

# 外国人留学生の 生活マニュアル

島根大学国際交流課・国際センター  
(令和3年9月)

# 皆さんの留学生生活を助ける 心強い味方がいます！

指導教員



日本語  
担当教員

国際センター  
国際交流課



チューター



# チューター



- 留学生に1人ずつ
- 来日後半年間
- 勉学のサポート（履修登録の仕方，施設の使い方 など）
- 生活のサポート（市役所の手続き，銀行・携帯の手続きなど）
- 体調が悪いときの相談  
→症状がひどいときは保健管理センターへ

来日～約2週間



WELCOME to SHIMANE!!

# 新規来日留学生の手続きの流れ

## ①各地の空港や港から日本入国

空港内で入管審査・入国手続きが行われる



**A：成田・羽田・関空・中部・広島空港の  
いずれかから入国**

「在留カード」が即日発行される。  
(ただし、住所の記載はまだない)



ただし、留学期間「3か月」の  
場合は発行されないので注意。

**B：A以外の空港や港から入国  
(米子空港・岡山空港など)**

パスポートに「在留カード後日交付」シールが貼ら  
れる。カード受け取りは市役所手続後

国際交流会館または学生寮に住む場合

② 宿舍入居手続き

民間アパートに住む場合

② アパートの契約

③ 松江市役所で住民登録／国民健康保険加入／国民年金加入・免除申請

A は在留カードに住所が明記さ  
れ、即日受け取れる。

④ 山陰合同銀行／ゆうちょ銀行で口座開設

キャッシュカード後日郵送。時間がかかる。  
※書留の受取に注意！



学生証取得

正規学生：学生センター  
非正規学生：国際交流課

4/1、10/1 (新学期) スタート

⑤ 携帯電話契約

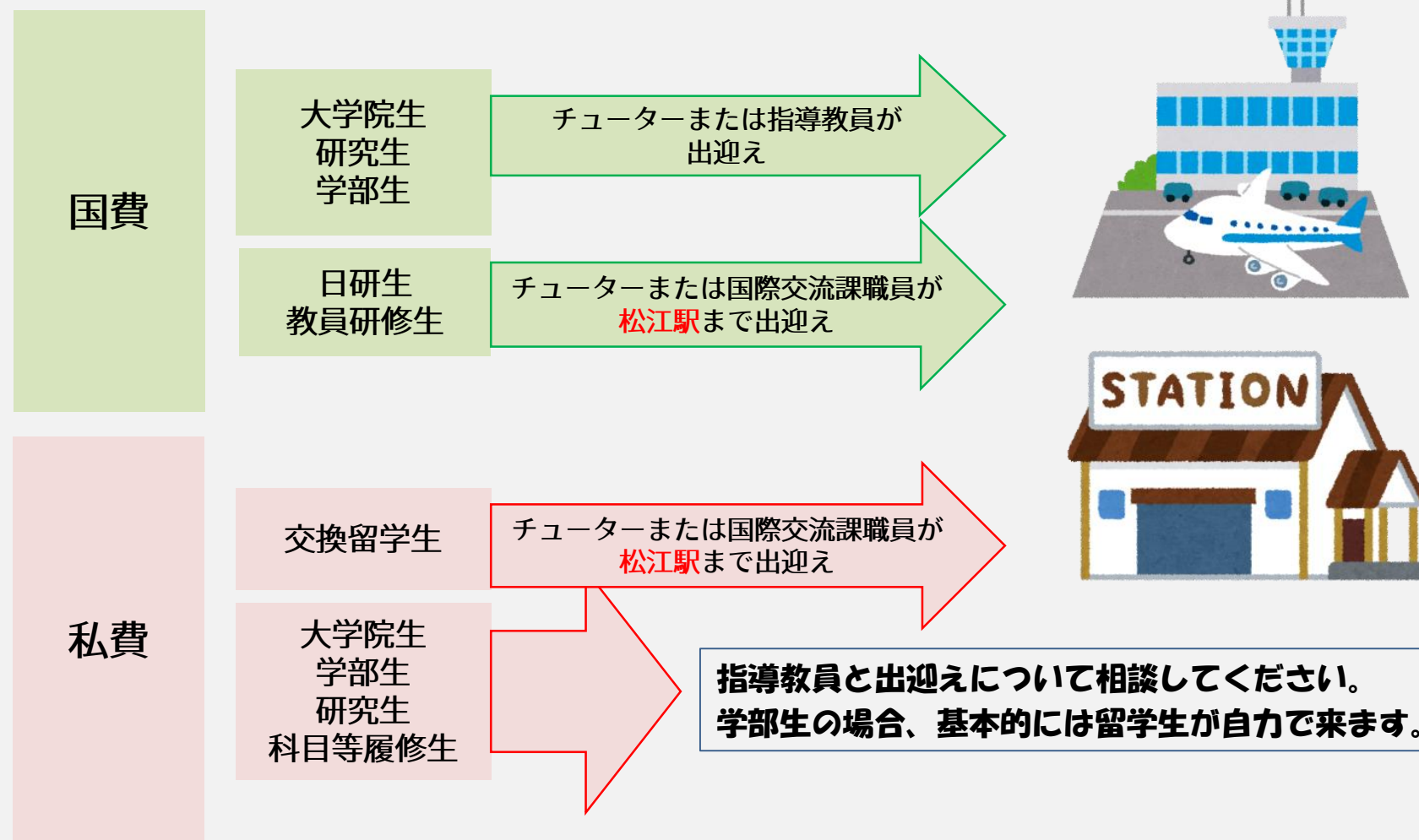


⑥ 履修登録

B は住民票の住所に後日、在留カードが送  
られてくる (市役所での手続後 2～4 週間  
かかる) ※書留の受取に注意！

# ①各地の空港や港から日本入国

## ☆出迎え場所



## ②国際交流会館への入居

交換留学生、日本語・日本文化研修留学生のほとんどは国際交流会館に入居します。

### (1) 入居手続きをする。

部屋への案内・・・寝具の準備、インターネット環境の確認、買うものリストの作成  
入居の手続き・・・管理人のもと、入居申請書記入、ごみの分別指導、料金支払い等説明

