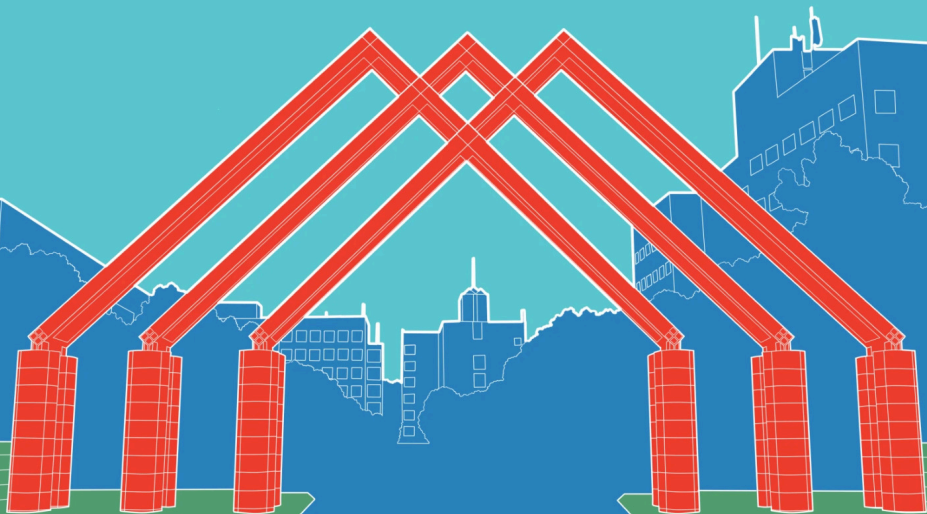


奈良先端科学技術大学院大学  
留学生ハンドブック

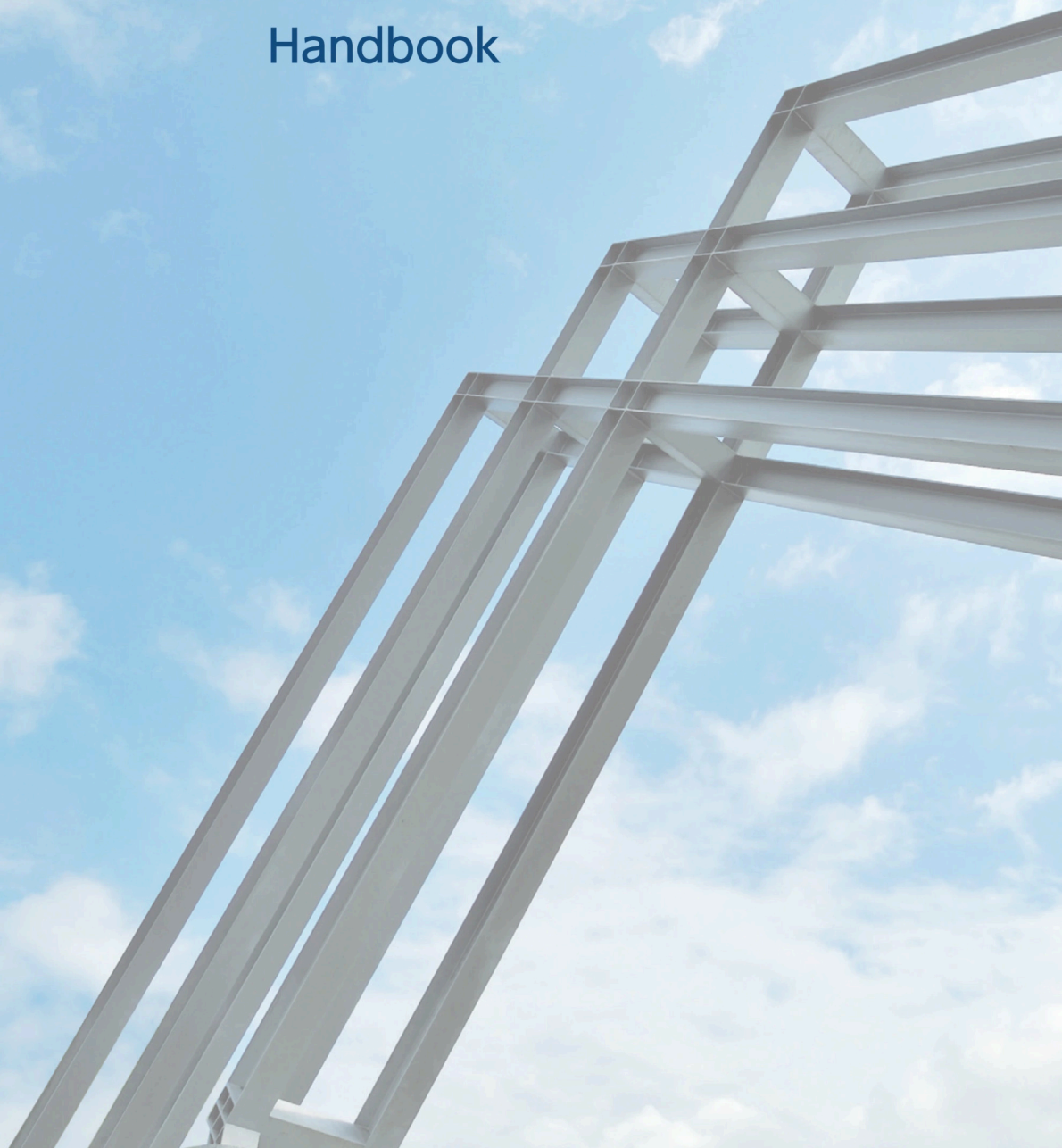
# International Student Handbook



NAIST

留学生ハンドブック

# International Student Handbook



# 留學生ハンドブック

## NAISTへようこそ！

国際交流支援部署の紹介 .....	J01
-------------------	-----

## 到着後の手続

在留カード .....	J02
マイナンバー .....	J02
国民健康保険	
（1）加入手続に必要な書類 .....	J03
（2）保険料 .....	J03
（3）給付内容 .....	J03
（4）脱退手続 .....	J04
国民年金 .....	J04
税金	
（1）所得税 .....	J05
（2）確定申告 .....	J05
（3）住民税 .....	J05
銀行口座の開設 .....	J05
留学生交流係への届出書類 .....	J05

## 国費外国人留学生の皆さんへ

諸手続 .....	J06
注意事項	
（1）長期不在時の手続 .....	J06
（2）奨学金支給期間延長 .....	J06
（3）その他 .....	J06

## 私費外国人留学生の皆さんへ

私費外国人留学生奨学金情報 .....	J07
入学科免除・授業料免除申請 .....	J08

## 在留資格手続に関すること

在留資格更新申請 .....	J09
資格外活動許可申請 .....	J09
再入国許可申請 .....	J10
一時帰国・出国届出 .....	J10
在留資格変更許可申請 .....	J10
家族の在留資格申請 .....	J11
家族到着後の手続 .....	J11

# 留学生ハンドブック

## NAIST外国人留学生サポート基金

緊急時の一時金無利子貸与 .....	J12
--------------------	-----

## 留学生のためのイベント

留学生見学旅行 .....	J13
国際交流イベント .....	J14
その他のイベント .....	J14

## 日本語学習

日本語補講 .....	J15
本学以外での日本語教室 .....	J15

## 留学生の学修・生活上のサポート

チューター .....	J16
学生相談窓口	
（1）学生なんでも相談室 .....	J16
（2）カウンセラー .....	J16
（3）ハラスメント .....	J16

## 学生生活

教育支援課の担当業務 .....	J17
学生証 .....	J17
休学・退学 .....	J17
諸証明書 .....	J17
Eメールアドレス .....	J17

## 生活

住居	
（1）学生宿舎 .....	J18
（2）民間住宅 .....	J19
（3）UR都市機構賃貸住宅 .....	J19
ごみの出し方	
（1）ごみの分別と収集日程 .....	J19
（2）一部家電製品及び家庭系パソコンの処分について .....	J20
電気・水道・ガス .....	J20
テレビ（NHK受信料） .....	J20

# 留学生ハンドブック

## 電話

- (1) 国際電話 ..... J21
- (2) 携帯電話・スマートフォン ..... J21

## インターネット

- (1) 無料 Wi-Fi (旅行者向けアプリ・SSID) の提供 ..... J22
- (2) インターネットの開設 ..... J22

## 買い物

- (1) スーパーマーケット ..... J22
- (2) コンビニエンスストア (コンビニ) ..... J22
- (3) 家電販売店 ..... J23
- (4) 家具・雑貨店 ..... J23
- (5) ネットショッピング ..... J23

## 銀行

- (1) 銀行口座の開設 ..... J23
- (2) 海外への送金、外貨両替 ..... J23
- (3) 本学周辺の銀行 ..... J24
- (4) 外国人留学生のゆうちょ銀行口座の取り扱い変更について ..... J24

ATM ..... J24

## 郵便局

- (1) 郵便局の業務 ..... J25
- (2) 郵便料金 ..... J25
- (3) 本学周辺の郵便局 ..... J25

宅配便 ..... J26

## 駐車場及び駐輪場の利用

- (1) 自動車 ..... J26
- (2) 自転車・バイク ..... J26

## 福利厚生施設

- (1) 大学会館 ..... J27
- (2) ゲストハウスせんたん ..... J27
- (3) 運動施設 ..... J27

## 交通機関

- (1) バス ..... J28
- (2) 鉄道 ..... J28
- (3) 定期券等の購入 ..... J29
- (4) 学外実習定期券について ..... J29
- (5) タクシー ..... J29
- (6) 空港へのアクセス ..... J29

# 留学生ハンドブック

(7) 自動車	①外国の運転免許	.....	J30
	②国際運転免許	.....	J30
	③外国免許からの切替	.....	J30
	④通常の免許取得	.....	J32
	⑤自動車学校	.....	J32
	⑥自動車の購入	.....	J32
	⑦自動車保険	.....	J32
	⑧交通事故	.....	J32
(8) 自転車	.....		J32

## 医療と保険

### 医療

(1) 保健管理センター	.....	J33
(2) 学外の医療機関の受診	.....	J35
(3) 医療機関検索・多言語問診票検索	.....	J36
(4) 休日夜間応急診療所	.....	J36

### 保険

(1) 学生教育研究災害傷害保険（学研災）及び付帯賠償責任保険（学研賠）	.....	J36
(2) 外国人留学生向け学研災付帯学生生活総合保険（インバウンド付帯学総）	.....	J37
(3) その他の保険	.....	J37

## 出産と育児

### 出産

(1) 妊娠と出産	.....	J38	
(2) 子どもが生まれたとき（各種手続）	①市役所での手続	.....	J38
	②入国管理局での手続	.....	J38
	③大使館・領事館・代表処での手続	.....	J38

### 育児

(1) 子どもの予防接種	.....	J39	
(2) 子どもの教育	①学校制度	.....	J39
	②幼稚園・保育園・こども園	.....	J39
	③小学校・中学校	.....	J41
	④高等学校	.....	J41

# 留學生ハンドブック

## 緊急時の対応

緊急事態発生時 .....	J42
地震 .....	J42

## 教養

博物館・美術館 .....	J43
図書館 .....	J44
祝日 & イベントカレンダー .....	J45

## その他

カルチャーショック .....	J46
-----------------	-----

## 帰国する際の手続

学内での手続 .....	J47
学外での手続 .....	J47

## 資料

資料1：旅行（一時帰国）届 .....	i
資料2：西暦／和暦比較表 .....	ii
資料3：市役所・出張所 .....	iii
生駒市役所（セラビー生駒）	
鹿ノ台ふれあいホール	
北コミュニティセンター ISTA はばたき	
資料4：奈良市役所 .....	iv
奈良市役所西部出張所	
資料5：出入国在留管理局 .....	v
大阪出入国在留管理局	
大阪出入国在留管理局奈良出張所	
資料6：大学周辺の幼稚園・保育園・こども園 .....	vi
資料7：関西路線図 .....	vii
資料8：キャンパスマップ .....	viii

# NAISTへようこそ！

## 国際交流支援部署の紹介

皆さんのNAISTでの学生生活が充実した素晴らしいものになるよう、国際交流支援部署のスタッフがサポートいたします。学校生活や日常生活に関すること、海外留学や研修についてなど、相談したいことがあれば、事務局棟1階にある国際課のオフィスまでお越しください。

※事務連絡やイベントに関するお知らせはEメールで送るため、メールは毎日確認してください。

〈国際課〉

事務局棟1階 / 窓口対応時間 月曜日～金曜日 8:30～17:15 ※12:00～13:00を除く

ウェブサイト：<https://www.naist.jp/ciss/>



### ■ 留学生交流係

留学生交流係は、留学生のみさんの最初の相談窓口となります。NAISTで生活する上で困ったことがあれば、窓口やメールで気軽にご相談ください。また、文部科学省奨学金をはじめとする各種奨学金の案内や手続き、見学旅行の開催なども担当しています。

TEL：0743-72-5909/5087（内線：5909/5087） FAX：0743-72-6244

Eメール：ryugaku@ad.naist.jp

### ■ 留学生・外国人研究者支援室（CISS）

CISSは、留学生・外国人研究者とその家族も含めた生活支援業務を行っています。例えば、日本の文化や習慣、本学での生活を紹介するオリエンテーションを来日前後に実施しています。また、出産・育児関連の案内・申請補助や、保育・学校関連の家族支援を行っています。さらに、学内外イベントの周知、企画、実施だけでなく、市や学外の機関とイベントを共催し、留学生やその家族に地域住民との交流の場や日本文化に触れる機会を提供しています。

Eメール：ciss@ad.naist.jp

### ■ 国際連携係

国際連携係では、海外大学との学術交流協定締結や、ダブル・ディグリー・プログラム、海外留学、海外オフィスの設置など、グローバル化を促進する取り組みを企画・実施しています。海外留学などについて興味のある学生さんはぜひお気軽にご相談ください。

Eメール：kokusai@ad.naist.jp

# 到着後の手続

## 在留カード

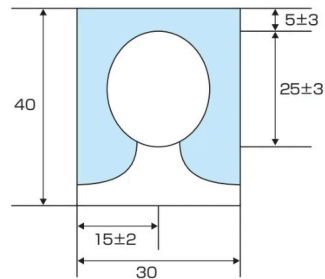
在留カードは、中長期在留者に対し、上陸許可や、在留資格の変更許可、在留期間の更新許可などの在留に係る許可に伴って発行されるものです。

空港で交付された在留カードには、住居の記載がありません。居住地を定めてから14日以内に在留カードとパスポートを持参の上、市役所にて住所を届け出てください。(来日した家族の住所を届け出る場合は、家族関係を証明する書類が必要です。) このカードは身分証明書となりますので、常時必ず携帯してください。

(カード表面)



在留カードの交付を伴う各種申請・届出には次の規格の写真が必要となります。



(カード裏面)



※住所に変更があった場合は市役所で届け出て下さい。

※在留期間更新申請・在留資格変更申請が許可されたときは、新しいカードが交付されます。

## マイナンバー

住民登録をすると、日本に居住するすべての人に、マイナンバーと呼ばれる個人番号が記載された個人番号通知書が市役所から郵送されますので、大切に保管してください。(個人番号通知書はマイナンバーを証明する書類としては使用できません。)[マイナンバーカード]の発行には手続きが必要です。オンラインか、「個人番号通知書」に同封された「個人番号カード交付申請書」の郵送で申請可能です。市役所のカウンターでも受け付けています。マイナンバーカードは本人確認書や健康保険証として利用できるほか、個人番号の証明、コンビニで公的な証明書などの取得、証券口座開設など民間のオンラインサービスにも利用することができます。

【総務省ウェブサイト】

<https://www.kojinbango-card.go.jp/>



## 国民健康保険

日本は皆保険制度をとっていますので、外国人であっても日本に3か月以上滞在する人は、国民健康保険に加入する必要があります。市役所で住居地を届け出た後、国民健康保険に加入すると、国保医療課から「資格確認書」が発行されます。この「資格確認書」を医療機関の窓口で提示して受診すると、自己負担額は医療費の3割で済みます。また、マイナンバーカードを申請・作成し、健康保険証としての利用登録を行うと、「マイナ保険証」として、資格確認書と同様に利用することができます。

