

福島大学では、留学生の皆様が日本での生活にて知っておくべきことを本ガイドブックにまとめました。必ず目をとおしてください。また、わからないことがありましたらいつでも国際交流センターまで相談に来てください。

1. 国際交流センター (Fukushima University International Center 略称: FUIC)

国際交流センターでは、留学生から生活や学習についての相談を受け付けます。奨学金や、在留資格、地域のイベント等についての案内や手続きを行います。大学での生活で分からないことを解消し、留学生活が充実したものとなるようサポートします。チューターや留学生のための日本語補講の申込受付も行っています。

大学生活で分からないことがあったら、国際交流センターへお問い合わせください。留学生はより充実した学生生活を送ることができるようサポートします。

国際交流センターでは、みなさんが留学や語学検定試験受験をする際に参考となる図書や、留学生が日本語や日本文化を学ぶための図書、英文書籍を閲覧することができます！

【利用時間】

平日 9:00~12:30, 13:30~17:00

【電話】 024-503-3067

【FAX】 024-503-3068

【E-mail】 ryugaku@adb.fukushima-u.ac.jp

(1) チューター、サポーター

入学当初の留学生に対し、早く大学生活に慣れ、効率よく学習や研究が行なえるようにチューター(生活上、学習上のサポートをする補助者)をつけることができます。チューターは、日本語や修学上の問題、日

常生活の問題等について、個別に助言を行います。チューターを希望する方は、国際交流センターに申し込んでください。

また、留学生の修学・生活全般の相談等に対し、在学生在が短期的なサポートを行うサポーター制度もあります。

(2) 日本語補講

大学で学ぶために必要な日本語能力を習得するため、夏季・冬季休業期間を除く4月から毎週水曜日午後、希望者に無料で日本語の授業を行います。

奨学金・授業料

1. 私費留学生のための奨学金

私費外国人留学生に対する奨学金は、学業成績及び人物等の諸条件に基づいて採用選考が行われています。募集は、その都度留学生掲示板及び大学HPでお知らせします。

2. 授業料・授業料免除

学類及び大学院の学生で授業料を支払うことが困難な者は、授業料を免除されることがあります。ただし、研究生・聴講生・科目等履修生には、授業料免除制度はありません。詳細については、国際交流センターまで問い合わせて下さい。

2. 留学生の宿舎

留学生用の宿舎として、国際交流会館、学生寮、野田住宅があります。その他、自分でアパートを借りて住んでいる留学生もたくさんいます。

(1) 国際交流会館

福島大学国際交流会館は、福島大学の外国人留学生・研究者のための居住施設として福島市舟場町に設置されており、生活用品を買い足せばすぐに生活できるようになっています。

会館は初めて福島に来た留学生を優先的に入居させ、福島での生活に早く慣れてもらうように配慮しています。入居期間は、原則1年間です。

【寄送料月額】【部屋数】

| | | |
|-----|----------|------|
| 単身室 | 5,900 円 | 38 室 |
| 夫婦室 | 11,900 円 | 5 室 |
| 家族室 | 14,200 円 | 2 室 |



(2) 学生寮

本学の構内に男子寮2棟、女子寮1棟の学寮があり、全室洋式の個室になっています。施設の概要は下表のとおりです。なお、居室には電気パネルヒーター、スチール机、ベッド、本棚などが備え付けられています。留学生枠は日本人の5%、全体で25名までとなっています。

| 【寮名】 | 【寄送料月額】 | 【備考】 |
|------|---------|-------|
| 如月寮 | 4,300 円 | 男子学生用 |
| 信夫寮 | 4,300 円 | 男子学生用 |
| 葵寮 | 4,300 円 | 女子学生用 |



(3) 野田住宅

福島大学では、職員宿舎（野田住宅）に留学生宿舎を5室用意しております。複数人数（2名又は3名）の同性で入居することが条件です。入居期間は原則1年です。入居対象者は、2年次生以上で、日本の生活様式に合わせるができることができる留学生が対象となります。寄送料月額は4,000円です。