### (2) チューターは近所の店を紹介し、翌日以降の予定を確認する。

翌日以降は、携帯電話で連絡を取れない場合が多いので、  
会館で待ち合わせるとよい。

### (3) 以下の点に注意

- 会館では、会館チューター（日本人の島大生1名）と一緒に生活しながら留学生のサポートをしている。キッチン、洗濯室、シャワー室など共用部分の使用方法等については、会館チューターに尋ねるとよい。
- 管理人の駐在時間は、平日9：30～16：30
- 居住者以外の立ち入りは基本的に認められない。チューターを含め、居住者以外の方が会館の設備や備品を使用することはできない。居住者が来訪者やチューターと会うときには、ロビーや玄関を利用すること。また、来館者は管理人または会館のチューターに声をかけること。夜間の来館は禁止。

## ②学生寮への入居



(1) 管理人・学生チューターと一緒に入居手続きをする。

部屋への案内・・・鍵のかけ方

入居の手続き・・・管理人の指示のもと、入居申請書記入、ごみの分別指導、料金支払い等

(2) 近所の店を紹介して寝具・夕食等を確保する。

翌日以降の予定を確認してチューターと別れる。

携帯電話で連絡を取れない場合が多いので、寮玄関で待ち合わせるとよい。

(3) 詳しい説明は学生寮オリエンテーションで。

### ○必要物品等

【各棟共通】 ベッド用のマット，寝具，食器，調理器具，入浴・選択用品 等

【A棟，C棟】 洗濯機，冷蔵庫等の電化製品，トイレ用品，シャワーカーテン 等

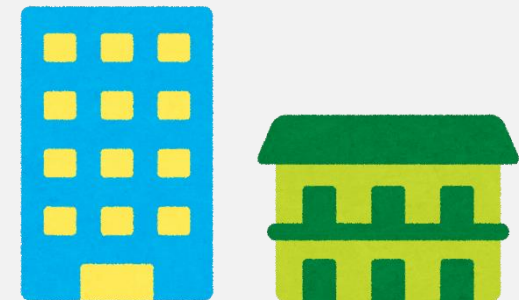


## ②民間アパートへの入居

何より先に、住所を手に入れることが必要です。

住所がなければ、住民登録や口座開設ができませんので、すぐにアパートを決めましょう！

- 民間アパートの契約までの流れ
  - ①生協もしくは不動産屋に行き、条件に合う物件を探す。
  - ②気に入った物件の内見をする。
  - ③物件を一つに絞り、事務所に戻って契約についての話を聞く。
  - ④契約を結ぶ前に、保証人が必要かどうか・いつから入居が可能か・その他規約・各種料金について気になることはすべて聞いておく。
  - ⑤契約を結び、入居に必要な家電や日用品をそろえる。
- 民間アパートの契約（必ず自印鑑が必要です。）
  - 敷金、礼金、仲介手数料などが必要
  - 連帯保証人（ほとんどのアパートで必要）



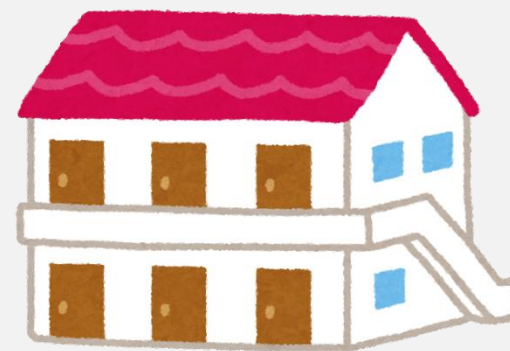
## ②公営住宅への入居

県営住宅 と市営住宅があり，家族と一緒に住む方には賃料がお得です！

- 世帯向けの住宅が多い。
- 年に6回入居募集がある。
- 希望者はまめに島根県住宅供給公社のホームページを確認してください。

URL：

<http://www.shimane-jkk.jp/chintai/area.php?area=matsue>



## ③市役所

- 市役所では、住民登録、国民健康保険加入、国民年金加入・免除申請を行ってください。
- 3月末～4月（前期）は特に窓口が混むので、時間に余裕を持って行ってください。

### (1) 住民登録 @松江市役所市民課（2番窓口）（電話: 0852-55-5253）



- 日本に3ヶ月を越えて滞在する外国人は、住所が決まってから**14日以内**に市役所で住所登録を行わなければならない。
- 在留カード未交付者は、在留カードが交付されるまでの身分証明書として**住民票（手数料300円）**を取得する。
- 日本国内から松江に引っ越してくる場合には、住所変更（転入届）の手続きを行う。引越し元で転出の手続きを済ませていない場合は申し出る。

#### 【必要なもの】

在留カード（すでに持っている場合）、パスポート、留学生氏名のカタカナ表記、正確な住所

※住民登録後、届出をした住所宛にマイナンバー通知カードが送付されますので、大切に保管する。

マイナンバーカードの交付申請の案内も同時に届くが、申請は義務ではない。留学生の場合は必要性が少ないため、申請しなくても問題ない。

# ③市役所

## (2) 国民健康保険加入

@松江市役所保険年金課(9番窓口)(電話: 0852-55-5263)

- **日本に3ヶ月を超えて滞在する人は、必ず加入しなければならない。**
- 医療費は3割の負担で済む。
- 毎月保険料を納める必要があるが、大きな病気やけがで通院したり入院した場合などは大変有利。
- 加入した当日に窓口で保険料を支払うことはない。(口座振替または納付書で後日支払い)
- 年間の保険料を6月から翌年3月までの10回に分けて支払う。納付期限は毎月末。
- 毎月の保険料は、1,500円~2,000円程度
- 納付書を利用する場合、銀行やコンビニで支払い可。
- **年度末に税金の調査がきたら、必ず回答する。**

# ③市役所

## (3) 国民年金加入・免除申請

@松江市役所保険年金課(9番窓口)(電話: 0852-55-5263)

- 外国人留学生でも,20歳以上は国民年金への加入が義務。(20歳未満は20歳になるタイミングで通知が来る)
- 毎月の保険料は定額で月額約16,000円だが,留学生の場合,保険料の納付が免除される。
- 免除には,①加入手続き+②学生納付特例制度/免除・納付猶予申請が必要。

(申請は原則毎年度必要)←市役所からの書類はすべて重要です。見逃さないように!

免除申請は,留学生の在籍区分によって手続きが異なるので注意する!