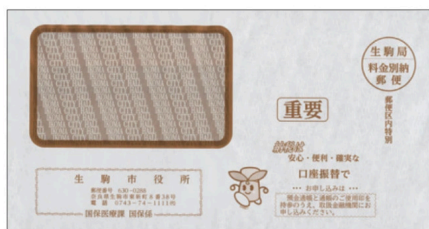
(1) 加入手続に必要な書類 1. 在留カード 2. パスポート

### (2) 保険料

保険料は、生駒市では、4月入学の留学生は9回分納で7月から翌年の3月まで、10月入学の留学生は5回分納で11月から翌年の3月まで、毎月支払います。保険料を滞納すると延滞金が増算されますので注意してください。保険料は所得に応じて変わりますが、給与所得がない学生は申告することによって保険料が軽減されます。

下図のサンプルのような封筒に納付書が同封されて送られてきます。このような封筒を受け取ったら必ず開封し、国民健康保険の納付書であることを確認した上で、期日までに支払ってください。よくわからない場合は、そのまま放置せずに、留学生交流係に持参して相談してください。

(市役所から送られてくる封筒のサンプル)



(健康保険料の納付書のサンプル)

### (3) 給付内容

医療費自己負担額 (外来)	医療機関で健康保険証利用登録済のマイナ保険証または国民健康保険資格確認書を提示すれば、自己負担額はかかった医療費の3割で済みます。
高額療養費の支給 (申請が必要)	1か月の間に同一の医療機関で、同じ病気やけがなどで支払った医療費が自己負担限度額を超える場合、その超えた額が支給されます。自己負担限度額については、市役所に問い合わせてください。(領収書が必要になる場合がありますので保管しておきましょう。)
出産育児一時金	子どもが生まれたとき、出産育児一時金として500,000円が支給されます。原則として、出産費用の一部として医療機関に直接支払われますが、申請すれば被保険者が受け取ることも可能です。
葬祭料 (申請が必要)	30,000円

(4) 脱退手続

帰国の際は必ず市役所にて、脱退手続きと保険証または資格確認書の返還手続きをしてください。

生駒市 HP (国民健康保険)

<https://www.city.ikoma.lg.jp/category/25-1-1-0-0-0-0-0-0-0.html>



国民年金

国民健康保険と同じく、日本国内に居住している 20 歳以上の全ての人 (留学生を含む) は国民年金に加入する必要があります。市役所の庶務年金係で加入手続きを行ってください。後日、日本年金機構から基礎年金番号通知書が送られてきます。基礎年金番号通知書は卒業後に日本で就職する場合に必要なため、大切に保管してください。

正規課程に在籍している留学生は、日本での前年の所得が一定基準 (年間給与収入約 1,940,000 円、年間所得約 1,280,000 円) 以下の場合、「学生納付特例」を申請することにより在学中は年金の支払いが猶予されます。なお、入学時に「学生納付特例」の申請書を提出したとしても、毎年申請しないと免除が継続されません。毎年 4 月頃 (日本の年度初め) に下図のサンプルのようなハガキが送られて来ますので、必要事項を記入し、ポストに投函してください。よく分からない場合は、そのまま放置せずに、留学生交流係に持参して相談してください。また、博士前期課程から博士後期課程に進学した場合は再度申請が必要ですので、申請漏れのないように気を付けてください。

研究生や特別研究学生の場合も「納付免除」の制度があります。研究生から正規課程に進学した場合は、「納付免除」から「学生納付特例」へ再度申請をする必要がありますのでご注意ください。

免除確定前に納付した年金保険料は返金されませんので、よくわからない場合は研究室や事務局へ相談してください。猶予や免除の申請後であっても、手続きの入れ違いにより納付書が届くことがありますので、支払う前に何に対する納付書であるのか確認してください。

来日した 20 歳以上の家族に対しても手続きが必要です。市役所での転入手続きの際に加入と免除の手続きを行ってください。

(国民年金保険料学生納付特例申請書ハガキサンプル)

101.0mm

220.0mm

147.35mm

147.35mm

220.0mm

## 税金

### (1) 所得税

給与所得に対して国が課す税金です。TA や RA 等で給与収入がある場合、毎月の給与から天引きされます。毎年12月に年末調整が実施され、所得税に払い過ぎや不足がある場合は調整されます。フェローシップからの研究活動支援金は雑所得になるため、留学生本人が確定申告をする必要があります。

※年収が一定額以下の場合、所得税が非課税となります。

### (2) 確定申告

本学より支払われた給与所得（TA・RA等）は源泉徴収（給与や報酬を支払う事業者が所得税などを差し引いて国に納付）されますが、フェローシップからの研究活動支援金は雑所得になるため、留学生本人が確定申告（1年間の所得から納めるべき所得税の金額を計算し、国に報告する手続き）をする必要があります。確定申告ができる期間は原則2月16日～3月15日です。

詳細は国税庁のHPをご確認ください。

<https://www.nta.go.jp/>

### (3) 住民税

その年の1月1日現在に日本国内に住所のある人は、市民税と県民税から成る住民税を居住地の市町村に納めなくてはなりません。住民税は前年の1月から12月までの所得をもとに計算され、毎年6月に請求があります。支払いは1年分の納税額を一括で納付する方法と、4期（6月、8月、10月、12月）に分けて納付する方法があります。※生駒市では前年の給与収入が965,000円以下の場合、住民税はかかりません。（非課税対象となる収入額は各市町村により異なります。）

下図のサンプルのような封筒に納付書が同封されて送られてきます。このような封筒を受け取ったら必ず開封し、期日までに支払ってください。よくわからない場合は、そのまま放置せずに、留学生交流係に持参して相談してください。

(市役所から送られてくる封筒のサンプル)



(住民税の納付書のサンプル)



## 銀行口座の開設

授業料・学生宿舍経費の支払いに必要となりますので、銀行口座を開設してください。（詳しくはJ-23頁の『銀行』を参照してください。）

必要書類：1. パスポート 2. 在留カード 3. 学生証 4. 印鑑（印鑑がなければサインも可）

## 留学生交流係への届出書類

留学生交流係では、留学生の在留期限やその他情報を管理するために、以下書類の提出をお願いします。準備ができましたらすぐに提出してください。

1. パスポートのコピー（氏名・写真のページ） 2. 在留カードのコピー 3. 銀行通帳のコピー

# 国費外国人留学生の皆さんへ

## 諸手続

### ●ゆうちょ銀行の口座を開設

国費留学生の奨学金を受給するには、ゆうちょ銀行の口座が必要です。渡日後すぐに開設してください。

### ●通帳のコピーの提出

口座を開設したらすぐに通帳のコピー（郵便貯金通帳の口座番号がわかるページ）を留学生交流係に提出してください。日本学生支援機構のウェブサイトで情報登録します。

### ●渡日後の諸手続

文部科学省の案内に従って渡日旅費申請等の手続を行います。手続についてはメールで連絡をしますので、メールは必ず確認するようにしてください。

### ●在籍確認のサイン《毎月》

在籍簿には毎月サインをしなければなりません。時期についてはメールで連絡をしますので、メールを受け取ったら留学生交流係のオフィスまでお越しください。

## 注意事項

### (1) 長期不在時の手続

出張や休暇等で長期間日本を離れ、決められた期間に在籍簿にサインをすることができない場合は、前もって留学生交流係まで連絡をしてください。帰国後にサインをすることも可能です。ただし、月の始めから終わりまで日本にいない場合はサインができないため、その月の奨学金は支給されません。

### (2) 奨学金支給期間延長

研究生が博士前期課程又は博士後期課程に進む際に、延長手続が必要になります。進学時期や手続については、留学生交流係に相談してください。

博士前期課程、博士後期課程に在籍する場合の奨学金支給期間は、それぞれの正規の課程を修了するのに必要な期間（標準修業年限）までとなっています。標準修業年限を超えて在籍した場合、奨学金は支給されません。また、奨学金支給期間は現在在籍する課程までとなっていますが、博士前期課程から博士後期課程へ進学した場合、奨学金を延長できる場合があります。進学を考えている留学生は、指導教員及び留学生交流係に相談してください。

なお、課程を短期修了する場合も、支給期間の変更や帰国旅費の手続が必要ですので、必ず早めに留学生交流係へ知らせてください。

### (3) その他

国費外国人留学生は、在学中、日本の国際化に資する人材として、広く地域の学校や活動に参加することで、自国と日本との相互理解に貢献することが期待されます。また、卒業後も留学した大学と緊密な連携を保ち、卒業後のアンケート調査等にも協力する他、帰国後は在外公館等が実施する各事業に協力することで、自国と日本との関係の促進に努めてください。

# 私費外国人留学生の皆さんへ

## 私費外国人留学生奨学金情報

奨学金の募集の際は、留学生交流係よりメールでお知らせします。奨学金には、本学が推薦するものと個人で応募するものとの2種類があります。大学推薦の奨学金は、必ず応募期限までに申請書類を留学生交流係に提出してください。

### 私費外国人留学生奨学金（大学推薦）

名称	受給資格	支給月額 (円)	支給期間	募集時期	過去5年 採用実績
SGH 財団	東南アジア諸国出身の M1 または D2 で、35 歳未満の者	M: 120,000 D: 180,000	2 年間 (4 月から)	3 月中旬	2020: 1 名
私費外国人留学生 Jasso 学習奨励費	正規課程に在籍する者及び研究生	48,000	1 年間 (4 月から)	4 月初旬	2019: 19 名 2020: 22 名 2021: 26 名 2022: 13 名 2023: 17 名
財団法人 KDDI 財団	情報通信またはこれと関連する研究を行っている正規課程学生で、35 歳以下の者	100,000	半年～1 年間 (4 月から)	6 月下旬	2021: 1 名 2022: 1 名
平和中島財団	4 月 1 日時点で正規課程に在籍する者	150,000	1 年間 (4 月から)	8 月下旬	2022: 1 名
ロータリー米山記念 奨学会	受給時に M1、M2、D2、D3 で、 45 歳未満の者	140,000	最長 2 年間 (4 月から)	8 月下旬	2019: 2 名 2020: 1 名 2021: 1 名 2022: 2 名 2023: 1 名
公益財団法人 日本国際教育支援協会 (JEES)	4 月 1 日時点で正規課程に在籍する者	40,000	最長 2 年間 (4 月から)	5 月中旬	2023: 1 名

## 私費外国人留学生奨学金（個人応募）

名称	応募資格	支給月額 (円)	支給期間	募集時期	過去5年 採用実績
佐藤陽国際奨学財団	ASEAN 諸国または南西アジア諸国からの正規課程学生で、日本語が流暢な者	200,000	2年間 (4月または 10月から)	(4月開始) 11月下旬 (10月開始) 7月下旬	—
岩谷直治記念財団	東アジア・東南アジアから来日している留学生で、修士課程30歳未満、博士課程35歳未満の者	150,000	最長2年間 (4月から)	11月下旬	—
似鳥国際奨学財団	修士正規課程で日本語が流暢な26歳以下の者	50,000	1年間 (4月または 10月から)	(4月開始) 11月下旬 (10月開始) 5月中旬	—
東華教育文化交流財団	正規課程に在籍する中国からの留学生(台湾、香港、マカオ出身者を含む)	100,000	1年間 (4月から)	11月	2022: 1名
大塚敏美育英奨学財団	正規課程に在籍し、工学(医学・薬学に関連の深い分野)の研究をしている満38歳以下の者	(年額) 1,000,000 1,500,000 2,000,000	1年間 (4月から)	4月	2021: 1名 2022: 1名 2023: 1名
日本台湾交流協会	正規課程に在籍または入学する台湾籍学生で、満35歳未満の者	M: 144,000 D: 145,000	最長2年間 または3年間 (4月から)	10月下旬	2022: 1名
公益財団法人味の素奨学会	アジア、アフリカ、南米地域を中心とした国の国籍を有し、「食・栄養・保健」分野の学業並びに研究のために来日している留学生で、修士・博士課程に在籍している30歳未満の者	150,000	最長2年間	5月中旬	2023: 1名

上記以外にもさまざまな奨学金がありますので、日本学生支援機構（JASSO）等の以下ウェブサイトを利用し情報を収集してください。

- 日本学生支援機構（JASSO）

<https://www.jasso.go.jp/index.html>



## 入学科免除・授業料免除申請

経済的な理由により、入学科、授業料の納付が困難である留学生は、入学科免除と授業料免除を申請することができます。必要書類を指定期間に必ず提出してください。申請者全員（日本人学生・留学生）について審査をされ、必ず免除が許可されるというものではありません。なお、国費外国人留学生、外国人留学生特別奨学制度に基づく特別奨学留学生については、申請の必要はありません。

# 在留資格手続に関すること

留学生交流係では、留学生に代わって毎月1回入国管理局へ行き、在留資格の取次申請を行います。日程についてはメールでお知らせしますので、手続きが必要な人は留学生交流係へ連絡してください。

## 在留資格更新申請

現在の在留資格のまま在留期間を延長したい場合には、在留期間更新の許可を受けて延長しなければなりません。在留期間が満了する3か月前から満了までの間に申請してください。

### 必要書類：

1. 在留期間更新許可申請書
2. 在学証明書
3. 成績証明書（博士後期課程学生及び研究生の場合は研究内容証明書）
4. パスポート
5. 在留カード
6. 手数料6,000円・手数料納付書（入国管理局で入手可能）
7. 入学・進学時の更新の場合は合格証明書または進学証明書
8. 経費支弁能力を証明する書類（奨学金受給証明書、通帳の写し等）

※その他の書類が必要となる場合があります。

### 〈注意事項〉

アルバイトに従事し資格外活動許可を取得している場合は、在留資格更新申請の際に必ず資格外活動許可も再度申請してください。

## 資格外活動許可申請

留学生がアルバイトをするには、資格外活動許可を申請する必要があります。ただし、本学でTA、RA、チューター、研究員等として仕事に従事する場合は必要ありません。

許可される労働時間の基準は1週間に28時間以内です。（学校が長期休業期間中は、1日につき8時間以内の労働が認められています。）ただし、風俗営業関係の仕事は許可されません。

国費外国人留学生は、生活の心配なく勉学に専念するのに十分な条件が整えられているため、教育研究上有益な一部の活動を除き、資格外活動を行うことは推奨されません。

### 必要書類：

1. 資格外活動許可申請書
2. パスポート
3. 在留カード

## 再入国許可申請

有効なパスポート及び在留カードを所持し、出国後1年以内に日本での活動を継続するために再入国する場合は、原則として再入国許可を受ける必要はありません。（この制度を「みなし再入国許可」といいます。）

※出国する際に必ず在留カードを提示し、図のEDカードの1にチェックしてください。2にチェックした場合は再入国許可を受けている、もしくは再入国の予定がないとみなされ、今持っている在留カードが無効になる可能性があります。

みなし再入国許可により出国した場合は、その有効期限を海外で延長することはできません。出国後1年以内に再入国しないと在留資格が失われることとなりますので、注意してください。

再入国許可が必要な場合は、以下の書類を持参して入国管理局に提出する必要があります。

1. 再入国許可申請書
2. パスポート
3. 在留カード
4. 手数料4,000円（1回限り）・  
手数料納付書（入国管理局で入手可能）

**New format of the Embarkation and Disembarkation Card for Re-entrants**

Please check  one of the intended periods out of Japan without fail.

Please check  either one of the boxes below without fail.

● You wish to re-enter Japan.  
→  1. 一時的な出国であり、再入国する予定です。  
I am leaving Japan temporarily and will return.

● You have been granted "re-entry permission", which still has some time remaining on it, and do not plan to re-enter Japan within the valid period.  
→  2. 「再入国許可」の有効期限内に再入国の予定はありません。  
I have been granted re-entry permission, which still has some time remaining on it, and I do not plan to re-enter Japan within the valid period.

