

Informationen der Starthilfegruppe

Tokyo, Yokohama, Kawasaki

Für Familien und Privatpersonen

Liebe Neuankömmlinge,

wir sind eine Gruppe deutschsprachiger Familien in Tokio, die erst kurz oder schon einige Jahre hier leben.

Die ersten Wochen waren wohl für jeden von uns manchmal schwierig. Das Leben in Tokyo empfanden wir als sehr fremd und waren froh über die Hilfe, die wir erfahren haben. Praktische Unterstützung bei kleinen und großen Problemen, wie z.B. Einkaufsmöglichkeiten, Nahverkehrssystem, Spielplätzen, Parks, Freizeitmöglichkeiten und der Kontakt zu anderen Familien sind besonders in der ersten Zeit wichtig.

Aus diesen Erfahrungen haben wir die *Starthilfegruppe* gegründet, um den neu zugezogenen Familien den Einstieg zu erleichtern. Bei Kaffee und Tee gibt es immer viel zu bereden; wir tauschen neue Informationen aus, erzählen, planen unsere Aktivitäten und lernen uns dabei besser kennen.

Vielleicht möchten Sie schon von Deutschland aus Kontakt aufnehmen. Wir freuen uns über Ihren Anruf, Ihr Fax oder Ihre Mail und hoffen, dass wir uns bald in Tokyo und/oder Yokohama kennen lernen.

Bis bald

Ihre Starthilfegruppe.

Kontakt in Tokyo und Yokohama über:

| | | |
|------------------|-----------|--|
| Katrin Boltze | Telefon: | 03-3704-9067 |
| | E-mail: | katrin.boltze@mac.com |
| Petra Tanaka | Telefon : | 045-942-5814 |
| | E-mail : | petra.tanaka@nifty.com |
| Katja Thurso | Telefon: | 044-577 1535 |
| | E-mail: | thurso@k00.itscom.net |
| Yoko Shioda-Löer | Telefon : | 03-5707-2438 |
| | E-mail: | yoko.shioda@eujpca.com |

Kontakt in Deutschland über

| | | |
|--|----------------|--|
| Veronika Vogt | E-Mail : | tv.vogt@t-online.de |
| <u>Deutsche Schule Tokyo Yokohama</u> | Tel.: | 045-941-4841 |
| | Fax: | 045-941-4481 |
| | Schulhomepage: | http://www.dsty.jp |

| | |
|--|----|
| Einleitung | 5 |
| Makler | 7 |
| Leihmöbel | 7 |
| Relocation Service | 8 |
| Literatur | 8 |
| Tokyo und Japan | 8 |
| Schulbücher | 8 |
| Kartenmaterial | 8 |
| Bezugsquellen für -vor allem englische- Literatur | 9 |
| englischsprachige Tageszeitungen | 9 |
| kostenlose Stadtmagazine | 10 |
| S- und U-Bahnverbindungen im Großraum Toyko | 10 |
| Autokauf | 10 |
| Formalitäten beim Autokauf | 11 |
| Ärzte (zum Teil englisch-/deutschsprachig) | 11 |
| Allgemeinärzte | 11 |
| Akkupunktur, traditionelle chinesische Medizin u.ä. | 12 |
| Augenärzte | 12 |
| Gynäkologen | 13 |
| Mammographie und Vorsorge | 13 |
| Hautärzte | 14 |
| HNO-Ärzte | 14 |
| Kieferorthopäde | 15 |
| Kinderärzte | 16 |
| Zahnärzte | 17 |
| Facharzt für Psychiatrie | 18 |
| Orthopäden | 18 |
| Orthopädische Schuhe und Einlagen | 19 |
| Physiotherapeuten | 19 |
| Psychologen | 20 |
| Schwangerschaft und Geburt | 20 |
| Geburtskliniken | 20 |
| Mutterpass | 21 |
| Visa für Neugeborene | 21 |
| Geburtsvorbereitungskurse | 21 |
| Stillgruppen/-beratung | 21 |
| Umstandsmode/Babyartikel | 22 |
| Mitbringen von Katzen und Hunden | 22 |
| Sayonara Listen | 22 |
| Telefonieren | 22 |
| Fernseh- und Internetanschluss | 23 |
| Deutsche Fernsehsender | 23 |
| Elektrogeräte | 23 |
| Bezugsquellen für "Hightech"- und Elektrogeräten | 26 |
| Computerspezialisten | 26 |
| Einkaufsmöglichkeiten | 26 |
| Deutsche Bäcker/Backwaren | 26 |
| internationale Lebensmittel | 27 |

| | |
|---|----|
| ökologische Lebensmittel | 28 |
| Fleisch- und Wurstwaren | 29 |
| Wasser | 30 |
| Backbedarf, Käse und Butter | 30 |
| Lebensmittelbestellung über Internet | 31 |
| Spielwaren | 31 |
| Papier- und Haushaltswaren | 31 |
| Schuhe | 32 |
| Möbel | 32 |
| Baumärkte..... | 33 |
| Friseur..... | 33 |
| Japanisch Unterricht..... | 34 |
| Lernmaterial für den Japanischunterricht | 35 |
| Spielgruppen für Kleinkinder..... | 35 |
| Notfälle..... | 35 |
| Taxi | 35 |
| Deutsch / Japanische und Internationale Gruppen | 36 |
| Kirchen | 36 |
| Reisebüros | 36 |
| Bargeld abheben mit der EC Karte | 37 |
| Wichtige links | 37 |
| Freizeitangebote..... | 38 |
| Fahrplanauskunft | 38 |
| Fahrplangestaltung | 38 |
| Tokyo | 38 |
| Yokohama | 39 |
| Kawasaki | 40 |
| Flohmärkte im Großraum Tokyo | 40 |

Einleitung

VORWEG MÖCHTEN WIR ALLGEMEINE TIPPS FÜR NEUANKÖMMLING BZW. SOLCHE, DIE ES IN NAHER ZUKUNFT IN TOKYO UND YOKOHAMA SEIN WERDEN, GEBEN.

Tokyo hat 23 Bezirke, wobei Familien, die Kinder an der Deutschen Schule (DSTY) -diese liegt in Yokohama- haben, vorwiegend in den Bezirken Ota-ku. Setagaya-ku. Meguro-ku wohnen.

Zu empfehlen sind

im Meguro-ku:

Yakumo, Kakinokizaka, Himonya, (Kita-) Senzoku, Jiyugaoka, Tairamachi

im Ota-ku:

Denenchofu-Honcho, Denenchofu, Tamagawa-Denenchofu,

im Setagaya-ku:

Higashi-Tamagawa, Oyamadai, Todoroki, Kaminoge. Nakamachi, Fukazawa, Komazawa, Okusawa

Auf den Schulbusplänen achten Sie vor allem auf die großen Straßen Meguro-dori, Kampachi-dori, Kannana-dori, Komazawa-dori. Das sind die Hauptein- bzw -ausfallstraßen vom Daisankeihin aus, die Autobahn, die die Schulbusse in Richtung Schule fahren bzw auf ihrem Rückweg nutzen. Bei den einzelnen Buslinien wird darauf geachtet, dass die Kinder max eine Stunde im Bus sitzen. Die Schule beginnt um 7:55 Uhr. Die Abfahrtszeiten am Nachmittag sind zu drei verschiedenen Zeitpunkten. Dieses kann man den Busplänen der Homepage der DSTY entnehmen.

In den o.a. Stadtteilen leben viele Deutsche, d.h. die Schulbuslinien sind eigentlich gut zu erreichen. Jedoch sollte man darauf achten, dass die Schulbushaltestelle in Gehentfernung zum Haus/Wohnung liegt.

Einen optimalen Überblick bekommt man bei einem sog. „look and see trip“ hier vor Ort .

Wenn die Makler wissen, dass man Deutscher/-e ist und die Kinder zur dt. Schule gehen werden, fahren sie mit einem in die o.a. Stadtteile. Gerne zeigen sie einem Häuser in Denenchofu, wo die meisten Deutschen Familien leben.

Die hiesigen Häuser, die an Ausländer vermietet werden, sind eigentlich immer mit Waschmaschine, Trockner, Spülmaschine, Herd, Tief- und Kühlschrank, sowie vielen Einbauschränken ausgestattet. Bei Wohnungen ist es das Gleiche. Von diesen gibt es sehr geräumige, so muss man als Familie nicht unbedingt in ein Haus ziehen. Die Gärten der Häuser sind meist klein und durch das Klima z.T. auch nicht viel zu nutzen.

Bei den Angaben der Wohnflächen von Häusern und Wohnungen wird alles von diesen mit berechnet, auch Dachboden und Keller (letzteres ist hier eher selten). Daher erscheinen einem die Häuser/Wohnungen auf dem Papier häufig sehr groß. I.d.R. kann man von der angegebenen Wohnfläche 1/3 abziehen!!

Tokyo und Yokohama haben zahlreiche Einbahnstraßen mit ruhigem Verkehr. Hier können Kinder gut mit ihren Rollern, Inlinern, Fahrrädern, Dreirad u.a. fahren. Auch in zahlreichen Parks kann man mit Fahrrad etc sich frei bewegen. Zudem sind Tokyo und Yokohama sichere Städte, in denen

Jugendliche gut alleine unterwegs sein können.

Die DSTY liegt in Chigasaki-Minami (Tsuzuki-ku) , wo auch viele Deutsche leben. Zu empfehlen ist auch Chigasaki-Higashi, Katchida-Minami und Nakagawa-Chou, da diese Bezirke in Laufentfernung zur DSTY liegen. Zu bedenken ist, dass in Yokohama -und auch in Kawasaki- keine Schulbusse der DSTY Kinder abholen.

Der nächste Bahnhof zur dt. Schule ist Nakamachidai (Laufnähe zur Schule/Yokohama U-Bahnanschluss). Weiterhin liegt Center Minami in Laufentfernung zur Schule und hat Yokohama U-Bahnanschluss, wohin gegen Center Kita, Eda und Azamino schöne Wohngebiete sind, man jedoch mit der Bahn oder dem Auto zur Schule fahren muss (Yokohama U-Bahn bzw. Denentoshi-line).

Wenn Sie keine Verbindung zur dt. Schule haben werden, ist es zu empfehlen, mehr in die Innenstadt von Tokyo zu ziehen -z.B. Hiroo, Daikanyama, Roppongi, Azabu-Juban, Ebisu, Shibuya, Yoyogi. Dieses sind Stadtteile, in denen u.a. Ausländer aus aller Welt leben. Auch hier gibt es viele ruhige Ecken mit schönen Häusern und Wohnungen.

Diese Einleitung gibt Ihnen einen kleinen Überblick und Orientierung für die Haus- bzw Wohnungssuche. Auf den nachfolgenden Seiten der Starthilfeunterlagen finden Sie weitere Tipps. Wir haben eine Einkaufsliste erstellt, auf der wir zusammen gefasst haben, was wir empfehlen, bei Ihrem Umzug mit auf den Container zu tun. Gerne faxen oder mailen wir Ihnen diese.

Ein sehr informatives Buch ist der „Leitfaden für das Leben in Tokyo und Umgebung“, das Sie vom Iko Verlag beziehen können <http://www.ikoiverlag.com/de/index.htm>

Wenden Sie sich gerne an uns mit weiteren Fragen, entweder per Email oder rufen Sie uns an.