正規生(学部生・大学院生):学生納付特例制度

非正規生(交換留学生や科目等履修生などの短期留学生):免除・納付猶予申請

【必要なもの】 パスポート,在留カード(持っている場合),

学生証(正規生(学部生・大学院生)の場合のみ)

※学生証の発行が市役所での手続きの際に間に合わない場合は,後で市役所に学生証の写しを郵送する。

非正規生で学生証の提示を求められた場合は,国際交流会館へ問い合わせる  
(TEL: 0852-25-9530)



## ④銀行口座開設(ゆうちょ銀行/山陰合同銀行)

- 大学からの支給・引き落とし (授業料, 寮費など)  
～銀行振り込み
- 電気代, ガス代, 電話代, 水道代の口座引き落とし
  - 使用開始 ～使用申込書・銀行口座振替
    - 電気 (中国電力(株) 松江営業所)
    - ガス
    - 水道



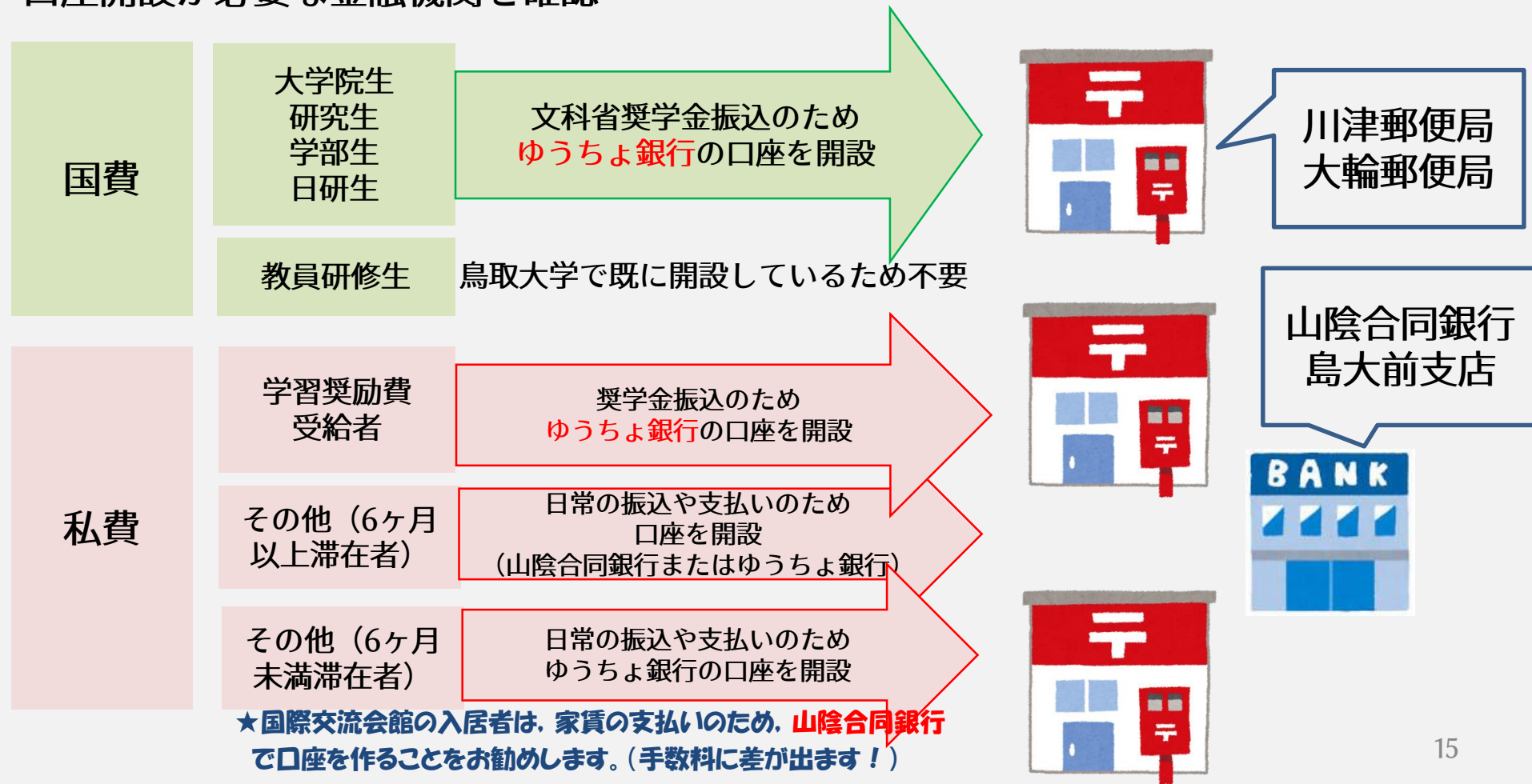
アパートによって支払い方法が異なり, この限りでない。

**滞納注意! 使用停止になります**

# ④銀行口座開設(ゆうちょ銀行/山陰合同銀行)

- 奨学金受給, 各種料金引き落としなどのために銀行口座が必要な場合, 開設してください。
- 月・金・祝日前後, 閉店前(15:00)は窓口が混むので, 時間に余裕を持って行ってください。

## (1) 口座開設が必要な金融機関を確認





## ④銀行口座開設(ゆうちょ銀行/山陰合同銀行)

- 普通口座を開設
- 午前中または午後の早い時間がおすすめ
- 開設にはかなり時間がかかる場合があるので、余裕を持って行く。
- キャッシュカードは後日郵送で届く。(書留の受取に注意)  
留守中に配達された場合、不在通知を受け取ることになる。  
不在通知を見落とすことがあり、そのままにしておくと口座が凍結されてしまう。
- 口座開設の際、申請書類に記入する氏名は、在留カードの表記で記入する(カタカナでの読みが必要)。
- ATMの場所、利用方法、支店の営業時間、コンビニATM等も案内する。

### ★外貨両替/外国送金

- 外貨両替：一部の外貨は山陰合同銀行で両替可。ただし手数料が高額。
- 外国送金：山陰合同銀行や郵便局で送金可能。ただし手数料が高額で面倒。



## ④銀行口座開設(ゆうちょ銀行 / 山陰合同銀行)

### (1) ゆうちょ銀行



- 国費(文部科学省)や学習奨励費(日本学生支援機構)の奨学金はすべてゆうちょ銀行の口座に振込まれる。
- 国際交流課で口座登録の必要があるので、上記の奨学金受給者は、至急、郵便局で口座を開設し、**通帳を国際交流課まで持ってきてください。**
- **事前にWEBで申込書を作成・印刷してから郵便局へ行ってください。**