(4) アパート等

大学生協や不動産会社でアパートの斡旋を行っています。アパートは、台所、風呂、トイレ付きで月額35,000～45,000円程度です。家具、調度品等はありませんので、自分で購入しなければなりません。アパートを借りる際は、毎月の家賃の他、権利金（礼金）、敷金などの一時金を払うのが一般的です。一時金の額は、おおむね毎月の家賃の4カ月分が相場です。

3. 在留資格・居住地登録等

(1) 居住地登録

市役所で行う
手続きです



福島での住所が決まったら、パスポート、写真（4.5 cm×3.5 cm）2枚、在留カードを持参し、市役所・市民課で居住地の届け出をしてください。

住所、氏名、在留資格、在留期間等の変更があった場合は、14日以内に市役所に届け出て下さい。

(2) 国民健康保険加入

在留期間3ヶ月以上の外国人は「国民健康保険」に加入しなければなりません。この保険に加入することにより、医療費の負担は3割で済みます。保険に加入するには掛け金が必要ですが、大きな病気や怪我で入院した場合などには大変有利です。加入手続きは、市役所・国保年金課に相談ください。

（福島市役所）

〒960-8601 福島市五老内町3番1号

【電話】 024-535-1111

【FAX】 024-535-7311

<<参考>> 福島市HP

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

(3) 在留資格の変更・更新



入国管理局で行う手
続きです

留学生が学習・研究を修了して日本国内

に就職する場合、あるいは留学生等の家族として入国したが、新たに大学へ入学する場合等は、入国管理局に申請して在留資格の変更をしなければなりません。

また、在留期間を越えて在学する場合は、延長手続きをしなければなりません。延長が許可されたら、忘れずに市役所で在留期限の変更手続きをして下さい。

（国際交流センター在留資格関係手続き）

http://kokusai.adb.fukushima-u.ac.jp/c_ryugaku-01.html

（手続場所①）

仙台入国管理局郡山出張所

郡山市希望が丘31-26 郡山第2法務総合庁舎1階

【TEL】 024-962-7221

（手続場所②）

仙台入国管理局

仙台市宮城野区五輪1-3-20 仙台第二地方法務合同庁舎内

【TEL】 022-256-6076

【重要】 入国管理局取次ぎ申請業務

国際交流センターでは在留資格更新等手続きの取次ぎ業務を行っております。申し込みは毎月20日までです。

4. 預金口座の開設、公共サービスの利用

(1) 預金口座の開設

郵便局や銀行で普通預金口座を開設すると、預金、送金、公共料金の自動引き落とし、クレジットカードの代金支払い等ができます。

一般的な必要書類（銀行・郵便局により異なる）

- パスポート
- 住民票または国民健康保険証
- 印鑑
- 入金用現金

(2) 公共サービスの利用

公共サービス（電気、ガス、水道）を使用するためには、事前に手続きをする必要があります。大家さんまたは不動産業者に問い合わせてから手続きしてください。

<<参考>> 東北電力（株）

TEL：0120-175-266

<http://www.tohoku-epco.co.jp/>

<<参考>> 福島ガス

TEL：024-534-2176

<http://www.f-gas.co.jp/category/move>

<<参考>> 福島市水道局

TEL：024-526-0735

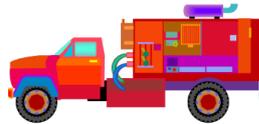
<http://www.city.fukushima.fukushima.jp/suidou/benri/move/index.html>

(3) 携帯電話

街の携帯電話販売店で申込みます。必要書類は、店によって異なりますが、通常は、住民票、パスポート、学生証、国民健康保険証、預金通帳などが必要とされます。

(4) 緊急事態

急な病気やおおけが、おおやけどをしたときは、下記の電話番号に連絡をして助けを呼ぶことができます。



急な大けがをしたとき

→ 救急車 電話 119

火事になってしまったら

→ 消防 電話 119

交通事故・犯罪にあったら

→ 警察 電話 110

5. 地域住民の一員として

皆様は学生である一方で、地域に住む住民の一員となります。皆様の生活態度が悪いと、福島大学の信頼を失墜しかねないこともあります。地域住民に迷惑をかけることのないよう、以下の点に注意してください。