Herzliche Grüße aus Tokyo, Yokohama und Kawasaki

Katrin Boltze
Petra Tanaka
Katja Thurso
Yoko Shioda-Löer

September 2011

Wenn Ihnen Fehler in diesen Unterlagen auffallen oder Sie neue Informationen haben, freuen wir uns sehr über Ihre Nachricht:

katrin.boltze@mac.com

Makler

Overseas Corporation

Tel.: (03)-3562-2061, Fax: (03)-3564-6596

e-mail: info@overseas.co.jp

www.overseas.co.jp/

Liberty Corporation (Herr Ohno)

Tel.: (03)-3497-0611, Fax: (03)-3497-1438

Mitsubishi Real Estate Agency (Herr Mitsubishi)

Tel.: (03)-3446-7041, Fax.: (03)-3446-7042

e-mail: info@mitsubishi-corp.com

Esperanza-Corporation (Herr Danki)

Tel.: (03)-3543-2994, Fax.: (03)-3543-2998

e-mail: danki@esperanzacorp.com

www.esperanzacorp.com

Ken-Corporation

<http://www.kencorp.com/>

Sihm Inc.

2-6-12 Minami Aoyama, Minato-ku, Tokyo 107-0062

Tel: (03)3470-4737

www.sihm.co.jp

Plaza Homes

<http://www.realestate-tokyo.com/>

Sun Realty

<http://www.sunrealty.co.jp/>

PECS realty

Patrick Hochster, Mikawadai Heights, 4-3-6 Roppongi, Minato-ku, Tokyo 106-0032,

Tel. 03 3423 3330, <http://www.pecsrealty.com/>

Bosch (in Yokohame) arbeitet mit KEN-corporation (t-nagahori@kencorp.co.jp) zusammen

Leihmöbel

Falls Ihr Möbel nicht parallel mit Ihnen in Japan ankommen, bietet es sich an, Leihmöbel für die Übergangszeit zu nehmen:

<http://www.furniture-rental-tokyo.com/>

Relocation Service

Für Tokyo und Umgebung bieten einige Unternehmen einen sog. Relocation Service an. Dieses umfaßt z.B. die Betreuung bei einem "look and see trip", Besuche von Schulen und/oder Kindergärten, eine Beratung, wo man wohnen sollte, Hilfeleistungen bei der Anmeldung, Eröffnung eines Bankkontos, Unterstützung bei der Führerscheinumschreibung u.v.m.

Folgende Unternehmen bieten dieses an:

| | |
|--------------------|--|
| Relojapan | www.relojapan.com |
| Plaza homes | www.realestate-tokyo.com |
| Santa Fe | www.santaferelo.com |
| Crown | www.crownrelo.com/web/relo.nsf/index.htm?Open |
| Tokyo Orientations | www.tokyoorientations.com |

Literatur

Tokyo und Japan

- Leitfaden für das Leben in Tokyo und Umgebung, IKOI Verlag, <http://www.ikoiverlag.com/de/index.htm> oder ikoiverlag@hotmail.com
- Japan for Kids, Kodansha international 1992
- A parents Guide to Tokyo, Hartzenbusch & Shabecoff 1991
- Tokyo for free, Kodansha international 1998
- Tokyo Tips für Anfänger; iudicium Verlag GmbH München 1994

Schulbücher

Welche Schulbücher Sie für welche Klassenstufe brauchen, können Sie der Homepage der DSTY entnehmen. Beziehen können Sie die Bücher in Tokyo bei Herrn Enderle
Tel. 03-3352-2481, Fax 03-3357-4746, e-mail: h.enderle@enderle.co.jp

oder bei Global Books <http://www.globalbooks.de>, wo man allg. dt. Bücher bestellen kann, Lieferung nach Japan ab 100 Euro ist kostenlos.

Weiterhin kann man bei <http://www.amazon.de/> für 14 € Transportkosten Bücher nach Japan bestellen.

Kartenmaterial

Tokyo City Atlas
A bilingual Guide ISBN 4-7700-2503-3, 3rd Edition
www.thejapanpage.com

Tokyo Metropolitan Atlas,
Shobunsha-Verlag 1995

Road Atlas Japan, Shobunsha-Verlag

Tokyo Map pocketsize
English/Japanese, Kashiwashobo Verlag

Tokyo Transit Book; Bahnverbindungen ISBN 4-7890-1040-6

Sehr genaue Karten gibt es kostenlos beim Ward Office

Die Institution „Welcome Furoshiki“
reicht kostenlos Informations- und Kartenmaterial an Neuankömmlinge in Tokyo und in Yokohama
weiter. Tel.: 03-5472-7074

Bezugsquellen für -vor allem englische- Literatur

Viele Buchläden führen zunehmend englische Bücher. Diese sind nicht immer ganz leicht zu finden.
Viele internationale Hotels wie z.B. die Hotels Pacific, Okura, New Otani haben gute Buchläden, meist
im Untergeschoss/Shopping Arcade

Amazon Japan www.amazon.co.jp (hat einen englischen link)

Kinokunya Bookstores im Takashimaya in Futakotamagawa (Denentoshi line) und in
Shinjuku
www.kinokuniya.co.jp

Maruzen u.a. Marunouchi Bldg (gegenüber Tokyo Hbf)
www.maruzen.co.jp/home-eng/shopping/stores.html

Crayon House (Kinderbücher), 3-8-15 Kita-Aoyama, Minato-Ku
<http://www.bento.com/rev/0319.html>

Yurindo im Yokohama Landmark Tower
<http://www.yurindo.co.jp/>

Aoyama Bookstore und Fiona bookstore in Jiyugaoka

National Azabu (neben der Deutschen Botschaft)
hat im 2.Stock eine gute Auswahl an englischsprachigen Büchern, Atlanten, Karten von Tokio/Yokohama
<http://www.bento.com/rev/0521.html>

englischsprachige Tageszeitungen

Japan Times <http://www.japantimes.co.jp/>

Asahi shimbun <http://www.asahi.com/english/english.html>

Yomiuri <http://www.yomiuri.co.jp/dy/>

Im National Azabu Supermarkt (Nähe Deutscher Botschaft) kann man sich Deutsche Tageszeitungen ausdrucken lassen <http://www.bento.com/rev/0521.html>

kostenlose Stadtmagazine

<http://metropolis.co.jp/default.asp>

<http://www.tokyofamilies.com/>

<http://www.weekender.co.jp/>

<http://www.being-a-broad.com>

diese Magazine sind in internationalen Supermärkten, int. Schulen, DSTY, Sprachschulen, Hotels u.ä. erhältlich

S- und U-Bahnverbindungen im Großraum Tokyo

Das öffentliche Verkehrsnetz in Japan ist extrem umfangreich und es gibt eigentlich keinen Winkel in diesem Land, den man nicht mit einem öffentlichen Verkehrsmittel erreichen kann.

Einen guten Überblick für den Großraum Tokyo geben Ihnen die folgenden beiden links, evt. auch eine gute Orientierung vom Ausland aus.

http://www.u-bourgogne.fr/monge/g.dito/poisson2006/images/tokyo_trainmap.pdf

http://www.jreast.co.jp/e/info/map_a4ol.pdf

Autokauf

Die Anschaffung eines Autos kann sich in Japan durch die Sprachprobleme und die vielen Formalitäten schwierig erweisen.

Durch die Enge in den meisten Städten passiert es leicht, dass man mit dem Auto irgendwo „aneckt“. Ein Gebrauchsfahrzeug ist hier von Vorteil. Zum Ende des Schuljahres -und auch zu anderen Jahreszeiten- werden häufig Autos am schwarzen Brett der DSTY angeboten. Gebrauchtwagen findet man auch bei vielen Händlern und in Kleinanzeigen der im vorherigen Punkt genannten Stadtmagazine. Auch zahlreiche deutsche Autoanbieter sind in Japan vertreten.

Volkswagen ist in Japan die führende Importmarke und daher flächendeckend im Verkauf und Service vertreten; in Japan gibt es ca. 250 Händler, davon ca. 20 in Tokyo. www.volkswagen.co.jp Herr Christian Claussen, Senior General Manager Marketing, Volkswagen Japan, ist gern zu einer ersten Hilfestellung und bei der Anbahnung von Kontakten zu Händlern bereit.

Phone +81 (0)3 5575 7480 Mobile +81 (0)90 7673 9827, E-mail claussen.christian@vgj.co.jp

Verschiedene Neu- und Gebrauchtwagen bietet JCE an, der Service ist komplett in Englisch:

<http://www.jce-autos.jp/>

Mick Lay, Tel.: 0903 8057141,

Mr. Lay is Australier und handelt vor allem mit Gebrauchtwagen. Er bringt einem diese auch nach Haus, übernimmt die Anmeldung und ist behilflich bei Problemen.

Formalitäten beim Autokauf

Herr Hanabusa übernimmt gegen Gebühr alle Formalitäten zur An/Ab- und Ummeldung inkl. (wenn gewünscht) Vermittlung einer Versicherung.

Herr Hanabusa kommt zu einem nach Hause, hat alle nötigen Vordrucke dabei und spricht recht gut Englisch: 045-934-8723 oder 090-3208-3295

Ärzte (zum Teil englisch-/deutschsprachig) Allgemeinärzte

In Tokyo

Tokyo International Clinic

Dr. Thomas Nagano (deutscher Arzt), 4-18-19 Takanawa, Minato-ku, Tokyo

Tel. 03-5798-3585, Fax.03-5798-3587

Email: thomasdr@tokyo-international-clinic.com

(Dr. Nagano macht auch Hausbesuche)

Kamiuma Clinic

Dr. med. Masato Ueki (spricht sehr gut Deutsch)

Kamiuma 5-9-18, Setagaya-ku, Tokyo 154-0011

per Handy 24-Std. erreichbar 090 8477 4009

Tel.: 03-3418-5806, Fax: 03-3418-5867, Email: shangmuyaren@gmail.com

(Dr. Ueki macht auch Hausbesuche)

Tokyo Medical & Surgical Clinic (<http://www.tmsc.jp>)

Dr. Seez (deutscher Arzt)

Mori Bldg. 32, Shiba-Koen, 3-4-30, Minato-Ku, Tokyo 105

(Direkt gegenüber vom Tokyo Tower), Tel.: (03)-3436-3028 (24.h Notfalltelefon)

Tokyo Midtown Medical Center (eröffnet im April 2007) umfasst viele ärztliche Disziplinen

Näheres unter <http://www.tokyo-midtown.com/en/facilities/medical/index.html>

In Yokohama:

Allgemeinarzt und Internist (auch für Kinder, speziell mit Allergien)
 Dr. Tsunehiro Akashi (spricht Englisch)
 Bluff Medical and Dental Clinic,
 82 Yamate-cho, Naka-ku, 231-0862 Yokohama Tel.: 045-641-6961
 www.bluffclinic.com

Nishida Family Clinic (Allgemein- und Kinderarzt)
 Arztehepaar, Frau Dr. Nishida ist auch Gynäkologin
 Bunkado-Straße in Nakamachidai, 1-27-20 Nakamachidai, Tel.: 045 941 8228, Öffnung siehe
 Homepage <http://www.nishida-family-clinic.com/english.html>
 Parkgebühr für eine Stunde wird ersetzt (fast alle Parkplätze in der Umgebung)
 Die "zugehörige" Apotheke direkt nebenan hat auch eine Mitarbeiterin, sie spricht gut Englisch.

Akkupunktur, traditionelle chinesische Medizin u.ä.