[https://jp-bank-kaisetsu.japanpost.jp/account\\_open/0010.php](https://jp-bank-kaisetsu.japanpost.jp/account_open/0010.php) (多言語対応)

【必要なもの】 パスポート，在留カード，印鑑，現金(100円でもOK)

**学生証か在学証明書(学生センター窓口で発行可能)**

【準備する情報】 留学生氏名のカタカナ表記(他の手続きでも使うので統一する)，  
4桁の暗証番号

## ④銀行口座開設(ゆうちょ銀行 / 山陰合同銀行)

### (2) 山陰合同銀行



- 留学期間が6ヶ月以下の学生は開設できない。
- 山陰合同銀行で口座を開設するときは国際交流課が発行する**留学生証明書**が必要。在留カードを持参し、国際交流課に申し出てください。
- 国際交流会館に住む留学生は、家賃を山陰合同銀行の口座に振込む必要があるの  
で、合銀で口座を開設することをお勧めします。

【必要なもの】 パスポート，在留カード，留学生証明書（国際交流課で発行），印鑑，現金（100円でもOK）

【準備する情報】 留学生氏名のカタカナ表記，4桁の暗証番号

## ⑤ 携帯電話の契約

山陰合同銀行で海外からもしくは海外への送金をする場合、アルバイトをする場合は携帯電話が必要です。

- 携帯電話の契約は必須ではない。携帯を持たず、タブレット端末などをWiFi環境で利用し連絡を取る学生もいる。
- 契約には、在留カードが必要。
- 契約者が未成年の場合、契約ができない。
- **プリペイド以外の携帯の場合は、銀行口座を開設するかクレジットカードが必要。**
- 短期留学生にとっては、iPhoneやスマートフォンは非常に高額となる。（普通2年間契約なので、解約手数料が発生する。機種代の分割払いもできない場合がある。）
- 協定校からの**交換留学生と日研生**については、**プリペイドの携帯を契約するか、プリペイドSIMを利用すること。**（ただし、プリペイド携帯の機能は通話やメールなどに制限される場合がある。）
- プリペイド携帯の場合は、帰国前の解約は必要ないので、そのままにしておく。（解約すると解約手数料を取られてしまう。）

**※プリペイド以外の携帯を契約した学生の帰国後の請求トラブルが頻発しています！**

- Softbankの端末はプリペイド式スマホあり。auの端末は旧式携帯のみ。
- 自分の端末を持ち込んでSIMカードを利用する場合は、SIMカードのサイズと、ロック解除可能か確認。
- 携帯の契約に必要なものについて、事前にショップに問い合わせ確認しておく。

## ⑤ 携帯電話の契約



### プリペイド以外の携帯について

近年、プリペイド以外の携帯を購入し、帰国後に請求書が届くというトラブルが頻発しています。プリペイド以外の携帯の場合は、帰国前に解約し、精算をしますが、解約直前に使用した料金はその日に精算できず、帰国後に請求書が届きます。請求書を無視して未払いになると、ブラックリストに載ってしまい、将来また日本に来て携帯を契約しようと思っても契約できなくなってしまう。 (情報はすべての携帯会社で共有されるので、どの会社の携帯も持つことができなくなります。)

仮にお店で解約時に全部きちんと精算できるという説明があったとしても、実際に請求書を発行するのは別の部署であり、後日請求書が届くケースが非常に多いです。

どうしてもプリペイド以外の携帯を購入する場合には、友人や後輩等の連絡先を帰国後の請求先として指定し、請求があった場合の支払いを依頼しておくなど、確実に対応できる方法を取ってください。

# ☆印鑑について

- 留学生の新入生には全員，印鑑が島根大学留学生後援会からプレゼントされます。
- 留学生オリエンテーション資料と一緒に配布します。

- 印鑑はサインの代わりになる大切なものです。  
紛失すると大変ですので大切に保管してください。

※ 印鑑が必要になる可能性がある手続き

- 民間アパート入居
- 金融機関での口座開設（各種料金引き落とし，奨学金受給，授業料納付）
- 携帯電話の契約，解約
- 国内での各種契約，解約 など



## ⑥履修登録について

- 留学生は、ビザの関係上、週に10時間以上学業に従事しなければいけません。（授業、ゼミ、研究、実験等を含む）
- 学部/研究科の専門科目、共通教養科目、外国人留学生向けの日本語科目があります。
- 留学生の在籍区分によって履修の方法が異なるため、注意してください。

### 1.履修登録方法

#### (1)正規生

- Web登録→学期途中の場合は、「履修変更届」を学生センターへ

#### (2)非正規生（交換留学生，日研生）

- 履修届(用紙を学生センターの窓口<sup>に</sup>提出)

#### (3)非正規生（科目等履修生）

- 入学前に登録済み

#### (4)研究生

- 履修登録なし



## 2. 日本語の授業について

- ・ 留学生対象のオリエンテーションの際に詳しい説明を行います。
  - ・ 日本語、日本事情、日本語総合を履修する場合は、履修登録を行ってください。
  - ・ 日本語補講の受講には、国際交流課で事前の登録が必要です。
- ※ 不明な点や相談は外国語教育センター中園先生まで。（総合理工学部2号館3階）

在籍区分等	日本語 (単位あり)	日本事情 (単位あり)	日本語総合 (単位あり)	日本語補講 (単位なし)
交換留学生 (学部) ※山東大学以外	○	○	△※	○
交換留学生 (学部) ※山東大学法経専攻以外	△※	○	△※	○
交換留学生 (学部) ※山東大学法経専攻	×	○	×	○
交換留学生 (大学院)	×	×	×	○
日本語・日本文化 研修留学生	○	○	○	○
学部生	○	○	×	○
大学院生	×	×	×	○
科目等履修生	○	○	×	○
研究生	×	×	×	○

※受講要件あり。要相談

### 3. 在籍形態別の履修登録

#### (1) 正規生（学位取得を目的として入学する学部生または大学院生）

日本人学生と同様に、学士課程、修士課程・博士前期課程、博士後期課程に入学します。自然科学研究科の学生の中には、英語で授業を受ける特別コースに入学する学生もいます。

#### 履修登録方法：Web登録

→学期途中の場合は、「履修変更届」を学生センターへ

履修の仕方は日本人と同様で、カリキュラムに沿った履修を行います。学部生の場合、外国語科目として日本語科目を履修することができます。

#### 【履修変更届を提出する場合】

- ・事前に学生センターに行き、履修変更届を受け取る。
- ・履修する科目が決まったら、その授業を担当する先生に許可を取る必要があるため、連絡を取り押印をもらう。
- ・履修変更届が完成したら学生センターへ提出する。