(1) 日本の生活習慣 (飲酒・タバコ)

【飲酒・タバコの年齢制限】

日本では、飲酒・タバコは20歳以上の人のみ認められております。



20歳未満はダメ！

(2) 日本の生活習慣 (自動車・バイク免許)

【運転免許証を取得してください】

日本にて自動車またはバイクを運転するときは、日本にて有効な免許証が必要です。(日本の法律に国際免許証は日本では無効である場合があります。)違反した場合は、懲役1年以下または最大30万円の罰金を支払わなければなりません。日本での免許証取得方法は、2種類あります。

【方法1】

- 日本にて運転免許証を取得する
運転免許証の取得については、近くの運転免許センターに問い合わせください。

【方法2】

- 自国の運転免許証を日本で運転できるように切り替える。

[条件 1] 自国の運転免許証期限が切れていないこと

[条件 2] 免許を取得した国で取得後3か月以上居住していること

詳細については近くの運転免許センターに問い合わせください。

<<参考>> 外務省 運転免許

<http://www.mofa.go.jp/mofaj/toko/kaigai/license/index.html>

補足：自動車保険について

自動車・バイクを運転するときには、必ず以下の保険の加入をお願いいたします。

【保険1】自賠責保険

必ず加入しなければならない保険です。交通事故を起こした際の被害者に対する最低限度の保険です。なお、加入手続きしない方の運転は違法です。

【保険2】任意保険

自賠責保険では賄うことのできない損害を補償する保険です。交通事故を起こした場合、通常は、自賠責保険のみでは、十分な補償を得ることができません。損害額が大きい場合、人生を左右することもありますので、必ず加入してください。



(3) 日本の生活習慣 (自転車)

【防犯登録・登録変更】

自転車の運転には、免許は必要ありません。ただし、必ず防犯登録を行いましょ。また、他人から自転車を譲り受けた場合は、防犯登録の登録変更を行いましょ。登録変更はお近くの警察署お問い合わせください。(登録変更には、自転車をあげる人の協力も必要です。)



補足：放置自転車って？

ゴミ捨て場や道端に、自転車が捨てられていることがあります。それらような実際に使っていない自転車を「放置自転車」と呼びます。

なぜそこにあるのかはわかりませんが、自転車は誰かのものです。それを利用すると「窃盗」になり、あなたが自転車泥棒となります。



放置自転車は、誰かが自転車泥棒をして、使った後、捨てた場合があります。いらぬ疑いをもたれないよう、放置自転車を見かけても使用しないでください。

(4) 日本の生活習慣 (騒音)

【近所迷惑とは】

皆様は学生寮や国際交流会館、アパートなどに居住することになります。特にアパートに居住する場合は、地域の方々も一緒に入居しています。パーティー等で夜中に大声を出すことは、「近所迷惑」といい、嫌がられる行為です。このような行為が続くと、新しく入学した留学生がアパートを借りることのできなくなる原因となりますので、このような行為はしないでください。

(5) 日本の生活習慣 (ゴミ捨て)

【ゴミ捨てのルールを守りましょ】

皆さんの住んでいるところによりますが、日本ではゴミを分別し、決められた日に捨てるのが一般的です。分別する種類は大きく分けて以下のようになります。なお、福島市の場合、粗大ゴミは事前に申し込まないと捨てることができません。

