

留学生ガイドブック Guidebook for International Students

A. 静岡大学の学生になった時

1. 大学生活
 - 1.1. 静岡大学の1年
 - 1.2. 留学生担当係
 - 1.3. 国際連携推進機構
2. 留学生の区分
 - 2.1. 在籍身分による区分
 - 2.2. 費用による区分
 - 2.3. 入学料の納入
3. 生活一般の手続き
 - 3.1. 入国・在留手続き
 - 3.2. 市（区）役所での手続き
 - 3.3. その他の手続き
 - 3.4. 保険

B. 静岡大学での学生生活

4. 学費・奨学金
 - 4.1. 授業料の納入
 - 4.2. 授業料の免除
 - 4.3. 奨学金
5. 各種証明書
 - 5.1. 証明書の種類
6. 勉学
 - 6.1. 指導教員
 - 6.2. 留学生担当専門教育教員
 - 6.3. チューター
 - 6.4. 授業
 - 6.5. 履修登録／取消し
 - 6.6. 国際交流ラウンジ
 - 6.7. 課外活動
 - 6.8. ホームステイ
7. 施設・設備
 - 7.1. 学内ネットワーク
 - 7.2. 附属図書館

7.3.体育施設

7.4.食堂・売店・トラベルセンター

7.5.駐輪場

7.6.留学生掲示板

7.7.大学会館(静岡キャンパス)

8. 健康

8.1.保健センター

8.2.定期健康診断

8.3.留学生相談

8.4.ハラスメント相談

8.5.病院

9. 住居

9.1.留学生宿舍

9.2.下宿・アパート

9.3.機関保証と留学生住宅総合補償

9.4.電気・ガス・水道

10. 日本での就職

10.1.ABP-JC (アジアブリッジプログラム 日本就職コース)

10.2.就職相談

10.3.卒業後も日本で就職活動が続ける場合 (特定活動)

11. 日本 (静岡県) 生活事情

11.1.静岡県の気候

11.2.地震

11.3.ごみの出し方

11.4.交通

11.5.交通事故

11.6.SNS の利用

11.7.郵便

11.8.宅配便

11.9.市民としての地域相談窓口

12. 特に注意すること

12.1.大学で

12.2.日常生活で

C. 静岡大学での生活が終わる時

13. 帰国時の手続き

13.1.帰国時手続きチェックリスト

14. 帰国外国人留学生短期研究制度

D. 日本の文化と生活を楽しむために

15. 日本の文化と生活

- 15.1. 日本社会の特徴
- 15.2. コミュニケーション
- 15.3. 日常生活のマナー
- 15.4. 住居と近隣関係
- 15.5. アルバイトと職場文化
- 15.6. 日本の年中行事
- 15.7. 災害と助け合い
- 15.8. 静岡県で暮らす

静岡大学ホームページ

<http://www.shizuoka.ac.jp>

留学生ガイドブック

発行：静岡大学国際連携推進機構

〒422-8529 静岡市駿河区大谷 836

電話 054-238-4260

発行日：2019 年 10 月 1 日

改訂：2026 年 4 月 1 日

・ A. 静岡大学の学生になった時

1. 大学生活

1.1. 静岡大学の1年

1.1.1. 学年暦

学年は、4月1日に始まり、翌年3月31日に終わります。1学年は、前学期（4月～9月）と後学期（10月～3月）の2つの学期に分かれています。

在学中の学年歴は以下のサイトで確認してください。

<https://www.shizuoka.ac.jp/education/affairs/schedule/>



1.1.2. 休業日

静岡大学では土曜日、日曜日に加え、国民の祝日・休日は休業日としています。
国民の祝日・休日（日曜日と祝日が重なった場合は、その翌日が休日となります。）

4月29日	昭和の日
5月3日	憲法記念日
5月4日	みどりの日
5月5日	こどもの日 7月の第3月曜日
7月の第3月曜日	海の日
8月11日	山の日
9月の第3月曜日	敬老の日
9月23日	秋分の日（年によって多少前後します）
10月の第2月曜日	スポーツの日
11月3日	文化の日
11月23日	勤労感謝の日
1月1日	元日
1月の第2月曜日	成人の日
2月11日	建国記念日
2月23日	天皇誕生日
3月21日	春分の日（年によって多少前後します）
春季休業	2月上旬～4月初旬
夏季休業	8月中旬～9月下旬
冬期休業	12月下旬～1月上旬

1.1.3. 災害による休講

静岡県西部地域、および中部地域に「暴風警報」又は「大雨警報」が発令された場合で公共交通機関が不通となっているとき、時間帯によって以下のような休講措置をとります。

1) 午前7時に警報発令中で公共交通機関不通の場合は、1コマ目の授業は休講。2コマ目以降については大学HPで連絡します。

2)午前 11 時に警報発令中で公共交通機関不通の場合は、午後の授業は休講。また、地震の場合には「注意警報」が出たら休講です。詳しくは大学の HP を確認してください。

<https://www.shizuoka.ac.jp/education/affairs/intermission/>



1.2. 留学生担当係

留学生の皆さんが日本で生活するには、多くの困難が伴い、勉学・研究において、また日常生活や奨学金の応募などで、質問したいことや確認したいことが出てくると思います。そのような時は、所属する部局の留学生担当係に相談してください。

部局	担当係	電話番号
人文社会科学部	学務係	静岡 (054) 238-4267
教育学部	学務係	静岡 (054) 238-4571
情報学部	教務係	浜松 (053) 478-1511
理学部	学務係	静岡 (054) 238-4717
工学部	工学部・博士教務係	浜松 (053) 478-1010
農学部	学務係	静岡 (054) 238-4816
グローバル共創科学部	学務係	静岡 (054) 238-3715
創造科学技術大学院	工学部・博士教務係	浜松 (053) 478-1010
電子工学研究所	総務係	浜松 (053) 478-1301

全学的な立場での担当係として、静岡キャンパスの共通教育 A 棟 4 階に国際課留学生受入担当（☎：054-238-4260）、浜松キャンパスの S-Port1 階に浜松学生支援課留学生係（☎：053-478-1014）があります。受付時間は 8 時 30 分～12 時 30 分、13 時 30 分～17 時 15 分です。

1.3. 国際連携推進機構

国際連携推進機構では、外国人留学生に対して日本語・日本事情の教育や勉学生活・日常生活に必要な指導・助言を行っています。また、学内の国際交流活動の企画・運営や、地域の国際交流団体と協力して学外での国際交流活動にも関わっています。静岡キャンパスでは共通教育 A 棟 4 階・5 階に、浜松キャンパスでは工学部 7 号館 1 階・3 階に教員研究室があります。話したいこと、相談したいことがあるときは、気兼ねせずに来てください。

2. 留学生の区分

2.1. 在学身分による区分

2.1.1. 正規生

1) 学部学生

外国籍を有し、外国の学校教育における 12 年の課程を修了した者で、「日本本留学試験（(独) 日本学生支援機構）」の所定の試験教科科目と、各学部所定の入学選考試験に合格した者です。ただし、「留学」の在留資格を有する者、または大学入学後に在留資格を「留学」に変更可能な者に限ります。4 年以上修学し、所定の単位を修得すると「学士」の学位が与えられます。

2) 大学院学生

外国籍を有し、日本の大学を卒業（見込みを含む）、または外国の学校教育において16年の課程を修了した者で、各研究科所定の入学選考試験に合格した者です。ただし、「留学」の在留資格を有する者、または大学院入学後に在留資格を「留学」に変更可能な者に限ります。修士課程は2年以上、創造科学技術大学院自然科学系教育部は3年以上修学し、所定の単位を修得し、在学中に学位論文の審査および最終試験に合格すると「修士」、「博士」の学位が与えられます。

2.1.2. 非正規生

1) 研究生

指導教員のもとで、特定の研究テーマについて研究を行う学生です。在学期間は、半年または1年です。研究生期間が満了しても特別な資格は与えられません。なお、研究生としての在学期間を延長したい学生は、所定の手続きを取ってください。

2) 科目等履修生

本学の学生以外で、本学が開設する1または複数の授業科目を履修する者です。科目等履修生は、履修した科目について試験を受け、合格した場合には所定の単位が取得できます。認定された単位については、本人の請求により単位修得証明書を交付します。

3) 特別聴講学生

静岡大学と協定関係がある大学の学部学生・大学院学生で、本学で短期間（1年以内）授業科目を履修する留学生です。履修した授業科目については、本人の請求により成績証明書を交付します。

4) 短期交流特別学部学生（Short-Term Exchange Student）

外国の大学の学部生で、所属大学で本学の学部で短期に教育研究指導を受けることが認められた者。学部の授業を履修することはできない。

5) 大学院特別研究学生（Special Research Student）

他大学大学院の学生で、本学大学院において研究指導を受ける者。大学院の授業を履修することはできない。

2.2. 費用による区分

2.2.1. 国費外国人留学生

日本政府（文部科学省）が留学経費を負担している以下の留学生です。

1) 研究留学生

2) 学部留学生

3) 教員研修留学生

外国の初等・中等学校教員および教育関係機関の専門的な教職員を日本国での教育水準の向上に役立つ人材に育成することを目的としています。受入れ期間は原則として1年6か月（日本語教育期間を含む）です。

4) 日本語・日本文化研修留学生

日本語・日本文化研修留学生は、日本語能力の向上に努めるとともに日本事情・日本文化についての研修を行います。

5) 日本語研修コース研修生

日本語研修コース研修生は、大学院等での専門的な研究・勉学に必要な日本語を習得するために、予備教育として集中的に日本語を勉強する留学生です。修了後は希望する大学に研究生として在学するほか、受験して合格すれば大学院に進学することもできます。

2.2.2. 私費留学生

日本政府からの奨学金を受けずに留学している留学生です。以下のような留学生も含みます。

1)外国政府派遣留学生

外国政府が人材育成を推進するために、留学経費を負担して送り出している留学生。静岡大学では、マレーシアなどから受入れています。

2)静岡県費留学生

静岡県の奨学金により短期留学（1年以内）する留学生。

2.3. 入学料の納入

入学料は、入学手続き時に納入しなければなりません。また、経済的理由により徴収猶予が受けられることがあります。入学手続き前に担当する窓口にご相談してください。ABP 留学生※、国費外国人留学生、協定校からの交換留学生は納入する必要はありません。