その他不明な点があれば、学生センター1階で問合せてください。



# 3. 在籍形態別の履修登録

## (2) 非正規生 (学位取得を目的としない短期留学)

### ①学部特別聴講学生 (交換留学生)

#### ※協定校からの短期留学生

学生センター1階の各部担当窓口で授業科目一覧等を受領し、履修登録についての説明を受けてください。

#### 履修登録方法：履修届を学生センターに提出

※履修届の様式は学部によって異なりますので、必ず留学生の所属学部の担当窓口で書類を受け取ってください。

- 履修必須科目はなく、単位数の上限もありません。学期ごとに6科目以上登録してください。
- 学部で開講されている授業科目の中から、自分の興味や専攻に応じて選択します。
- 専門科目の履修については、必要に応じて指導教員と相談してください。
- 他学部の専門科目も履修できますが、特別履修許可が必要となります。(後日、許可を得る際に提示してもらう書類を留学生に渡します。)
- 基本的には、日本語関係科目を中心に履修を組み、空いた時間に教養や専門の科目を入れるようにしてください。
- 学生によっては、在籍大学で指定された授業を履修する場合があります。

不明な点があれば、学生センター1階で問合せてください。

### 3. 在籍形態別の履修登録

#### (2) 非正規生（学位取得を目的としない短期留学）

##### ②大学院特別聴講学生（交換留学生）

##### ※協定校からの短期留学生

学生センター1階の各部担当窓口で授業科目一覧等を受領し、履修登録についての説明を受けてください。

#### 履修登録方法：履修届を外国語教育センターワークステーション（総合理工学部棟2号館117）に提出

※履修届の様式は学部によって異なりますので、必ず留学生の所属学部の担当窓口で書類を受け取ってください。

- 履修必須科目はなく、単位数の上限もありません。**学期ごとに6科目以上**登録してください。（正規科目の履修登録で6科目満たせない場合は、研究指導や日本語補講の時間数を入れて週に10時間以上となるようにしてください。）
- 大学院で開講されている授業科目の中から、自分の興味や専攻に応じて選択します。
- 指導教員と相談の上、履修を組んでください。
- 日本語の授業は、補講のみ受講できます。

不明な点があれば、学生センター1階で問合せてください。

# 3. 在籍形態別の履修登録

## (2) 非正規生（学位取得を目的としない短期留学）

### ③科目等履修生（日本語・日本文化研修留学生（日研生））

日研生プログラムは、日本語・日本文化を専攻している学生が母国の大学に在籍しながら1年間日本の大学に留学する文部科学省の国費留学生制度です。島根大学では、科目等履修生として在籍し、日研生プログラム修了のためのカリキュラムに沿って受講します。

学生センター1階の各部担当窓口で授業科目一覧等を受領し、履修登録についての説明を受けてください。

#### 履修登録方法：履修届を学生センターに提出

※履修届の様式は学部によって異なりますので、必ず留学生の所属学部の担当窓口で書類を受け取ってください。

- 日研生のために用意されている特別な日本語科目があります。（日本語総合A～D）
- 単位数の上限はありません。**学期ごとに6科目以上**登録してください。
- 日研プログラムの修了要件を確実に満たすよう、各学期、計画的に授業を履修してください。
- 教養や専門科目は、学部で開講されているものの中から、自分の興味や専攻に応じて選択することができます。
- 専門科目の履修については、必要に応じて指導教員と相談してください。
- 他学部の専門科目も履修できますが、特別履修許可が必要となります。（後日、許可を得る際に提示してもらう書類を留学生に渡します。）
- 在籍大学で指定された授業を履修する場合があります。

不明な点があれば、外国語教育センター中園先生に問合せてください。

### 3. 在籍形態別の履修登録

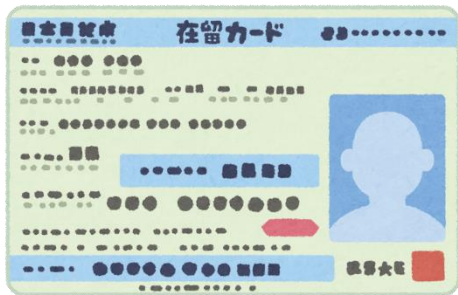
#### (2) 非正規生（学位取得を目的としない短期留学）

##### ④科目等履修生

- 履修したい科目を選んで受講します。
- 入学前に、履修希望科目を既に提出しているため、入学後の履修登録は不要です。

##### ⑤研究生

- 授業は履修せず、先生の研究指導を受けます。
- 半年～1年後に大学院への進学を考えているケースが多いです。

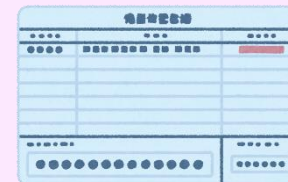


# 留学生生活案内



# 【大切なもの】在留カード

- 住所変更する場合
  - 日本での住所等を変更するときは変更が生じてから**14日以内**に申請
  - **松江市役所市民課**
- 紛失したとき
  - 交番に届けて遺失届で証明書进行らう
  - 14日以内にパスポート、写真2枚をもつて再申請
  - **入国管理局**



**\*在留カードは常時携帯すること！！**



# こんなときどこに行けばいい？

## 国際交流課

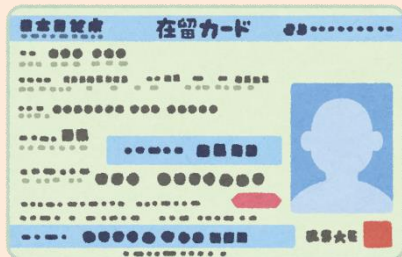
総合理工学部2号館3階



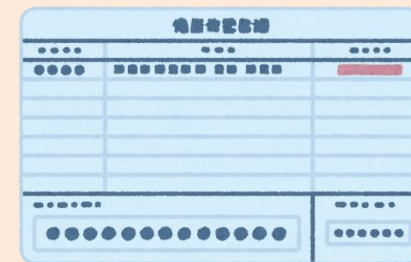
1. 在留手続き
2. 資格外活動申請
3. 奨学金関係
4. 見学旅行申込
5. 旅行届の提出