【可燃物】燃えるゴミ

例：台所ゴミ、紙くず、木くず、衣類

【不燃物】燃えないゴミ

例：金属、割れたガラス、小型家電

【資源物】リサイクルできるゴミ

例：飲料用缶、飲料用ビン、ペットボトル

【粗大ゴミ】とても大きいゴミ

例：電化製品、家具、乗り物、スキー板

※詳しくは、居住する市町村のホームページで確認ください。



補足：これってなあに？

【問題】これは何でしょうか？



【正解】ゴミ捨て場にあるネット

ゴミ捨て場には、ゴミにかぶせる大きなネットがあります。これは、食品のゴミ(生ゴミ)などが、動物(鳥など)に荒らされないようにするための物です。

皆様もゴミを出す際は、自分のゴミにネットをかぶせてください。

もちろん、ゴミの分別もお忘れなく！

6. 福島大学の学生として

留学生は、日本に親族がないことから、国際交流センターにて定期的に皆様の住居などの情報を取りまとめております。また、皆様が学生としてやらなければいけないことなどを簡単にお伝えいたします。

(5) やらなければいけないこと

【在籍確認】

福島大学では、留学生の皆様が毎年住所や連絡先等の確認（在籍確認）を行っております。この情報は、留学生の皆様への情報提供等に用いるとともに、緊急時に連絡



をすることのできるよう、毎年必ずお願いするものです。

在籍確認は、通常、毎年7月～8月頃実施しております。

【離日届】

福島大学では、留学生の皆様が一時帰国を行う場合に帰国日、再渡日を書面（離日届）にてお知らせいただいております。皆様の留学ビザは、福島大学に在籍していることが前提で発行されており、大学にて皆様の離日状況を確認するため提出いただくものです。

離日届は、原則皆様が帰国する2週間前までに記入し、指導教員のサインをもらった上で提出ください。手続きを行わない場合は、福島大学からの必要な情報が届かなくなる恐れがありますのでご留意ください。



※この2つの手続きは行わない場合、奨学金等の申請に影響することがあります。

(6) やってはいけないこと

【不正行為】

テスト時にはしてはいけないことの総称を「不正行為」といいます。不正行為の例としては、特にしてはいけないこととして、カンニング（人の答案を見る、事前に用意した書類などを、試験の時に見るなど）があります。不正行為が行われた場合は、単位の登録抹消や停学等の極めて厳しい処分が下されます。大学は自身の知的好奇心を満たすための場であることを忘れず、充実した留学生生活を過ごしてください。

【犯罪行為】

万引き（お店等のものを盗む）、盗難（自転車泥棒等）は立派な犯罪です。そのほかにも、してはいけないアルバイトは絶対行わないでください。発覚した場合は、大学から処分が下されるだけでなく、日本の法律によっても裁かれます。



(7) やらなければいけないこと（その他）

【在留資格・資格外活動】

在留資格を取得しています。また、アルバイトをしたい学生は、「資格外活動」を取得しなければなりません。手続きについては、国際交流センターまで問い合わせください。

【在留カード】

日本に居住する外国籍の方は、「在留カード」を取得しなければなりません。手続きについては、居住地の市役所等に問い合わせください。



7. 日本での住居について (アパート契約等)

ここでは、アパートに住む場合に気を付けなければならないことを中心にお伝えいたします。

(1) アパート契約について

【保証人が必要な方】

日本にて、アパートの契約を結ぶ場合は、「連帯保証人」が必要です。福島大学では、一定の条件を満たす留学生に限り、大学が保証人となることとしております。

【条件】

1. 福島市内のアパートであること
2. 契約書に入居者すべての氏名が記載されていること
3. 「2」に記載されるすべての者が留学生住宅総合補償(2年)に加入すること
4. 異性との同居をしないこと
5. 家賃、光熱水費の滞納等をしないこと
6. その他契約書内の内容を守ることができること