※ABP(Asia Bridge Program)の詳細については以下 HP をご覧ください。

<https://www.abp.icsu.shizuoka.ac.jp/>



入学料の免除について、私費外国人留学生で災害等による特別な事情により入学料の納入が著しく困難な場合は入学手続き前に担当する窓口にご相談してください。

3. 生活一般の手続き

3.1. 入国・在留手続き

3.1.1. 名古屋出入国在留管理局 静岡出張所/浜松出張所

日本に 90 日以上滞在する外国人は、在留カードが必要です。外国人は、在留カードをいつも持っている義務があります。在学中にビザを更新したり、在留資格を変更したりする場合、できるだけ早く入国管理局で更新、変更の手続きをしてください。家族を母国から呼ぶ時も同じです。また、アルバイトをする場合には資格外活動許可が必要となります。

静岡県の在留についての手続きは、名古屋入国管理局静岡出張所、または浜松出張所で行います。必要な書類等については、事前に問い合わせましょう。

名古屋出入国管理局	〒455-8601 愛知県名古屋市港区正保町 5-18 TEL : 0570-052259 420# HP : https://www.moj.go.jp/isa/about/region/nagoya/index.html	
名古屋出入国管理局 静岡出張所	〒420-0858 静岡市葵区伝馬町 9-4 福一伝馬町ビルディング 6 階 TEL : 054-653-5571 Google Maps : https://maps.app.goo.gl/uB5rY1AuwCTod6KD7	
名古屋出入国管理局 浜松出張所	〒430-0929 浜松市中央区中央 1 丁目 12-4 浜松合同庁舎 1 階 TEL : 053-458-6496 Google Maps : https://maps.app.goo.gl/2Pj1LwuManUxMdRp9	

3.1.2. 在留カード

- 1) 外国から静岡市／浜松市へ来た人
成田、羽田、中部、関西空港でもらうことができます。その他の空港から来た人は、パスポートに「在留カードを後日交付する」というスタンプをもらいます。その場合は静岡市／浜松市の区役所で転入手続きをすると、後日郵便で在留カードが届きます。
- 2) 日本にいて、まだ在留カードを持っていない人
今の在留期間を更新、在留資格を変更する時に、入管で在留カードをもらいます。この時、引っ越しをした人は、静岡市／浜松市の区役所へ行って転居手続きをします。
- 3) 在留資格の変更や更新、また日本で出生したことによる資格許可申請、在留資格認定証明書の取得等、在留手続きの詳細は、出入国在留管理庁の HP をご覧ください。在留資格の更新は、在留期間が切れる 3 ヶ月前から更新申請をすることができます。

<https://www.moj.go.jp/isa/applications/procedures/index.html>
- 4) 在留カードは、本学での留学が終了し帰国する際、空港での出国手続き時に必ず返却します（海港の場合も同様です）。

3.1.3. 資格外活動許可

「留学」の在留資格を持って日本に滞在している人の日本での活動は、勉学に限定されていて報酬を受ける活動ができません。しかし、事前に資格外活動の許可を受けて、1 週間に 28 時間以内ならアルバイトをすることができます。ただし、風俗営業関連の仕事は禁止です。例えば、スナック、バーやキャバレーなど客席でサービスする仕事などです。ゲームセンター、パチンコ屋や麻雀店などでは、皿洗いや掃除の仕事でも働くことはできません（ただし、清掃会社でアルバイトをしていて現場として行く場合を除く）。静岡大学との契約に基づく活動を行う場合（TA、RA など）は資格外活動許可が不要です。

- 1) 成田、羽田、中部、関西空港で在留カードをもらった人
※空港で申し込むことができます。認められれば即日許可になり、パスポートに証印シールが貼られます。その場で申請者に渡されます。
- 2) 「在留カードを後日交付する」というスタンプをもらった人
成田、羽田、中部、関西空港以外の空港で資格外活動の許可を申請すると、区役所で転入手続きをした後で、許可のスタンプがある在留カードが郵送されます。
- 3) 在留カードがなく、初めてアルバイトをする人、空港で申し込まなかった人
資格外活動許可申請書（入管にある）、パスポート、在留カードを持って入国管理局で申し込みます。

在留期間が切れるまで、静岡や浜松などで資格外活動をすることができます。

詳細は、出入国在留管理庁の HP をご覧ください。

<https://www.moj.go.jp/isa/applications/procedures/16-8.html>



静岡大学では「外国人留学生の資格外活動についてのガイドライン」があります。アルバイトをする前に、以下を確認してください。

<https://www.suoic.shizuoka.ac.jp/international/part-time-job/>



☆ アルバイトをする際の注意

アルバイトをする際には、「ブラックバイト」や「闇バイト」に注意が必要です。「ブラックバイト」とは、法律（労働基準法など）を無視して学生や若者に違法な長時間労働や不当な扱いを強いるアルバイトのことです。学業に支障が出るほどのシフト強制や過度の長時間労働、賃金・残業代の未払い、備品の自腹購入などが問題となっています。「闇バイト」は、SNS やインターネットの掲示板で、仕事の内容を明らかにせず著しく高額な報酬の支払いを示唆する等して犯罪の実行者を募集し、強盗や詐欺といった犯罪に加担させます。アルバイトを探す・する際には注意しましょう。もし、「ブラックバイト」や「闇バイト」に巻き込まれたら、すぐに大学に相談してください。

3.1.4. 再入国

再入国するためには、通常、再入国許可の取得は不要です。

在留カードを持っている人は、①在留期間の有効期限内で、②日本を離れる期間が1年以内で、③本学での留学中であれば、出国する時に有効なパスポートと一緒に在留カードを見せてください。再入国出国用 ED カードのみなし再入国による出国意思表示欄に✓印チェックするだけで再入国ができます。

詳細は、出入国在留管理庁の HP をご覧ください。

<https://www.moj.go.jp/isa/immigration/procedures/16-5.html>



☆ 一時出国する際の注意

指導教員の許可を得た上で、各部局担当者に事前に連絡し学情から申請してください。

本学での留学を終えて出国する際には、空港でみなし再入国による出国意思表示を絶対にしないでください。必ず在留カードを返却してください（海港の場合も同様です）。

3.2. 市（区）役所での手続き

3.2.1. 転入・転居の手続き（住民登録）

静岡市／浜松市へ引っ越してから 14 日以内に、区役所で転入手続きをしなければなりません。市内で引っ越しをした場合も、区役所で転居手続きをします。

- 1) 外国から静岡市／浜松市へ来た人
空港で在留カードをもらった人は、在留カードを持って居住地の区役所へ行きます。パスポートに「在留カードを後日交付する」というスタンプをもらった人はパスポートを持って区役所へ行き居住地の届出をしたあと、10 日ほどで在留カードが送付されます。
- 2) 日本の他の市から静岡市／浜松市へ引っ越して来た人
前に住んでいた市区町村役場で転出証明書をもってください。それから、在留カードを持って居住地の区役所へ行って転入手続きをします。
- 3) 静岡市／浜松市から市外へ引っ越す人
居住地の区役所で、転出証明書をもってください。それから、在留カード、または外国人登録証を持って、引っ越し先の市区町村役場へ行って転入手続きをします。
- 4) 帰国する人
静岡市／浜松市の区役所で、転出の手続きをします。在留カードは、日本から出国する時に空港で審査官へ渡すと、穴を開けて無効にしてから返却されます（海港の場合も同様です）。
- 5) 静岡市 <https://www.city.shizuoka.lg.jp/s9328/s002700.html>

居住地	区 役 所	窓 口
葵 区	静岡市葵区役所 〒420-8602 静岡市葵区追手町 5-1	戸籍住民課 電話 054-221-1061
駿河区	静岡市駿河区役所 〒422-8550 静岡市駿河区南八幡町 10-40	戸籍住民課 電話 054-287-8611
清水区	静岡市清水区役所 〒424-8701 静岡市清水区旭町 6-8	戸籍住民課 電話 054-354-2126



- 6) 浜松市 <https://www.city.hamamatsu.shizuoka.jp/foreign/index.html>

居住地	区 役 所	窓 口
中央区	中央区役所 〒430-8652 浜松市中央区元城町 103-2	区民生活課 電話 053-457-2121
	東行政センター 〒435-8686 浜松市中央区流通元町 20-3	証明・届出 電話 053-424-0154
	西行政センター 〒431-0193 浜松市中央区雄踏町 1 丁目 31-1	証明・届出 電話 053-597-1115
	南行政センター 〒430-0897 浜松市中央区江之島町 600-1	証明・届出 電話 053-425-1346
浜名区	浜名区役所 〒434-8550 浜松市浜名区貴布祢 3000	区民生活課 電話 053-585-1111
	浜名区北行政センター 〒431-1395 浜松市浜名区細江町気賀 305	証明・届出 電話 053-523-1116
天竜区	天竜区役所 〒431-3392 浜松市天竜区二俣町二俣 481	区民生活課 電話 053-922-0019



3.2.2. 国民健康保険（国保）

日本で住民登録をしており、3か月以上滞在する予定の外国人は、全員、国民健康保険に加入しなくてはなりません。この制度は、病気やけがのときの医療費を補償するもので、医療費の自己負担は30%です。加入していないと、医療機関で診療を受けた場合、医療費は全額自分で支払うことになります。加入手続きは、住民登録をしている区役所の国民健康保険担当部署で行ってください。なお、在留資格の変更手続き中の場合は、区役所の国民健康保険担当部署で相談してください。

保険料は必ず毎年支払う必要があります。保険料は自治体や個人の所得額などによって異なり、年度によっても変わる可能性があります。所得が少ない場合や前年度日本に居住していなかった場合は、申請によって保険料の軽減措置を受けることができます。詳細は、区役所の国民健康保険担当部署で聞いてください。