# 在留手続き

- 「留学」の在留資格：週10時間以上勉強
- 在留期間の更新
  - 在留期限の3ヶ月前から申請が可能  
→国際交流課に提出
  - 成績不振者はビザ更新が認められない場合あり
- 在留資格認定証明書（家族）
- 卒業後はすぐに帰国すること。引き続き日本にいる場合は、その目的にあった在留資格に変更。
- 卒業後就職活動するには在留資格を特定活動に変更



**！ 帰国時の在留期間切れ要注意！**





# 資格外活動



- アルバイト～資格外活動の許可 が事前に必要
- 従事できる時間～1週間28時間（長期休暇中は1週間40時間）
- 許可書の有効期限～在留期限まで
- 学生生活に慣れるため、新入生の資格外活動の代理申請手続きは、1ヶ月経過後（必ず！）から行います。

トラブル  
多発！

- 許可を取らずにアルバイトをすると、警察に逮捕されます。
- 場合によっては自分の国に帰らなければいけません。
- アルバイト先の人も逮捕されたり、罰金を払わなくてはなりません。
- アルバイトをする場合は、学業に支障のない範囲で行うこと。
- 授業を真面目に受けずに、アルバイトばかりしていると、資格外活動の許可も取り消され、ビザの延長もできないことがあります。
- ビザの期限を延長したら、資格外活動許可の更新も忘れずに行うこと。

# 資格外活動



## 【注意！】

※風俗営業又は風俗関連営業が行われる場所でのアルバイトは認められません。（バー，キャバレー，ナイトクラブ，パチンコ店，ホステスなどがいるスナック，パブなど。）皿洗い，清掃であっても認められません。

※TA，RAなど学内の契約で，大学から謝金が支払われる活動のみの場合は，資格外活動許可申請は不要です。掛け持ちで学外でもアルバイトをする場合には申請してください。

アルバイトの求人情報は，  
大学生協のHPで見ることができます。

# 資格外活動許可取得の流れ

入国時に空港で取得しない場合

入国時に空港で取得する場合  
(空港で入国管理官に申請書を提出)

-----入学後1か月経過-----

①指導教員と相談。許可をもらう。

②アルバイト先を探す。

③資格外活動許可申請書類を  
国際交流課に提出

③アルバイト開始

④島根大学から入国管理局に申請

⑤入国管理局で許可

⑥アルバイト開始

☆雇用主が保証人を必要とする場合  
→困ったときは国際交流課まで

# 資格外活動許可について

## 資格外活動許可

資格外活動許可が下りると、パスポートに証印シールが貼られ、在留カードの裏面にもスタンプが押されます。

### パスポート証印シール



### 在留カード裏面

住所地記載欄		
遷出年月日	住所地	記載者印
資格外活動許可		在留期間更新等許可申請
許可 <b>原則週28時間以内</b> 風俗営業等の従事を除く		

【見本】資格外活動許可がおりた在留カード

アルバイトを開始する前に、この2点を確認してください。

# 私費外国人留学生奨学金

- 日本国政府や母国の政府から奨学金を受けていない場合には、奨学金に申請することができます。
- 学内選考が必要な奨学金は、国際交流課で年に2回（4月と8月）、募集を行い、申請を受け付けています。
- 募集の案内は、留学生へのメール送信及び掲示にて行います。
- 奨学金の情報はメールでも送るので、アドレスが変わったら必ず国際交流課に届け出ること。
- 短期留学生（交換留学生，日研究生，科目等履修生）は対象となりません。



# 旅行

- 自分の国に一時的に帰るとき，学会で海外に行くとき，海外に旅行に行くときなど，日本から出国するときは，必ず**旅行届**を国際交流課に提出してください。
- 旅行届は旅行に行く前に提出してください。
- **無断で帰国しないこと！（長期休み注意）**



# こんなときどこに行けばいい？

## 学生センター

所属学部・研究科の窓口へ



1. 証明書の発行
2. 履修登録手続き
3. 休学・退学願

# 証明の発行

- 在学証明書、成績証明書、  
卒業見込証明書、卒業証明書
  - 証明書自動発行機
  - 英語版が必要な場合は学生センター窓口へ
- 学割証（学校学生生徒旅客運賃割引証）  
→ 正規生のみ
  - 証明書自動発行機



# 履修登録手続き

- 授業科目の履修
  - 各学期ごとに定められた期間に登録
  - 半年以上島根大学で勉強する人は、次学期の授業について、また登録の手続きが必要なので、学期初めに学生センターに行くこと。

# 休学・退学願の提出

- 病気、経済的事情、その他の理由
- 指導教員または学科長等に相談
- 休学願・退学願
  - 学生センター1階へ行って説明を聞く

# こんなときどこに行けばいい？

## 学生支援センター

1. 授業料・入学料免除申請
2. 学研災付帯学生生活総合保険申請
3. サークル（課外活動）

# 授業料・入学料免除申請

- 成績優秀で財政支援が必要な正規の私費外国人留学生は、授業料免除を申請することができます。
- 申請には成績の条件があります。申請の時期はホームページや掲示で確認すること。
- 前期申請書類提出時期：3月
- 後期申請書類提出時期：7月（継続）  
9月（新規）

# 学研災付帯学生生活総合保険

- 学生の教育研究中の災害事故に対する補償救済制度
  - 3,200円~/年
- 選択するプランにもよるが，賠償責任，ケガ・病気等に対して保険金が支払われる。
- 救済者費用（3日以上入院し，保護者が駆けつけたとき）も上限300万円支払われるプランもある。

# 部活・サークル（課外活動）

- 日本人学生との交流
- スポーツや文化部の部活・サークル活動
  - 学生支援課又は直接クラブ担当者へ



部活・サークルによっては練習もハードで、試合で良い成績を取るために活動している。加入時には、クラブの担当者とよく相談して、活動内容が自分の目的にあっているか確認すること。

# こんなときどこに行けばいい？

## 保健管理センター



1. 定期健康診断
2. 各種相談
3. 専門病院を紹介

# 保健管理センター

- 気軽に医師、看護師、カウンセラーに相談してください  
TEL：0852-32-6568 MAIL：health@soc.shimane-u.ac.jp
- 定期健康診断・・・4月、10月（1年に1回 無料）
  - 健康診断書の発行
- 各種相談
  - 健康相談、メンタルヘルスケア、生活相談、ストレスマネジメント等、家族の健康相談
- 専門病院を紹介