Dr. Rong Yu, Arzt für Akupunktur und Traditionelle Chinesische Medizin (spricht Deutsch)
 Oak terrace 103, Nakacho 2-38-5, Meguro-Ku, 153-0065 Tokyo,
 Tel:03-3711-8968, Fax: 03-3711-8968
http://www.kenkoucare.com/foreign_deutsch.html

Edward Obaiday
 Akkupunktur, Moxibustion, Shiatsu
 2-17-12- # 301Sangenjaya, Setagaya-ku, Tokyo, 03 3418 8989 eddy@review.co.jp

Goken In
 5-37-10 Nakamachi, Setagaya-ku, Tokyo Tel: 03 5760-0020, <http://www.goken-g.co.jp/>
 Werktags von 8:30 bis 12 und von 14:30 bis 19 Uhr geöffnet, Samstags von 8:30 bis 12:30 Uhr

Augenärzte**In Tokyo**

Frau Dr.Bissen-Miyajima (spricht Deutsch und Englisch)
 Director of Department of Ophthalmology
 Tokyo Dental College, Suidobashi Hospital
 2-9-18 Misaki-cho, Chiyoda-ku, Tokyo 101-0061, Tel.: (03)-3262-3421, Fax: 5275-1912
<http://www.sh-eye.tdc.ac.jp/>

Dr.Noji
 1-22-23 Ebisu, Tokyo, Tel. (03)-3449-4113
 Öffnungszeiten: Mo., Di., Mi., Fr., 9.30-12.30 und 14.30-17.30 Uhr Sa., 9.30-12.30 Uhr
 Do., So. & Feiertags geschlossen

Dr. Kamata (spricht Englisch)
 3-4-17 Kaminoge, Setagaya-ku, Tel.(03)-5752-4111, Öffnungszeiten:Mo., Di., Mi.,Fr.,teilweise Sa. 9-
 12.00 Uhr, Di. und Mi. 15-18.00 Uhr (bis 17.30 Uhr da sein)
 Do.geschlossen, hat zwei Parkplätze vor der Praxis

Musashi Eye Clinic,
 Dr. Toulne Musashi
 1-14-1-102 Kaminoge, Setagaya, Tokyo 158-0093 Tel. (03) 5760 6695, spricht gut Englisch
<http://www.musashi-eye-clinic.com/e-page/eng-top-new.html>

In Yokohama:

Tsuzu Augenarzt
 Tsuzuki-Ku , Nakagawa Chuo 1-31-1, Mosaic-Mall, 4. Etage
 Tel.: 045-914-2411, Mo., Mi. und Fr. ist der Brillenspezialist im Haus

Gynäkologen

In Tokyo

Dr.Sakamoto (spricht Englisch)
 Tokyo Medical&Surgical Clinic
 Mori Bldg. 32, Shiba-Koen, 3-4-30, Minato-Ku, Tokyo 105
 (Direkt gegenüber vom Tokyo Tower), Tel.: (03)-3436-3028 (24.h Notfalltelefon)

Tanaka's Womens Clinic
 Okusawa5-25-1, Setagaya-ku, Tokyo
 Tel.: (03)-3718-3181

Marunouchi Integrated Health Clinic for Women (Ärzte sprechen Englisch, Abteilungen für
 Gynäkologie, Brustkrebsvorsorge und Innere Medizin)
 Tokyo bldg. 3F, 2-7-3 Marunouchi, Chiyoda-ku, Tokyo 100-6403
 Tel. 0120-190-828, <http://www.ihc.or.jp/en/index.html>

Parkside Hiroo Ladies Clinic, Green Core Hiroo 1F5 -16-13 Minamiazabu, Minato-ku, Tokyo 106-0047
 Japan 【Yahoo Map】 【Livedoor Map】 TEL: 03-5798-3470, FAX:03-5798-3480
<http://www.ladies-clinic.or.jp/e/>

In Yokohama

Dr.Takeuchi (spricht englisch, immer Montagvormittag in dieser Praxis zu erreichen, ansonsten ist er
 an der Shin Yokohama Women`s & Children`s Clinic tätig)
 Hatoclinic Nakamachidai (Außenpraxis der Shin Yokohama Women`s & Children`s Clinic)
 Royal Chateaux Nakamachi 101
 1-10-7 Nakamachidai
 Tel.: (045)-949-0088, www.hahatoko.jp/heart/

Mammographie und Vorsorge

Pinkribbon Breastcare Clinic Omotesando (Praxis für Brustkrebsvorsorge, Ärztin spricht englisch)
 Omotesando Chiyoda Building B2F, Jingumae 4-11-6, Shibuya-ku, 150-0001 Tokyo,
 Tel: 03-5771-3991
www.medical-complex/omotesando/breastcare

Tokyo Midtown Medical Clinic

<http://www.tokyo-midtown-mc.jp/en/womens.html>

Marunouchi Integrated Health Clinic for Women (Ärzte sprechen Englisch, die Klinik ist auf Frauen spezialisiert und verfügt über Abteilungen für Gynäkologie, Brustkrebsvorsorge und Innere Medizin)

Tokyo bldg. 3F, 2-7-3 Marunouchi, Chiyoda-ku, Tokyo 100-6403

Tel. 0120-190-828, <http://www.ihc.or.jp/en/index.html>

Breastopedia

Minami Aoyama Breastopia Clinic

3rd Fl., B Wing, Riviera Bldg., 3-3, Minami Aoyama 3-chome, Minato-ku, 107-0062 Tokyo

Hamaoka Breast Clinic

Dr. Tsuyoshi Hamaoka (spricht Englisch)

2-9-6-3F Sakurashinmachi, Setagaya-ku, Tokyo, Tel. 03 5426 2848

Öffnungszeiten: Mo, Di, Mi, Fr 9:00-12:30 und 14:30-18:00, Sa 9:00-13:00

eine min vom Bahnhof Sakurashinmachi (Denentoshi Line) entfernt

Dr. Hamaoka arbeitet außerdem einen Tag pro Woche im St. Luke's International Hospital

www.breast-clinic.com

Parkside Hiroo Ladies Clinic, Green Core Hiroo 1F5 -16-13 Minamiazabu, Minato-ku, Tokyo 106-0047

Japan [Yahoo Map] [Livedoor Map] TEL: 03-5798-3470, FAX:03-5798-3480

<http://www.ladies-clinic.or.jp/e/>

Hautärzte

Frau Dr. Makino (spricht Englisch)

6-35-2 Fukazawa, Setagaya-ku, Tel.: (03)-3703-5430

Freitag vormittags & Samstag nachmittags, sowie Mittwoch & Sonntag geschlossen

Dr. Hiroko Arai (spricht Englisch und Deutsch)

(macht chirurgische Eingriffe)

1-27-5 Tairamachi, Meguro-ku, Tokyo, Tel.: 03 3723 2467

(in Laufentfernung zum Toritsu-daigaku Bahnhof)

Toshiya Ebata M.D

5-17-13 Sakuragaoka, Setagaya-ku, Tokyo 156-0056

Tel: 03-5426-1112

Fujioka Hautklinik

Tamagawa 1-35-10, Ota-ku, Tokyo 146-0095, Tel: 03-5732-1241, Fax: 03-5732-1234

HNO-Ärzte

Dr. Kawama

1-18-8 Nakamachi

Tel.: (03)-3701-7879

Öffnungszeiten: von 9.00-12.00 und 15.00-18.00 Donnerstags geschlossen

Dr. Ino, (spricht etwas Deutsch)
 K & K Bldg. 2. Etage, 2-12-1 Nakame, Meguro-Ku, Tokyo 152-0031
 TEL. 03-5701-3387
 Bahnverbindung Toritsu-Daigaku Station

Dr. Yamamoto, AZABU Otolaryngology Clinic, (spricht fließend Englisch)
 Azabu-Yano Bldg. 2F, 4-13-5 Minami-Azabu, Minato-ku
 10 Min. Fussweg von der Hiroo Station, Ausgang 1 oder 1, akzeptiert die jap. Krankenversicherung
 Tel.: (03)-3448-0248
 Öffnungszeiten: Mo.-Fr. 9:00 - 12:30; 14:30 - 18:00 Sa. 9:00 - 12:30

Dr. Watanabe
 Sakurashinmachi 2-18-16, Tokyo, Tel. 03-3425-3900
 Spricht Englisch, ganz in der Nähe von der Sakurashinmachi Station

Kieferorthopäde

In Tokyo

Drs Maori und John Kaku
 Hiroo, Tel.: (03)-5449-3308, Yoyogi-Uehara Tel: 03 5452-0118.
<http://drskaku.com/>

Hillside View Orthodontic Office
 Dr. Ikeda
 Daikanyama Plaza 3F, 24-7 Sarugakucho, Shibuya-ku, 150-0033 Tokyo
 Tel: 03-3780-8177, Fax; 03-3780-8178
ikedakzm@tkd.att.ne.jp, www.hillsideview.com

Yasuhiro Saito
 5-25-9 Okusawa, Setagaya-ku, Tokyo, Tel.: (03)-5701-8211

Tatsuo Ted Fukuhara, DDS, D.Med.Sci, Prof. Emeritus, Showa University,
 Past President of Japan Orthodontic Society,
 Head of Fukuhara Orthodontic Clinic, Kotobuki. Bldg.F2,
 3-30-7 Kitasenzoku, Ohta-ku, Tel.: 03-3727-6141, Fax. 03-3727-6420
 Tokyo 145-0062, Japan

Dr. Kan, Kan Dental Office
 U-Heights Kaminoge 102, 1-34-15 Kaminoge, Setagaya-ku, Tokyo 158-0093, Tel.: 03 5752 6480
 (Ecke Komazawa-dori/Kanpachi-dori, Absolvent von St. Mary's International School)

In Yokohama

Praxis Yoshie

Kieferorthopädin Dr. Yoshie Minoru, Yokohama-shi Tsuzuki-ku , Kitayamada 3-11-18

homepage: <http://www.yoshie-dental.com>

(homepage auf Deutsch und Japanisch)

Mo, Di, Do, Fr: 9:00-13:00, 14:30-19:30, samstags bis 18:00

(Herr Dr. Yoshie ist Zahnarzt, spricht Englisch und arbeitet mit seiner Frau in dieser Praxis)

Kinderärzte**In Tokyo:**

"National Center for Child Health and Development", Kokuritsu Seiiiku Iryou Center

2-10-1 Okura, Setagaya-ku, Tokyo 157-8535

Kinderklinik in der Nähe des Kinuta Parks an der Setagaya-dori

Notaufnahme 24 Stunden/7Tage die Woche

Tel: 03-3416-0181, <http://www.ncchd.go.jp/>

Suwa Clinic, Dr. Michiko Suwa (Ärztin für Neugeborene bis 17-jährige)

Royal Place Bldg. 103, 5-16-4 Hiro, Shibuya-Ku, Tel.: (03)-3444-7070

(spricht: Deutsch, Englisch, etw. Französisch, Chinesisch und Spanisch)

Dr. Rousei Hamada,

4-9-25 Nishi-Gotanda, Shinagawa-ku, Tokyo 141-0031, Tel 03 3490 4376,

spricht gut Englisch, faxt die Wegebeschreibung

Dr. Che, 202 5-16-11, Minami Azabu, Minato-ku, Tokyo 106-0047, Tel: 03 5420 5866

In Yokohama (Nähe DSTY):

Dr. Ookubo

Nakamachidai 5-2-11, Tsuzuki-ku, Yokohama (Zeichen: Bärenkopf, Parkplatz hinter dem Haus),

Tel.: (045)- 941-2276

Öffnungszeiten: Mo-Fr 9.00-12.00 und 15.00-18.00 (Donnerstag Nachmittag geschlossen)

Sa/So. 9.00-12.00

Nishida Family Clinic (Allgemein- und Kinderarzt)

Arztehepaar, Frau Dr. Nishida ist auch Gynäkologin

Bunkado-Straße in Nakamachidai, 1-27-20 Nakamachidai, Tel.: 045 941 8228, Öffnung siehe

Homepage <http://www.nishida-family-clinic.com/english.html>

Parkgebühr für eine Stunde wird ersetzt (fast alle Parkplätze in der Umgebung

Die "zugehörige" Apotheke direkt nebenan hat auch eine Mitarbeiterin, die gut English spricht.