3.2.3. 国民年金

国民年金は、日本に住んでいる20歳から59歳までの人が全員入らなければならない制度です。国籍は関係ありません。国民年金は、年をとったとき、けがや病気で障害が残ったとき、一家の働き手が亡くなったときに「基礎年金」をもらうことができます。国民年金保険料を払うことが難しい場合は、保険料の「免除」等を申し込むことができます。学生は「学生納付特例制度」がありますので、居住地の区役所の国民年金担当部署で相談してください。

3.2.4. マイナンバーカード

マイナンバーカードとは、マイナンバーが記載された顔写真付のカードのことです。マイナンバーカードは、プラスチック製のICチップ付きカードで券面に氏名、住所、生年月日、性別、マイナンバーと本人の顔写真等が表示されます。本人確認のための身分証明書として利用できるほか、自治体サービス、e-Tax等の電子証明書を利用した電子申請等、様々なサービスにも利用できます。詳細は以下のHPまたは区役所の担当部署で聞いてください。

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



3.3. その他の手続き

3.3.1. 銀行

静岡大学の留学生寮に入居する場合は、支払いに「スルガ銀行」、国費やJASSOの奨学金を受取る場合は「ゆうちょ銀行」の口座開設が必要です。

銀行にあなたの名義の口座を開設すると、振込み、支払い、キャッシュカードの利用ができて、日常生活に大変便利です。銀行は日本全国にあり、預金・送金業務の他、各種公共料金等の支払いも出来ます。米ドルの両替はどこでもできますが、それ以外の通貨は難しいです。営業時間は、月曜日から金曜日で9時から15時までとなっています。日本の現金自動預払機（ATM）は稼働時間が決まっています。手数料がかかることもあるため、自分がよく使うATMの稼働時間と手数料を確認しておきましょう。コンビニエンスストアにもATMが設置されており、24時間利用できるのも便利です。ただし、時間外は手数料がかかります。

3.4. 保険

静岡大学の「医療・保険」のページは以下です。

<https://www.suoic.shizuoka.ac.jp/international/medical-insurance/>



3.4.1. 学生教育研究災害傷害保険(学研災)

この保険は、「学生本人のけが」を補償します。学生が講義や演習、課外活動、学校行事、その他教育活動のために大学施設内にいる間（学校施設で休憩中など）及び通学中（大学の正課、学校行事や課外活動のために自宅と学校施設の間の移動、大学施設と大学施設の間の移動中）に受けた災害・傷害に対し、その程度に応じた保険金が支払われる制度です。静岡大学では学生全員加入することになっています。

保険料は、正規生の場合は入学手続き時に徴収して、大学から一括納付します。非正規生（研究生、特別聴講学生及び科目等履修生）は所属部局の留学生担当係（p.2）を通して加入手続きを行います。

3.4.2. 学研災付帯賠償責任保険(学研賠)

この保険は、「他人への賠償責任」を補償します。正課、学校行事、課外活動またはその往復において、他人にケガを負わせたり、物を壊したりした時の損害賠償を救済するための保険です。例えば、実験や研究活動中に大学の機材を破損した場合や、インターンシップ中の事故によって損害を与えた場合などに備えることができます。

保険料は、正規生の場合は入学手続き時に保険料を納付し、大学が一括して加入手続きを行います。非正規生（研究生、特別聴講学生及び科目等履修生）は所属部局の留学生担当係を通して加入手続きを行います。なお、浜松キャンパスの場合は任意加入となっていますので、加入を希望する場合は所属部局の留学生担当係（p.2）を通して加入手続きを行ってください。

この保険に加入しなければ、インターンシップに参加することはできません。

3.4.3. 学生賠償責任保険(学賠)

この保険も、他人にケガを負わせたり、物を壊したりした時の損害賠償を救済するための保険です。大学の正課活動だけでなく、24時間の活動が補償の対象になります。日本国内の事故であれば、留学生に代わって被害者と示談交渉を行うサービスがあります。示談交渉は、賠償額を決めるための重要な話し合いですが、高度な専門知識が必要です。静岡大学では留学生全員加入することになっています。

手続きに関する案内や問い合わせは、大学生協（p.16）が担当しています。

静岡大学では、過去に以下のような事例がありました。

● 事例①

留学生が自転車で相手の車を傷つけた時、15 万円を請求されましたが、保険に入っていたので、保険から支払うことができました。

● 事例②

自転車の事故で留学生が相手に怪我をさせた時、22 万円を請求されましたが、保険から払うことができました。

● 事例③

留学生が自転車で衝突事故を起こし、過失割合を留学生 8：相手方 2 で留学生自身が保険会社との交渉に臨みましたが、結果として 10：0 になってしまいました。

● 事例④

アルバイト帰りに自転車同士で事故を起こし、留学生 10：相手方 0 の条件を押し付けられ、留学生が学部の教職員の支援を受けて交渉し 7：3 にしたことがあります。このケースでは、相手方が賠償の範囲を大きく解釈したため、100 万円以上の請求になる可能性もありました。

事例①と②では、保険に加入していたので、賠償請求されても留学生は支払う必要がありませんでした。事例③と④では、保険に加入していなかったため、留学生が保険会社の事故担当者と日本語で示談交渉をしなければならず、結果的に留学生に不利な条件になってしまいました。

このように、留学生にとって非常にメリットの大きい保険なので、特別な理由がない限り、加入してください。

3.4.4. 自転車保険

あなたが、交通事故を起こしたとき、その経済的な損失を補うために自転車保険の制度があります。

静岡県では自転車保険の加入が義務化されています。自転車を所持した際は最寄りの自転車販売店などで必ず保険に加入してください。

<https://www.pref.shizuoka.jp/kurashikankyo/bosaikotsh/kotsuanzenet/1013649.html>



3.4.5. 自動車保険

あなたが車で交通事故を起こしたとき、その経済的な損失を補うために自動車保険の制度があります。自動車保険には、強制加入の自動車損害賠償責任保険（自賠責保険）、任意加入の自家用自動車保険と、自動車運転者損害賠償責任保険（ドライバー保険・自家用自動車を所持しない者がレンタカー等の運転をする場合に限定される時の専用保険）とがあります。

自動車損害賠償責任保（強制保険）

この保険は、自動車又はバイクによって他人を傷つけたり死亡させたりした場合に、損害賠償責任の一部を代わりに負担するものです。

賠償内容

	区	分	保険金
死亡	死亡による損害最高		最高 3,000 万円まで
	死亡に至るまでの障害による損害		最高 120 万円まで
障害	障害による損害		最高 120 万円まで
	後遺障害による損害 (障害の程度により 14 級に分類)		第 1 級 4,000 万円から 第 14 級 75 万円 まで

強制保険料は保険契約する車種等で異なります。強制保険料は、次の通りです。(2026 年 4 月 1 日)

区	分	強制保険料 (24 か月)
自家用乗用自動車		17,650 円
小型二輪 (250cc 超)		8,760 円
軽二輪 (125cc～250cc 以下)		8,920 円
原動機付自転車 (125cc 以下)		8,560 円

自家用自動車保険（任意保険）

大きな交通事故を起こした場合、強制保険の保険金額だけでは賠償しきれないことが多くなっています。また、強制保険は車や物に対しては適用されません。自損事故による傷害に備えるためにも任意保険（保険期間は1年間）に必ず加入するようにしてください。

日本では、一般的には、賠償保険金額が対人・対物は無制限、搭乗者傷害 1,000 万円の保険に加入しています。ただし、任意保険に加入していても酒酔い運転、無免許運転等の場合は、保険金は支払われません。

任意保険の保険料は、運転者の年齢や対人・対物賠償額、搭乗者傷害補償額などによって異なります。自動車保険会社と相談してください。

3.4.6. 海外旅行保険

学会や研究会、また旅行などで海外渡航する時は、全期間をカバーする海外旅行保険に必ず加入してください。保険に入っていれば、盗難や物の紛失、病気や怪我をした場合にも、サポートや補償が受けられます。静岡大学では過去に、渡航先で入院して 300 万円の請求を受けた留学生がいます。この学生は保険に加入していなかったため、入院費を工面するために大学の勉強を中断しなければなりませんでした。生協やインターネットでも加入できますので、必ず加入してから渡航してください。

3.4.7. その他の保険

大きな病気や怪我をした時に、国民健康保険や学研災では補償が不足する場合があります。そのような場合に備えて、任意で以下の保険に入ることを勧めます。加入の方法は、所属部局の留学生担当係で聞くことができます。

1) 外国人留学生向け学研災付帯学生生活総合保険

日本語説明：<http://www.jees.or.jp/gakkensai/index.htm>

英語説明：<https://www.jees.or.jp/en/gakkensai-en/opt-inbound-en/>



2) 学生総合共済：大学生協で取り扱っていますので、生協に問い合わせてください。

日本語 HP：<https://hoken.univcoop.or.jp/student/index.html>

英語 HP：https://kyosai.univcoop.or.jp/info/pdf/pamph_inter_english2026.pdf



・ B. 静岡大学での学生生活

4. 学費・奨学金

4.1. 授業料の納入

授業料は、4月に前学期分、10月に後学期分を納入しなければなりません。国費留学生、協定からの交換留学生は納入する必要はありません。授業料については以下大学 HP をご覧ください。

<https://www.abp.icsu.shizuoka.ac.jp/>



4.2. 授業料の免除

私費留学生（学部学生・大学院学生）で本学に入学後、やむを得ない理由によって授業料の支払いが困難になった人については、申請により、学業成績・経済事情を審査し、授業料の半額または全額を免除することがあります。詳細については、静岡キャンパスは学務部学生生活課、浜松キャンパスは浜松キャンパス事務部浜松学生支援課に相談してください。

※ABP(Asia Bridge Program)留学生は、成績によって授業料の支払いが異なります。詳細については以下 HP をご覧ください。

10月入学生：<https://www.abp.icsu.shizuoka.ac.jp/>

4月入学生（学部生）：<https://www.suoic.shizuoka.ac.jp/wp-content/uploads/2023/09/ABP4月特別教育プログラムのお知らせ-2.pdf>



4.3. 奨学金

奨学金は大学から推薦するものと個人で応募するものがあります。大学から推薦する奨学金の場合、推薦者は学内選考を経て決定されます。学内選考にあたっては学業成績や経済状況が重視されます。大学からの推薦者となっても必ずしも奨学金の受給が決定するわけではありません。