## 一時帰国・出国届出

海外に行く場合は、出発するまでに留学生交流係に「一時帰国届」を提出してください。必ず指導教員の許可をもらってください。

※旅行（一時帰国）届のサンプルは Appendix を参照

## 在留資格変更許可申請

就職をする場合は、在留資格の変更が必要です。就労に関する在留資格には様々な種類があり、必要書類も申請する在留資格の種類により異なります。ポスドクなど研究員に採用される場合の在留資格は「教授」となります。企業に就職する場合は、「研究」、「技術」等が一般的です。

在留資格（教授）へ変更する場合の必要書類：

1. 在留資格変更許可申請書
2. 採用通知書・雇用証明書など
3. パスポート
4. 在留カード
5. 手数料6,000円・手数料納付書（入国管理局で入手可能）
6. 卒業（見込）証明書 ※博士後期課程修了者は前期課程の卒業証明書も必要
7. 雇用先の概要（大学勤務の場合は不要）

## 家族の在留資格申請

家族を日本へ呼び寄せる場合は、その家族（留学生の配偶者又は子どものみ）1人ずつについて在留資格認定証明書の取得手続きを行います。留学生本人が最寄りの入国管理局へ申請後、発行された在留資格認定証明書を本国の家族のもとへ送付し、本国の日本大使館、領事館、または代表処で留学生の家族がビザの申請を行います。ただし、短期間の訪問の場合は、現地で短期滞在ビザを申請する必要があります。（日本と査証相互免除協定を結んでいる国の場合は免除されます。）

なお、家族の在留資格については取次申請ができません。CISSで必要書類や記入方法についての相談は受け付けますが、入国管理局への申請は留学生本人が行ってください。

### 必要書類：

1. 在留資格認定証明書交付申請書
  2. 写真1枚（4cm×3cm）
  3. 家族関係を証明する公文書（結婚証明書、出生証明書など）
  4. 家族のパスポートのコピー、留学生のパスポートまたは在留カードのコピー
  5. 留学生の在学証明書（教育支援課横の機械で発行可能）
  6. 留学生の経費支弁証明書（国費証明書は留学生交流係が発行）
  7. 返信用封筒（自分の住所を書き切手を貼った封筒）  
（発行された在留資格認定証明書を郵送してもらうための簡易書留用切手が必要→デイリーヤマザキ、郵便局で購入可。入国管理局には売店がないため、事前購入すること。）
- ※メールでの電子発行も受け付けているようなので、申請時に入国管理局でおたずねください。

## 家族到着後の手続

家族が日本に入国したら、入国後14日以内に市役所に転入届を出してください。手続には以下の書類が必要です。（世帯主またはその家族が届け出てください。）

1. 転入者（家族）全員のパスポート
2. 転入者（家族）全員の在留カード
3. 家族関係証明書（婚姻届、出生証明書、等）

### 【子どもの手続（生駒市役所の場合）】

お子さんの年齢等に応じて手続をする必要がある適切な窓口を案内してもらえます。

〈市民課〉

#### ●転入届提出



〈国保医療課〉

#### ●医療費受給資格証交付申請



〈児童総務課〉

#### ●児童手当申請

#### ●転入連絡票配布



〈健康課（別館・セラビー生駒）〉

#### ●転入連絡票を記入して提出（後日郵送も可）

#### ●本国からの予防接種履歴・定期健診情報の登録

#### ●母子手帳発行（窓口でのみ受け取り可能）

★ここで申請・登録した情報を基に、定期健診や予防接種の案内が封書などで届くようになります。

英語版予防接種スケジュールの作成は要望があった場合のみの対応となりますので、必要な方は忘れないように依頼してください。

# NAIST外国人留学生サポート基金

本学には、留学生の学修及び生活上の援助を行うことを目的として設立された、奈良先端科学技術大学院大学外国人留学生サポート基金があります。本基金では、留学生に対し以下の支援をしています。運営資金は教職員及び国際交流支援団体の寄附によって賄われています。

## 緊急時の一時金無利子貸与

留学生が特別な事情で入学料・授業料を払えない等、臨時に一時金を必要とする場合、返済期日を定めて資金を貸与します。

# 留学生のためのイベント

留学生交流係では、留学生のためのイベントを毎年実施しています。詳細についてはメールでお知らせしますので、ぜひご参加ください。

## 留学生見学旅行

日本の文化・歴史にふれる事により留学生の知見を深め、留学生同士のより一層の交流を深めることを目的とし、年に2回、日帰り旅行を計画しています。

実施月：5～6月（第1回） 10～11月（第2回）

参加費：無料

各コース参加者：30～40名

### 過去の見学先：

- 滋賀 彦根城、金剛輪寺、信楽焼陶芸体験
- 京都 嵐山・嵯峨野散策（天龍寺、二尊院）、和菓子作り体験
- 奈良 談山神社、宇陀松山伝統的建造物群保存地区、三輪そうめん手延べ体験
- 京都 仁和寺、嵐山渡月橋、和菓子作り体験
- 三重 伊賀上野城、伊賀流忍者博物館、伊賀焼作陶体験
- 京都 嵐山・嵯峨野散策（天龍寺・竹林の小径）、和菓子作り体験
- 兵庫 姫路城、和菓子作り体験



## 国際交流イベント

本学では、学内コミュニティの活性化を目的とした文化交流イベントの企画・実施に加え、市や学外の機関とイベントを共催し、留学生やその家族に地域住民との交流の場や日本文化に触れる機会を提供しています。また、地域で催されるイベントや留学生が参加することができる学外イベントについての情報を随時発信しています。



## その他のイベント

奈良県や国際交流団体が主催する様々なイベントをお知らせします。スピーチコンテスト等もあり、留学生にとって良い機会になりますので積極的に参加してください。



# 日本語学習

日本語が話せると、日本での生活がより楽しくなります。簡単な日常会話ができるようになれば、買い物をする時も便利です。交友関係も広がるでしょう。

## 日本語補講

授業科目とは別に、『ボランティア団体ネットワークいこま』（代表者：山崎先生）が一年を通して週2回、日本語補講を実施しています。初心者から上級者まで、レベルに合わせて日本語を学ぶことができます。日本語の上達には継続的な学習が不可欠ですので、積極的に参加してください。

補講日：毎週火曜日 18:30～20:00 毎週土曜日 10:30～12:00

場 所：本学キャンパス内

参加費：無料


休講日：夏季休暇、冬季休暇、国民の休日など

参加を希望される方は留学生交流係へ問い合わせてください。日本語レベルによりクラス分けされますので、現時点での日本語のレベルもあわせて教えてください。こちらから先生に連絡をし、先生から留学生に詳しいお知らせが届きます。

## 本学以外での日本語教室

### 生駒市日本語教室について

学外でも日本語教室が開講されていますので、興味があればぜひ参加してください。

生駒市	<ul style="list-style-type: none"> <li>• はばたき教室 場所：生駒市北コミュニティセンター ISTA はばたき (近鉄学研北生駒駅から「富雄駅」行きバス「真弓橋」下車すぐ) 時間：毎週木曜 18:30～20:00</li> <li>• 図書館教室 場所：生駒市図書館 時間：毎週土曜 15:00～16:30</li> </ul> <p>費用：無料（教材費実費）</p> <p>日本語教室の詳細、お申し込みは、以下の生駒市ホームページをご覧ください。  <a href="https://www.city.ikoma.lg.jp/0000002318.html">https://www.city.ikoma.lg.jp/0000002318.html</a> </p> <p>参加希望者多数のため、キャンセル待ちとなる場合があります。</p>
-----	--

# 留学生の学修・生活上のサポート

## チューター

本学での新生活を支援するため、初めて日本で生活する留学生にはチューター制度を設けています。留学生が所属する同じ研究室の学生がチューターとなり、到着時の学内外の案内、市役所での手続き、銀行での口座開設手続き等、外国人留学生在が日本での生活を開始するために必要な手続きを支援します。この制度の詳細については、留学生交流係までお問い合わせください。

留学生交流係：ryugaku@ad.naist.jp

## 学生相談窓口

### (1) 学生なんでも相談室

私たちは、学生の皆さんに充実したキャンパスライフを送ってほしいと願っています。しかし、色々な問題や悩みが生じて自分一人で解決できない場合や、どこに相談したらよいかわからない場合は、「学生なんでも相談」窓口まで気軽に相談してください。相談は、電話かメールで申し込むか、教育支援課の窓口（事務局棟1階）にお越しください。プライバシーを配慮し別室で対応します。

（内線：5082 / Eメール：soudan@ad.naist.jp）

詳しくは以下 URL にアクセスしてください。

<https://ad-info.naist.jp/gakusei/member/campus/soudan.html>



### (2) カウンセラー

保健管理センターでは、健康に関する相談に応じ、専門的な助言や指導等を行っています。また、研究生活上の問題や、友人とのトラブルや悩み事などについて、留学生専門のカウンセラーがカウンセリングを行います。詳しくは保健管理センター（内線：5108）におたずねください。

### (3) ハラスメント

研究科等にハラスメント相談員が配置されています。相談員名簿については以下 URL にアクセスしてください。（日・英）

<https://ad-info.naist.jp/jinji/member/harassment/harasumennt-soudanin.html>



# 学生生活

## 教育支援課の担当業務

教育支援課では、以下の業務を担当しています。

- 学生支援係：学生宿舎に関すること、入学科・授業料免除に関すること、駐輪場に関すること、学生教育研究災害傷害保険に関すること、テニスコート、グラウンド、バスケット（バレー）ボールコートの使用に関すること、入学式・学位記授与式に関すること、認定課外活動団体に関すること
- 学務係：授業登録に関すること、学業成績に関すること、証明書に関すること、学生証に関すること
- 入試係：入試に関すること
- キャリア支援係：キャリア支援に関すること

## 学生証

学生証は学生の身分を証明するものであり、ICカードになっています。学生証は、入学式後に交付されます。

## 休学・退学

休学、退学願等の願い出については、指導教員とよく相談した上で行ってください。また、その際は速やかに手続きをしてください。なお、休学、退学願は、提出時に授業料を納付していない場合は受理できません。また、課程を短期修了する方は早めに留学生交流係に申し出てください。

## 諸証明書

在学証明書、成績証明書、修了見込証明書、健康診断証明書等は、学生証を使って証明書自動発行機（附属図書館玄関ロビーに設置：月～金 7:30～19:00）で即日入手できます。機器が故障する場合がありますので、証明書の発行は余裕をもって行ってください。その他の証明書が必要な場合や、博士前期課程・博士後期課程以外の学生の場合は、教育支援課で発行しますので依頼用紙を記入し提出してください。

## Eメールアドレス

Eメールアカウントとアドレスは、学生の氏名情報をもとに総合情報基盤センターが作成します。アカウントのアドレスとパスワードは入学後にオリエンテーションで交付されます。

## 生活

## 住居

## (1) 学生宿舎

大学内に学生宿舎が設置されています。入居期間は、博士前期課程は2年、博士後期課程は3年です。留年した場合、入居期間の延長はできません。退去の上、民間住宅等を探さなければなりません。

学生宿舎に関しては、「学生宿舎入居のしおり」を参照してください。

## ①設備・寮費

学生宿舎の設備等は次のとおりです。これ以外のもので日常生活に必要なものは、入居者で用意してください。

	単身用	夫婦用	家族用	シェアタイプ
部屋数	559室	50室	10室	30ユニット90室 (3室/ユニット)
部屋面積	13㎡	36.98 - 41.45㎡	51.56㎡	9.33~10.51㎡/個室 34.45㎡/共同スペース
設備等	個室(洋室、トイレ)、 机、椅子、ワゴン、 書棚、 ベッドフレーム、ロッカー、 ミニキッチン、エアコン、 LED照明等 【共有設備】浴室、 ランドリー室、 ラウンジ等	1LDK(和室4.5畳、 洗面、脱衣室、浴室、 トイレ)、机、椅子、 ロッカー、ワゴン、 チェスト、書棚、 食器棚、 ダイニングテーブル・ イス、靴箱、エアコン、 ガスコンロ、洗濯機、 照明機器等	2LDK(和室6畳、 洋室約5畳、洗面、 脱衣室、浴室、トイレ)、 机、椅子、ワゴン、 食器棚、書棚、 ダイニングテーブル・ イス、靴箱、エアコン、 ガスコンロ、洗濯機、 照明機器等	机、椅子、ワゴン、 書棚、ベッド、 クローゼット、エアコン 【共有設備】リビング、 キッチン、浴室、トイレ、 ダイニングテーブル・ イス、冷蔵庫、 電子レンジ、 エアコン、IH調理器、 洗濯機、食器棚、靴箱、 カーテン
寄宿料月額	7,900円	13,900円	16,200円	6,800円
共益費月額	5,100円	3棟 700円 8棟 1,400円	1,400円	5,300円
光熱水費	入居者負担			
ネットワーク	学生宿舎の居室内でインターネットを使用する際は契約が必要です。(月額1,650円)契約方法等は鍵のお渡し時に別途連絡します。			
駐車場	学生宿舎内には入居者用の駐車スペースがあります。(月額1,250円)利用方法等の詳細は「学生宿舎のしおり」をご参照ください。			

※テレビ・パソコン接続用コンセントは全室に付いています。

## ②問い合わせ・申し込み先：教育支援課学生支援係（内線：5920）

## (2) 民間住宅

日本でアパートを借りるには、知人に紹介してもらう方法もありますが、不動産業者で斡旋してもらうのが一般的です。ただし、通常、家賃の1か月分を仲介手数料として支払うこととなります。学生支援係に不動産業者の一覧がありますのでご利用ください。

大学に隣接した民間のアパートはありませんが、生駒市中心部や奈良市にはたくさんの民間アパートがあります。家賃は部屋の広さや立地条件によってさまざまですが、平均的には6～7畳のワンルームマンションで月額3万円から6万円ほどです。通常の賃貸物件には家具家電が備え付けられておらず各自で購入する必要がありますが、レオパレスや東生駒のインターナショナルハウス（シェアハウス）には家具家電が備え付けられている物件もあり、初期費用が抑えられます。

日本では入居時に数か月分の家賃に相当する保証金を支払うのが一般的です。保証金がかからないアパートもありますので、不動産業者に条件を確認してください。不動産業者との間で話がまとまると、賃貸契約を交わすことになり、保証人が必要となることがあります。契約書にサインするときは、契約事項をきちんと確認した上でサインしましょう。

### ●留学生住宅総合補償制度

留学生が民間宿舎等へ入居するにあたり、連帯保証人を探すことが困難なために大学が留学生の保証人となり、留学生に損害賠償の義務が生じた場合に補償期間と限度額内で費用を支出する制度です。

## (3) UR 都市機構賃貸住宅

都市再生機構（UR 都市機構）が供給している賃貸住宅です。大学が法人契約を結んでいるため、契約時に保証金・保証人が不要、家賃が10%割引になるなどのメリットがあります。家賃は部屋の広さや立地条件によってさまざまですが、4万5千円から6万円ほどです。

詳しくは、学生支援係に問い合わせてください。（内線：5920）

学生宿舎や民間賃貸住宅には、冷蔵庫、カーテンや寝具など、家具や家電は備え付けられていませんので、本学に到着した日に購入できるよう準備しておきましょう。本学近隣で家具や家電が購入できる場所は、登美ヶ丘イオンや押熊のニトリです。（※徒歩圏外）

## ごみの出し方

### (1) ごみの分別と収集日程

お住まいの市町村によって、ごみの分別方法や収集日が異なります。ごみの分別をきちんとし、決められた日に決められた場所に出してください。祝日はごみが収集されない日がありますので、ごみ収集日程表で確認しておきましょう。次の収集日まではごみを出さないでください。

なお、指定のごみ袋に入らない場合は大型ごみ処理券を購入し、捨ててください。指定のごみ袋及び大型ごみ処理券は、キャンパス内のコンビニや周辺のスーパーで購入できます。「大型ごみ」「燃えないごみ」は申込制となっていますので、大型ごみ受付センターへ電話してください。