Center Kita

Higuchi Clinic, Tel: 045-910-3535, Nakagawachuo 1-39-4, Tsuzuki-ku, Yokohama, Parkgebühren werden z. T. erstattet (der Kinderarzt spricht Englisch)

Zahnärzte

In Tokyo:

Tokyo Medical and Surgical Clinic

<http://www.tmsc.jp/>

Dr. Masahiro Naito, (Erwachsenenzahnarzt)

Chez Azabu 201, Nishiazabu 4-14-12, Minato-ku, Tokyo 106, Tel: (03)-3498-7045,

spricht sehr gut Englisch, sehr nett, faxt oder schickt die Wegebeschreibung

Fumihiko Mori (spricht etwas Deutsch)

2-50-1 Denenchofu, Ota-Ku, Tel. 03-3722-0388

Öffnungszeiten: 9:30- 18:00 14:30- 19:00, Mi. & So. geschlossen,

Bahnverbindung: Denenchofu Station

Drs Maori Kaku (Kinderzahnärztin)

Hiroo, Tel.: (03)-5449-3308, Yoyogi-Uehara Tel: 03 5452-0118.

<http://drskaku.com/>

Mikasa Dental Care

Tel/Fax: 03-3705-65207 -18-8 Todoroki, Setagaya-ku, Tokyo 158-0082

Dr. Kathleen MIKASA (Univ. of California, Tokyo Dental College, Japanese National Dental Board, American National Dental Board)

Öffnungszeiten: Mo., Di., Do., Fr. von 10.00-13.30 und 14.30-19.00 Uhr, Mi.&Sa. 10.00-13.30 Uhr

Dr. Kan, Kan Dental Office

U-Heights Kaminoge 102, 1-34-15 Kaminoge, Setagaya-ku, Tokyo 158-0093, Tel.: 03 5752 6480

(Ecke Komazawa-dori/Kanpachi-dori, Absolvent von St. Mary's International School)

Todoroki Nanachome Dental Clinic

(ganz in der Nähe vom Kinokuniya an der Meguro-dori)

7-22-16 Todoroki, Setagaya-ku, Tokyo, Tel.: 03 3704 3340, Email: suzuke@f04.itscom.net

Dr. Ceancheng Chen's Egawa Dental Clinic

7-6-8 Nishi-kamata, Ota-ku, Tokyo, Telefone: 03-5711-0418 Fax:03-3731-6681

Spricht English, Mandarin und Japanisch

General and Pediatric Dentistry

Dr. Hirokazu Enatsu, spricht Englisch

2-3-8-1F Azabudai, Minato-ku, Tokyo 106-0041, Tel. 03 5570 4334

<http://www.uniteddentaloffice.com/index.htm>

In Yokohama:

Yoshie Dental Office

3-11-18 Kita Yomada, Tsuzuki-ku, Yokohama

Tel.:(045)-591-8242

http://www.yoshie-dental.com/yoshie_g/index.html (Informationen auf Deutsch)

Aozora Dental Clinic

Zahnarzt Ehepaar, beide sprechen Englisch

Bunkado-Strasse Naeh Nakamachidai, 1-28-13 Nakamachidai, Tel.: 045 941 1818,

täglich geöffnet, außer Donnerstag, nähere siehe Homepage <http://www.aozorashika.com/>

Dr. med. Shu Tanaka (spricht Deutsch)

26-35 Enokigaoka, Aoba-ku, Yokohama

Tel.: (045)-983-9349, ca. 5 Min. zu Fuß von Aobadai-Station

Öffnungszeiten Montag bis Sonntag (Donnerstags und Feiertage geschlossen)

Royal Dental Clinic

2-7-4 Utsukushigaoka, Aoba-ku, Yokohama-shi, Tel.: 045-905-2880

(Der Arzt spricht gut Englisch, Nähe Tama Plaza Stn., Parkplätze auf benachbarten 100Yen-Parkplatz vorhanden)

Facharzt für Psychiatrie

Praxisleiter Dr. med. Makoto Sakamoto (Behandlung auf Deutsch)

Mitglied der Deutschen Gesellschaft für Psychiatrie, Psychotherapie und Nervenheilkunde (DGPPN)

Adresse: Kosugi-Sankyo Bldg. 3F, 342 Kosugicho, Nakahara-ku, 211-0063 Kawasaki, Japan

Tel: 044 738-1120, FAX: 044-738-1220

Ca. 3 Gehminuten vom Bhf. Musashikosugi, 30 Min. vom Nakamachidai Bhf. bis Musashikosugi Bhf.

E-mail Adresse: mentalclinic-erde@n00.istcom.net

<http://www.mental-erde.com/deutsch/>

Orthopäden

Hiroo Orthopedics Clinic

5-11-14 Hiroo Shibuya-Ku

Tokyo 150-0012 Tel.: 03-3445-3777

Öffnungszeiten Mo-Fr: 9:30-1:00 und 3:30 - 7:00 sowie Samstag 9:30 - 1:00.

Tokyo International Clinic

Dr. Mikihiko HATTORI (Dr- Hattori macht auch Hausbesuche)

4-18-19 Takanawa, Minato-ku, Tokyo, Tel. 03-5798-3585, Fax.03-5798-3587

Tokyo Medical & Surgical Clinic (<http://www.tmsc.jp>)

Dr. Kumano (Orthopäde, er ist nur am Mittwoch und Samstag in der Tokyo Mecial Clinic)

Mori Bldg. 32, Shiba-Koen, 3-4-30, Minato-Ku, Tokyo 105

(Direkt gegenüber vom Tokyo Tower), Tel.: (03)-3436-3028

Nagura International Clinic, Tel: 03-3499-1818, 1F, Center Hill, Hiroo Garden Hills, 4-1-11 H, Hiroo Shibuya-ku, Tokyo

Dr. Nagura sen. und jun. betreuen die Patienten, wobei Dr. Nagura sen. immer am Dienstag und Donnerstag in der Praxis ist und deutsch spricht. Dr. Nagura Jun. kann leider nur ein wenig Englisch. Angeschlossen an die Praxis ist ein Massagebereich, wo zwei sehr gute Masseur arbeiten. Anmeldung ist notwendig.

In Yokohama:

Yokohama Sports and Medical Center
(im Gebäude des Nissan Stadion, der Eingang ist neben dem Schwimmbad)
Tel.: (045)-477-5050

Nördlich von Tokyo

Dr. Kenji Sato (zwar weit weg, aber ein sehr guter Orthopäde, spricht sehr gut Englisch)
1-10-12 Namiki, Kawaguchi, 332-0034 Saitama; Tel: 048-253-9955, Email: kenjipitt@aol.com

Orthopädische Schuhe und Einlagen

Eiji Tazawa, C.P.O., Ph.D.
2-5-4 Yushima, Bunkyo-ku, Tokyo 113-0034, 03-3814-7535 (nach ihm direkt fragen), mobil
090-1465-4003, eiji@tazawa.co.jp

Lutz Behle VAN SAN-SHO, Inc.,
führt auch Kinderschuhe/-einlagen, zudem macht er Fußpflege
1-7-11, Komagata, Taito-ku, Tokyo
Tel. 03-3843-6541 oder Fuss und Schuh Culture: Tel. 03-5806-3393
(einige Minuten zu Fuss vom Bahnhof Asakusa) <http://www.vansan.co.jp/>
Wer Herrn Behle zwecks Einlagen konsultieren möchte, muss sich bitte einen Termin mit ihm machen lassen, da er u.a. ausbildet und an einigen Wochentagen Sprechzeiten in japanischen Kaufhäusern hat.

Akai Kutsu in Japan

hat Geschäfte u.a. in Yokohama und Tokio
<http://akaikutsu.fte.jp/>

Physiotherapeuten

Birgitta Dallwig
(arbeitet mit Kindern bes. im graphomotorischen Bereich)
Tel.: (03)-3387-4554, Fax: (03)-3385-3443

Mary Gish
NIC Haimu Shirokane NR. 403, 3-4-1 Shirokane, Minato-Ku, Tokyo
Tel. for appointment : 3715-6228
Tel. 34461682

Tokyo Physio

1F Atrium Shirokane, 5-12-27 Shirokane, Minato-kuTokyo 108 -0072
 Tel: (03) 3443-6769 Fax: (03) 3443-6762, <http://www.tokyophysio.com/>

Psychologen

TELL Community Counseling Service, Tel. 03-3498-0231 (Englisch), 03-3498-0232
 (Japanisch), Homepage: www.tell.jp.com

Frau Uta Sonnenberg-Watanabe

Deutsche Diplompsychologin und Psychotherapeutin, einzige Therapeutin auf der
 Vertrauensärzteliste der Deutschen Botschaft.

Therapieangebot: Kognitive Verhaltenstherapie, Systemische Therapie (Familie, Ehepaar, Partner,
 etc.).

Psychodiagnostik mit anerkannten dt. Tests (neuropsycholog. Testen bei Verdacht auf ADHS, u.a.m).

Praxis 2-3 Fußminuten von Roppongi-Itchome Stn. (Namboku U-Bahnlinie).

Sprechstunden Di, Mi, Fr 11.00-18.00 Uhr, Sa 11.00-14.00 Uhr. Keine Wartelisten.

Flexible Honorarregelung. Therapiekostenrückerstattung wenn Zusatzversicherung für
 Psychotherapie vorhanden.

Website: www.cbt-tokyo.com * Praxis-Tel. 03-3589-2425 * E-mail: info@cbt-tokyo.com

Siehe auch Therapeutenliste der DSTY

Homepage <http://www.dsty.jp/sites/default/files/content/file/therapeuten.pdf>

Schwangerschaft und Geburt**Geburtskliniken**

Aiiku Klinik in Hiro-o (in der Nähe der deutschen Botschaft.)

Tel.: (03)-3473-8321

www.aiiku.net (nur japanisch)

Teilweise englischsprechendes Personal, schriftliche Informationen zu Untersuchungen in Englisch.

Geburtshaus in Setagaya-ku

Aqua Birth House in der Naehue des Kinuta Parks (Tel.3704-1352). Die Hebammen dort sollen Englisch
 sprechen.

<http://www.aqua-birthhouse.com/> (nur japanisch)

Parkside Hiroo Ladies Clinic, Green Core Hiroo 1F5 -16-13 Minamiazabu, Minato-ku, Tokyo 106-0047

Japan 【Yahoo Map】 【Livedoor Map】 TEL: 03-5798-3470, FAX:03-5798-3480

<http://www.ladies-clinic.or.jp/e/>

St. Lukes International Hospital

9-1 Akashi-cho, Chuo-ku, Tokyo, Tel. (03)-3541-5151, www.luke.or.jp

Liegt in der Nähe des Fischmarkts/Tsukiji

Sanno Hospital

8-10-16 Akasaka, Minato-ku, Tokyo, Tel. (03)-3402-3151

www.sanno-clc.co.jp

"National Center for Child Health and Development", Kokuritsu Seiiku Iryou Center

2-10-1 Okura, Setagaya-ku, Tokyo 157-8535

Kinderklinik in der Nähe des Kinuta Parks an der Setagaya-dori, an der auch eine Entbindungsklinik angegliedert ist. Frühe Anmeldung unbedingt erforderlich.