また、奨学金によっては、学年や国籍、在籍身分、研究分野などによる応募条件を設けています。応募条件を満たさない奨学金に申し込むことはできません。募集開始月は目安です。奨学金の額や募集対象者は変更となることがあります。また、年度によっては募集がないこともあります。

なお、大学経由の奨学金に採用された場合は、辞退できません。詳細は以下 HP をご覧ください。

<https://www.suoic.shizuoka.ac.jp/international/scholarship>



4.3.1. 静岡大学国際交流基金奨学金

- 募集時期：5月／10月
- 奨学金額：月額 40,000 円（支給期間 6 ヶ月）

対象者（A または B のいずれかに該当する者）

A 次の各項すべてに該当する者

- 1) 本学の学部又は大学院の正規課程に在学する者
- 2) 他の奨学金等（文部科学省学習奨励費を含む。）を受給していない者
- 3) 国際交流会館、学寮、あけぼの寮等へ入居していない者

- 4) 当該年度及び直近2年以内に本事業の援助を受けていない者
- 5) 学業成績が優秀である者
- 6) 経済的に困窮する者

B 協定校からの私費留学生で、研究生又は特別聴講学生として在学し成績優秀な者

5. 各種証明書

5.1. 証明書の種類

主な証明書には、次のようなものがあります。証明書の種類によっては、発行までに2週間程度を必要とするものがありますので、早めに申請してください。証明書には、証明書自動発行機で取得できるものがあります（正規生のみ）。証明書自動発行機は、静岡キャンパスでは共通教育 A 棟、浜松キャンパスでは S-Port などにあります。詳細については、以下、大学 HP を確認してください。

<https://www.shizuoka.ac.jp/public/student/certificate/>



5.1.1. 学生証

正規生には、所属部局の留学生担当係から学生証が交付されます。この学生証は学期末試験を受けるとき、図書館を利用するとき及び証明書自動発行機を利用するときなどに必要ですから常に携帯してください。非正規生には、身分証明書が交付されます。

5.1.2. 証明書自動発行機で発行できる証明書

在学証明書

在留手続き関係及び各種奨学金の申請等に必要です。

学割証

正規生は、学割の使用により JR の鉄道及び船を利用して旅行する場合、割引を受けられます。発行枚数に限度がありますので、HP を確認してください。

卒業・修了見込証明書

卒業・修了見込証明書は、卒業・修了予定年月の1年以内に卒業又は修了する予定であることを証明するもので、就職活動や大学院進学等で提出が求められます。

健康に関する証明書

各種奨学金の申込申請、入学願書、就職等の際に必要です。健康診断書が必要な場合は、保健センターに相談してください。なお、この証明書は、定期健康診断を受けていなければ発行することはできませんので、健康診断は必ず受けてください。

成績証明書

在留手続き関係及び各種奨学金の申請等に必要です。

5.1.3. 窓口で発行される証明書

通学証明書

正規生で自宅あるいは下宿から大学まで、通学のため電車・バスを利用するため通学定期乗車券等が必要な場合は、通学証明書の交付を受け、購入してください。

ただし、交付は申請日の翌営業日以降となります。また、通学証明書受領の際には、交付窓口で学生証を提示してください。

6. 勉学

6.1. 指導教員

指導教員は、留学生の修学・研究上の問題、学生生活上の問題について指導・助言を行います。

6.2. 留学生担当専門教育教員

留学生担当専門教育教員は、①専門課程の留学生に対する基礎的・共通的授業の担当、②留学生の教育・研究上（履修方法・文献検索等）の指導・相談（チューター的な役割）、③工場・研究所等実地教育の企画、指導を行います。

6.3. チューター

入学当初の留学生に対し、早く大学生活に慣れ、勉学や研究効果の向上を図ることを目的としたチューター制度が設けられています。チューターは、指導教員の責任の下に、留学生に対し日本語や修学上の問題、日常生活の問題等について、個別にサポートや助言を行います。

学部レベルの留学生は渡日後最初の2年間、大学院レベルの留学生は渡日後最初の1年間、チューターをつけることができます。希望する留学生は、まず指導教員に相談してください。

6.4. 授業

6.4.1. 日本語・日本事情教育

留学生の日本語能力の向上と日本文化理解の促進を図るため、以下の科目が、全学教育科目として開講されています。

正規学部留学生向け科目

正規学部留学生（1・2年次）のための日本語・日本事情科目です。

「日本語Ⅰ～Ⅵ」と「日本事情」が開講されています。

また後期には、ABP 学部留学生向けの「ABP 基礎日本語Ⅰ～Ⅹ」も開講されています。

日本語・日本文化研修科目

大学院生や非正規生（交換留学生、日本語・日本文化研修留学生、教員研修留学生、研究生など）を対象とするレベル別日本語クラス「日本語1A～5B」「日本語初級Ⅰ～Ⅴ」「日本語中級Ⅰ～Ⅹ」も開講されています。

上記の日本語科目に加えて、日本文化の理解と日本人との交流を目的とする科目も開講されています。

6.4.2. その他の科目

初修外国語や英語で開講される科目もあります。母国の大学で単位互換されるか、事前に母国の大学に確認したうえで、履修を検討してください。

6.5. 履修登録／取消し

単位を修得するためには、履修登録を行わなければなりません。学務情報システムや「日本語授業案内」などでシラバスを確認して、履修する科目を決めてから、履修登録期間内に履修登録を行います。履修登録の方法や、履修登録期間は学生教務ポータルで確認できます。留学生オリエンテーションでも案内がしますが、必要に応じて指導教員や学務・教務係とも相談してください。期間内に履修登録をしないと、単位を修得できません。登録した科目を取消す場合は、履修登録取消し期間内に取消してください。この期間以外は取消することができません。

学生教務ポータル (https://wwp.shizuoka.ac.jp/acad-affairs-portal/student_e)



学務情報システム（「学情」）(<https://gakujo.shizuoka.ac.jp/lcu-web/>)



6.6. 国際交流ラウンジ

国内学生と留学生が多言語で交流し、互いの文化や言語を学び合う場です。日本での生活や多文化を学ぶ国際交流イベントを開催しています。日本語や英語などの言語学習や日常生活のサポートも行っています。

国際交流ラウンジ（静岡キャンパス）

<https://www.suoic.shizuoka.ac.jp/student/international-student-support-volunteer/>



国際交流ラウンジ（浜松キャンパス）

<https://www.suoic.shizuoka.ac.jp/student/lounge-hamamatsu/>



6.7. 課外活動

課外活動とは、学生が正課教育(授業)以外に行うサークル・部活動を中心とした自主活動のことです。静岡大学では、サークル・部活動が活発に行われています。サークルの紹介冊子が学生生活課（静岡キャンパス）、浜松学生支援課学生支援係（浜松キャンパス）にありますので、興味がある留学生は、それを参照してください。大学のHPでも参照できます。

<https://www.shizuoka.ac.jp/education/campuslife/club/>



6.8. ホームステイ

日本人家庭の中で日本の風俗・習慣を体験し、日本の生活に慣れてもらうことを目的に実施されます。また、外部からホームステイの案内があれば、掲示板などでお知らせします。

7. 施設・設備

7.1. 学内ネットワーク

静岡大学では、学内無線 LAN (Wi-Fi) サービスを利用することができます。Wi-Fi を利用する際は、入学時に付与される静岡大学 ID (静大 ID) を使用して認証を行います。静大 ID は、Wi-Fi 接続のほか、学務情報システムや大学の各種サービスを利用する際にも必要となる重要な ID です。

静岡キャンパス、浜松キャンパスおよび附属施設の多数のアクセスポイントにおいて、ノートパソコンやスマートフォンなどを静大 ID で認証し、ネットワークに接続することができます。一度設定を行えば、キャンパス内はもちろんキャンパスが違ってても利用することができます。

◇ 利用上の注意

- 1) 学内ネットワークは教育研究以外の目的で利用することを禁止します。
- 2) ファイル交換共有ソフトをインストールしたコンピュータを学内ネットワークに接続することを禁止します。
- 3) 静岡大学の学生と教職員は「情報セキュリティに対する宣言」を順守しなければなりません。

※情報セキュリティやネットワーク利用方法は、情報基盤センターのウェブサイトを確認してください。

- ・情報基盤センター学外サイト：<https://www.cii.shizuoka.ac.jp/>
- ・情報基盤センター学内サイト：<https://www.cii.shizuoka.ac.jp/in/>



7.2. 附属図書館

附属図書館は、静岡本館（静岡キャンパス）と浜松分館（浜松キャンパス）があります。

7.2.1. 開館時間

授業期間中	月曜～金曜	9 時 00 分～20 時 00 分
春季、夏季及び冬期休業中	月曜～金曜	9 時 00 分～17 時 00 分
土曜日		10 時 00 分～17 時 00 分
試験対応期		9 時 00 分～21 時 00 分

7.2.2. 休館日

年末・年始、日祝日（試験対応期除く）、その他臨時の休館日

7.2.3. 貸し出し冊数と期間

閲覧室内の開架図書は、自由に書架から取り出して閲覧できます。正規生は IC 付き学生証を使って、図書を借りることができます。非正規生は、図書館利用票を図書館で申請してください。

	非正規生	学部生	大学院生
貸し出し冊数	3	5	10
貸し出し期間	2 週間	2 週間	1 カ月

7.3. 体育施設

7.3.1. 静岡キャンパス

- 体育館
 - ・ 1 階 体操場、剣道場（兼空手道場）卓球場、柔道場
 - ・ 2 階 バスケットボールコート（兼バレーボールコート・バドミントンコート）
トレーニング場
- 舞踏場、テニスコート、バレーコート、サッカー場（兼ラグビー場）、水泳プール、陸上競技場、野球場、弓道場、屋外体操場

7.3.2. 浜松キャンパス

体育館 バレーボールコート（兼バスケットボールコート・バドミントンコート・卓球場）
武道場、サッカー場、野球場（西寮グラウンド）、水泳プール、テニスコート、弓道場