詳細は、生駒市役所のウェブサイトを参照してください。

<https://www.city.ikoma.lg.jp/category/26-1-0-0-0-0-0-0-0-0-0.html>



## ごみの分別方法と収集日程

種類	収集日	指定ごみ袋	主なもの
燃えるごみ	月・木	要	家庭から出る台所ゴミ、紙など
プラスチック製 容器包装	火	不要	レジ袋、プラスチック製容器など
びん・缶	第1・3水曜日	不要	空き缶、空き瓶、食品瓶 スプレー缶など
ペットボトル	第1・3水曜日	不要	ペットボトル
われもの	第1・3水曜日	不要	陶磁器、ガラス製品など
有害ごみ	第1・3水曜日	不要	電池、蛍光灯、電球など
金属・電化製品	第1・3水曜日	不要	フライパン、ヘアドライヤーなど
大型ごみ 燃えないごみ	電話申込み後、戸別収集 大型ごみ受付センター (0120-0743-53 または 0743-85-5374) に電話し申込み	要* *袋に入らないものは 処理券を貼付	家具、布団、電化製品 かさ、フライパン、やかんなど
袋に入らない 大型電化製品 金属		処理券不要 受付番号を 書いた紙を添付	掃除機、電子レンジ、 自転車、脚立など

※詳しい分別方法は「学生宿舎入居のしおり」を、収集日程は「生駒市ごみ収集日程表」を参照してください。

## (2) 一部家電製品及び家庭系パソコンの処分について

エアコン、テレビ、冷蔵庫、洗濯機・衣類乾燥機の家電4品目は、「家電リサイクル法」によりごみとしては回収されません。家電量販店等に連絡し、必ず自身で処分してください。

また、家庭用パソコン（プリンタ・スキャナを除く全周辺機器）に分類される廃棄物も、「資源有効利用促進法」によりごみとして回収されません。製造元と相談し、必ず自身で処分してください。

パソコン3R推進協会：<https://www.pc3r.jp/home/index.html>



## 電気・水道・ガス

引っ越しをして新しい住居に住むときは、電気・水道・ガス・電話などの契約をする必要があります。学生宿舎については電気・水道はそのまま使えますので、必要なのはガスの契約だけです。開栓する場合は大阪ガス（Tel：0120-5-94817）に連絡してください。

## テレビ（NHK受信料）

自宅にテレビが設置されていると、法律上、NHK（日本放送協会）との契約が義務付けられ、テレビ使用の有無にかかわらず受信料を支払う必要があります。

（年間約 14,000 円～ ※ 2022 年 6 月時点）

## 電話

日本の電話番号は、市外局番 + 市内局番 + 加入者番号からなっています。例えば、本学の代表電話番号は 0743-72-5111 ですが、市外局番が 0743、市内局番が 72 となります。最後の下 4 ケタは各個人を特定化する電話番号ということになります。

大学で、内線電話により学内の他の研究室等へ電話するときは、4 ケタの内線番号をダイヤルするだけでつながります。学内から学外へ電話するときは最初に 0 を押してダイヤルすればつながります。

0 7 4 3 - 7 2 - 5 1 1 1  
(市外局番) (市内局番) (加入者番号)

### (1) 国際電話

国際電話サービス会社が各社ありますが、加入手続きは不要で、以下の番号をダイヤルして国際電話をかけることができます。料金等サービスの詳細については各社に問い合わせてください。

国際電話会社接続番号<sup>※</sup> + 010 + 国番号 + 地域番号 (最初の 0 を除く) + 相手の電話番号

※ KDDI: 001、ソフトバンク: 0061、NTT コミュニケーションズ: 0033

国際電話サービスは上記の方法でかけるものの他に、プリペイドカードを使用するものやインターネット電話などいろいろな種類があります。学内から国際電話をかけるときは、利用する国際電話会社があらかじめ登録されていますので、国際電話会社の接続番号は不要です。携帯電話からかけるときも接続番号は不要です。

### (2) 携帯電話・スマートフォン

日本で携帯電話やスマートフォンの購入を考えている方は、各キャリアの店舗や家電量販店、またはオンラインでの契約が可能です。在留カードや学生証、通帳等の必要書類をご準備ください。在留カードが発行されない短期滞在の場合、基本的に契約はできませんが、空港や店舗で短期滞在用の SIM カードが販売されているようです。英語対応可能な業者については国際課にご相談ください。

## インターネット

### (1) 無料 Wi-Fi (旅行者向けアプリ・SSID) の提供

大阪府や観光庁が無料で提供しているもので、アプリをダウンロード、もしくは該当の SSID を選んでインターネットにアクセスし、メールアドレス等を登録することで無料で使用できます。ホットスポットや登録方法の詳細は、各ウェブサイトを参照してください。

主な無料 Wi-Fi 名とウェブサイト

【Osaka Free Wi-Fi】  
<http://ofw-oeer.com/>



【Japan Connected-free Wi-Fi】  
<http://www.ntt-bp.net/jcfw/use/index.html>



### (2) インターネットの開設

研究室など構内でインターネットを使用する場合は、ITC 講習会に出席し、曼陀羅アカウントを取得してください。それ以外の場合（自宅等）でインターネットに接続するには、自分でプロバイダを選び、契約する必要があります。アパートによっては業者が指定されていることもありますので、契約時にご確認ください。自分の利用方法やそれぞれの料金体系をよく確認して申し込みましょう。

## 買い物

日本では、プラスチックごみ削減のため、プラスチック製買物袋（レジ袋）は有料です。（レジ袋の価格は店舗によって異なります。）買い物に行く際はエコバッグを持参してください。

### (1) スーパーマーケット

食料品や日用品を安く買う場合に便利です。大学周辺には、ヤオヒコ、オークワ、イオンモールがあります。ハラル食品は、登美ヶ丘イオンモール内の KALDI や業務スーパー（押熊店・富雄店・生駒店）等で買うことができます。

### (2) コンビニエンスストア（コンビニ）

キャンパス内にデイリーヤマザキがあります。営業時間は平日が8時～21時、土日祝日が9時～17時です。コピーサービス、宅配便受付、公共料金の支払い、各種発券サービス、クリーニングなど、さまざまなサービスを取り扱っています。ハラル食品（生鮮食品除く）も売っています。また、クロネコメンバーズに登録していれば、クロネコヤマト宅急便の店頭受取サービスもご利用いただけます。詳細は、デイリーヤマザキのウェブサイトをご参照ください。

<https://www.daily-yamazaki.jp/service/>



### (3) 家電販売店

電化製品を安く買うのに便利で、本学近くなら登美ヶ丘イオンモール内にジョーシがあります。

### (4) 家具・雑貨店

ホームセンターやディスカウント家具店で家具が安く手に入ります。徒歩だと遠いですが、大学周辺にコーナン、赤やがあります。押熊にロイヤルホームセンターとニトリ（インテリア小売業）があります。食器や生活雑貨を買い揃える場合は100円ショップが便利です。100円ショップは登美ヶ丘イオンモールと北生駒駅付近のオークワの中にダイソーがあります。

### (5) ネットショッピング

インターネットを使用して、自宅にいながらネットショッピングで生活用品や食料を購入することもできます。ただ、ウェブサイトによっては言語が日本語のみであったり、本人の受け取りが必要、あるいは、条件によっては送料や手数料などがかかる、実物を見ることができない（写真が掲載されているので視覚的に判断することは可能）等の場合もあります。

オンラインショッピングサイト：イオン、生協（Coop）、LOHACO、Amazon、楽天、など

## 銀行

日本に来て最初にすべきことのひとつが、銀行口座の開設です。給与、奨学金の振込や、学生宿舍経費の支払い、キャッシュカードの利用などができ、大変便利です。通常、普通預金という種類の口座を使います。なお、日常生活で小切手は使いません。

通常、日本の銀行の営業時間は月曜から金曜の9時から15時までで、土・日・祝日は休みです（ゆうちょ銀行は、店舗によって16時まで、もしくはそれ以降も開いている窓口があります）。それ以外の時間帯でも、キャッシュカードでATMから現金の引き出しや振込みをすることは可能です。銀行では外貨の両替も取り扱っていますが、対応していない店舗もあるので確認が必要です。

※銀行によっては、入国後6か月を経過していないと「非居住者」とみなされ口座開設ができない場合があります。開設前に銀行に確認してください。

### (1) 銀行口座の開設

口座を初めて開くときは、本人であることを確認できる書類（パスポート、在留カード及び学生証）と印鑑（印鑑を持っていない場合はサインも可）を持参し、普通預金申込書に記入します。キャッシュカードがあるとATMが利用できるのも、キャッシュカードも作っておきましょう。

### (2) 海外への送金、外貨両替

海外の銀行に送金する場合は、銀行の窓口で取引銀行名、支店名、支店住所、SWIFTコード、口座名義、口座番号、受取人住所、受取人氏名を記入して申し込みます。手数料は銀行によって異なります。

外貨の両替も銀行の窓口で行えますが、一部の店舗では取り扱っていない場合もあります。大阪であれば、比較的対応している銀行が多いでしょう。

### (3) 本学周辺の銀行

本学周辺にある銀行の一覧は次のとおりです。また、たいていのスーパーマーケットやコンビニにも ATM が設置されています。

店舗名	住所・電話番号
ゆうちょ銀行 生駒店	奈良県生駒市谷田町 1234-1 Tel : 0743-75-0055
南都銀行 登美ヶ丘支店	奈良県奈良市中登美ヶ丘 6-3-3 Tel : 0742-44-2201
南都銀行 学園前支店・真弓支店 共同店舗	奈良市学園北 1-8-10 Tel : 0742-44-1121
南都銀行 白庭台駅前支店	奈良県生駒市白庭台 6-12-1 Tel : 0743-71-3200
南都銀行 生駒支店	奈良県生駒市北新町 11-3 Tel : 0743-74-1131
三井住友銀行 学園前支店	奈良県奈良市学園北 1丁目1-1 Tel : 0742-45-8900

※ゆうちょ銀行の口座は郵便局でも開設できます。

### (4) 外国人留学生のゆうちょ銀行口座の取り扱い変更について

2022年5月6日以降、日本に居住する外国人で非居住者(※)とみなされる者に関する送金は、国際送金として取り扱われ、国内送金の場合であっても国際送金手数料7,500円が課されます。非居住者から送金する場合も、非居住者へ送金する場合もこの手数料がかかります。

これにより、非居住者とみなされている学生は、これまで銀行口座で受け取っていたアルバイトの給与等をこれまでと同じように受け取れなくなる可能性があります。ただし、大学からの給与や旅費などの受け取りや、学生宿舍の寮費の自動引き落としは対象外です。

※非居住者：日本に入国後6か月未満であり、日本国内で勤務していない(給与の受け取りがない)者

日本に入国後6ヶ月が経過した学生や、日本での居住が6ヶ月未満でも本学またはその他のアルバイト先から給与を受け取っている学生は、非居住者から居住者に変更することができます。変更する場合は、ゆうちょ銀行に以下の書類をお持ちください。

持ち物：通帳、キャッシュカード、在留カード、パスポート、学生証

※日本での居住が6ヶ月未満だが、国内の事務所に勤務している者は、雇用を証明する書類も持参してください。

## ATM

日本では、銀行や空港、コンビニエンスストア、駅、商業施設等に ATM が設置されており、キャッシュカードやクレジットカードで日本円を引き出すことができます。

利用時間や手数料、利用できるカードは ATM によって異なるため、ATM に備え付けの電話や各金融機関のホームページ等で確認が必要です。

一般的に、海外発行のカードでも、セブン銀行やゆうちょ銀行で引き出せることが多いですが、試してみる必要があります。

NAIST 周辺であれば、学研北生駒駅前のローソン、学研奈良登美ヶ丘駅付近のセブンイレブンにコンビニ ATM があり、登美ヶ丘イオンモール内には複数種類の ATM が設置されています。

【参考】セブン銀行：<http://www.sevenbank.co.jp/personal/atm/>



## 郵便局

### (1) 郵便局の業務

国費外国人留学生は、奨学金を受け取るため必ずゆうちょ銀行に口座を開設してください。すでに口座を持っている人で住所変更が必要な人は、最寄りの郵便局で手続きをしてください。

基本的に、郵便局の営業時間は月曜から金曜の9時から17時までです（土・日曜日などに営業している郵便局もあります）。ただし、銀行・生命保険の業務は平日9時から16時までとなっています。

### (2) 郵便料金

郵便料金は以下のウェブサイトで調べることができます。普通郵便・速達郵便は、切手を貼って郵便ポストに投函すれば送れます。はがきや切手はキャンパス内のコンビニでも買うことができ、ポストは学生会館入り口横にあります。

〈郵便局ウェブサイト／郵便料金（日本語版）〉

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



### (3) 本学周辺の郵便局

高山郵便局	奈良県生駒市上町 3410-2 Tel : 0743-78-0050
生駒北大和郵便局	奈良県生駒市北大和 2-2-20 Tel : 0743-78-4464
鹿ノ台郵便局	奈良県生駒市鹿ノ台南 2-3-1 Tel : 0743-78-7777
生駒郵便局 (土日も営業)	奈良県生駒市谷田町 1234-1 Tel : 0743-75-0055
学研奈良登美ヶ丘郵便局	奈良県奈良市中登美ヶ丘 6-15-9 Tel : 0742-51-0054

## 宅配便

急ぎで送りたい荷物等がある場合、最も速くて確実な方法が宅配便です。国内であれば、翌日または翌々日には届けられます。直接業者に連絡して取りに来てもらう方法もありますが、キャンパス内のコンビニから送ることもできます。

なお、日本国外へ送る場合は、各国で輸入が禁止または制限されているものもありますので、注意が必要です。

主な宅配便業者	ヤマト運輸、佐川急便、日本郵便（ゆうパック）
主な海外宅配便業者	DHL ジャパン、フェデックス

## 駐車場及び駐輪場の利用

### (1) 自動車

自動車で通学する留学生は、大学に隣接した高山地区公共駐車場を利用できます。24時間使用できますが、駐車料金（1日300円）を支払う必要があります。長期で駐車場を利用される場合は、定期券購入をお勧めします。定期券の購入は、初回のみ、公共駐車場北側の高山サイエンスプラザ内にある大学支援財団事務所で購入してください。2回目以降はキャンパス内のコンビニでも購入することができます。

#### 定期券料金表

1か月	3か月	6か月
1,500円	4,000円	7,500円

学生宿舎入居者は、大学北側にある学生宿舎敷設の駐車場を利用できます。詳細は「学生宿舎前駐車場利用ガイド」を参照してください。

### (2) 自転車・バイク

自転車・バイクの駐輪は無料ですが、いずれも登録が必要です。教育支援課学生支援係（内線：5920）に「学生宿舎内駐輪場利用届出書」を提出してください。また、駐輪する時には必ず鍵をかけてください。盗難にあった場合は、すぐに警察に届け出てください。

## 福利厚生施設

### (1) 学生会館

学生会館には、食堂、喫茶、コンビニエンスストア（前述の『買い物』を参照してください）、保健管理センター（後述の『医療と保険』を参照してください）があります。

#### 食堂・喫茶室

月～金曜日 10:00～21:00（オーダーストップ 20:30）

土曜日 10:00～15:00（オーダーストップ 14:30）

日曜・祝日 休業

#### コンビニエンスストア

月～金曜日 8:00～21:00

土曜・日曜・祝日 9:00～17:00（祝日は臨時休業の場合あり）

### (2) ゲストハウスせんたん

本学を来訪する研究者をはじめ、学生や教職員が利用できる福利厚生施設です。来客や研究者が手ごろな料金で利用することができる宿泊施設（シングル27室、ツイン2室）があります。詳しい利用案内については、以下のウェブサイトを参照してください。

