Internet.
-

Le lien se trouve ici :

Système de notification électronique
du bureau de l'immigration

Recherche



<http://www.immi-moj.go.jp/i-ens/>

Contacts en cas de problèmes

◆ En cas d'urgence

En cas d'incident
et d'accident

Tél. **110**



En cas d'incendie,
de maladie, de blessure

Tél. **119**



◆ Pour des informations sur le statut de résidence...

Centre d'information sur l'immigration

Tél. **0570-013904**

(En semaine, 8:30 - 17:15)

Assistance disponible en anglais, chinois, coréen, espagnol,
portugais, vietnamien, népalais, thaï, birman et singhalais !



◆ Pour toute consultation concernant le séjour des ressortissants étrangers...

Centre d'aide aux ressortissants étrangers
(Bureau régional de l'immigration de Tokyo)

Tél. 03-5363-3025 (pour réservation)

(En semaine, 9:00 - 17:00)

Formulaire de réservation : https://www.moj.go.jp/isa/support/fresc/fresc_2.1.html

Adresse : Yotsuya Tower 13F, 1-6-1 Yotsuya, Shinjuku-ku, Tokyo



◆ Pour des informations sur la vie quotidienne...

Conseil aux résidents
étrangers de la région
métropolitaine de Tokyo

Disponible en anglais,
chinois et coréen



Tokyo Multilingual
Consultation Navi

Numéro gratuit
0120-142-142

(disponible en 14 langues)



◆ Informations utiles pour les ressortissants étrangers...



TIPS for Tokyo Life
Tokyo Intercultural Portal Site
東京都多文化共生ポータルサイト



Manuel des résidents ressortissants étrangers



**Ce manuel est disponible en plusieurs langues.
Il peut être téléchargé gratuitement sur le site web du
Gouvernement métropolitain de Tokyo.**

Manuel des résidents ressortissants étrangers

Recherche



Publication : Gouvernement métropolitain de Tokyo
2-8-1 Nishi-Shinjuku-ku, Shinjuku-ku, 163-8001 Tokyo
☎ 03-5388-2279

Publié en mars 2026

印刷物登録番号

リサイクル適性(A)
この印刷物は、印刷用の紙へ
リサイクルできます。

フランス語版

(7) 37