7.4. 食堂・売店・トラベルセンター

7.4.1. 静岡キャンパス

名称	営業時間	場所
第 1 食堂	月～金曜日 11 時 00 分～14 時 30 分 17 時 00 分～19 時 00 分 土曜日 11 時 30 分～13 時 30 分	共通教育 B 棟 1 階
第 2 食堂	月～金曜日 11 時 30 分～13 時 00 分	図書館南側
第 3 食堂	月～金曜日 11 時 30 分～13 時 00 分	農学総合棟
文具・書籍	月～金曜日 10 時 00 分～17 時 00 分	共通教育 B 棟地階
フードショップ銀杏	月～金曜日 8 時 20 分～18 時 00 分	人文社会科学部 B 棟 北側 1 階
教育ショップ	月～金曜日 11 時 30 分～14 時 30 分	教育学部 B 棟
農学ショップ	月～金曜日 11 時 30 分～13 時 00 分	農学総合棟 2 階
トラベルセンター	月～金曜日 10 時 00 分～17 時 00 分	共通教育 B 棟地階

7.4.2. 浜松キャンパス

名称	営業時間	場所
食堂	月～金曜日 11 時 00 分～14 時 30 分 17 時 00 分～19 時 00 分 土曜日 11 時 30 分～13 時 30 分	南会館 (※ スルガ銀行 ATM)
売店	月～金曜日 10 時 30 分～14 時 30 分	南会館
サービスセンター	月～金曜日 11 時 00 分～16 時 15 分	南会館
食堂	月～金曜日 11 時 00 分～14 時 00 分	北会館(※ ゆうちょ銀行 ATM)
購買・書籍	月～金曜日 10 時 00 分～17 時 00 分	北会館

7.5. 駐輪場

本学では、学生の構内への車両の乗り入れを原則として禁止しています。身体的理由等特別な事情がある場合は、各部局の留学生担当係へ相談してください。

自転車、またはバイクで通学する場合は、次の駐輪場を利用してください。

構内交通規制については以下大学 HP をご覧ください。

<https://www.shizuoka.ac.jp/education/campuslife/notice/regulation/>



7.5.1. 静岡キャンパス

○自転車専用

- ・第1駐輪場（東名高架南側）
- ・自転車専用駐輪場（仮設）他

○二輪車専用

- ・第2駐輪場（通称「稲妻階段」下）
- ・バイク・オートバイ専用駐輪場（仮設）（本部管理棟別館南側）

7.5.2. 浜松キャンパス

○自転車専用

- ・南門の駐輪場
- ・北門の駐輪場

○二輪車専用

- ・正門横駐輪場

大学周辺に下宿する留学生は、徒歩又は自転車で通学し、遠距離の場合は、公的交通機関を利用してください。

7.6. 留学生掲示板

大学や学部・学科からの連絡は、学情からも通知されますが、掲示板にも掲示します。各学部・学科の掲示板は、必ず確認するようにしましょう。

静岡キャンパスでは、共通教育 A 棟東側（外側）・A 棟4階に、留学生用掲示板が設置されています。国際課から留学生への連絡事項等が掲示されます。

浜松キャンパスでは、S-Port 1階留学生係前と工学部7号館1階の掲示板に留学生への連絡事項が掲示されます。

7.7. 大学会館（静岡キャンパス）

大学会館は、大ホール（400人収容・ステージ付）をはじめ、保健センター、研修室、和室、ラウンジ、下記金融機関のキャッシュコーナー等を備えています。

ゆうちょ銀行、スルガ銀行

開館時間 月～金曜日 9時00分～18時00分

休館日 土曜日、日曜日、祝日年末年始、大学の一斉休業日

8. 健康

8.1. 保健センター

学生の健康の維持・増進を目的として保健センターが設けられており、医師や保健師や看護師が相談にのってくれます。病気や精神的な悩み又はケガの応急処置が必要な場合はいうまでもなく、健康について関心を深め正しい知識を得る勉強の場としても利用してください。

8.2. 定期健康診断

保健センターでは、毎年無料で定期健康診断を行っています。健康診断には、胸部 X 線間接撮影、内科診察、尿、血圧、貧血、肝・腎機能、血清脂質検査などが含まれます。この健康診断を受けていない場合は、大学院受験や奨学金の申請時等に必要な健康に関する証明書の発行ができません。一般医療機関でも健康診断書を受け、証明書の発行を受けることができますが、高額のコストが必要となります。大学で必ず受けてください。

4 月に入学した留学生は 4 月、10 月に入学した留学生は 10 月の指定された時に、健康診断を受けてください。健康診断の時期は、年度や学年によって変わることがあります。

8.3. 留学生相談

留学生の皆さんは、異なる文化・言語・社会制度の中で生活し、直面する課題も多くあります。国際連携推進機構では、機構教員が相談に応じます (p.2)。

また、留学生専門カウンセラーによる日本語、英語での相談サービスを実施しています。学業や日常生活で生じるささいな問題など、気軽に相談してください。国際連携推進機構では、留学生専門カウンセラーによる日本語、英語での相談サービスを実施しています。

国際連携推進機構ホームページから詳細を確認・予約できます。

<https://www.suoic.shizuoka.ac.jp/international/international-student-consultation/>



※相談日と時間は、変わる場合があります。相談したい人は、事前に日時を確認してください

● 静岡キャンパス

相談日 木曜日 13:30～17:30
場 所 学生相談室 (共通教育 A 棟 5 階)
予約ページ: <https://reserva.be/shizuokakokusai>



● 浜松キャンパス

相談日 木曜日 13:30～17:30
場所 相談室 (工学部 7 号館 2 階)
予約ページ: <https://reserva.be/hamamatsukokusai>



学業や日常生活で生じた小さい違和感などは、一人で抱え込まずに相談しやすい相手にまず話してみてください。

8.4. ハラスメント相談

ハラスメントは、相手の人格や尊厳を傷つけ、学習・研究・生活環境に影響を与える重大な問題です。静岡大学では、ハラスメントの防止と適切な対応に取り組んでいます。近年、セクシュアル・ハラスメント、アカデミック・ハラスメント、パワー・ハラスメントなど、さまざまなハラスメントが問題とされています。

8.4.1. ハラスメント相談窓口

ハラスメントを受けて困っている場合や、「これがハラスメントか分からない」と感じた場合でも、学内外の相談窓口を利用することができます。相談内容の秘密は守られますので、一人で悩まず相談してください。

※詳細は、大学のウェブサイトをご覧ください。

<https://www.shizuoka.ac.jp/outline/info/soudan/harassment/#a00>



8.5. 病院

日本の病院には、専門分野が全てそろっている総合病院と、内科、外科、耳鼻咽喉科等の診療別の専門病院があります。日本にある診療科は、内科、外科、産婦人科、小児科、皮膚科、泌尿器科、耳鼻咽喉科、眼科、歯科、整形外科、精神科などです。

総合病院は土日・祝日が休診です。個人の医院（開業医）は、日曜・祝日と平日の1日を休診日とし、土曜日は診療しているところが多くあります。急病の際は、静岡県サイトの「医療情報ネット（ナビイ）」や静岡県救急医療情報センター（0800-222-1199）で受診可能な医療機関を調べることができます。

静岡市と浜松市では救急医療センターが休日診療を行っています。どの診療科を受診すればよいかわからない場合や、受診する医療機関に迷った場合は、保健センター（p.17）に相談してください。

日本には公立病院と私立病院とがありますが、治療費は原則として同額です。国民健康保険に加入している場合、皆さんは治療費の30%を負担します。加入していない場合は全額負担です。治療費は、通院のたびに必要医療費の自己負担分のみを支払います。

症状が重い場合や緊急の場合は、119番に電話して救急車を呼んでください。救急車の利用は無料です。「医療情報ネット（ナビイ）」

<https://www.iryuu.teikyouseido.mhlw.go.jp/zkn-web/juminkanja/S2310/initialize?pref=22>



9. 住居

9.1. 留学生宿舎

静岡大学には留学生宿舎として、国際交流会館・あけぼの寮などがあります。入居許可期間は原則として1年以内です（入居状況により延長可能）。ただし、室数が限られているので、入居を希望しても必ずしも入居できるとは限りません。

入居の申し込み時期は、6月（10月入居）及び1月（4月入居）です。施設により、入居時に清掃費・保証金が徴収されます。

<https://www.suoic.shizuoka.ac.jp/international/dwelling/>



9.1.1. 静岡キャンパス

静岡国際交流会館（〒422-8021 静岡市駿河区小鹿3-4-6）

大学まで約3kmあり、徒歩で約30分、自転車約10分、バスで約15分です。

区分	室数	面積	寄宿料／月額	共益費※
単身室 1	95	80 m ² ／5 人	25,000 円	2,400 円
単身室 2	9	約 15 m ²	28,000 円	2,800 円
夫婦室	1	約 35 m ²	38,000 円	4,400 円
家族室	2	約 48.5 m ²	46,000 円	6,000 円

※インターネット使用料及び寝具類レンタルを含む。

※単身室 1 はユニット制（5 人 1 組によるルームシェア）

9.1.2. 浜松キャンパス

浜松キャンパスには、浜松国際交流会館 1 号館・2 号館、あけぼの寮があります。

〒432-8018 浜松市中央区蛸塚 3-22-1

大学まで約 1.8km あり、徒歩で約 20 分、自転車で約 10 分です。

浜松国際交流会館 1 号館

区分	室数	面積	寄宿料／月額	共益費※
単身室	35	12.42 m ²	15,000 円	8,000 円
夫婦室	10	35.40 m ²	18,000 円	4,000 円
家族室	6	52.80 m ²	23,000 円	4,000 円