<https://www.naist.jp/facilities/institution/person.html>



予約は人事課人事企画係（内線：5033 Eメール：guesthouse@ml.naist.ac.jp）までご連絡ください。

### (3) 運動施設

バレー・バスケットボールコート・テニスコート・グラウンドを、学生・教職員に開放しています。予約は、教育支援課学生支援係の窓口で受け付けます（電話・メールでは受け付けていません）。

運動施設	利用時間
テニスコート	7:00～21:00
グラウンド	9:00～日没
バレーボール・バスケットボールコート	9:00～22:00

また、用具等を貸し出しています。使用する際は学生支援係の窓口で申し込んでください。

貸出物品：野球用具（グローブ・バット・ボール・ベース）、サッカーボール、ゼッケン、バレーボール、バスケットボール、硬式テニスラケット、テニスボール、空気入れ、パーベキューセット

## 交通機関

本学周辺の交通手段には、電車、バス、自転車、バイク、自動車などがあります。

電車やバスをよく利用する方は、車内や改札の読み取り機にタッチするだけで運賃の支払いが可能な交通系 IC カードを入手すると便利です。IC カードにはいくつか種類があり、JR が発行する ICOCA、私鉄各社が発行する PiTaPa などがあります。プリペイド式の ICOCA は JR みどりの窓口や ICOCA マーク付き券売機でも購入でき、事前に入金した分だけ利用できます（購入時デポジットが必要で、カード返却時に返金されます）。PiTaPa は事前に登録した金融機関から使用分が引き落とされる後払いタイプです。その他にもクレジットカード付帯のものなどがあります。交通機関に限らずコンビニエンスストアやスーパーなど、IC カードで買い物の支払いができる店舗も増えています。

### (1) バス

大学近辺で一番利用しやすい交通機関はバスです。奈良交通のバスが大学と学園前駅・学研北生駒駅または高の原駅の間を運行しています。ただし、本数が限られていますので、時刻表をチェックするようにしましょう。

[http://www.naist.jp/accessmap/files/busschedule\\_20250222.pdf](http://www.naist.jp/accessmap/files/busschedule_20250222.pdf)



バス料金は現金で払う以外に、奈良交通であれば CICA という IC カードがあり割安になっていますので、度々バスを利用するのであれば、こちらをお勧めします。JR が発行する ICOCA、私鉄各社が発行する PiTaPa も利用可能です。バス料金は、現金の場合は降車時に支払います。IC カードの場合は、乗車時と降車時にそれぞれカード読取機にかざしてください。ただし、大学から学研北生駒方面に乗車する場合のみ、現金・カードともに乗車時に支払う必要がありますので、運転手に行き先を告げた上で運賃を支払ってください。

### (2) 鉄道

奈良県には近鉄（近畿日本鉄道）と JR がありますが、大学から大阪・京都に行く場合は近鉄が便利です。遠方に行く場合は新幹線等を利用します。

**\*奈良県鉄道路線は Appendix を参照。**

### 〈学生割引〉(対象者：正規生のみ)

JR と近鉄の場合、100km 以上の遠距離は、学生割引を利用すると料金が2割引になります。学割証は図書館1階にある自動発行機で発行できます。

### (3) 定期券等の購入

学外に居住している学生が通学に電車を利用する場合は、定期券を購入できます。定期券は一定期間（1、3、6か月など）通用するもので、料金も割安です。通学定期・通勤定期の2種類がありますが、通学定期は正規生のみ購入可能です。研究生・聴講生などの非正規生は通勤定期になります。

定期券は、定期券売場がある駅で、申込用紙に必要事項を記入し購入します。通学の場合は学生証と通学定期乗車券発行控（入学オリエンテーション時に配布しています）を必ず提示してください。バスの場合は、定期券のほか、ICカードも便利です。

### (4) 学外実習定期券について

研究内容や指導教員によっては、学外の研究室に通学することになります。その場合、上記の方法では定期券が買えませんので、早めに教育支援課学生支援係に相談してください。発行までに1か月を要します。

### (5) タクシー

本学周辺には奈良近鉄タクシー（Tel：0120-123-558 / 0743-73-4321）がありますが、例えば本学から高の原駅まで3,500円ほどかかりますので、経済的な交通手段ではありません。料金は運転席のそばのメーターに表示され、チップは必要ありません。

### (6) 空港へのアクセス

本学を訪れる際に一般的に利用される国際空港は、関西国際空港（KIX）と大阪国際空港（伊丹空港）です。どちらもバスや電車で本学までおおよそ1時間半程度の距離にあります。また、本学近くの駅まで運行するリムジンバスがあるため便利です。空港行きのみ予約可能で、空席がある場合は予約なしでも乗車可能ですが、空港から出発するバスのチケットは、到着後に空港で購入する必要があります。現在の情報については、以下のURLをご参照ください。

〈奈良交通 空港リムジンバス〉

[http://www.narakotsu.co.jp/kousoku/limousine/gakken\\_kanku.html](http://www.narakotsu.co.jp/kousoku/limousine/gakken_kanku.html)



〈阪急観光バス 空港リムジンバス〉

<https://www.hankyu-kankobus.co.jp/limousine/>



## (7) 自動車

## ①外国の運転免許

日本と同等水準の運転免許制度を有する国として、道路交通法施行令で定められた次の7か国については、当該国の免許をそのまま使用できます。

台湾、ドイツ、フランス、スイス、ベルギー、スロベニア、モナコ

ただし、日本語による翻訳文（発行国の大使館・領事館又はJAFで翻訳したもの）が必要です。

## ②国際運転免許

道路交通に関する条約（ジュネーブ条約）加盟国で取得した国際運転免許を使用できます。加盟国は以下を参照してください。

<https://www.keishicho.metro.tokyo.lg.jp/menkyo/menkyo/kokugai/kokugai04.html>



加盟国	アメリカ、韓国、タイ、フィリピン、マレーシア、フランス、他
非加盟国	中国、ベトナム、インドネシア、サウジアラビア、ブラジル、他

## ※日本において運転できる期間

- 1) 日本の免許証：有効期限内
- 2) 国際運転免許証及び外国の免許証：日本に上陸した日から1年間又は当該免許証の有効期間のいずれか短い期間（ただし、住民基本台帳に記録されている者が出国の確認又は再入国の許可等を受けて日本から出国し、3か月未満のうちに帰国した場合においては、当該帰国（上陸）の日は国際運転免許証等による運転可能期間の起算日とはなりません。）また、国際運転免許証を使用する場合は、本国の免許証を同時に携帯する必要があります。

## ③外国免許からの切替

日本で1年以上居住する場合、あるいは1年以内の居住の場合でも、上記2つのケースに該当しない国の免許の所有者は、外国免許から日本の運転免許に切り替える必要があります。免許切替についての詳細は、以下のウェブサイトをご確認ください。

〈警察庁〉

[https://www.npa.go.jp/policies/application/license\\_renewal/have\\_DL\\_issued\\_another\\_country.html](https://www.npa.go.jp/policies/application/license_renewal/have_DL_issued_another_country.html)



## 〈運転免許証の切替の流れ〉

Step 1：必要書類を用意する。

有効な外国免許、外国免許の翻訳（発行国の大使館・領事館又はJAFで翻訳）、住民票（国籍や在留資格などの情報が全て記載されたもの）、パスポート（運転免許を取得した国などに、運転免許を取得後、通算して3か月以上滞在したことが確認できるもの）、証明写真（縦3cm×横2.4cm）

JAFはオンラインで申請可能：

[https://jafnavi.jp/honyaku/uketuke/index.php?select\\_language=en](https://jafnavi.jp/honyaku/uketuke/index.php?select_language=en)



その他各国によって必要書類は異なるため確認が必要。（Official Receipt（フィリピン）、Driving Record 免許の経歴証明書（カナダ）が必要な場合も。）



Step 2：運転免許センターに電話予約をする。

※慢性的に予約枠が埋まっており、毎月1日（土日祝の場合は次の平日）の朝8時半より翌月もしくは翌々月の予約枠の受付が始まりますが、電話はかなり繋がりにくいため、直接免許センターに来所する方法もあります。

奈良県運転免許センター（運転免許課）

※奈良県以外にお住まいの方は自分の住民票がある都道府県の運転免許センターに予約して来所する必要があります。

【電話番号】0744-25-5224

【所在地】〒634-0007 奈良県橿原市葛本町120番地の3

【アクセス】近鉄新ノ口駅の東方約1キロメートル

【手数料】申請料と交付手数料合わせて約5,000円

（技能確認テストに一度で合格しない場合は再テストが必要で、その都度費用がかかります。）



Step 3：予約した日に試験を受ける。書面審査、適正試験（視力・色彩識別）、知識確認（英語で受験可能）がある。



Step 4：上記の試験に合格すれば、技能確認テストの予約を行う。（同じ日には受けられない）



Step 5：技能確認テストを受験し、合格すれば免許が交付される。

※以下の国の免許を所有していれば、知識確認、技能確認テストは免除される。

（書面審査および適正試験のみ行われる。）

アイスランド、アイルランド、イギリス、イタリア、オーストリア、オーストラリア、オランダ、カナダ、韓国、ギリシャ、スイス、スウェーデン、スペイン、チェコ、デンマーク、ドイツ、ニュージーランド、ノルウェー、フィンランド、フランス、ベルギー、ポルトガル、ルクセンブルグ、スロベニア、モナコ、台湾

※韓国・台湾以外のアジア諸国はすべての試験の受験が必要

#### ④通常の免許取得

そもそも外国の免許がない、あるいは失効している場合は日本人と同じように免許を取得する必要があります。

#### ⑤自動車学校

日本で免許をとる場合、一般的には自動車学校に入って教習を受けます。自動車学校では34時間の技能研修、26時間の学科研修を受けなければいけません。教習料金はおよそ30万円かかります。自動車学校を卒業した後に免許センターに行き、学科試験に通れば免許を取得することができます。

#### 【本学周辺の自動車学校】

奈良自動車学校	奈良市西大寺竜王町 2-2-1	Tel : 0742-45-4666
春日自動車学校	奈良市肘塚町 164	Tel : 0742-23-1531

#### ⑥自動車の購入

車を購入する時は自動車のディーラーに行きます。大学近辺にもいくつかの店があります。値段は新車と中古の違いや車種によって様々ですが、いずれにしても高額の買物ですので、日本人の知人に相談するのが良いでしょう。自動車を購入する際は車庫証明が必要になります。日本での自動車の運転は左側通行ですので、右側通行の国から来られた方は特に運転に注意してください。

なお、日本では自動車及び250cc以上のオートバイには、2年ごとに継続検査（車検）を受けることが義務づけられています。そのほかにも、自動車には自動車税（660cc以下の軽自動車は約1万円で、普通自動車は排気量ごとに異なる）等の維持経費がかかりますので、購入の際は慎重に検討しましょう。

#### ⑦自動車保険

自動車を購入する際、自動車損害賠償責任保険に加入することが義務づけられています。ただし、この保険は人身事故にしか適用されないことや保証限度額が低いため、損害保険会社が用意する任意の自動車保険にも加入することをお勧めします。

具体的には、自動車損害賠償保険の不足分をカバーする対人賠償保険のほか、モノに対する対物賠償保険、自分の車の修理代などが出る車両保険、搭乗者に対する搭乗者傷害保険などの保険商品が用意されています。それらの中から必要な保険を選び、自分に必要な保険を設定してください。

#### ⑧交通事故

もし交通事故にあったら、まず気持ちを落ち着けましょう。けが人がいる場合は動かさずに、119番で救急車を呼び、同時に110番で警察を呼んでください。小さな事故でも必ず呼ぶようにしてください。警察官が到着したら運転免許証と自動車損害賠償責任保険証を見せ、指示に従ってください。また、相手に運転免許証及び車等の登録証を見せてもらい、その内容及び相手の連絡先を必ずメモしておいてください。その後、契約している保険会社に連絡し、事後処理を依頼してください。

#### (8) 自転車

自転車を購入したら、購入した店で必ず防犯登録をしましょう。名前と住所が記載されている在留カードなどの証明書を持参してください。500円で登録できます。

また、奈良県自転車条例により、自転車保険（自転車損害賠償責任保険等）への加入が義務づけられています。自転車に乗る場合は、必ず保険に加入するようにしてください。（J-37頁の『外国人留学生向け学研災付帯学生生活総合保険』を参照してください。）

# 医療と保険

## 医療

### (1) 保健管理センター

学生・教職員の心身の健康を保持するため、Check 機能として健康診断を、Cure 機能としては日常診療を行い、Care 機能として生活指導・健康教育を充実させ、これらを相乗させ健康増進 (health promotion) を目指すよう、学生会館の2階に保健管理センターがあります。センターには、診察室・談話室／健康相談室・休養室が機能的に配置され、内科医師・看護師・英語対応可能なスタッフ各1名が常勤しています。

利用時間 月曜日～金曜日 9:30～13:30、14:30～16:30 (年末年始、祝日除く)

<https://www.naist.jp/facilities/institution/health.html>



連絡先

TEL : 0743-72-5108 (内線 : 5108)

E メール : [hcc@hcc.naist.jp](mailto:hcc@hcc.naist.jp)

Instagram : [https://www.instagram.com/naist\\_healthcarecenter/](https://www.instagram.com/naist_healthcarecenter/)



	内容	備考
診療	身体的に異常があれば、遠慮なくセンターを受診して下さい。簡単な診断機器での対応や必要時は薬を処方します。当センターで対処出来ない病気や病態については、専門医や病院を紹介します。身体的・精神的相談も含め、全ての医療行為には守秘義務があり、秘密は厳守します。	ただし、紹介された医療機関を受診される場合の医療費は、健康保険証抜きの自己負担となります。
健康相談	心の悩みがあれば、医師と看護師で相談に応じます。週に1回、専門のカウンセラーによるカウンセリングも行っています。秘密は厳守しますので、気軽に相談して下さい。	
健康診断	一般定期健康診断(春)や特殊(RI、エックス線、遺伝子組換え、有機溶剤、特定化学物質)定期健康診断を行っています。日程など必要な事項は、電子メールで連絡します。(なお、当該年度内に人間ドックを受けられる方は、一般定期健康診断は不要です。)	留学生や研究者の家族は対象外ですのでご了承ください。
健康診断証明書の発行	就職や進学に必要な健康診断証明書を発行します。一般定期健康診断時の全項目を検査していることが条件となります。交付は、教育支援課の証明書自動発行システム又は保健管理センターで発行します。	
セルフチェック	センター受付前に、自動身長体重計・自動血圧計・自動視力計を常置しています。健康チェックに役立て下さい。	
談話室／健康相談室	リラクゼーション、団欒・交流、観賞に活用下さい。 ※現在談話室は検査室として利用しています。	
休養室	身体の不調などで休養をとりたい時は利用して下さい。	

## ●障害学生支援室

障害学生支援室は、障害のある学生のための総合相談窓口です。小さなことだと思われることでも、お気軽にご相談ください。相談窓口は保健管理センターです。

<https://www.naist.jp/campuslife/information/supportoffice.html>



〈障害学生支援室とは〉

奈良先端科学技術大学院大学では、障害のある学生が自立的な学生生活を送る上でのサポートを行うため、平成 28 年 4 月に障害学生支援室を設置しました。障害学生支援室には、障害やカウンセリングに関する専門知識を有するスタッフがあり、スタッフが関連部局や教職員等と連携しながら、障害のある学生の修学支援と学生相談（心理・生活相談）を行います。

令和 6 年度 障害学生支援室構成員

[http://www.naist.jp/campuslife/information/files/kouseiin\\_r6.pdf](http://www.naist.jp/campuslife/information/files/kouseiin_r6.pdf)

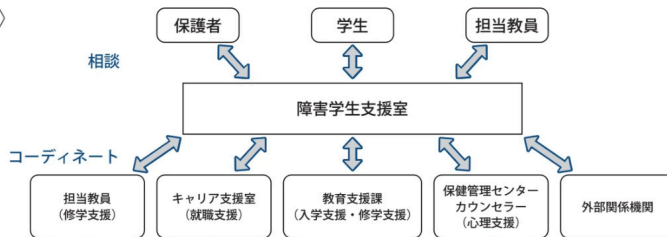
〈支援室の役割〉

- ・ 障害学生の修学支援と学生生活を送る上での相談
- ・ 支援情報やノウハウの蓄積
- ・ バリアフリーに向けたキャンパスの整備
- ・ 教職員・学生への支援活動への理解や啓発
- ・ 支援環境を整えることを目的とした、関連部局や教職員、外部機関等との連携