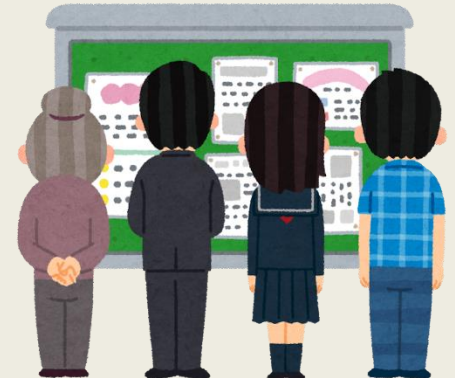
島根大学の近くの大きい病院は松江赤十字病院です。ここは救急の診療や重い病気などの対応をする病院です。（日本の総合病院では、他院からの紹介状がなければ、初診時選定療養費約5,500円がかかります。費用は病院により異なります。）  
最初から大きい病院に行くのではなく、まずは大学の保健管理センターや大学の近くにあるクリニックに行ってください。必要があれば病院を紹介してもらえます。

こんなときは・・・

大学からのメールや掲示を  
よくチェックすること！



1. 授業料の納付
2. 情報セキュリティ





# 授業料の納付

- 授業料
  - 前期分と後期分の2期に分けて、それぞれ年額の2分の1ずつ納付
- 前期分は9月30日までに、後期分は3月31日までに払わないと**除籍になる**。
- 交換留学生や国費の学生は、授業料の支払いは不要です。

# 情報セキュリティ

## ●セキュリティ対策について

情報セキュリティに関するハンドブックを配布しています。安全な教育・研究活動を行うため、自分のパソコンを大学のネットワークに接続する前に注意すべきことが記載されていますので読んでおいてください。

- (1) OSとソフトウェアは、常にセキュリティ更新を行い、最新の状態に保つ。
- (2) ウイルス対策を必ず実施する。常に最新のウイルス定義ファイルに更新する。
- (3) ネットワークに接続する前に事前のウイルススキャンを実施する。

近年、海外から持ち込まれたパソコンやUSBメモリが既にウイルスに感染しており、それらを学内のネットワークに接続したりパソコンに接続した途端に異常を検知し、他のパソコンに感染が広がり、他の人に迷惑をかける事案が発生しています。情報セキュリティに関する事件・事故が発生した場合は、速やかに指導教員までご連絡をお願いします。

## ●統合認証システムID・パスワードについて

学内でのネットワーク利用や、メールを利用するための統合認証システムIDと仮パスワードを配布します。これらのID・パスワードは、他のサイトで使いまわしたりしないようにしてください。

## ●eラーニングの受講について

情報セキュリティ講習を開講していますので必ず受講してください。英語版もあります。50

# こんなときどうすればいい？

## 松江市内で引っ越した時

- 市役所に行って住所変更（14日以内）
- 郵便局で住所変更届を提出
- 国際交流課に変更を知らせる
- 学務情報システムの登録内容変更



# こんなときどうすればいい？

病院でもらう医療明細書や入院計画書などの書類は必ず保管しておくこと！！

## 大けが・大病にあった時

- 市役所に行って**高額療養費支給制度**に申請  
…入院や手術したときは、医療費が高くなります。  
この制度を使うと、援助を受けることができます。

- 学生支援センターに行って**学研災**の申請書をもらい、提出する。



# こんなときどうすればいい？

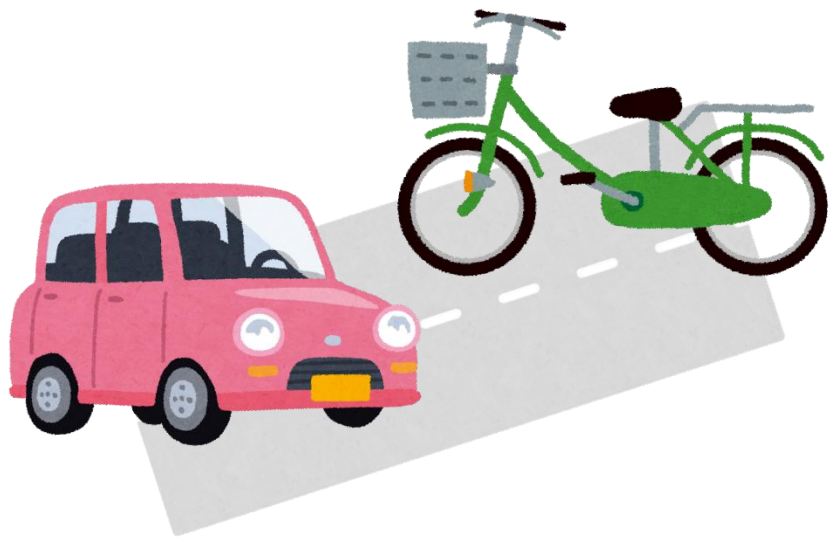
## 海外に書類や荷物を届けたい時

- 郵便局へ集荷を依頼（必要があれば）
- 小包ラベルに正確な内容を記入  
※インターネット上で送り状を作成する必要があります  
参考：

<https://www.post.japanpost.jp/int/index.html>

- 送り状を書類や荷物に張り付け，集荷してもらう。  
（集荷を依頼しない場合は，近くの郵便局へもっていく）





# 日本での生活ルール



# ゴミの処理・リサイクル

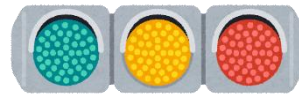
- 松江市はゴミを4つに分けています
  - もやせるごみ
  - 金属ごみ
  - 資源ごみ（リサイクル）
  - 粗大ゴミ…テレビ，冷蔵庫，エアコン など
- 家電リサイクル品
  - 0852-28-5353



- ごみの分別ガイドブックをよく読んで正しく分別し，指定の日に，指定の袋に入れて，指定の場所にごみを出すこと。
- 分別が間違っていると，ごみ収集業者が回収してくれません。
- 分別に関して分からないことがあれば，寮の管理人やチューターの学生に確認してください。
- 家電リサイクル品（冷蔵庫，エアコンなど）は処分するのにお金がかかるため，必要かどうかよく考えて購入すること。