Notaufnahme 24 Stunden/7Tage die Woche

Tel: 03-3416-0181, <http://www.ncchd.go.jp/>

Dr. Sakamoto hat Belegbetten in verschiedenen Kliniken in Tokyo.

(siehe Gynäkologen)

In Yokohama

Shin Yokohama Women`s and Children`s Clinic

Tel.: (045)-472-2911, Fax.: (045)-473-6674, E-Mail.: info@hahatoko.jp,

www.hahatoko.jp (nur japanisch)

Mutterpass

Erhältlich im Ward Office (nach englisch-japanischer Ausführung fragen)

Visa für Neugeborene

Das japanische Visa sollte innerhalb 60 Tage nach der Geburt beantragt werden. Dies kann auch vorerst ohne deutschen Reisepass geschehen. Die Daten werden dann nachgetragen.

Geburtsvorbereitungskurse

Brett Imura bietet Geburtsvorbereitungskurse, Säuglingspflegekurse sowie eine Krankenhausführung durch die Aiiiku Klinik in englisch an.

Childbirth Education Center/Brett Imura Tel.03-3414-7458

Ann Tanaka bietet verschiedene Kurse in englisch zum Thema Schwangerschaft und Geburt im Tokyo American Club <http://www.tokyoamericanclub.org/> an. Zudem macht sie auch Hausbesuche.

BEST Birth Education Services in Tokyo/Ann Tanaka Tel.03-3482-0728

Stillgruppen/-beratung

Internationale Stillvereinigung LaLecheLeague trifft sich 1x im Monat in Shibuya/Tokyo (englisch)

<http://www.lalecheleague.org/Japan.html>, Laktationsberatung (in englisch)

Iona Macnab Tel.03-3425-2534

Umstandsmode/Babyartikel

Im AkachanHonpo findet man alles rund um die werdende Mutter und das Kind (siehe dazu auch Spielwaren)

<http://www.akachan.co.jp/top.cfm> (nur japanisch)

Auch im Toys`r`us findet man unzählige Babyartikel

<http://www.toysrus.co.jp/> (nur japanisch)

Muji führt unter anderem auch Umstandsmode

(Geschäfte befinden sich in ganz Japan u.a. in Jiyugaoka, Futakotamagawa, Center Minami, Aobadai...)

<http://www.muji.net/eng/shop/> (in englisch)

Formes Umstandsmode

2-23-13 Dogenzaka, Shibuya-ku (am Bunkamura) und Ginza, 1-7-5 Chuo-ku

<http://www.formes.com>

United Colores of Benetton auf der Omotesando

Tokyo Fit Mums:

<http://www.tokyofitmums.com/>

Tokyo Mothers Group:

<http://www.tokyomothersgroup.com/>

Mitbringen von Katzen und Hunden

Wenn Sie eine Katze oder einen Hund mit nach Japan nehmen wollen, entnehmen Sie bitte folgender Homepage weitere Informationen:

<http://www.maff.go.jp/aqs/english/animal/dog/index.html>

Sayonara Listen

Viele Familien verlassen -vor allem vor den Sommerferien- Japan und haben so manche nützlichen Dinge zu verkaufen. Ein guter Link zu diesen sog. Sayonara Listen ist:

<http://www.mai-kom.de/community-service-sayonara.html>

Telefonieren

Brastel,

billiger telefonieren mit Vorwahl, Bezahlung der Pre-Paid Karte an verschiedenen Convenient Stores möglich.

<http://www.brastel.com/Pages/eng/Home/>

World Link,
billiger telefonieren mit Vorwahl
<http://www.worldlinkjapan.com/english/index.html>

Internettelefon
Das Internettelefon (VoIP) ist die günstigste Möglichkeit, setzt aber sinnvoller Weise eine „flatrate“ beim hiesigen Provider voraus

Ein großer Internetprovider (sowie Fernseh- und Telefonanschluss Anbieter) ist **itscom** <http://www.itscom.net/index.html>
Fragen Sie am besten Ihren Makler oder Vermieter nach den Dienstleistungen dieses Unternehmens

Fernseh- und Internetanschluss

itscom bietet neben dem Internetanschluss auch Telefon- und Fernsehanschluss:
<http://www.itscom.net/index.html>

Fragen Sie am besten Ihren Makler oder Vermieter nach den Dienstleistungen dieses Unternehmens

Deutsche Fernsehsender

Es gibt eine Anzahl von Anbietern im Internet, wo man deutsche Fernsehsendungen gegen eine Gebühr aufzeichnen kann.

Save TV
<http://www.save.tv/index.cfm?&ref=%21%260%20%20%0A>

Zattoo
<http://zattoo.com/de>

Shift TV
<http://www.shift.tv/de/>

Elektrogeräte

Elektronik / IT

Japan gilt als das Mekka der Digitaltechnik und Elektronik - dieser Eindruck bestätigt sich in Tokyo vor allem rund um den JR-Bahnhof Akihabara (http://www.akiba.or.jp/index_e.html).
Keine Frage - die neueste Playstation kommt hier zuerst auf den Markt!
Wie so üblich steckt der Teufel aber im Detail - hier ist es meistens die Sprachbarriere.
Selbst wenn man sich mit dem Händler einigen kann, sind alle Anleitungen, Menüs, Beschriftungen bis hin zur Service-Hotline erst einmal in Japanisch. Es gilt also vorher zu prüfen, inwieweit man die Menüführung der Geräte auf „English“ umschalten kann oder sich über das Internet verständliche „Handbücher“ oder Softwaretreiber besorgen kann.

Für alle Elektrogeräte aus Europa gilt:

In Japan kommen „nur“ 100V aus der Steckdose - prüfen Sie also vorher im Einzelfall ob Ihr Gerät in der Eingangsspannung flexibel ist.

Falls das nicht geht, können Sie es hier über einen Trafo betreiben oder sich auch in Ihrer Wohnung 200V an einzelne Steckdosen (z.B. Küche) legen lassen - in den meisten Fällen ist es aber wahrscheinlicher praktischer, sich hier ein lokales Gerät zu besorgen (entweder als Neukauf oder über die beliebten „Sayonara Sales“).

Es ist schwierig ein Fachgeschäft zu empfehlen - für den Anfang ist „Biccamera“ entweder am JR-Yurakucho Bhf oder am JR-Shin-Yokohama Bhf ein gute Anlaufstelle, wo man alles unter einem Dach zu „normalen“ Preisen findet (Leider nur jap.: www.biccamera.com).

Fernseher:

Die Fernsehnorm in Japan ist (anders als in Mitteleuropa) NTSC. D.h. ein reines PAL Gerät können Sie getrost zu Hause lassen.

Moderne „Multi-System“ Fernseher funktionieren hier an der Antenne oder am Kabel - in den Genuß von englischen Übersetzungen für Nachrichten oder auch einige Filme kommen Sie nur, wenn Ihr Gerät „bi-lingual“ ist.

Everyone knows Japan is just full of wonderful advanced technology, or has heard some story that is too weird to be true. Well, in this case it is, for once, true. Most Japanese homes are in fact in possession of bilingual TVs or VCRs, although of course the owners often aren't aware of this fact, and very rarely make full use of them.

The evening news shown on Japanese television is regularly offered in English too, to those who have the right sets. Of perhaps greater interest to most people, since Japanese news tends towards Japan-only news, are the regular showings of foreign movies. These are shown, in addition to occasional Japanese movies, on Thursday, Friday, Saturday and Sunday nights at 9pm, and are usually Hollywood hits of recent years. However a much more eclectic mix of movies can be found in the early hours of the morning, every few days. Ninety percent of these can be viewed in their original English soundtrack, with only a few limited to the Japanese dubbing; a universally despised soundtrack of comic-book voices!

How bilingual televisions work:

Television stations normally send out a stereo signal, which is picked up by your TV set, and pumped out through both speakers. So some bright spark realized that you don't necessarily have to send out the same soundtrack (taking a stereo effect to be a *single* soundtrack), and you could instead broadcast two *different* soundtracks (e.g. Japanese language or English language), which could then be thrown out of two separate TV speakers; the left speaker in English and the right speaker in Japanese. So essentially the difference between bilingual and non-bilingual TV is the capability to produce stereo sound. To choose between the languages, you simply need to turn off the speaker you don't want to hear.

So how do I spot a bilingual TV?

Simple - look on the front (where many TVs have sockets for video cameras etc.) or the back of the TV (where you'd plug in your speakers). If you have three colours of socket, **yellow, white and red**, then you're in luck! If you only have yellow and white, then the infernal machine won't do bilingual - feel free to punch and kick the machine until you're blue in the face, or at least mildly curse the ancestry of the idiot who bought a non-bilingual set!

DVD Spieler

Auch bei DVD-Spielern gibt es zwei Aussagen:

- 1) Die gute Nachricht ist, dass sowohl Japan als auch D-A-CH den Regionalcode 2 verwenden. D.h. DVDs können ausgetauscht werden und abgespielt werden.
- 2) Die schlechte Nachricht ist, dass jap. DVDs natürlich entsprechend der lokalen Fernsehnorm im NTSC Format codiert sind.

Wenn Sie einen „Multisystem“ Fernseher oder DVD-fähigen Computer haben ist das natürlich dann keine Hürde mehr.

Computer

Grundsätzlich sind alle hier verkauften Computer mit einem jap. Keyboard (QWERTY + Kana Belegung) und einem jap. Betriebssystem ausgestattet.

Auch hier bestätigen Ausnahmen die Regel:

- 1) Windows Rechner gibt es vereinzelt mit englischer Tastatur (nie mit deutscher Tastatur). Windows XP ist in der „international“ Version (zusätzlich) käuflich erhältlich.
- 2) Die Mac Anhänger haben es etwas einfacher. Mac's haben hier einen deutlich höheren Marktanteil als in Deutschland - folglich es gibt in Tokyo sogar zwei Apple Stores . Gerade das Geschäft auf der Ginza (<http://www.apple.com/retail/jp/ginza/>) besticht durch zweisprachiges Personal und guter Unterstützung von typischen „Ausländerfragen“. Das aktuelle System X kann problemlos mit einem Mausklick von japanisch in deutsch (oder englisch) umgestellt werden. Somit stellt sich nur noch die Frage, wo man eine dt. Tastatur herbekommt (wenn man dann auf die Umlaute Wert legt)

Zusammenfassend kann man sagen, dass man sich am besten die Grundausstattung an Hard- und Software mitbringt - bis auf deutschsprachige Tastaturen und deutsche Anwendersoftware ist dann aber alles hier erhältlich.

Falls es doch zu Problemen oder Installationsfragen kommt, kann:

Herr Ryo Nakamizo

Tel. 080 3425 1332

nakamizo@compwalker.com

auf englisch weiterhelfen.

Nach Absprache kommt Herr Nakamizo ins Haus und „hilft kompetent“ vor Ort.