〈支援対象〉

視覚障害、聴覚障害、肢体不自由などの身体に障害のある学生や発達障害、精神障害など心理発達面に障害のある学生

〈支援体制図〉



〈支援の流れ〉

障害学生支援室は障害学生本人や保護者、担当教員からのご相談をきっかけに初回面談を行い、障害の特性をしっかりとお聞きします。その上で、障害のある学生の個別性に配慮した、円滑な修学、就職及び生活の支援などを行えるようコーディネートします。

〈リンク〉

障害学生支援（日本学生支援機構 -JASSO-HP から）

[http://www.jasso.go.jp/gakusei/tokubetsu\\_shien/index.html](http://www.jasso.go.jp/gakusei/tokubetsu_shien/index.html)

※障害のある学生への支援・配慮事例も掲載されています。

奈良先端科学技術大学院大学 障害を理由とする差別の解消の推進に関する対応要領

<http://www.naist.jp/campuslife/information/files/syougaisyataiou.pdf>

## (2) 学外の医療機関の受診

病院、診療所へ行くときは、現金とマイナ保険証または資格確認書を持っていきます。診察時間は病院によって異なりますが、大きな病院は平日の午前診療が多く、土曜・日曜・祝日は休みです。受診する診療科の診察時間をあらかじめ確認してください。開業医には平日の午後、夜間や土曜日でも診療しているところもあります。大きな総合病院は最新の医療機器を備え、診療科も多数あり患者さんも多いため、長時間待たされることもあります。初診は予約できない場合がありますが、来院前に電話や予約システムで事前予約をした方が待ち時間を短縮できます。ご自分で予約が難しい場合は CISS もしくは国際課にご連絡いただければお手伝いいたします。

病院や診療所の受付では、外国語での対応が難しいことがあるため、日本語が話せない人は日本語を話す人と行くか、日本語で症状などを書いたメモを持って行きましょう。

## 近隣総合病院

### 白庭病院

住所：生駒市白庭台6丁目10番1号

アクセス：白庭台駅前

代表電話番号：0743-70-0022

診察時間：月曜日～土曜日 午前9時～12時（受付時間 午前8時半～12時）

午後診療の受付の有無については、ホームページの外来担当医をご覧ください

<https://www.allpines.jp/shiraniwa/>



休診日：土曜午後、日曜日、休日、年末年始

但し、急患は日曜、祝日、夜間に限らず応じます

※来院前に必ず連絡してください

### 生駒市立病院

住所：生駒市東生駒1丁目6番地2

アクセス：東生駒駅より徒歩3分

代表電話番号：0743-72-1111

診察時間：月曜日～土曜日 午前9時～12時

午後診療の有無や時間は診療科によって異なります

<https://ikoma.tokushukai.or.jp/>




休診日：土曜午後、日曜日、休日、年末年始

救急外来は年中無休24時間診療を行っています

※来院前に必ず電話してください

**(3) 医療機関検索・多言語問診票検索**

以下のウェブサイトから病院を検索したり、英語やその他の言語での問診票を入手することができます。

奈良医療情報ネット <http://www.qq.pref.nara.jp/qq/men/qqtpmenult.aspx> 

多言語医療問診票 <http://www.kifjp.org/medical/> 

日本政府観光局 (JNTO) [http://www.jnto.go.jp/emergency/eng/mi\\_guide.html](http://www.jnto.go.jp/emergency/eng/mi_guide.html) 

**(4) 休日夜間応急診療所****●生駒市の応急診療**

【内科及び小児科】

(一財) 生駒メディカルセンター休日夜間応急診療所

所在地：東新町1番3号セラビーいこま

電話番号：0743-75-0111

※受診前に必ず電話で連絡し、受診してください。

外科系応急診療や診療時間等の詳細は生駒市のホームページよりご確認ください。

URL：<https://www.city.ikoma.lg.jp/0000001801.html> 

生駒市立病院の時間外診療

所在地：生駒市東生駒1丁目6番地2

電話番号：0743-72-1111

※受診をご希望の場合は、必ず事前に電話連絡してください。

【外科・内科系】

5つの病院による輪番病院制で外科系応急診療と内科系応急診療を実施しています。

※当日の担当病院については、自動音声案内（電話番号 0743-74-5600）で確認のうえ、必ず当該病院へ電話で連絡し、受診してください。

**●こども医療電話相談**

(厚生労働省ホームページ・日本語)

<https://www.mhlw.go.jp/topics/2006/10/tp1010-3.html> 

電話番号：#8000（対応言語は日本語のみです）

休日・夜間に子どもの症状にどのように対処したらいいのか、医療機関を受診すべきかなど判断に迷ったときに、看護師、必要に応じて小児科医から適切な対処方法や医療機関受診要否等についてのアドバイスが受けられます。

## 保険

**(1) 学生教育研究災害傷害保険（学研災）及び付帯賠償責任保険（学研賠）**

学研災は、学生が正課・学校行事及びキャンパス内外での課外活動における不慮の災害事故によって傷害を負った場合、保険金の支払いを受けることができる制度です。

学研賠は、学生が正課・学校行事及びその往復途中で、他人にケガをさせたり、他人の財物を損壊したことにより被る法律上の損害賠償を補償する保険です。

保険料は次のとおりです。本学の学生は全員、学研災・学研賠に加入しなければなりません。

期間	1年間	2年間	3年間
学研災	1,000円	1,750円	2,600円
付帯賠償	340円	680円	1,020円
合計	1,340円	2,430円	3,620円

保険についての詳細は以下のウェブサイトを確認してください。

〈学研災〉

<http://www.jees.or.jp/gakkensai/index.htm>



〈学研賠〉

<http://www.jees.or.jp/gakkensai/opt-baisho.htm>



## (2) 外国人留学生向け学研災付帯学生生活総合保険（インバウンド付帯学総）

学研災に加入している学生が任意で加入することができる保険です。正課、学校行事に限らず、全ての傷害事故・病気・ケガ・賠償事故が補償されます。補償範囲の異なるAタイプとBタイプの2つがあります。保険料は相談デスク（futaigakuso.inbound@tmnf.jp）へ各自で確認してください。申込書は、留学生交流係のオフィスにあります。

学研総の事故報告書は以下のウェブサイトからダウンロードが可能です。

<http://www.jees.or.jp/gakkensai/inbound.htm>



〈Aタイプ〉

「賠償事故」「死亡・後遺障害」「病気・ケガ」が補償されます。任意加入ですが、国民健康保険の3割負担の大半が補償されますので、加入することをお勧めします。

1年間	2年間	3年間
11,220円	19,640円	28,070円

〈Bタイプ〉

「賠償事故」「死亡・後遺障害」が補償されます。奈良県では、自転車に乗る場合は、自転車保険（賠償事故）の加入が義務付けられています。自転車に乗るつもりであれば、少なくともBタイプの保険は必ず加入してください。

1年間	2年間	3年間
1,580円	2,770円	3,970円

## (3) その他の保険

事故・急病のため病院で診察・治療を受けた場合は、高額な医療費を請求されます。3か月以上の長期に渡って日本に滞在する場合は、国民健康保険に加入する必要があるため、それにより医療費負担が大幅に軽減されますが、国民健康保険に加入できない場合は、渡日前に医療費の負担を軽くする海外旅行傷害保険に加入することをお勧めします。ただし、海外旅行傷害保険が適用されない病気（既往症・慢性疾患・歯科治療など）やケガもありますので、加入する際は約款をよく読んでおく必要があります。

# 出産と育児

## 出産

### (1) 妊娠と出産

医療機関を受診し妊娠が確定したら、市役所に届け出ることにより母子健康手帳が交付されます。この手帳は、妊娠・出産・育児に関する一貫した健康記録であり、かつ妊娠と乳幼児養育に関する行政情報、保健・育児情報が記載されています。この手帳の交付時に保健指導や心配事などの相談窓口に関して案内があります。また、妊娠してから出産するまで定期的に産院に通い健康診査をする際に一部を公費負担してくれる助成券も同時に受け取ることができます。外国人の場合も、在留カードを保有し居住地を届け出ていると、これらの支援が受けられます。

出産にかかる費用に医療保険は適用されませんが、被保険者には出産育児一時金(最大約50万円)が支給されます。(通院している婦人科で手続きを行います。)産院によって金額は異なりますが、自己負担額は約5万～15万円かかる人が多いようです。自己負担が発生する理由には、分娩費用だけではなく、個室料金や予定せぬ延泊、出産方法の変更(自然分娩から帝王切開へ、無痛分娩)などがあります。

### (2) 子どもが生まれたとき(各種手続)

#### ①市役所での手続

##### 〈出生届〉

生まれた日を含め14日以内に出生届を市役所へ提出します。手続きには、出生届、出生証明書(出産した産科病院・助産院で発行)、母子健康手帳が必要となります。その際、ご自身でお子さんの氏名を出生届に記入しますが、日本の様式では姓・名の順番で登録されます。その情報を元に在留カードやパスポートも発行されますので、表記したい名前の順番で(姓と名が希望する順序の逆にならないように気を付けて)出生届に記入するようにしてください。基本的に戸籍登録が完了した後の訂正は認められません。

##### 〈国民健康保険への加入〉

生まれた子どもの国民健康保険への加入手続を行ってください。

##### 〈こども医療費助成制度〉

出生したときから高校生(18歳に達する日以降の最初の3月31日までの間にある人)までを対象に、病院にかかったときの自己負担金を助成しています。(県外で受診した場合、後日申請する必要があります。)

##### 〈児童手当〉

中学校卒業までの子供に対し、年3回児童手当が支給されます。出生時は市役所で手続きしますが、2年目以降は市役所から郵送で現況届が送られてきた場合、記入の上、提出してください。

所得上限限度額を上回る場合、手当は支給されません。所得が下回った時に改めて申請が必要となります。

#### ②入国管理局での手続

生まれた子どもが60日を越えて日本に滞在する場合は、出生の日から30日以内に入国管理局へ申請してください。手続きには、在留資格取得許可申請書、出生届受理証明書(市役所で発行)、両親の在留カード及びパスポート、生まれた子どものパスポート、住民票(全員分)、在学証明書及び財政証明書が必要です。

#### ③大使館・領事館・代表処での手続

それぞれの国、地域の在日大使館・領事館または代表処でパスポートの申請をしてください。なお、申請に必要な書類はあらかじめ各領事館等へ問い合わせてください。

## 育児

### (1) 子どもの予防接種

感染症の予防を目的として行う予防接種には、法律に基づいて市区町村が主体となって実施する「定期接種（無料）」と、希望者が各自で受ける「任意接種（自己負担）」があります。外国人の場合も住民登録をしていれば、公費で接種が受けられます。英訳された接種履歴を持参すると、日本で受けるワクチンの種類や接種時期、順番を決めるときスムーズです。また、不明点や懸念事項があれば接種前に必ず医師に相談しましょう。

予防接種の対象となる病気：

ポリオ、ジフテリア・百日せき・破傷風（DPT）、はしか、風疹、日本脳炎、結核、肺炎球菌感染症、Hib 感染症、水痘、子宮頸ガン、B型肝炎、ロタウイルス感染症

なお、予防接種時期や予防接種対象年齢等については、母子手帳や市の広報紙・ホームページを確認するか、市役所に直接確認してください。

### (2) 子どもの教育

#### ① 学校制度

就学前教育として、多くの子どもは3歳頃から幼稚園に通います。その後は義務教育として、満6歳から満15歳までは小学校・中学校、又は特別支援学校で学ぶことになります。

小学校では満6歳から満12歳までの子どもに対し、中学校では満12歳から満15歳までの子どもに対して教育が行われます。その後、3年間の高等学校における教育があります。高等学校教育は義務教育ではありませんが、中学卒業後に9割以上が進学します。日本の学年は、4月1日に始まり、翌年3月31日に終わります。障害のある子どもについては、子ども一人一人の教育的ニーズに対応した教育を行う「特別支援教育」が行われます。具体的には、特別支援学校で行われたり、小学校・中学校には特別支援学級が置かれています。

#### ② 幼稚園・保育園・こども園

就学前の子どもの教育・保育施設には、前述の幼稚園のほかに保育園があります。保育時間や入園条件等は異なりますが、どちらも集団生活の中で子どもの成長を促すことを目的とする、就学前の通園施設です。また、幼稚園と保育園の機能を併せ持った「こども園」もあります。

### 〈幼稚園〉

小学校入学前の3歳から5歳（クラス年齢（4月1日現在の年齢）で決まります）の子どもは、幼稚園に通うことができます。保育時間は4～6時間程度で、春休み、夏休み、冬休みがあります。認定を受けた子どもの幼稚園保育料・入園料、「保育の必要性」が認定された子どもの預かり保育料、認可外保育施設利用料は無償化されていますが、食材料費や行事費などは無償化の対象外となります。入園手続きについては各幼稚園へ直接お問合せください。

#### [本学周辺の幼稚園]

私立	奈良佐保短期大学附属 生駒幼稚園	生駒市鹿ノ台南 2-12	Tel : 0743-78-4555
	白庭台幼稚園	奈良県生駒市白庭台 2丁目 1-1	Tel : 0743-85-5533

### 〈保育園〉

保護者が学生であったり、働いていたり（週3日・月64時間以上）病気にかかっていたりして、昼間家庭で保育することができない家庭の子供は、その居住地の市内にある保育園に通うことができます。対象年齢は0歳から5歳の子供です。保育時間は8時間程度で、年末年始や休日以外は通うことができます。申し込みの際、昼間家庭で保育することができない理由について証明する必要があります。なお、保育料に関して、3歳から5歳までは無償化されましたが、0歳から2歳は保護者の所得により決定されます。（第2子以降は無償。）入園手続きや書類提出、問い合わせ先は市役所の担当窓口となります。

保育園の入園については希望者が多くいるため、必ずしも希望通りに入園できるとは限りません。入園日は毎月1日です。入園申請の締切は、入園希望月の前月10日（土・日・祝日の場合は前日）で、市役所へ必要書類を提出します。ただし、日本の年度初めである4月1日入園については、一斉入所となり申請締切は前年の10月～11月上旬になりますので気を付けてください。子どもを来日させる場合は、前もって計画を立ててください。

#### [本学周辺の保育園]

きたやまと保育園	生駒市北大和 1-23-1	Tel : 0743-85-4685
にじ保育園	生駒市白庭台 6丁目 12-1	Tel : 0743-71-3399
鹿ノ台佐保保育園	生駒市鹿ノ台北 2-2-6	Tel : 0743-78-3973
奈良先端大 咲いてく保育園	奈良県生駒市高山町 8916-5 「ゲストハウスせんたん」内 1階	Tel : 0743-72-3179

\* 本学周辺の幼稚園・保育園の地図は Appendix を参照。

### 〈こども園〉

こども園とは、幼稚園の教育と保育園の保育の双方の機能を合わせもつ施設です。

#### [本学周辺のこども園]

たかやまこども園	生駒市高山町 12595-2	Tel : 0743-78-0161
生駒ピュアこども園	生駒市鹿畑町 3013	Tel : 0743-70-0885
はな保育園	生駒市上町 2576-2	Tel : 0743-71-0419
うみ保育園	生駒市白庭台 4-10-5	Tel : 0743-70-0419
もり保育園	生駒市上町 3305-1	Tel : 0743-78-0419

### ③小学校・中学校

公立小中学校は、居住地ごとに決められています。公立小学校、公立中学校の入校手続きについては、居住地の教育委員会までお問合せください。また、国立、私立の小学校、中学校の入校手続きについては、直接学校にお問合せください。国公立小学校、中学校を問わず、入学手続きの時は親と子どもの在留カードとパスポートが必要になります。