※インターネット使用料及び寝具類レンタルを含む。

※夫婦室・家族室の場合、入居者 1 名追加につき 1600 円（寝具類レンタル代相当額）を徴収

松国際交流会館 2 号館

※ユニット制（5 人 1 組によるルームシェア）

区分	室数	面積	寄宿料／月額	共益費※
単身室	95	80 m ² ／5 人	20,000 円	3,300 円

※インターネット使用料及び寝具類レンタルを含む。

あけぼの寮

区分	室数	面積	寄宿料／月額
日本人女子学生	46	15 m ²	15,000 円
外国人留学生男子学生	32		
外国人留学生女子学生	13		

9.2. 下宿・アパート

下宿・アパートへの入居を希望する学生には、静岡大学生生活協同組合（以下「生協」という。）で物件を紹介しています。アパートを選ぶ際には、以下に留意しましょう。

- ・部屋の広さ、家賃、共益費、敷金（保証金）、通学距離等の諸条件を検討のうえ、希望する下宿・アパートを選んでください。
- ・入居する学生が、部屋の状態、周辺環境、諸条件等を確認し、納得することが必要です。
- ・物件に納得し、契約する場合には、家賃、諸経費、退去時及び中途契約時の敷金（保証金）返還等についても、その内容を十分に確認のうえ、必ず入居契約書を取り交わしてください。
- ・静岡県は、昭和 54 年に大規模地震対策特別措置法に基づく地震対策強化地域に指定されています。昭和 56 年に耐震設計について建築基準法の改正があり、それ以後に建設された建物はより安全と考えられます。建物に係る耐震関係の確認も忘れずに行うと良いでしょう。
- ・入居後に、アパート内で修繕が必要だと思う箇所があれば自分で直さないで、契約した不動産業者か大家さんに相談してください。

9.3. 機関保証と留学生住宅総合補償

日本でアパートを借りる場合、連帯保証人が必要です。静岡大学では、連帯保証人が見つけれない留学生に対して、公益財団法人日本国際教育支援協会の「留学生住宅総合補償」に加入することを条件に、大学が連帯保証人を引き受けています。

9.3.1. 留学生住宅総合補償

「留学生住宅総合補償」は、民間のアパートや下宿または学生寮で、万一の火災や水漏れ、風水害などの事故によって生じた損害を賠償しなければならなくなった時に、留学生や連帯保証人が被った債務を補償する「留学生住宅総合補償」です。年間の掛け金は 4,000 円、2 年間 8,000 円で加入することができます。また、引き続き 6 か月以内の期間延長を希望する場合は 2,000 円で延長できます。詳細は、国際交流課及び学務部浜松学生支援課又は所属部局の留学生担当係（p.2）に問い合わせてください。

9.3.2. 補償内容

「留学生住宅補償」で補償される範囲内の例です。

- ・借家人賠償（失火による家主への賠償責任）
- ・個人賠償（日常生活での損害賠償）
- ・家財の賠償（火災・爆発・水災等による家財の損害）
- ・保証人補償（保証人が連帯保証したことによる損害）

機関保証（連帯保証制度）を希望する留学生は、まず家主、不動産業者に機関保証が可能であるか、確認してください。申請書は、各部局の留学生担当係（p.2）にあります。希望する日より 2 週間前までに必要書類を提出してください。この制度は、静岡大学の学生である期間に限って利用できます。

9.4. 電気・ガス・水道

日本で生活するためには、水道・電気・ガスの契約が必要です。民間のアパートに入居する場合は、原則として自分で利用開始の手続きを行う必要があります。

9.4.1. 水道

アパート・下宿等に入居し、水道を使用する場合は、市区役所の水道部営業課等に使用申込みをします。退去のときは、市区役所の水道部営業課等に使用停止を連絡し、料金を精算してください。料金はほとんどの場合、口座振替制です。

9.4.2. 電気

アパート・下宿等に入居し電気の使用を希望するときは、電力会社に使用を申し込みます。停止のときは、電力会社に使用停止を連絡し、料金を精算してください。料金はほとんどの場合、口座振替制です。

9.4.3. ガス

ガス利用を開始するときは、ガス会社に使用申し込みをしなければなりません。停止するときは、ガス会社に使用停止を連絡し、料金を精算してください。料金はほとんどの場合、口座振替制です。ガスの供給は民間企業が行っており、使用ガスは2種類で、「都市ガス」と「LP ガス」のいずれかが使われています。

10. 日本での就職

静岡大学では、留学生の就職に向けた教育、支援を行っています。日本で就職を希望する留学生は、学内外の様々な教育、支援を活用して、早めにしっかりと準備をしましょう。

10.1. ABP-JC（アジアブリッジプログラム 日本就職コース）

ABP-JC（アジアブリッジプログラム 日本就職コース）は、卒業後に日本での就職を希望する留学生を対象としたプログラムです。国際連携推進機構が運営しており、日本語教育、キャリア教育、インターンシップを通じて、日本企業で働くために必要な知識や能力を身に付けることを目的としています。また、企業との交流や留学生が日本でのキャリア形成を考えるための様々な支援も行っています。

※対象者や履修方法、募集時期などの詳細は、国際連携推進機構のウェブサイトを確認してください。

<https://www.suoic.shizuoka.ac.jp/international/employment/>



10.2. 就職相談

静岡大学では、留学生を対象とした個別就職相談を実施しています。就職活動の進め方や企業研究、エントリーシート作成、面接対策など、日本での就職に関する様々な相談をすることができます。相談は毎週月曜日・水曜日に実施しており、予約はオンラインで受け付けています。

相談内容や予約方法等の詳細は、国際連携推進機構のウェブサイトを確認してください。

<https://www.suoic.shizuoka.ac.jp/international/employment/career-support/>



博士課程学生・ポスドクの学生を対象とした就職支援や、各学部における就職支援も利用できます。

<https://www.shizuoka.ac.jp/careersupport/doctors/>



学外の団体や関係機関による留学生向け就職支援事業も実施されています。詳細については、学情からのお知らせや各ウェブサイトを確認してください。

10.3. 卒業後も日本で就職活動をする場合（特定活動）

在留資格「特定活動」は、卒業後も日本に滞在しながら就職活動をするための在留資格です。留学生が大学を卒業・修了した後も、日本国内で就職活動を継続する場合に利用することができます。学内での手続きは、各部局の留学生担当窓口、浜松学生支援課留学生係（p.2）が担当します。この制度は大学を卒業・修了した学生を対象としており、退学した場合は「特定活動」へ変更することはできません。在留期間は通常6か月で、条件を満たした場合は更新が1回認められ、最長1年間就職活動を継続することができます。制度の概要や要件については、出入国在留管理庁のウェブサイトを確認してください。

出入国在留管理庁：本邦の大学等を卒業した留学生が就職活動を行う場合
<https://www.moj.go.jp/isa/applications/status/designatedactivities14.html>



11. 日本（静岡県）生活事情

11.1. 静岡県の気候

静岡県は一年を通じて温暖で過ごしやすいです。8月から9月にかけては台風シーズンで、毎年いくつかの台風が日本に上陸したり接近したりします。

- ・春（3月～5月）は、温暖な日が続く、桜や新緑を楽しめます。
- ・夏（6月～8月）は前半が梅雨（雨季）で、後半は蒸し暑く炎天の日が続く気温が35度を超えることもあります。
- ・秋（9月～11月）は、比較的温暖な秋晴れの日が多いです。
- ・冬（12月～2月）は、かなり寒い季節となります。静岡や浜松では雪はほとんど降りませんが、氷点下になることもあります。

11.2. 地震

日本列島は、火山活動も活発で世界でも有数の地震多発地帯となっています。特に、静岡県は地震防災対策強化地域に指定されており、近い将来大地震に襲われる危険性が十分考えられます。常日頃から、地震に対する備え、地震のときの避難場所（自宅の時、大学の時）の確認などを行い、被害を最小限にするよう心掛けてください。

非常持ち出し品は次のようなものが考えられます。

飲料水、食料（3日分ぐらい）、薬、健康保険証、在留カード、パスポート、印鑑、預金通帳・カード、現金、タオル、石鹸、ティッシュ、洗面用具、下着類、寝袋、毛布、手袋、携帯用ラジオ、懐中電灯、マッチ、マスク、ヘルメット

11.2.1. 地震の時の10ヵ条

- 1) まず、テーブルや机の下にもぐり我が身の安全を！
- 2) ガス器具や電器製品を止める！
- 3) 火が出たらまず消火！
- 4) あわてて外にとび出すな！
- 5) 出口の確保！
- 6) 狭い路地、塀の近く、がけや川に近寄るな！
- 7) 山崩れ、がけ崩れ、津波、浸水に注意！
- 8) 避難は歩いて！持ち物は少なく！

9) 協力しあって応急救護！

10) テレビ、ラジオなどで、正しい情報をつかむ！

静岡大学では、毎年大規模地震の発生を想定した避難訓練を行っています。大学内の避難場所はホームページで確認することができます。

https://www.shizuoka.ac.jp/outline/bousai/document/eqtmanu_st.pdf



毎年10月には浜松国際交流会館、11月には静岡国際交流会館で防災訓練を実施しています。浜松国際交流会館では毎年4月に防火訓練も実施しています。地震や火災などの災害に備え、いざという時に落ち着いて行動できるよう、積極的に参加してください。

11.2.2. 静岡大学安否情報システム

静岡県と隣接県で震度5弱以上または国内で震度7の地震を観測した場合、登録したアドレスに自分の安否情報を入力するよう促すメールが自動配信されます。必ず入力してください。入力すると、静岡大学が安否を確認でき、保護者や家族への情報伝達に役立ちます。

11.3. ごみの出し方

日本では、ごみを決められた方法で分別し、指定された日時・場所に出す必要があります。ごみは一般的に「燃えるごみ」「燃えないごみ」「資源ごみ」に分別し、町内ごとに定められた収集日の午前8時30分までに指定された場所へ出してください。ごみの分別方法や収集日は地域によって異なるため、居住地のルールを必ず確認してください。

11.3.1. ごみの分別方法

静岡市及び浜松市では、ごみの分別方法や収集日を確認できるガイドブックやウェブサイトを開示しています。

【静岡市】

静岡市：ごみの出し方・分別ガイドブック

<https://www.city.shizuoka.lg.jp/gomi/s000668.html>

Shizuoka City : Garbage Disposal (英語)