(s. auch Computerspezialisten)

Internetzugang:

Nichts ändert sich so schnell wie die Infrastruktur beim Internet. Generell ist der Großraum Tokyo/Yokohama aber auf einem hervorragenden Niveau was die Bandbreite, Zugangsmöglichkeiten und Verfügbarkeit (Wartezeiten bei der Installation) angeht - deutlich besser jedenfalls als die augenblickliche Situation in Deutschland.

Auch hier ist natürlich alles in erster Linie auf japanisch - am besten fragen Sie Ihren Vermieter oder auch die Nachbarn, welcher Provider in der Gegend am besten ist oder gar schon Kabel liegen hat.

Häufig wählt man eine 30Mbps flat-rate (die z.B. von einigen Cable-TV Anbietern angeboten wird <http://www.itscom.net/en/index.html>), so dass man nicht nur surfen kann, sondern auch telefonieren (VoIP), fernsehen (z.B.dt. Nachrichten über Video podcast (iTunes)) oder InternetRadio hören kann.

Beszugsquellen für "Hightech"- und Elektrogeräten

Akihabara ist ein Stadtviertel in Tokyo in dem Elektronik sämtlicher Art angeboten wird. Wollen Sie sich diesem Trubel nicht aussetzen, gehen Sie am besten zu

Bic Camera <http://www.biccamera.com/>

- vor Shin Yokohama Bahnhof
- vor Yurakuchó Bahnhof
- in Shibuya

LAOX Co., Ltd. www.laox.co.jp

(Exportgeräte mit europäischen Standards wie PAL), gibt es in mehreren Stadtteilen von Tokyo und Yokohama, u.a.

1-2-9, Sotokanda, Chiyoda-ku, Tokyo 101-0021, phone: 03 3253-7111

Bauknecht (vertreten durch Soko Engineering CO. Ltd.)

335 Saitama-Ken, Toda-Shi, Mukaida 105, Bijogi, Tel.: (0484) 21-1079

Bosch/Junkers (Robert Bosch Japan Ltd.)

223 Yokohama, Kohoku-Ku, Ushikubo 3-9-1, Tel.: (045) 912-8330

Siemens K.K. (Plan 4/4)

141 Tokyo, Shinagawa-Ku, Nishi-Gotanda 2-11-12, Gotanda Fujikura Bldg.

Tel.: (03) 3490-2171 Reparaturen und Ersatzteilbeschaffung nur in Notfällen.

Computerspezialisten

Marco Matsui, Tel. 045 9125734, Mobil 090 7004 4211, telefonische Anfrage am Mo-Fr. zwischen 19:30 und 22 Uhr, Sa., So., Feiertags zwischen 11 und 22 Uhr.

mmatsui@matsui-net.com

Compwalker

Mr. Ryo Nakamizo (spricht Englisch)

2-10-8-1001 Midoricho, Tokorozawa, Saitama Japan 359-1111, TEL (080) 3425-1332

FAX (04) 2925-8437

Email: nakamizo@compwalker.com

Einkaufsmöglichkeiten

Deutsche Bäcker/Backwaren

Bäckerei Brotheim

Tsurumaki 4-1-17, Setagaya-Ku, Tokyo 154,

Öffnungszeiten 9.00-19.00, montags und am 1. Dienstag im Monat geschlossen

Tel.: (03)-3439-9983

Bäckerei Tanne TanneBrot@aol.com
 (Sammelbestellungen bei Frau Sato möglich, Lieferung dann frei Haus)
 Hamacho 2-1-5, Nihonbashi, Chuo-Ku, Tokyo 103-007
 Tel.: 03 3667-0426, fax.: 03-3667-5018

Maison Kayser, direkt am Denenchofu Bahnhof, Tel 03-3722-5093

Bäckerei Linde
 1-11-27 Kichijoji Honcho Tokyo 180-0004, Tel.: 0422 231412
<http://www.lindtraud.com/>
 Anmerkung: gute Blätterteigwaren und Spritzgebäck (z.B. Berliner / Krapfen)

Bäckerei Schomaker (Nähe Ookayama Station)
 Kitasenzoku 1-59, Tel: 03 3727 5201, sehr gutes Vollkornbrot, z.T. ökologische Produkte
<http://www.schomaker.jp/>

Bäckerei Himmelbrot (Nähe Ookayama Station)
 Kitasenzoku 3-28-4, Tel.: 03 6431 0970, verkauft auch Brot im Denen Supermarkt in Denenchofu
<http://www.himmelbrot.com/>
<http://r.tabelog.com/tokyo/A1317/A131711/13048813/>

Bäckerei Juchheim
<http://www.juchheim.co.jp/die-meister/marubiru/index.html>

Bäckerei & Konditorei Sailer
 2-chome 1-5, Nishimura Build., Nagaoka, Minami-ku, 815-0075 Fukuoka-shi, Tel/Fax: 092-551-7077
www.try-net.or.jp/~sailer

internationale Lebensmittel

Yamaya

intern. Lebensmittel zum Bestellen und direkt einkaufen, z.B. Shibuya, Aobadai (Yokohama), Kanana-dori, Shinjuku...

<http://www.yamaya.co.jp/en/core.htm>

Costco

Amerikanischer Lebensmittelgroßhandel. Große Mengen zu günstigen Preisen.

Man muß allerdings eine Mitgliedskarte beantragen.

<http://www.costco.co.jp/eng/>

Tokyu Kaufhaus Shibuya, (Basement)

Öffnungszeiten 10.00-19.00, donnerstags geschlossen

Tel.: (03)-3477-4363

Supermarkt Kinokuniya

Minami Aoyama 3-11-7, Minato-Ku, Tokyo, Tel. 03-3409-1231

und an der Meguro-dori: Todoroki 7-18-17, Setagaya-Ku Tokyo

Supermarkt Denen

Tamagawa-Denenchofu 2-6-21, Setagaya-Ku, Tokyo

Tel.: (03)-3721-4161, <http://sunnypages.jp/contacts/review/206>

National Azabu,

Azabu, direkt neben der Deutschen Botschaft

<http://www.bento.com/rev/0521.html>

Supermarkt Precce

Direkt an der Denenchofu sowie Futagotamagawa Station

Supermarkt Olympic

Yokohama Nähe Center-Minami

Supermarkt O.K., Yokohama Nähe Schule und Nähe Yoga Station, Setagaya-ku

Supermarkt Harnos

(Co-op-Kette) Yokohama Nähe Schule (Erhältlich sind außer Naturkost auch Säfte die nicht gekuehlt werden müssen)

Sanwa

japanischer Supermarkt mit wechselnden Sonderangeboten

Nakachoo 2-48-?, Meguro-ku, an der Komazawa Dori, Parkplatz vorhanden

10:00 - 22:00 Uhr, Tel.: 03 - 3715-3051

Station Musashi-Koyama

(Meguro Line) Einkaufsstrasse (überdacht)

diverse Geschäfte, u. a. internationale Produkte

Supermarkt Hanamasa (ハナマサ.....)

blaue Kuh auf gelben Grund

ungekühlte Säfte (deutsch) und andere internationale Produkte, Fleischgroßpackungen etc.

u. a.: Toritsudaigaku Station (Tokyo Toyoku Line), Meguro-ku, Nakane 1-3-10

eine Minute von der Station entfernen, links aus der Station heraus, links unterhalb der Schienen entlang gehen, an der ersten Ecke rechts abbiegen, an der nächsten Ecke befindet sich der Laden rechts,

geöffnet von 8:00 - 22:00 Uhr Tel.: 03-5731-2941

<http://www.hanamasa.co.jp> (nur japanisch)

IKEA führt in seinen japanischen Niederlassung die meisten Lebensmittel, die es auch in Europa anbietet (link s. Möbel)

ökologische Lebensmittel**Radish Boya**

<http://www.radishbo-ya.co.jp/> (nur in japanisch)

Öko-Lieferant (bitte bei Katrin Boltze katrin.boltze@mac.com nachfragen)

Crayon House, 3-8-15 Kita-Aoyama, Minato-ku, Nähe Omotesando
<http://www.bento.com/rev/0319.html>

Tengu Natural Food <http://jbayles.netfirms.com/en/>

National Azabu

führt einige ökologische Lebensmittel, (direkt neben der Deutschen Botschaft)
<http://www.bento.com/rev/0521.html>

Yamaya führt einige ökologische Lebensmittel
<http://www.yamaya.co.jp/en/core.htm>

Oisix

<http://www.oisix.com/topPageG5.htm?SESSIONISNEW=TRUEID&mi2=7749>
 (nur in Japanisch, Anbieter von Bio-Lebensmitteln mit Lieferservice)

Organic kitchen verkauft und liefert u.a. organische Brotbackmischungen. Zu beziehen über
raphael.meuwly@epower.jp, info@epower.jp
<http://www.organic-kitchen.co.cc/>

Foreign buyers club verkauft diverse organische Lebensmittel:
<http://www.fbcusa.com/cs/index.php>

Fleisch- und Wurstwaren

Nissin World Delicatessen (Meat Rush)

Higashi Azabu 2-34-1, Minato-ku, Tel. (03)-3583-4586 http://www.nissinham.co.jp/nwd/nwd_03a.html

Da Da Cha

Oyamadai 3-10-5, Setagaya-ku, Tokyo 158, Tel.: 03-5707-2755, Fax.: -2878
 Öffnungszeiten: 10.00-20.00, Mittwoch geschlossen <http://www.dadacha.biz/>

Schmankerl Stube

(japanischer Metzger hat Meisterbrief in Deutschland gemacht) Shibuya-Station, Hachiko-Exit,
 Foodshow im Tokyu Store (im Basement)
 Tel./Fax: (03)-3477-4129
<http://www.tokyu-dept.co.jp/foodshow/t/floor/shop/shumankeru/index.html>
auch im Untergeschoss des Tokyo Stores im Tama-Plaza, Yokohama zu finden

Rosenheim

gute Wurstwaren in deutschem Stil, direkt neben der Schmankerl Stube in Shibuya / Foodshow im
 Tokyu Store, im Untergeschoss der Station Shibuya
<http://www.tokyu-dept.co.jp/foodshow/t/floor/shop/rosen/index.html>
auch im Untergeschoss des Tokyo Stores im Tama-Plaza, Yokohama zu finden

Supermarkt Hanamasa (ハナマサ.....)

blaue Kuh auf gelben Grund
 ungekühlte Saefte (deutsch) und andere internationale Produkte, Fleischgroßpackungen etc.

u. a.: Toritsudaigaku Station (Tokyo Toyoku Line), Meguro-ku, Nakane 1-3-10

1 Minute von der Station

links aus der Station, links unterhalb an den Schienen entlang, 1. rechts, an der naechsten Ecke rechts,

8:00 - 22:00 Uhr Tel.: 03-5731-2941, <http://www.hanamasa.co.jp/> (nur japanisch)

Schöndorf

Wurstwaren können hier per Internet, telefonisch oder per Fax bestellt werden

Tel. 03-3582-2941, 0120-029410, Fax 0120-029412, info@schoendorf.jp

Homepage nur in japanisch <http://www.schoendorf.jp/law.html>

The meat guy

<http://www.themeatguy.jp/>, Lieferung von Fleisch-/Wurstwaren u.v.m. in ganz Japan

Hela Spice Japan GmbH & Co.