国公立小中学校では、授業料や教科書代は不要ですが、給食費や教材費は必要です。

### 〈就学援助制度〉

就学援助制度とは、学校教育法により、「経済的な理由により就学が困難と認められる学齢児童、学齢生徒の保護者に対し、市町村が必要な経費の一部を援助する制度」です。具体的には、小学校、中学校で必要な学用品、教科書代や給食費、修学旅行費など、学校に通わせる際に必要となる経費が、市町村から全額又は一部支給されます。就学援助制度の対象になるのは、生活保護世帯や住民税非課税世帯のほかに、市町村が独自に定めた所得基準限度額を下回る世帯が対象になります。

#### 申請書提出先

持参の場合：小学校・中学校の担任又は学校事務室

自治体の教育委員会学務課

郵送の場合：自治体の教育委員会学務課

### ④高等学校

高等学校には公立・私立・国立があり、学力に合う学校を志望校として入学前に入学願書を提出し、入学試験に合格すれば入学することができます。

ただし、外国人が正規学生として入学するにはネイティブレベルの日本語能力が必要であること、また、外国人を正規学生として受け入れていない学校もあるため、外国人の入学は簡単ではありません。また、出願できる場合であっても出願方法が通常とは異なるため、以下の教育委員会学校教育課に確認してください。

### 〈奈良県教育委員会学校教育課〉

Tel : 0742-22-1101 <http://www.pref.nara.jp/11935.htm>



# 緊急時の対応

## 緊急事態発生時

犯罪・交通事故などに遭った場合……警察に連絡 **Tel : 110**

110 番に通報する場合、場所と何が起こったかなどを明確に伝えてください。また、交番が近くにある場合は警察官を呼びに行ってください。

消防車や救急車を呼ぶ場合……………消防署へ連絡 **Tel : 119**

119 番に通報する場合、場所や状況などを明確に伝えてください。また、火事の場合は、近くに火災報知器があればボタンを押して非常ベルを鳴らし、可能なら初期消火を行ってください。

110 番や 119 番への通報は無料です。公衆電話の場合は、緊急用ボタン（赤いボタン）があればそれを押してからダイヤルしてください。夜間に寮電話から通報する場合は、防災センターへ連絡してください。（内線：5048）

その他緊急時（地震・歯痛など）……ワールドヘルプライン **Tel : 0570-000-911**

日本で唯一の非営利 24 時間緊急時対応サービスです。通話料がかかります。

<https://jhelp.com/help/>（英語サイト）



### 学内への連絡に関して

事故・災害が学内で発生した場合は、上述の警察または消防署に連絡後、以下の学内緊急連絡先にも連絡してください。

国際課：内線 5909（平日 8:30～17:15）

または

防災センター：内線 5048（上記の時間以外）

### Safety Tips（外国人旅行者向け災害情報を提供するアプリ）

自然災害の多い日本において、訪日外国人旅行者が安心して旅行できるよう、観光庁が提供を開始した外国人旅行者向け災害時情報提供アプリです。対応言語は 5 言語（英語・中国語（簡体字 / 繁体字）・韓国語・日本語）で、国内における緊急地震速報及び津波警報、気象特別警報、噴火速報をプッシュ型で通知できるほか、周囲の状況に照らした避難行動を示した避難フローチャートや周りの人から情報を取るためのコミュニケーションカード、災害時に必要な情報を収集できるリンク集等を提供しています。

参照：[https://www.mlit.go.jp/kankochoseisaku\\_seido/kihonkeikaku/jizoku\\_kankochi/ankenkakuho/inbound/tool.html](https://www.mlit.go.jp/kankochoseisaku_seido/kihonkeikaku/jizoku_kankochi/ankenkakuho/inbound/tool.html)



## 地震

日本は地震の多い国です。日ごろから最寄りの避難場所がどこか調べておきましょう。また、家具や家電はできるだけ固定しておき、水や非常食などを備蓄しておきましょう。避難が必要な時のためにすぐに持ち出せる非常用バッグ（懐中電灯、常備薬、救急箱、使い捨てトイレ、メガネ、現金、通帳、モバイルバッテリー、乳幼児用品）を準備しておくことで安心です。

揺れを感じたら、ガス機器・ストーブ等を消し、丈夫なテーブルや机の下に身を隠しましょう。

揺れがおさまったら、テレビやラジオ、インターネットなどで正しい情報を収集し、落ち着いて行動しましょう。電話がかかりにくくなるため、110 番や 119 番は緊急の時以外はなるべくかけないでください。



# 教養

## 博物館・美術館

### 〈キャンパスメンバーズ制度〉

本学はキャンパスメンバーズ制度に入会しています。本学学生は学生証を提示することによって、以下の国立博物館および国立美術館の平常展を無料で何度でも観覧でき、特別展も割引料金で見ることができます。

### 【対象館】

<p>奈良国立博物館</p> 	<p>主に仏教に関わる美術・書跡・考古遺品などを展示、秋に正倉院展を開催</p> <p>〒 630-8213 奈良市登大路町 50 番地</p> <p>開館時間：9:30～17:00（土曜日は 20:00 まで）</p> <p>休館日：月曜日（休日の場合はその翌日）、他、臨時に開館時間・休館日を変更する可能性あり</p> <p>Tel：050-5542-8600</p> <p><a href="http://www.narahaku.go.jp/index.html">http://www.narahaku.go.jp/index.html</a></p>
<p>京都国立博物館</p> 	<p>主に京都の文化を中心とした文化財を展示</p> <p>〒 605-0931 京都市東山区茶屋町 527</p> <p>開館時間：9:30～17:00（金曜日は 20:00 まで）</p> <p>休館日：月曜日（休日の場合はその翌日）、他</p> <p>Tel：075-525-2473</p> <p><a href="http://www.kyohaku.go.jp/">http://www.kyohaku.go.jp/</a></p>

## 図書館

<p>国立国会図書館 関西館</p> 	<p>開館時間：9:30～18:00 休館日：日曜日、国民の祝日・休日、年末年始、毎月第三水曜日（資料整理日） Tel：0774-98-1200 アクセス：近鉄学研奈良登美ヶ丘駅から祝園行きバスで「光台一丁目」下車 所在地：京都府相楽郡精華町精華台 8-1-3 貸出は行っていません。殆どの資料は書庫に収納されています。 科学技術関連資料にも力を入れています。 <a href="http://www.ndl.go.jp/jp/service/kansai/index.html">http://www.ndl.go.jp/jp/service/kansai/index.html</a></p>
<p>奈良県立 図書情報館</p> 	<p>開館時間：9:00～20:00 休館日：月曜日（祝日・休日に当たるときは次の平日）、毎月末日（土、日、月曜に当たるときは、その前の平日）、年末年始（12月28日から1月4日まで） Tel：0742-34-2111 アクセス：近鉄新大宮駅から四条大路南町行きバスで「県立図書情報館西口」下車徒歩5分です。 所在地：奈良市大安寺西1丁目1000番地 <a href="http://www.library.pref.nara.jp/">http://www.library.pref.nara.jp/</a></p>
<p>生駒市図書館</p> 	<p>開館時間：火～日・祝 9:30～17:00 休館日：月曜日（祝日は開館）、原則毎月第1金曜日、年末年始、特別整理期間（毎年14日以内） Tel：0743-75-5000 アクセス：近鉄東生駒駅より北へ約8分 所在地：生駒市辻町238（生駒市図書会館内） 生駒市内には他に、北分館・南分館・鹿ノ台図書室があり、開館時間は9:30～17:00です。それぞれの図書館・室で貸し出し、返却できます。 生駒駅前図書室～木田文庫～ &lt;開館時間&gt; 9:30～20:00（火～金）、9:30～17:00（土・日・祝） <a href="http://lib.city.ikoma.lg.jp/">http://lib.city.ikoma.lg.jp/</a></p>
<p>奈良市立 西部図書館</p> 	<p>開館時間：9:30～19:00（児童室は平日17:00まで） 休館日：月曜、年末年始 Tel：0742-45-5669 アクセス：近鉄学園前駅からバスで「鶴舞町6丁目」下車すぐ 所在地：奈良市鶴舞西町1-21 奈良市立図書館は他に中央図書館（奈良駅近く）、北部図書館（高の原駅近く）があります。 <a href="http://library.city.nara.nara.jp/">http://library.city.nara.nara.jp/</a></p>

## 祝日 &amp; イベントカレンダー

## 国民の祝日

元日	1月1日	新年を祝う
成人の日	1月第2月曜日	おとなになったことを自覚し、みずから生き抜こうとする青年を祝いあげます日
建国記念の日	2月11日	日本の建国を祝う
天皇誕生日	2月23日	天皇の誕生日を祝う
春分の日	3月21日前後	自然をたたえ生物をいつくしむ日（昼と夜の時間が同じ）
昭和の日	4月29日	激動の日々を経て、復興を遂げた昭和の時代を顧み、国の将来に思いをいたす
憲法記念日	5月3日	戦後憲法の記念日
みどりの日	5月4日	自然に親しむとともにその恩恵に感謝し、豊かな心をはぐくむ日
こどもの日	5月5日	子どもの健康と成長を祝う日
海の日	7月第3月曜日	海の恵みに感謝する
山の日	8月11日	山に親しむ機会を得て、山の恩恵に感謝する
敬老の日	9月第3月曜日	お年寄りのこれまでの社会貢献に感謝し、長寿を祈る
秋分の日	9月23日前後	先祖の霊を敬い、故人を偲ぶ（昼と夜の時間が同じ）
スポーツの日	10月第2月曜日	スポーツに親しみ、心身の健康を促進する
文化の日	11月3日	自由と平和を尊重し、活性化を図る
勤労感謝の日	11月23日	勤労を尊び、生産を祝い、国民が互いに感謝しあう

\* 網掛け部分はゴールデンウィーク

## 奈良の祭り・イベント

若草山の山焼き	1月第4土曜日	若草山（近鉄奈良駅から徒歩20分）
修二会（お水取り）	3月1日～14日	東大寺二月堂（近鉄奈良駅から徒歩10分）
大茶盛	4月第2土日	西大寺（近鉄大和西大寺駅から徒歩5分）
三枝祭（ゆり祭）	6月17日	率川神社（近鉄奈良駅から南へ徒歩5分）
奈良燈花会	8月5日～14日 (年によって異なるが約10日間)	春日野園地・浮雲園地・浅茅が原・浮見堂・猿沢池 / 五十二段・薨・興福寺・奈良国立博物館前・東大寺・春日大社
万燈籠	8月14日～15日	春日大社（近鉄奈良駅からバス 春日大社本殿下車）
大文字送り火	8月15日	高円山（近鉄奈良駅からバス 春日大社参道下車）
鹿の角きり	10月の三連休	奈良公園 鹿苑（近鉄奈良からバス 春日大社参道下車徒歩10分）
春日若宮おん祭り	12月15日～18日	春日大社（近鉄奈良駅からバス 春日大社本殿下車）

# その他

## カルチャーショック

「カルチャーショック」は誰にでも起こりうるものです。生まれ育ったものとは全く異なる文化や環境の中で、不安を感じたり、混乱したり、どうしていいかわからないような気持ちになることがあります。そのような時は、一人で悩まず、周囲に手助けを求めましょう。

### 〈アドバイス〉

- カルチャーショックは誰もが経験することだと認識しましょう。
- 本国にいる家族や友人と連絡を取り合しましょう。
- バランスの良い食生活や、定期的な運動、十分な睡眠を心がけましょう。
- 自分の気持ちを誰かに話してみましょう。
- 新しい目標を立ててみましょう。
- 日本語を学んでみましょう。
- 同じような状況で他の人がどのように対応するか観察しましょう。
- いつもユーモアを忘れないようにしましょう。

### 〈日本で生活するうえで知っておくと良い日本文化〉

#### 【日本人によく見られる傾向】

- 集団での行動を好む傾向がある
- 周りの意見を聞いて行動することがある
- 目立つことを避ける（ことわざ：「出る杭は打たれる」）
- あまり感情を表に出さない
- 英語を話すことを恥ずかしがる（間違うことを恥ずかしがる。また、そのために外国人から見ると、シャイでおとなしく見える。）

#### 【他人との関係】

- 親しくなるまでに時間を要することがある
- 相手への配慮から、遠回しな言いまわしをすることがある（意見の衝突を避けたい）
- 礼儀として社交辞令を言うことがある
- 挨拶は通常、軽い会釈やお辞儀をし、握手は相手に求められれば行う
- 職場ではハグをしたりボディータッチをすることはあまりない
- 人によって、外国人に対し特有のイメージを持っている（固定概念）
- 旅行をしたりするとお土産を渡す習慣があるが、お返しする必要はない

#### 【普段の生活において】

- 順番待ちをするときは整列する（列への割り込みはマナー違反）
- 熱い飲み物や麺類（ラーメン・そば・うどん等）は音を立ててすすむ。食事中に器を持つことは失礼ではない
- 時間を守ることは礼儀であると考え
- マナーやルールを大切にする

# 帰国する際の手続

## 学内での手続

### ●学生宿舎退去手続

退去届けを必ず提出し、部屋の退去点検を受けてください。

※退去手続きの詳細については、留学生交流係からお知らせします。

### ●学籍上の手続（成績証明書や学位取得証明書の発行など）

帰国後必要になる場合がありますので、証明書類を前もって申請しておいてください。

### ●帰国後の連絡先の届出

「奈良先端科学技術大学院大学修了等留学生名簿」を記入し提出してください。帰国後に大学から連絡をする際、必要となります。また、帰国後に連絡先が変更になった場合は、留学生交流係へ連絡してください。

## 学外での手続

### ●光熱水料（ガス）

ガス閉栓手続きをし、最終分を精算してください。

### ●国民健康保険の脱退手続きと保険証または資格確認書の返還

帰国前に市役所にて手続きを行い、必ず保険証または資格確認書を返還してください。未納分を精算し、過払い分がある場合は返還されます。

### ●在留カードの返納

出国時に空港の入国管理官に必ず返納してください。

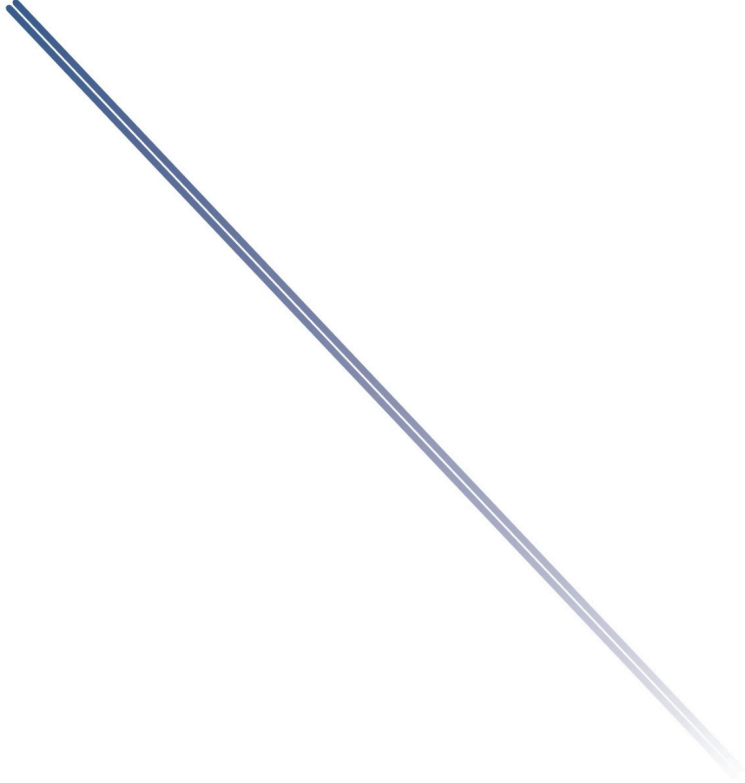
### ●金融機関口座の解約

帰国前に、学生宿舎の寮費や光熱水料等の自動引き落としが完了したことを確認したうえで、金融機関で口座解約の手続きをしてください。

### ●子どもの学校関係手続

帰国が決まれば前もって学校に連絡をし、市役所で必要な手続きを行ってください。

# 資料 Appendix



## 旅行（一時帰国）届 Notice of Absence from Japan

領域名 Graduate School/ Division	学籍番号 ID#		氏名 name	
I・S・BS・MS				
旅行先 Destination	国・地域 Country		市・地区 City	
旅行期間 Term of Absence	From 年 月 日 (yyyy) (mm) (dd)		to ~ 年 月 日 (yyyy) (mm) (dd)	
用件 Purpose				
行程 Travel itinerary				
現地連絡先 How to contact you outside Japan	住所 Address  TEL E-mail			
指導教員の同意 Supervisor's consent	指導教員に一時帰国することを説明して、了解を得ましたか？ Did you get your supervisor's consent regarding your leave?  YES NO			

\* 一時的に日本を出国する際は事前に留学生交流係へ提出してください。

Please submit this report to the International Student Affairs Section before you leave Japan.