手続き全般については、国際交流センターまで問い合わせください。

(2) 留学生住宅総合補償

【保険の説明】

アパート入居に伴う不測の事態に備える保険です。補償範囲は、家屋の損傷、日常生活での事故、旅行中の事故などによる保険金の支払いなど、多くが対象となります。

詳しくは以下の HP を参照の上、国際交流センターにて手続きください。

【JEES 留学生住宅総合保障】

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



(3) 日本のアパートの特徴・注意事項

【変わった特徴】

- ・ 多くの場合入居時に家賃に加え、「敷金(部屋を汚した時の修繕費用)」・「礼金(紹介料)」を請求されます。
- ・ 電気、ガス、水道は個人で契約する場合がほとんどです。
- ・ 多くの場合、備え付け家具等はありません。電化製品に加え、照明器具、ガスレンジ、布団等も各自が準備しなければなりません。



※使うものは各自で準備してください

(4) アパート入居・退去について

【注意事項】 ⚠

- ・ 家賃の期日は必ず守りましょう。(通常は2か月以上の家賃滞納で強制退去となります。)
- ・ 契約書に名前のない人の入居は「契約違反」です。必ず大家さんに知らせ、契約書の変更をしてください。
- ・ ゴミは地域の指定に従い、必ず分別して出してください。
- ・ 夜中の騒音(オーディオ音量、パーティー等)にて住民に迷惑をかけないようにしてください。
- ・ 退去する場合は1カ月前までに意思を大

家さんに伝えるとともに、書面での手続きをしなければなりません。連絡が遅れると、通常より多い家賃を支払わなければならないこととなります。

- ・ 部屋を退去するときには、借りた時のように、何も物がない状態で返却しなければなりません。また、部屋の壁等を破損した場合は、修繕費用を別途支払う必要があります。

以上の内容を守ることができない場合、上記の問題によって不動産業者から大学への連絡が多い場合は、更新契約時に大学にて保証はいたしませんのでご注意ください。

補足：原状回復とは

写真を見てください。これは、本学の留学生が入居していた部屋の退去時の写真です。借りた当初はきれいだった部屋が、いたるところ傷だらけになっています。こういった悪い方が良いか悪いかわ、皆様は判断つきますか？

【壁紙はがれ、床面損傷】



【壁損傷 (ペットによる)】



【床面損傷】



アパートを借りた場合、退去時に部屋を元の状態に戻して返さなければなりません。これを「原状回復」といい、例外なく契約書の中に記載されております。この留学生には、退去時に、¥243,902 の請求が届きました。半期の授業料に近い金額です。

このような事態にならないよう、皆様がアパートの部屋を借りる際は、きれいに使用してください。

<<参考：注意すること>>

- ・ 日本のアパートは、土足禁止です。
(フローリングや畳を損傷すると修繕費用がかかります。)
- ・ 部屋の壁に、大きなシールを貼らないようにしてください。また、画鋏などを多用して壁を損傷しないようにしてください。(壁の損傷による修繕費用がかかります。)
- ・ ペットを飼うことは控えてください。(ペットによる損傷も契約者の責任。)
- ・ キッチン周りはいまめに掃除をしてください。
(汚れが落ちにくくなります。)
- ・ 定期的な換気をお願いいたします。
(湿気によるカビで壁紙交換した事例があります。)
- ・ ガス、電気ストーブ等、火元には十分気を付けてください。(火事は大変重い罪になります。)



8. アルバイトについて

留学生（在留資格「留学」の者）は、学業目的で日本に滞在しております。そのため、アルバイトをするためには別に「資格外活動許可」の資格を取得する必要があります。

(1) 資格外活動許可の取得

【まずは資格を取得】

資格外活動許可申請は、居住地管轄の入国管理局にて行います（福島に住んでいる人は仙台入国管理局（郡山出張所）にて手続き）。必要書類は国際交流センターHPにて確認ください。

なお、大学では、月末に1回入国管理局に行くことから、手続きの代理申請も行っております。国際交流センターからの申請を希望する方は、書類を準備の上、国際交流センターに問い合わせください。