<https://www.city.shizuoka.lg.jp/s9328/p005705.html>



【浜松市】

浜松市：家庭ごみの出し方

<https://www.city.hamamatsu.shizuoka.jp/ippai/gomi/dashikata/index.html>



浜松市：分別収集カレンダー（外国語版あり）

<https://www.city.hamamatsu.shizuoka.jp/ippai/gomi/dashikata/calendar/index.html>



・問い合わせ先

分別方法が分からない場合は、以下へお問い合わせください。

静岡市 ごみ減量・リサイクル推進係 TEL：054-221-1361

静岡市 収集業務課 適正排出推進係 TEL：054-221-1365

浜松市役所 環境部 一般廃棄物対策課 TEL：053-453-0011

11.3.2. 粗大ごみ・家電の処分

大型ごみや多量ごみを処分する場合は、事前の申し込みが必要です。

静岡市 不燃・粗大ごみ受付センター TEL：0120-532-471

浜松市 連絡ごみ受付センター TEL：053-453-2288

ただし、エアコン、テレビ、冷蔵庫、冷凍庫、洗濯機、衣類乾燥機の 6 品目は市では回収しないので、家電販売店に処分を依頼するか、料金を支払って指定場所へ運ぶ手続きを取ってください。廃棄するパソコンも、市では回収しないので、パソコンメーカーへ回収の申し込みをしてください。

11.4. 交通

日本では、鉄道やバスなどの公共交通機関が発達しており、自動車を持っていなくても多くの場所へ移動することができます。公共交通機関は時間どおりに運行されることが多く、通学や旅行、日常生活に広く利用されています。

公共交通機関を利用する際には、学生向けの割引制度を利用できる場合があります。静岡大学の正規生は、通学定期券や学割証（学生旅客運賃割引証）を利用することができます。

また、日本では人は道路の右側を歩き、自動車や自転車は道路の左側を通行することが基本的な交通ルールとなっています。

11.4.1. 自転車

日本では自転車がよく利用されますが、自転車専用道路が十分に整備されていない場所が多くあります。自転車は道路交通法上「車両」として扱われるため、交通ルールを守り、安全に利用してください。自転車による交通事故が多く発生しています。信号無視、一時不停止、スマートフォンを操作しながらの運転などの危険な行為はしないでください。

警察庁「自転車交通安全 自転車の交通ルール」



<https://www.npa.go.jp/bureau/traffic/bicycle/portal/rule.html>

警視庁「Japan's Traffic Rules」



https://www.keishicho.metro.tokyo.lg.jp/multilingual/english/traffic_safety/traffic_rules/index.files/japan_traffic_rules_english.pdf

2026 年 4 月から、自転車の交通違反に対して交通反則通告制度（青切符制度）が導入されました。16 歳以上の利用者が一定の交通違反をした場合、反則金の対象となることがあります。詳細については警察庁のウェブサイトを参照してください。

警察庁「自転車交通安全 取締まりについて」



<https://www.npa.go.jp/bureau/traffic/bicycle/portal/control.html>

万が一の事故に備え、自転車保険（p.9）・学生賠償責任保険（p.8）に必ず加入してください。

11.4.2. 自転車防犯登録

自転車を購入した際は、必ず防犯登録を行ってください。防犯登録は、自転車の盗難防止や所有者確認のための制度です。自転車販売店やホームセンター等で登録手続きを行うことができます。

自転車を他の人に譲る場合や、他の人から譲り受ける場合は、防犯登録の名義変更（または再登録）が必要です。譲る人は譲渡証明書を作成し、譲り受ける人は防犯登録取扱店で手続きを行ってください。防犯登録が以前の所有者のままになっていると、警察から確認を求められる場合があります。

11.4.3. 自動車、原付・自動車

バイクや原動機付自転車（原付）は、通学やアルバイト先への移動に便利な交通手段です。しかし、交通ルールや運転マナーは国によって異なります。運転する際は日本の交通ルールを十分に理解し、安全運転を心掛けてください。

日本でバイクや原付、自動車を運転するためには、それぞれの車両に応じた有効な日本の運転免許証または国際運転免許証が必要です。運転できる車種や条件は、免許の種類や発行国によって異なります。所持している免許証で運転できるか不明な場合は、警察署や運転免許センターに確認してください。

また、バイクや原付、自動車を所有する場合は、自動車損害賠償責任保険（自賠責保険）への加入が法律で義務付けられています。保険期間が切れないよう十分注意するとともに、任意保険にも必ず加入してください（p.9）。

なお、留学生によるバイクや原付の交通事故が発生しています。ヘルメットを正しく着用し、速度超過、飲酒運転、無免許運転、運転中のスマートフォンの使用は絶対にしないでください。

自動車を所有する場合は、駐車場所を確保し、車庫証明（自動車保管場所証明書）の手続きが必要となります。バイクや原付についても、近隣住民の迷惑とならないよう、定められた場所に駐車してください。

11.5. 交通事故

静岡大学の学生が関係する交通事故が毎年増えています。自転車、オートバイ、自動車を運転するときは、交通事故を起こしたり、交通事故に巻き込まれたりしないように特に注意してください。また、オートバイや自動車を運転する際には、自動車保険（強制保険・任意保険）に加入しましょう。

11.5.1. 学内の交通事故

大学構内で交通事故が発生した場合は、直ちに最寄りの部局、または所属する部局の留学生担当係に連絡し、警察へ連絡する必要があるかどうか相談してください。

11.5.2. 学外の交通事故

交通事故の加害者になった場合も被害者になった場合も、事故の大小にかかわらず、必ず警察に連絡してください。その後、所属する部局の留学生担当係にも連絡してください。警察に連絡しておかないと、自動車損害賠償責任保険や任意保険が適用されなかったり、損害補償が受けられなかったりします。また事故直後には痛みがなくても、後遺症がでることがありますので、病院にも行きましょう。

土・日・祝日及び夜間の連絡先：

静岡キャンパス 守衛所：054-238-4444

浜松キャンパス 守衛所：053-478-1111

11.6. SNS の利用

インターネットや SNS は世界中とつながることができる便利なツールですが、使い方を間違えるとあなた自身だけではなく、周りの多くの人に影響が及びます。場合によっては、刑罰を受けることにもなりますので、インターネット・SNS の利用にはリスクが伴うことを認識してください。

11.6.1. 基本原則

- ・法律や規則に違反する行為、不正な行為をしない。
- ・他者の権利、著作権、肖像権、プライバシーを侵害しない。音楽、イラスト、映像などを著作者に無断で配布したり、改ざんしたりしない。
- ・講義資料の売買やレポート・論文のコピーペースト、剽窃を行わない。
- ・インターネット上には匿名性がないと心得る。
- ・自分のアカウントを他人に使用させない。
- ・パスワードや個人認証技術を利用し、情報の漏えいを防ぐ対策を取る。

11.6.2. ウイルス対策

- ・アンチウイルスソフトを使いウイルス対策を行う。
- ・OS やソフトウェアのセキュリティアップデートを確認し、常に最新の状態にしておく。
- ・発信元が不明なメール、不審な添付ファイルがついたメールを開かない。
- ・インターネット上では安全性が確認できないコンテンツを利用しない。

11.6.3. SNS

SNS の利用は自己責任が原則です。

- ・一度投稿した内容はあなたが削除しても、ネット上から完全に消えることはありません。
- ・友人に限定公開している情報であっても、全ての内容が世界中に発信されていると考えてください。
- ・特に写真や動画の投稿には注意してください。個人の特定やプライバシー侵害、守秘義務違反など、思わぬトラブルにつながる可能性があります。
- ・投稿前に内容が社会通念上問題ないか、情報倫理に違反していないかを確認しましょう。

11.7. 郵便

手紙やはがきに切手を貼って郵便ポストに投函することで郵便サービスを利用できます。ゆうパック（荷物）や国際郵便を送る場合は、郵便局の窓口を利用してください。郵便局では、郵便サービスのほか、銀行口座の開設（ゆうちょ銀行）、貯金、送金、各種料金の支払いなどのサービスも利用できます。

引越しをした場合は、郵便局へ転居届を提出してください。転居届を提出すると、旧住所あての郵便物を 1 年間、新住所へ転送してもらうことができます。

郵便料金や郵便局の営業時間については、日本郵便のウェブサイトを確認してください。郵便局によって営業時間が異なり、一部の郵便局は土日・祝日も利用できます。

- ・日本郵便：<https://www.post.japanpost.jp/>
- ・郵便料金：<https://www.post.japanpost.jp/send/fee/>



日本郵便



郵便料金

11.8. 宅配便

郵便局のゆうパックのほかに、民間の宅配便サービスを利用して、国内外へ荷物を送ることができます。宅配便は、衣類や日用品などの荷物を指定した住所へ配送するサービスです。コンビニエンスストアや営業所から発送できる場合もあり、配達日時を指定できるサービスもあります。配達時に不在だった場合は、不在連絡票が郵便受けに投函されます。不在連絡票や各事業者のウェブサイト等から再配達を依頼することができます。

11.9. 市民としての地域相談窓口

留学生やその家族が日本で生活する中で、市内の医療・福祉、住居、各種行政手続、子どもの教育や子育て、日本語学習などについて相談したい場合は、お住まいの市町村の窓口を利用してください。静岡市や浜松市では、外国人住民向けの相談窓口や多言語による情報提供を行っています。

【静岡市】

静岡市：静岡市に住む外国人の方へのお知らせ（やさしい日本語・English・中文など）

<https://www.city.shizuoka.lg.jp/p000211.html>

静岡市国際交流協会（SAME：Shizuoka City Association for Multicultural Exchange）

<https://samenet.jp/>



静岡市



SAME

【浜松市】

浜松市：CANAL HAMAMATSU（外国人住民向け多言語情報サイト）

<https://www.city.hamamatsu.shizuoka.jp/foreign/>

公益財団法人浜松国際交流協会（HICE）：HAMAPO（外国人住民向け生活情報サイト）

<https://www.hi-hice.jp/en/>



CANAL HAMAMATSU



HAMAPO

12. 特に注意すること

12.1. 大学で

- ・指導教員及び留学生担当係と日頃から接触を持つこと
- ・学情からの連絡、留学生掲示板を丁寧に確認すること
- ・提出物等の提出期限を守ること
- ・車・バイクでの大学構内への乗り入れ禁止（浜松キャンパスではバイクは許可制）