# 交通ルールの遵守

- 信号を守ること
- 横断歩道を渡ること
- 歩きは**右側**，自動車は**左側**通行



## 【学内】

- キャンパス内に定められた歩行者専用の区域は，自転車に乗って移動してはいけません。
- 通学に自転車をを使う人は，決められた場所にとめること。



# 自転車

- 放置自転車は使わない。

- ◆ 防 犯 登 録
- ◆ 1 2 3 4 5 6
- ◆ 島 根 県

- 自転車購入時には防犯登録を行うこと。  
→自転車店へ

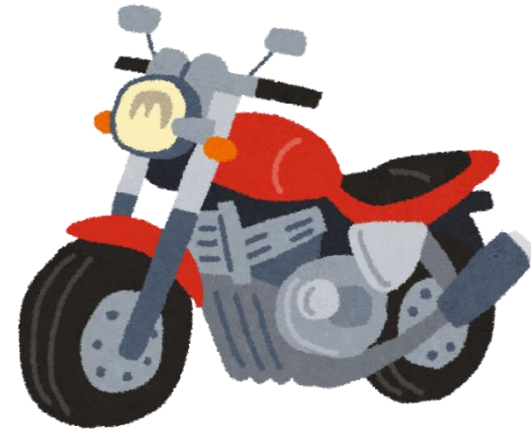
- 人から自転車を譲り受けたときも同様に  
自転車の購入店で防犯登録の名義変更を行う。

- 自転車を手放すときは、交番に行って  
防犯登録の放棄を行う。



# 車・オートバイの所有

- 日本での運転免許証
  - 国際免許 渡日から12ヶ月
  - その後 **日本の運転免許が必要**
- **自賠責保険**
  - 加入しないと法律違反
- **任意保険**
  - 事故時の多額の賠償金をカバー



留学生は車やオートバイを持つことを、薦めていません。  
特に留学期間が1年未満の人は車やオートバイを持たないでください。  
車やオートバイを運転すると、事故の危険が高まります。  
保険や駐車場代も必要なので、お金もたくさんかかります。

# パソコンの処分

- パソコンの処分は，自分のパソコンのメーカーにリサイクルを依頼
- パソコンを処分するためには，インターネット・電話でメーカーに回収の申し込みをして，処理代金および発送費を支払う必要があります。
- 松江市のごみでは回収してくれません。  
(ごみとしては出せません。)



※海外製のパソコンは持ち帰ること。(回収不可)

# 注意事項



# 今多い3つのトラブル



## 交通事故に注意

- 自転車と車の接触事故が増えています

毎年2~3名の留学生が交通事故にあっています。  
自分が悪くても、相手が悪くても、事故にあるとケガをすることがあります。  
自分が悪い場合は、相手にたくさんお金を払わなければいけません。  
交通ルールをしっかりと守って、事故にあわないように気をつけてください。



## ゴミ出しのルールを守ろう

- 宿舎や地域でのゴミについてのトラブルが増えています



## 在留期間の更新・資格外活動許可更新を忘れない

- ◆ 無許可バイトで処分を受けた学生がいます。

在留期間の期限は自分で把握しておき、早めに更新の手続をすること。  
アルバイトをするときは『事前に』必ず資格外活動許可をとること。

# ！緊急！

- 緊急のダイヤル（無料）

- 警察 1 1 0      犯罪、盗難・交通事故の通報
- 消防署 1 1 9      火事・救助・救急の通報

- 交通事故（車や自転車等）に注意！

①事故が起きたら警察を呼ぶ。必要があれば救急車も。

②相手（加害者，被害者）の連絡先を聞く。

③指導教員または国際交流課に連絡する

※病院で診療を受けた場合は健康保険証を使って治療しない。

- 警察への相談

松江警察署（0 8 5 2）      2 8 - 0 1 1 0

川津交番      （0 8 5 2）      2 1 - 4 7 9 4

# 帰国時

## ①帰国日を決定する

- 前期は8月中旬～9月下旬，後期は2月中旬～3月下旬に帰国するケースが多い。
- 国際交流会館入居者は，帰国日について管理人と相談してください。
- 学生寮入寮者は，退寮願を提出してください。

## ②学外手続きをする 【必要なもの】 パスポート，在留カード，健康保険証，印鑑

(1) 松江市役所で転出手続きを行う。(帰国の2週間前から手続き可)

- 市民課で住民票の異動手続き
- 保険年金課で，国民健康保険と国民年金の解約手続きをする。必要に応じて保険料の清算。

(2) 銀行口座解約(本人でなければできません。印鑑で口座開設した場合は必ず印鑑が必要です。)

**次の行為は犯罪です。**

- 預金口座通帳、キャッシュカードを他人に譲り渡す
- ATMで他人名義の口座から現金引き出す

(3) 携帯電話解約

- 店によって対応が違うため，早めに解約手続きについて確認する。
- プリペイド携帯の場合は解約せずそのままにしてもよい。

## ③指導教員・その他関係者へ帰国の挨拶

④学生証を返却する 学生センター1階 教育企画課へ

⑤保険証を返却する 市役所へ

⑥在留カードを返却する (出国時に空港または港で返却)

- ビザの期限が残っていても，留学を終了する人は必ず返却しなければならない。
- 留学期間終了後，在留期間が残っていても，すみやかに出国しなければならない。



# 連絡先等一覧

- 国際センター (Center for International Exchange)

青 (あお) 教授： 英語可

TEL: 0852-32-9756 E-mail: [harumiao@jn.shimane-u.ac.jp](mailto:harumiao@jn.shimane-u.ac.jp)

※休日・夜間緊急連絡先

TEL: 080-2882-1319(国際センター教員が交代で持つ公用携帯)

- 国際交流課 (International Exchange Division)

留学生交流担当 (International Student Section)

TEL: 0852-32-6106 FAX: 0852-32-6481

Email: [ied-ryugaku@office.shimane-u.ac.jp](mailto:ied-ryugaku@office.shimane-u.ac.jp)

- 国際交流会館 (短期留学生寮) (International House)

〒690-0824 松江市菅田町320 TEL: 0852-25-9530

管理人：吉本 (平日9:30~16:30), 日本人学生チューター

- 学生寮 (Student Dormitory)

〒690-0823 松江市西川津町3371-1

◎学生寮管理人室 (平日9:00~12:00)

TEL・FAX: 0852-21-3118

◎島根大学 教育・学生支援部 学生支援課

学生生活・個別支援グループ (場所：学生支援センター1階)

TEL: 0852-32-6009 FAX: 0852-32-6069

## 留学生向けFAQ

チューターの皆さんもぜひ確認

を!



(日)



(英)