Seit 1987 vertreibt Hela Spice in Japan, Fleisch- und Wurstwaren sowie Gewürze von Hermann Laue (Österreich). Das Unternehmen unterhält unter dem Namen Hans Hohlweck eine deutsche Metzgerei in Moriya, Präfektur Ibaraki. <http://www.hanshohlweck.com/>

Wasser

Wasserfilter für den Wasserhahn bekommt man z.B. bei

Bic Camera <http://www.biccamera.com/>

Tokyu Hands <http://www.tokyu-hands.co.jp/index.htm>)

(Tipp: evtl. beim Anmieten eines Hauses gleich anbringen lassen.)

Sewickley, 18,9 l Behälter

die nach Hause geliefert werden, Liefertermine nach Bedarf.

Tel.: 0120-032014

<http://www.izumiya-water.jp>

Kohlesäurehaltiges Mineralwasser (und viel andere Getränke) sind günstig bei

Yamaya <http://www.yamaya.co.jp/en/core.htm> (siehe int. Lebensmittel) erhältlich.

Auch über amazon.co.jp kann man günstig und gut Wasser bestellen: <http://www.amazon.co.jp/>

Backbedarf, Käse und Butter

Hino

Yakumo 2-19-17, Meguro-Ku, Tokyo, Tel. (03)-3718-5401

Öffnungszeiten nach 15.00, Sonn- und Feiertags geschlossen

Fontaine

Takaban 2-18-1, Meguro-ku, Tokyo, Tel.: (03) 5722-5588

Öffnungszeiten 10:00 - 18:30, So. geschlossen

Tokyo Toyoku Line, Station: Gakugeidaigaku

Tomizawa, im Untergeschoss (B 1 F) des neuen Takashimaya´s (westliches Gebäude)

in Futakotamagawa (direkt gegenüber der Station)

sowie in Denenchofu am Bahnhof (Tokyo Square Garden, westliches Gebäude, F 1)

Organic kitchen verkauft und liefert u.a. organische Brotbackmischungen.
 Zu beziehen über
raphael.meuwly@epower.jp, info@epower.jp
<http://www.organic-kitchen.co.cc/>

Lebensmittelbestellung über Internet

The Foreign Buyers' Club <http://www.fbcusa.com>
 Expatexpress <http://www.expatexpress.com/>
 The flying pig <http://www.theflyingpig.com/TFP/Shop.ASP>
 (Homepage vom Wholesaler Costco)

Spielwaren

Akachan honpo
 u.a. im TOC/Gotanda und Center Minami in der Nähe der DSTY
<http://www.akachan.co.jp/top.cfm> (nur japanisch)

Toys'r'us
 Tomei Expressway, Ausfahrt Yokohama Richtung Hachioji (Route 16)
 Kawasaki Takatsu-ku, an der 246, Tel.: (044)-811-3300
 Yokohama, neben Center Minami (Nähe DSTY)
<http://www.toysrus.co.jp/> (nur japanisch)

Kiddyland auf der Omotesando

Yuzawaya
 Kamata 8-23-3, Ota.Ku, Tokyo 144 Tel.: (03)-3738-414, Öffnungszeiten: 10.00-19.00
<http://www.yuzawaya.co.jp/> (nur japanisch)

Crayon House (u.a. organische Lebensmittel, Holzspielzeug, Biopflegemittel)
 3-8-15 Kita-Aoyama, Minato-ku, Nähe Omotesando
<http://www.bento.com/rev/0319.html>

Papier- und Haushaltswaren

Tokyu Hands <http://www.tokyu-hands.co.jp/index.htm>)

Ribbon
 Jiyugaoka 1-25-9 Tel.: (03)-3725-2926

Yuzawaya

Kamata 8-23-3, Ota.Ku, Tokyo 144 Tel.: (03)-3738-414, Öffnungszeiten: 10.00-19.00

<http://www.yuzawaya.co.jp/> (nur japanisch)

Ito-Ya, Papier und Bürobedarf

u.a. Ginza 2-7-15, Chuo-Ku, Tel.: (03)-3561-8311

und in Futagotamagawa im Takashimaya, <http://www.ito-ya.co.jp/>

China Pete's (japanisches und chinesisches Porzellan)

1-5-9 Yoshinodai, Sagamihara-Shi, Kanagawa-Ken 229, Tel.: 0427-53-0722

(Schicken Prospekt zu) <http://www.chinapetes.com>

Schuhe**Shoe's Shop `Hikari` Shinjuku**

5-11-30 Shinjuku, Tel.: (03)-3351-0192, Fax: (03)-3225-1192, (spezialisiert auf Übergrößen)

Kaufhaus Takashimaya in Futakotamagawa (deutsche Kinderschuhe, 5. Stock, altes Gebäude)

3-17-1 Tamagawa, Setagaya-ku, Tokyo

Oimachi Line bis Futakotamagawa

Washington Store (deutsche Kinderschuhe & Übergrößen)

5-7-7 Ginza, auf der Chuo Dori, Nähe Ginza 4-chome Crossing

Tel. 03-3572-5911

Geox

Geox eröffnet ständg neue Läden in Japan

http://www.geox.com/cont_english.asp

Akai Kutsu in Japan

hat Geschäfte u.a. in Yokohama und Tokyo

<http://akaikutsu.fte.jp/>

siehe auch unter „orthopädische Schuhe und Einlagen“

Möbel**Muji**

<http://www.muji.net/eng/shop/>

Crastina Inter Furniture Co. Ltd.

<http://www.crastina.co.jp/>

(es gibt mehrere Läden in Tokyo und Yokohama)

u.a. in 5-7-35-1F Hiroo, Shibuya-ku, Tokyo 150-0012

phone: 03 - 5791 4777

Anmerkung: Möbel im Stil bekannter italienischer Design-Marken zu günstigen Preis aufgrund von Fertigung in China (ca. 2 Monate Lieferzeit bei Sofas und Betten)

Simachu

<http://www.shimachu.co.jp/index.html>

u.a. Ohta-ku, Tokyo, Tel.: 03 5741 7300

IKEA

Funabashi Store

2-3-30 Hamacho, Funabashi, Chiba 273-0012

http://www.ikea.com/ms/en_JP/local_home/funabashi.html

Kohoku Store

201-1 Orimoto-cho, Tsuzuki-ku, Yokohama, Kanagawa 224-0043 (Nähe Dt. Schule)

http://www.ikea.com/ms/en_JP/local_home/kohoku.html

Casa de Moda

u.a auf der Meguro-dori, sowie in Center Minami

Noce

u.a auf der Meguro-dori, sowie Nähe Center Minami

Baumärkte

Tokyu Hands (der größte befindet sich in Shibuya), ein weiterer in Shinjuku

<http://www.tokyu-hands.co.jp/index.htm>

Shimachu

<http://www.shimachu.co.jp/index.html>

u.a. Ohta-ku, Tokyo, Tel.: 03 5741 7300

Anmerkung: viele Pflanzen für Haus und Garten, günstige Preise bei Pflanzen, große Auswahl, mit Parkplatz über dem Geschäft

Kohnan

(großer Baumarkt in der Nähe des Yokohama Int. Swimmingpools)

<http://www.kohnan.net>

Do it yourself

<http://www.diy-na.com/>

Friseur

Hair Club Paris

(Inh. Komei Shimooka spricht deutsch & englisch)

10B 3-11-7 Takaban, Meguro-Ku Tokyo 152-0004 Tel./Fax. 03-5721-8003

Öffnungszeiten 10:00-20:00 Sonntag 9:00- 19:00 Dienstag und jeden 3. Montag im Monat geschlossen

Bahnstation: Gakugei-deigaku, Tokyu toyoko line

Bellevue hair square

Okusawa 7-19-10, Setagaya-ku, Nähe Kuhonbutsu Station, Tel.: (03)-3702-2274

M.M.K

Hair International, Kenji san

4F Roppongi T:K BLDG, 5-2-6 Roppongi, Minato-ku, Tel: 03-3423-1661

Ist

Jiyugaoka (schneidet trocken für 1000 Yen)

QB House schneidet auch für 1000 Yen (Filialen in ganz Japan, meist Bahnhofsnahe)

<http://www.qbhouse.co.jp/> (nur japanisch)

In Yokohama

Tony&Guy, Northport Mall 5F, Nakagawachuo 1-25-1, Tsuzuki-ku, Yokohama, Tel: 045-910-1021.

Jun Yasuda spricht u.a. Englisch

Japanisch Unterricht

Rieko Sonntag (Unterricht in Deutsch an der DSTY) e-mail: Sonntag@tmtv.ne.jp

Yuko Tanizawa (Unterricht in Deutsch, kommt ins Haus)

e-mail: j.tanizawa@y.email.ne.jp

Motoko Kuramochi, Managin Director AZ Japanese Service (Unterricht in Englisch, kommt ins Haus) e-

e-mail: az_japaneseservice@ybb.ne.jp

Aiko Oi, Instructor of Japanese (Unterricht in Englisch, kommt ins Haus)

1-10-20 Oyamadai, Setagaya-ku, Tokyo 158-0086, Tel: 03-3702-2420, oiako@q08.itscom.net

Mayu Nakao (Unterricht in Deutsch, kommt ins Haus)

Hp:080-5414-8672, e-mail: nakaomy@m2.pbc.ne.jp

Doitsu Center Ltd. Ebisu www.sauseschritt.com

Institute of Modern Japanese

Mori- san, Tel: 090 9237 3221, e-mail: imj.mori@y3.dion.ne.jp

Alle Lehrerinnen sprechen gut Deutsch und kommen ins Haus

MLC (Meguro Language Center)

1-4-11 Meguro, Meguro-ku, 153-0063 Tokyo

NT-Building 3 Floor

<http://www.mlcjapanese.co.jp>

Yokohama Echo, Yoke

<http://www.yoke.or.jp/indexe.html>

Lernmaterial für den Japanischunterricht

„Japanisch im Sauseschritt“ zu beziehen u.a. bei
Doitsu Center Ltd. Ebisu www.sauseschritt.com

„Japanese for busy people“ zu beziehen u.a. bei
<http://www.kodansha-intl.com/books/html/en/9784770030085.html>

Spielgruppen für Kleinkinder

In Tokyo und Yokohama gibt es verschiedene Angebote für Kleinkinder, u.a. Spielgruppen, Eltern-Kind-Gruppen etc. Die Ansprechpersonen für die Krabbelgruppen (Neugeborene bis ca 3 jährige) stehen immer in den Gemeindeblättern der beiden deutschsprachigen Kirchen (s. unter „Kirchen“) oder sprechen Sie jemanden von der Starthilfegruppe an.

Notfälle

Unter der Telefonnummer **119** kann man kostenlos einen Krankenwagen anfordern, der den Patienten in das zuständige Krankenhaus bringt (jap. Adresse erforderlich)

Toritsu Ebara Hospital
Higashi-Yukigaya 4-5-10, Ota-ku, Tokyo
Tel.: (03)-5734-8000

Okusawa Clinic
Okusawa 2-11-11, Setagaya-ku, Tokyo ,24 Std.-Notfall-Telefon, Tel.: (03)-5701-7788
Es sind fast in allen Fachrichtungen englischsprachige Aerzte verfuegbar.
Von der Bahnstation Okusawa ca. 3 Min. Fussweg, (aus dem Bahnhof raus nach rechts, am Koban vorbei, an der Kreuzung. (auf der linken Seite ist ein Schrein) rechts abbiegen, nach ca. 20 Metern auf der rechten Seite ist die Clinic, rotes Backsteinhaus)

"National Center for Child Health and Development", Kokuritsu Seiiku Iryou Center
2-10-1 Okura, Setagaya-ku, Tokyo 157-8535
Kinderklinik in der Nähe des Kinuta Parks an der Setagaya-dori
Notaufnahme 24 Stunden/7Tage die Woche
Tel. 03-3416-0181, <http://www.ncchd.go.jp/>

Taxi

Nihon Kotsu 03-5755-2336 <http://www.nihon-kotsu.co.jp/en/taxi/ephone.html>
Englische Anrufannahme rund um die Uhr. Funksprachhilfen zwischen Fahrer und Gast während der Fahrt.