（国際交流センターHP：資格外活動）

http://kokusai.adb.fukushima-u.ac.jp/c_ryugaku-01.html#c05

(2) アルバイトを始める前に

【確認しておくこと】

（学業優先）

学業に支障のないよう、勤務時間に気を付けてください。

（アルバイト時間）

アルバイトのできる時間は1週間に最長28時間（長期休業期間は1日最長8時間）です。（時間を超えると資格外活動違反になります。）



（禁止されているアルバイト）

以下のアルバイトは禁止されています。

- ・ 風俗関係（バー、キャバレー、パチンコ、麻雀店等、関連広報（ティッシュ配り等））
- ・ 社会道徳に反するもの（ねずみ講、マルチ商法等）

※ 風俗営業には、接待飲食等営業（酒類を提供しつつ異性による接客サービスを提供する店）も含まれます。



(3) 責任ある行動を

【福島大学の学生として行動】

アルバイトによるトラブル等により、地域の方に迷惑をかけると、今後本学の学生のアルバイトに支障をきたすことがあります。福島大学の学生であることを自覚してアルバイトをしてください。原則、アルバイトによる怪我等については、大学にて責任を負いかねますので、十分注意してください。

補足：資格外活動違反をすると

資格外活動違反は「不法就労」となり、1年以下の懲役もしくは禁錮または200万円以下の罰金等に加え、**強制退去**の対象ともなります。さらに、資格外活動許可が取り消されることもあります。

詳しくは、入国管理局のHPを参照してください。

当然、大学からの処分対象ともなりますので、絶対に違反しないようお願いします。



9. 自然災害時の対応 (地震)

2011年3月11日に東日本大震災が発生しました。これまでにない地震の規模で、多くの人命が奪われました。

地震は発生の予知が困難ですが、落ち着いて行動できるよう日頃から正しい防災知識と的確な対処を身につけなければなりません。

(1) 自然災害時に気を付けること

【わが身の安全を守る】

地震発生時には、自分の安全確保が最優先です。室内の場合は、机の下に隠れるなど、上からの落下物に気を付けてください。



また、地震が原因で火事が起こることがありますので、火元の確認(ガスの元栓を閉める等)を行ってください。



【非常出口を確保する】

地震では建物のゆがみが生じ、いつも開くドアが開かなくなってしまうことがあります。地震発生時に余裕があれば、ドアを開き、出口確保をお願いいたします。



【室内の場合はあわてて戸外に出ないこと】

あわてて戸外に出ることは、大変危険です。地震の影響で、上から窓ガラスの破片等が落下してくる可能性があります。外に出る際は、十分な注意が必要です。



【海の近くにいる場合】

福島市は、海から離れており、津波の心配はありませんが、旅行等で沿岸部に行くこともあるかと思えます。海沿いで地震にあった



場合は、海からできるだけ遠くに離れた高いところ(高台、建物等)に避難ください。

【余震が続く場合】

建物が大きく壊れている場合は、建物に近づかないように気を付けてください。また、近くの避難所等に行くことをお勧めします。



【電話は使えない】

地震時は、情報通信網が麻痺することがあります(電話やインターネットが使えない)。これは、安否確認のために電話回線等が多く使われるためです。慌てず、身の安全を確保の上、情報通信網の回復を待ちましょう。

(2) 普段から心掛けること

【日頃から心がけること】

東日本大震災時の経験より、災害時は、自分自身で身を守る必要があると痛感いたしました。電話等が使えなくなり、アドバイスを得ることができないためです。まずは以下の2つのことを心掛けてください。

1) 非常口を確認する

例えば、建物には、右のような非常口の目印があります。普段から、周りの案内等に目を留めておいてください。



2) 避難所を確認する

避難所は、災害時の避難だけでなく、食糧等の配給も行っております。以下HPを参考にしてください。

【福島市】

<http://www.city.fukushima.fukushima.jp/sos>

[hiki/8/600.html](#)

【福島県】

http://wwwcms.pref.fukushima.jp/pcp_portal/PortalServlet?DISPLAY_ID=DIRECT&NEXT_DISPLAY_ID=U000004&CONTENTS_ID=22675