[ryugaku@ad.naist.jp](mailto:ryugaku@ad.naist.jp) ext. 5087

# Western and Japanese Calendar Reference Chart

## 西曆／和曆比較表

Western year	Japanese era	Japanese year
2035	Reiwa (令和)	17
2034		16
2033		15
2032		14
2031		13
2030		12
2029		11
2028		10
2027		9
2026		8
2025		7
2024		6
2023		5
2022		4
2021		3
2020		2
2019		1
2018	Heisei (平成)	31
2017		30
2016		29
2015		28
2014		27
2013		26
2012		25
2011		24
2010		23
2009		22
2008		21
2007		20

Western year	Japanese era	Japanese year
2006	Heisei (平成)	18
2005		17
2004		16
2003		15
2002		14
2001		13
2000		12
1999		11
1998		10
1997		9
1996		8
1995		7
1994		6
1993		5
1992		4
1991		3
1990		2
1989	Shōwa (昭和)	1
1988		64
1987		63
1986		62
1985		61
1984		60
1983		59
1982		58
1981		57
1980		56
1979		55
1978		54

## City Hall and Branch / 市役所・出張所

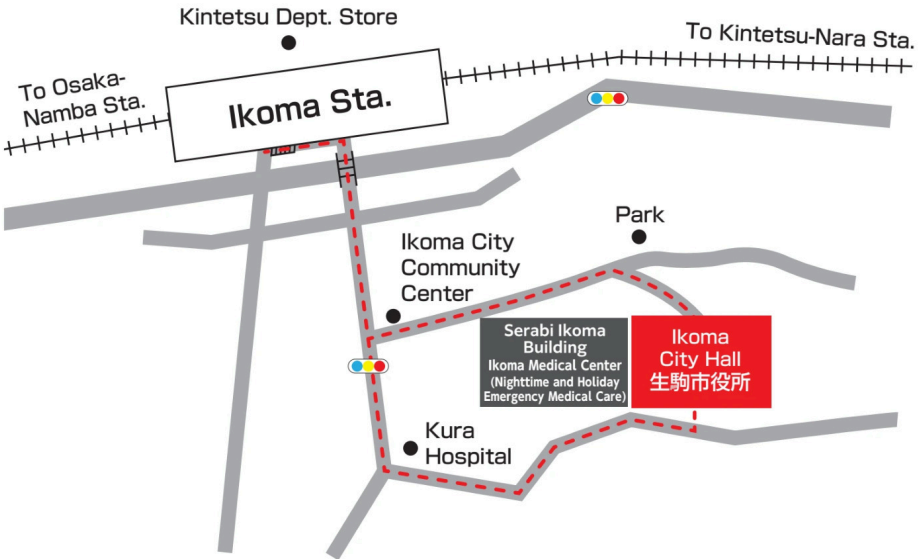
### Ikoma City Hall / 生駒市役所 (Serabi Ikoma/ セラビー生駒)

Address: 8-38 Higashishinmachi, Ikoma City

Phone: 0743-74-1111

Hours: Monday - Friday (except holidays and 12/29 - 1/3) 8:30 - 17:15

Access: A 6-minute walk from Ikoma Station.



### \* Ikoma Citizen's Service Desks

Copies of certificates of residence, certificates of resident registration, and seal registration certificates can be issued at the Ikoma Citizen's Service Desks of the following two facilities.

#### Shikanodai Fureai Hall / 鹿ノ台ふれあいホール

Address: 2-3-3 Sikanodai Minami, Ikoma City

Phone: 0743-78-7966

Hours: Tuesday - Friday, Saturday, Sunday (except holidays and 12/27 - 1/5)

9:00 - 17:00

Access: From Gakken-Nara-Tomigaoka Station, take a bus and get off at Shikanodai-Higashi-2 Chome bus stop

#### Kita Community Center ISTA Habataki / 北コミュニティセンター ISTA はばたき

Address: 1543 Kami machi, Ikoma City

Phone: 0743-71-3331

Hours: Tuesday - Friday, Saturday, Sunday (except holidays and 12/27 - 1/5)

9:00 - 17:00

Access: From Gakken-Kita-Ikoma Station, take a bus and get off at Mayumibashi bus stop

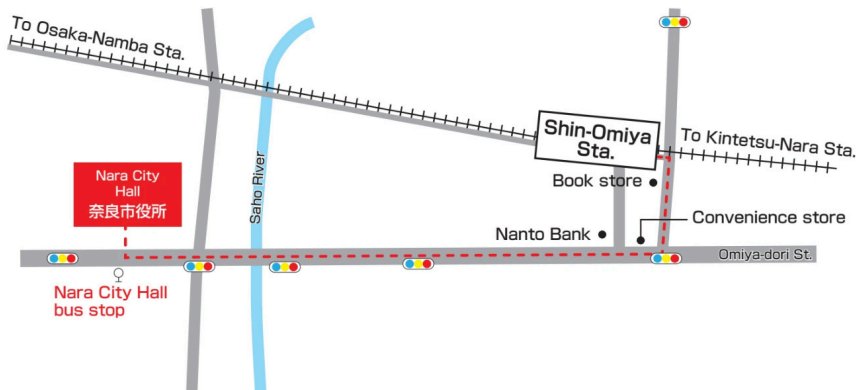
## Nara City Hall / 奈良市役所

Address: 1-1-1 Nijo Oji Minami, Nara City

Phone: 0742-36-4894

Hours: Monday - Friday (except holidays and 12/29 - 1/3) 8:30 - 17:15

Access: A 10-minute walk from Shin-Omiya Station, or take a bus from the station and get off at Nara City Hall (Nara-sicho-mae) bus stop.



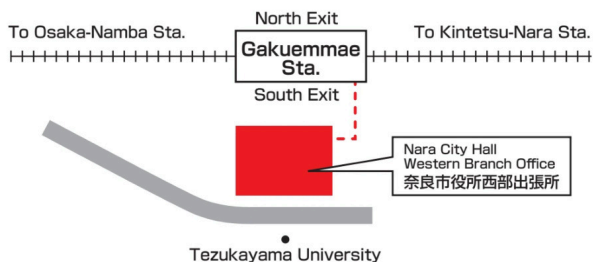
## Nara City Hall Western Branch Office / 奈良市役所西部出張所

Address: 3-1-5 Gakuenminami, Nara City (2nd floor of the west hall)

Phone: General Affairs Division: 0742-44-1005 / Citizens' Affairs Division: 0742-44-1001

Hours: Monday - Friday (except holidays and 12/29 - 1/3) 8:30 - 17:15

Access: In front of Gakuenmae Station (South exit side).



## Immigration Offices / 出入国在留管理局

### Osaka Regional Immigration Bureau / 大阪出入国在留管理局

Address: 1-29-53 Nankou Kita, Suminoe-ku, Osaka City, Osaka

Phone: 06-4703-2100

Hours: 9:00 - 16:00 (except Saturdays, Sundays, holidays)

Access: A short walk from exit 3 of Cosmosquare station. (One train from Gakken-Kita-Ikoma Station.)



### Osaka Regional Immigration Bureau Nara Branch Office / 大阪出入国在留管理局奈良出張所

Address: 3-4-1 Higashikideracho, Dai-ni Houmu Sogo Chosha, Nara City

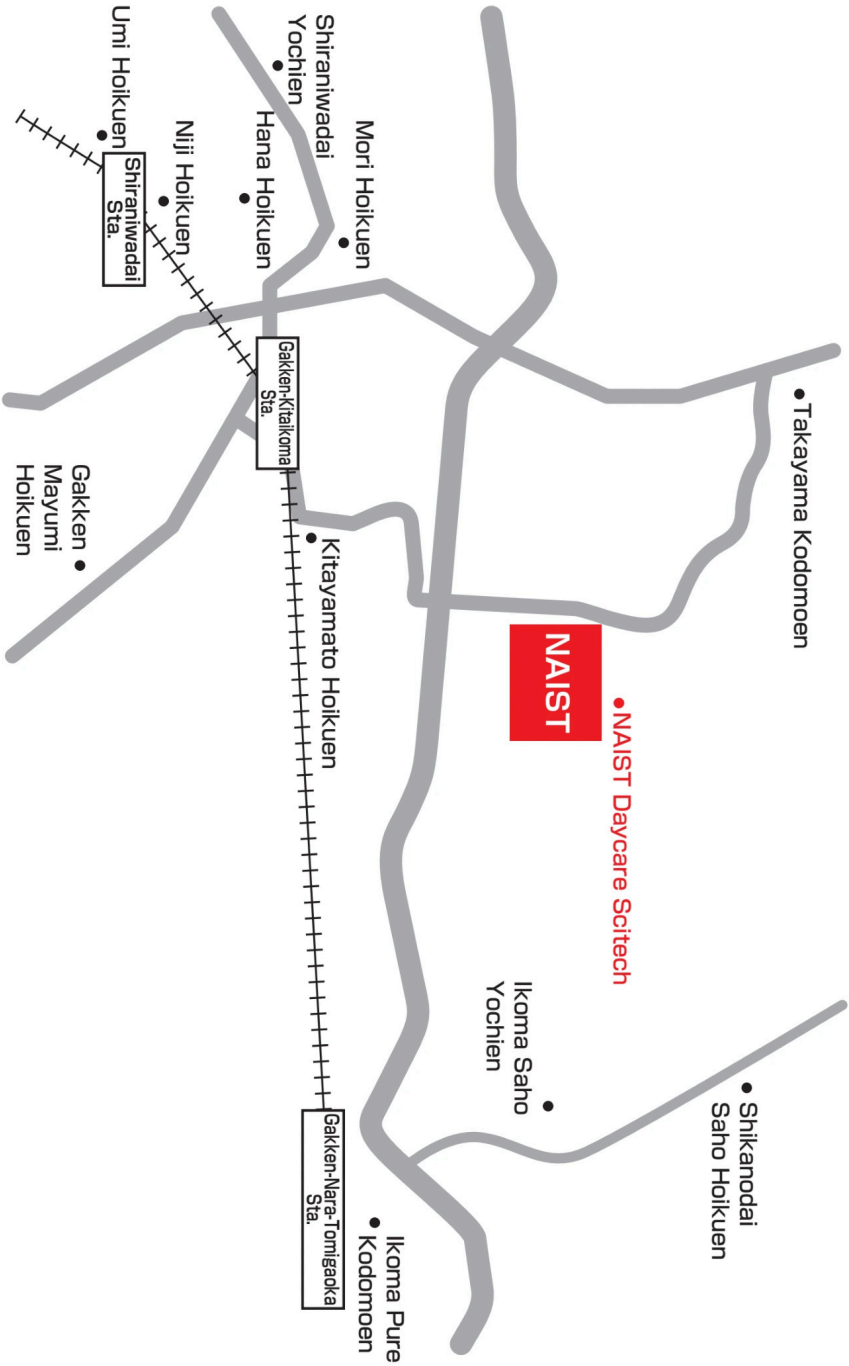
Phone: 0742-23-6501

Hours: 9:00 - 12:00, 13:00 - 16:00 (except Saturdays, Sundays, holidays)

Access: From Kintetsu Nara station, 1) Take a Nara City Loop Line bus and get off at Takabatake-cho bus stop. A 5-minute walk from the bus stop. (The loop line bus also departs from JR Nara station.) or 2) Take a Nara Kotsu bus and get off at Takabatake Jutaku bus stop. A 3-minute walk from the bus stop.

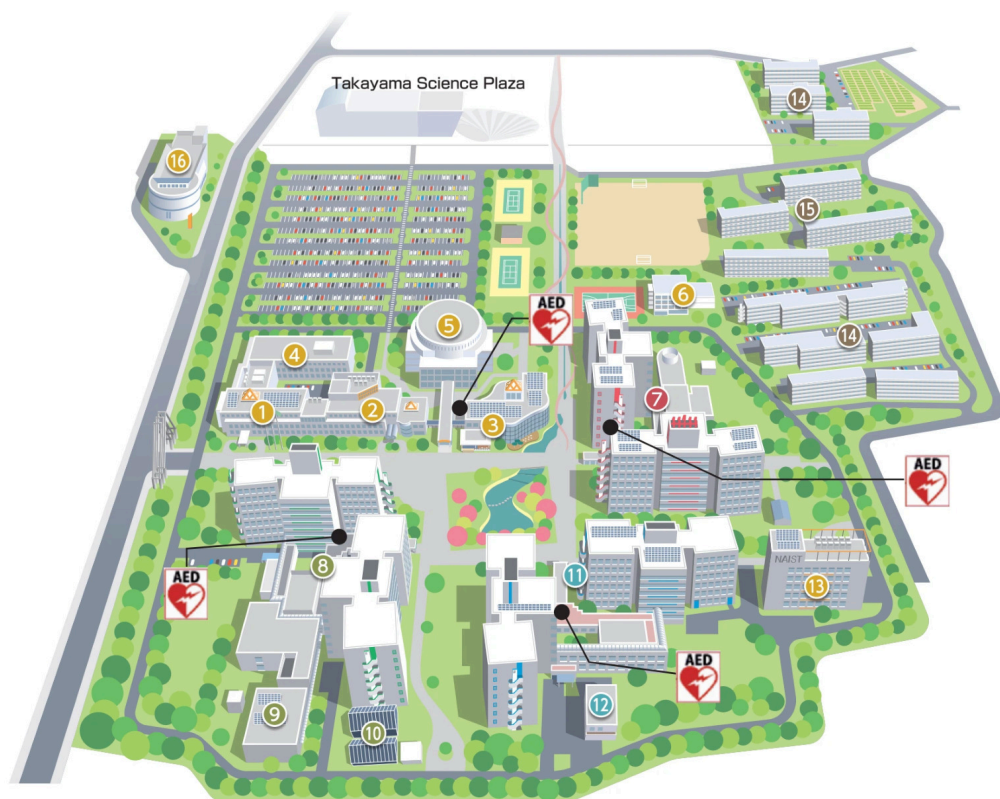


# Kindergartens and Day Nurseries near NAIST / 大学周辺の幼稚園・保育園・こども園





## Campus Map / キャンパスマップ



- ① Administration Bureau
- ② Library
- ③ University Union / Health Care Center / Convenience Store
- ④ Interdisciplinary Frontier Research Complex No. 2
- ⑤ Millennium Hall
- ⑥ Guesthouse Sentan (NAIST Daycare Scitech)
- ⑦ Information Science Complex / Information Initiative Center
- ⑧ Biological Science Complex / Research and Education Center for Genetic Information
- ⑨ Animal Experimentation Facility
- ⑩ Botanical Greenhouses
- ⑪ Materials Science Complex / Research and Education Center for Materials Science
- ⑫ Bio Nano Process Laboratory
- ⑬ Interdisciplinary Frontier Research Complex No. 1
- ⑭ Student Dormitories
- ⑮ Staff Residences
- ⑯ Administration Bureau Annex