Kokusai Taxi, Tel.Nr. 03-3505-6001

Spricht gut Englisch. Man kann sich registrieren lassen, bei weiteren Anrufen wird anhand der Tel.Nr. die Adresse erkannt.

Deutsch / Japanische und Internationale Gruppen

Am Brunnen

<http://www.ambrunnen.net/>

Ansprechpartner: Naomi Nakao naomint98@hotmail.co.jp

Tsudoi

<http://www8.tok2.com/home/ikoi/index.html>

<http://www.ikoiverlag.com/de/index.htm>

(das Mitteilungsblatt heisst „ikoi“)

Ansprechpartner: Keiko Kasagi keikasagi@aol.com

Freundeskreis Deutscher Sprache (trifft sich im Haus der OAG / Goethe Institut in Akasaka)

<http://fds-tokio.info/>

Ansprechpartner: Frau Hildegard Röser, Email: hilleroeser@me.com

College Women´s Association of Japan

CWAJ Center, 2-24-13-1202 Kami Osaki, Shinagawa-ku, Tokyo 141-0021, Tel 03-3491-2091,

Fax 03-3491-2092, <http://www.cwaj.org/>

Kirchen

(deutschsprachig)

Es gibt eine evangelische Gemeinde Tokyo/ Yokohama. Die Kreuzkirche ist in Gotanda. Näheres erfahren Sie unter

<http://www.kreuzkirche-online.de.vu/>

Weiterhin gibt es die katholische Gemeinde St. Michael in Denenchofu bzw Nakameguro. Näheres erfahren Sie unter

<http://www.tokyo-online.de>

Reisebüros

(sprechen alle Englisch)

Aiyu Travel Planer

Yurit@aiyutravel.co.jp

TURTLE TRAVEL, Nichirec Bldg 5 F, 4-9-13 Hatchobori, Chuo-ku, Tokyo 104-0032, Tel: 03 3206

8989, Fax 03- 3552-6282 naomi-w@turtle-t.co.jp

RAKIBUL HASSAN, LUCKY WORLD TRAVEL, TEL: 03-5348-7485, FAX:03-5348-7486, E-mail:
rakibul@luckyworldtravel.com

Travel No. 1 Shibuya no1shb@alles.or.jp

Orient Travel Japan antana@orienttravel.jp

LTK Reisebüro Japan Co., Ltd.,
 Atlas Shibadaimon Bldg., 1-3-8 Shiba Daimon, Minato-ku, Tokyo 105-0012 Japan
 Tel: 03-3433-0232, Fax: 03-3433-0236
 haben Mitarbeiter, die Deutsch und Englisch sprechen

Auf der Homepage der DSTY gibt es einen Link „Reisetipps“, der u.a. Informationen zu Reisebüros, Autovermietung und Hotels beinhaltet.

Bargeld abheben mit der EC Karte

Auf jedem Postamt ist es möglich, gegen eine geringe Gebühr am Geldautomaten Bargeld mit der EC-Karte abzuheben .

Wichtige links

| | |
|---|---|
| Deutsche Botschaft Tokyo | http://www.tokyo.diplo.de/de/Startseite.html |
| Goethe Institut Tokyo | http://www.goethe.de/ins/jp/tok/deindex.htm |
| Deutsche in Japan „Austauschbörse im Netz“ | http://groups.yahoo.com/group/dinj/ |
| Doitsunet | http://www.doitsunet.com/ |
| OAG (Deutsche Gesellschaft für Natur- und Völkerkunde Ostasiens) | http://www.oag.jp/ |
| Japanische Fahrschule, Infos in Englisch | http://www.koyama.co.jp/english.htm |
| Fahrplanauskunft | http://www.hyperdia.com |
| Japan Rail pass | http://www.japanrailpass.net/ |
| Shuto Verkehrslage | http://www.shutoko.jp/map/realtime.html |
| Routenplaner | http://diddlefinger.com/m/static/mobile |
| Domino´s Pizza (Bestellung über das Internet): | http://www.dominos.jp/eng/ |

Tanzschule <http://www.dance.co.jp/sukegawa/main.html>

Reise Links: <http://www.japan-guide.com>
<http://www.tokyowithkids.com>

Stay at home dads <http://www.meetup.com/Tokyo-Stay-at-Home-Dads/>

Freizeitangebote

In der Bibliothek der DSTY steht ein Ordner mit Freizeitangeboten zur Verfügung. Der Inhalt wurde von Familien der DSTY zusammengetragen, die diese Aktivitäten unternommen und für gut befunden haben.

Fahrplanauskunft

(schnellste Verbindung zwischen zwei Punkten)

Um bequem mit öffentlichen Verkehrsmitteln an Ihr Reiseziel zu kommen, ist die folgend Homepage eine riesen Hilfe:

<http://www.hyperdia.com>

Fahrplangestaltung

S- und U-Bahnverbindungen in und um Tokyo und Yokohama

http://www.u-bourgogne.fr/monge/g.dito/poisson2006/images/tokyo_trainmap.pdf

http://www.jreast.co.jp/e/info/map_a4ol.pdf

Tokyo

Tokyo-To Jido Kaikan (Tokyo Metropolitan Childrens Hall)

Shibuya 1-18-24, Shibuya-Ku, Tokyo 150-002, Tel. 03-3409-6361, Fax. 03-3407-8364

Öffnungszeiten: 9:00-17:00, 2.und 4.Montag im Monat geschlossen.

www.fukushihoken.metro.tokyo.jp/jidou/English/index.htm

Shinagawa Aquarium

Katsushima 3-2-, Shinagawa-Ku, Tel. 03-3762-3431

Öffnungszeiten 10:00-17:00 außer Dienstag

Bahnverbindung: Keihin Kyuku Line, Omori Kaigan Station oder von Oimachi Station mit dem Bus direkt zum Park

www.aquarium.gr.jp/en/index.html

Tokyo Sea Life Park-Aquarium

Rinkai Cho 6-2-3, Kasai Rinkai Koen, Edogawa-Ku, Tel. 03-3869-5152

Öffnungszeiten 9:30 - 16:00 außer Montag

Bahnverbindung: Keiyo Line bis Kasai-rinkai koen

www.tcvb.or.jp/en/infomation/7recom/sem2.html

Fukagawa Edo Museum
 Shirakawa 1-3-28 Koto-Ku, Tel.03-3630-8625
 Öffnungszeiten: 10:00-17:00
 Bahnverbindung: U-Bahn Tozai-Line bis Monzen-Nakacho
<http://www.tcvb.or.jp/en/infomation/7recom/ec07.html>

Museum of Maritime Science
 Higashi-Yashio 3-1, Shinagwa-Ku, Tokyo 135-8587 ,Tel. 03-3528-1111
 Öffnungszeiten: 10:00-17:00 außer Montags
http://www.funokagakukan.or.jp/index_e.html

The Science Museum (Kagaku Gijutsukan)
 Kitanomaru-Koen 2-1, Chiyoda-Ku, Tel. 03-3212-2440
 Öffnungszeiten: 9:30-17:00
 Bahnverbindung: Hanzomon Line bis Kudanshita Station

Tokyo Metropolitan Government Tower Shinjuku
 (202m hoch) toller Blick über Tokyo Tel. 03-5321-1111, Eintritt frei
<http://www.metro.tokyo.jp/ENGLISH/TMG/observat.htm>

Tepco Electric Energie Museum
 12-10 Jinnan 1-Chome, Shibuya-Ku, Tel.03-3477-1191 Eintritt frei
 Öffnungszeiten: 10:00- 18:00 Mittwoch geschlossen
 Fünf Minuten vom Hachiko-Ausgang Shibuya Station
<http://www.denryokukan.com/> (nur Japanisch)

Tokyo Disneyland und Disney Sea
 Anfahrt, Preise etc. unter
http://www.tokyodisneyresort.co.jp/index_e.html

Yokohama

Kodomo no Kuni
 700 Nara-machi, Yokohama-Shi, Kanagawa-Ken, Tel.045-961-2111
 Öffnungszeiten: 9:30- 16:30 (Juli & August - 17:00) ausser Mittwochs
 Bahnverbindungen: Shin-Tamagawa-Line umsteigen in Nagatsuga Station von dort Bahn direkt zum
 Kodomo no Kuni
<http://www.kodomonokuni.org/index.html> (nur japanisch)
<http://www.welcome.city.yokohama.jp/eng/tourism/manabu/nature/index.html>

Zoorasia (Zoo mit Park)
 1175-1 Kamishirane-cho, Asahi-ku, Yokohama
 Nakayama Station, Tel. 045-959-1000
 Öffnungszeiten: 9:30-16:30 ausser Dienstag, Samstags ist der Eintritt fuer Kinder frei
<http://www.zoorasia.org/e/gaikokugo/index.html>

Shiki no mori koen (Vierjahreszeiten Park)

Bahnverbindung: JR Yokohama Line Nakayama Station, an der Station findet man einen Plan, Hinweisschildern auf dem Fußweg folgen

Yokohama Science Center

Bahnverbindung: Negishi Line Yokodai Station

<http://www.city.yokohama.jp>

Historisches Museum Tsuzuki-Ku

Bahnverbindung: 5 Minuten zu Fuß von der Station Center- Kita

1-18-1, Nakagawa Chuo, Tsuzuki-ku, Yokohama City, 224-0003, Japan

Tel: 045-912-7777

Öffnungszeiten: 9:00h - 17:00h, Montags geschlossen (Historischer Park immer geöffnet)

<http://www.rekihaku.city.yokohama.jp/en/index.html>

Kawasaki

Tama Dobutsu Koen (Tama Zoo)

Hodokubo 7-1-1, Hino Shi, Tel. 0425-91-1611

Öffnungszeiten: 9:30- 16:00 außer Mittwochs

Bahnverbindung: Keio Line Tama Dobutsu Koen Station

<http://www.gws.ne.jp/tama-city/tama-zoo/index.html>

Minkaen (Freilichtmuseum)

Masugata 7-1-1, Tama-Ku, Kawasaki Shi, Tel. 044-922-2181, Fax: 044-934-8652

Öffnungszeiten: 9:30- 16:00, Eintritt: Yen 300 - Yen 500

Bahnverbindung: mit der Nambu Line bis Noborito oder dann aus der Station raus, die Strasse ca. 15 Minuten geradeaus laufen, oder Odakyu bis Inobashi ca. 10 Minuten zu Fuß, oder mit dem Fahrrad am Tama entlang flussaufwärts bis Noborito, gebührenpflichtiger Parkplatz vorhanden

Eisenbahnmuseum

Takatsu, Kawasaki Shi, Tel. 044-822-9084

Öffnungszeiten 10:00- 17:00 außer Montag

Bahnverbindung Shin Tamagawa Line bis Takatsu (Hase als Wegweiser)

Flohmärkte im Großraum Tokyo

Es gibt zahlreiche Antik- und Flohmärkte in und um Tokyo/Yokohama. Nähere Informationen bekommt man auf der Homepage <http://www.paperlantern.net/fleamarket/>