12.2. 日常生活で

- ・ 3 カ月以上在留する場合は、必ず国民健康保険に加入すること
- ・ ゴミは決められた曜日・日に出すこと。
- ・ 火を使って料理する際は、火元から離れないこと。料理をする時には、換気に注意すること。
- ・ 留守のとき、就寝のときは戸締まりを確実に
- ・ 万一の火事に備え通報方法・消火器の位置・避難口の確認
- ・ 万一の急病に備え救急車の呼び方・近くの病院・薬局などの確認
- ・ 自動車・バイクを持っている場合は強制保険・任意自動車保険に必ず加入すること
- ・ 自動車・バイクの無免許運転をしないこと
- ・ 交通事故の加害者にも被害者にもならないように注意する

・C.静岡大学での生活が終わる時

13. 帰国時の手続き

13.1. 帰国時手続きチェックリスト

13.1.1. 静岡大学での手続き

- 指導教員と所属部局の留学生担当係に、帰国日と帰国後の連絡先を知らせる。
担当係で必要な手続きを確認する。
- 成績証明書など各種証明書が必要な場合は、大学を離れる2週間前までに依頼する。
- 生協組合員は組合員証を返却し、出資金の返金を受ける。
- 生協で学生賠償責任保険解約の手続きをする。
- 静岡大学国際課 HP もご覧ください。

<https://www.suoic.shizuoka.ac.jp/international/returningprocess/>



13.1.2. 住居の退去手続き

帰国するためアパートを出る時には、清算が必要になります。この清算金額の見積もりのために、部屋の状態を確認します。この時には必ず立ち会い、何にいくらかかるのかを確認してください。また、アパート内で修繕が必要だと思う箇所があれば自分で直さないで、契約した不動産業者か大家さんに相談してください。

- アパートの管理会社や不動産会社、国際交流会館の管理人に、通常1ヵ月前までに、退去の予定を知らせてください。期限を過ぎてから退去を伝えたと、違約金が請求される場合があります。
- 家賃、電気・ガス・水道料金を精算
家賃や料金引き落としの口座を解約する場合は、それぞれの会社へ連絡して現金で払う手続きをしてください。
- ゴミや不用品の処分
燃えるゴミ、資源ゴミ（ビン・缶など）は、指定日に指定場所へ捨てます。粗大ゴミを処分する場合は、早めに所定の手続きをし、必ずルールに従って処分してください。
-

13.1.3. その他

- 携帯電話・インターネットサービス利用の契約の解約
自分の契約内容を確認し、金融機関の口座は、原則解約してください。ただし、料金を金融機関の口座からの引き落としにしている場合は、それぞれの会社へ連絡して現金で払う手続きをしてください。奨学金の振込みなど入金がある場合は、振込み日を確認してから帰国日を決めてください。
- 市（区）役所で転出の手続き
国民健康保険証を返却し、保険料を清算する。国民年金に加入している人は、年金手帳を持参し、市（区）役所で脱退手続きをする。

14. 帰国外国人留学生短期研究制度

アジア、中南米、中東、アフリカ等の地域の開発途上国から、かつて留学生として日本に留学し、帰国後3年以上経過し、満45歳以下の者で現在自国において教育学術研究又は行政の分野で活躍している者に対して、日本の大学において当該大学の研究者と共に短期研究を行う機会を与えています。詳しくは、所属する部局の総務係に問い合わせてください。

・D.日本の文化と生活を楽しむために

15. 日本の文化と生活

15.1. 日本社会の特徴

日本で快適に暮らすためには、日本社会がどのような価値観で動いているかを知っておくと役立ちます。ここでは基本的な考え方と、地域による違いを紹介します。

15.1.1. 日本社会の基本的な価値観

日本では、周囲の人への配慮や、集団の中での調和（和）を大切にする傾向があります。自分の意見を持つことは尊重されますが、それを伝える際には相手や場の状況に気を配ることが好まれます。「和を大切にする」…自分だけでなく、まわりの人の気持ちや立場を考えて行動することが望まれます。「時間・約束を守る」…時間や締め切り、ルールを守ることが信頼につながります。「迷惑をかけない」…他人に負担をかけないように配慮する考え方（「人に迷惑をかけない」）が、生活の多くの場面に表れています。

15.1.2. 多様性と地域差

「日本人はみな同じ」というイメージは正確ではありません。年代・出身地・職業などによって考え方は多様で、習慣も地域によって大きく異なります。例えば、ゴミの分別方法、方言、食文化、行事などは地域ごとに違います。引っ越したら、その土地のやり方を確認しましょう。

近年は外国にルーツを持つ住民も増えており、特に浜松市など多文化が共生する地域もあります。わからないことは遠慮せず周囲に尋ねて構いません。

15.2. コミュニケーション

日本での人間関係は、あいさつや言葉づかいから始まります。完璧な日本語でなくても、丁寧に伝えようとする姿勢が好印象につながります。

15.2.1. あいさつの重要性

あいさつは良い関係づくりの第一歩です。近所の人や大学の先生、アルバイト先の人には、こちらから笑顔であいさつしましょう。

基本のあいさつは「おはようございます」「こんにちは」「こんばんは」「ありがとうございます」「すみません」です。会釈（軽くおじぎをすること）も大切なあいさつです。目が合ったら軽く頭を下げるだけでも好印象です。

15.2.2. 敬語と丁寧な表現

日本語には、相手を敬う「敬語」があります。先生・店員・年上の人・初対面の人には、ふつう「です・ます」を使った丁寧な言い方をします。

まずは「です・ます」体（丁寧語）を使えば十分です。尊敬語・謙譲語は少しずつ覚えていきましょう。

友だちには「タメ口（ためぐち）」と呼ばれるくだけた話し方をしますが、相手や場面を見て使い分けることが大切です。

15.2.3. 直接的・間接的な表現

日本では、相手に配慮して遠回しに伝えることがよくあります。「はい」が必ずしも同意を意味しなかったり、はっきり断らずに気持ちを示したりすることもあります。

誘いを断るときは、「ちょっと…」「考えておきます」「また今度」などの表現が「ノー」の意味になることがあります。

相手の表情や口調、その場の雰囲気もメッセージの一部です。わからないときは「どういう意味ですか」と確認して構いません。

15.3. 日常生活のマナー

日常のささいなマナーが、近隣やまわりの人との良い関係を保つ鍵になります。特にゴミ・騒音・順番待ちには注意しましょう。

15.3.1. ゴミの分別

日本ではゴミを種類ごとに分けて、決められた曜日・時間・場所に出します (p.24)。

「燃えるゴミ」「燃えないゴミ」「資源ゴミ (缶・びんなど)」に分け、地域で決められた日の決められた時間までに指定の場所へ出します。

透明または半透明の袋を使います。各自治体が指定する袋を購入する必要があり、コンビニやスーパーのレジ袋は使えません。大型ゴミは事前に申し込みが必要です (分別方法は市役所に確認)。

15.3.2. 騒音への配慮

集合住宅では、生活音が隣や上下の部屋に伝わりやすいので注意してください。特に夜間や早朝は、大きな話し声、音楽、掃除機・洗濯機の使用は控えめに、静かに過ごしましょう。

友人を招いてのパーティーや、ベランダ・廊下での会話にも注意が必要です。トラブルの多くは騒音が原因です。

15.3.3. 列に並ぶ文化

日本では、駅・店・バス停・トイレなど、多くの場面で列に並んで順番を待ちます。割り込みはとても嫌われます。電車やバスは降りる人が先です。乗る人は並んでいる列の最後尾につき、降車が終わってから乗ります。エスカレーターでは片側を空ける地域が多いですが、最近は「歩かず両側に立つ」よう呼びかける場所も増えています。表示に従いましょう。

15.4. 住居と近隣関係

アパートやマンションでの暮らしには、日本特有のルールやマナーがあります。気持ちよく住むために、近隣への配慮を心がけましょう。

15.4.1. アパート生活の注意点

入居したら、水道・電気・ガスの使用開始の手続きが必要です。料金はほとんどが口座振替です (p.20-21)。

火を使う料理のときは火元から離れず、換気にも注意してください。

外出時・就寝時は必ず戸締まりをしましょう。

部屋に修繕が必要な箇所があっても自分で直さず、不動産会社や大家さんに相談します。

退去するときは1か月前までに管理会社・不動産会社・大家さんへ連絡します。連絡が遅れると違約金を請求されることがあります (p.29)。

15.4.2. 共用スペースの利用

廊下・階段・エントランス・ゴミ置き場・駐輪場などは、みんなで使う共用スペースです。自転車・バイクは決められた駐輪場に置きます。

玄関前や廊下に荷物や私物・自転車・ゴミを放置してはいけません。緊急時の避難の妨げにもなります。

15.4.3. 1.4.3. 近隣住民との付き合い方

引っ越したら、近所や大家さんに簡単なあいさつをしておくと、その後の関係がスムーズになります。会ったときは笑顔であいさつを。困ったときに助け合える関係づくりにつながります。

自治会（町内会）に入ると、ゴミ・防災・地域行事などの情報が得やすくなります。

15.5. アルバイトと職場文化

留学生がアルバイトをするには、入国管理局（出入国在留管理庁）の「資格外活動の許可」が必要です (p.3)。働き始める前に必ず許可を受けましょう。日本の職場には独自の文化があります。

15.5.1. 時間厳守

日本の職場では、時間を守ることが最も基本的なマナーです。遅刻は信頼を大きく損ないます。

シフトの開始時刻の少し前（5～10 分前）に着き、準備をして時間どおりに仕事を始められるようにします。遅刻・欠勤・早退するときは、できるだけ早く、必ず自分で職場に連絡します。

15.5.2. 報告・連絡・相談（ホウレンソウ）

「報告・連絡・相談」の頭文字をとった「ホウレンソウ」は、日本の職場で重視される基本のコミュニケーションです。

報告…仕事の進み具合や結果を上司に伝える。

連絡…必要な情報を関係者に知らせる。

相談…困ったときや判断に迷うときは、自分だけで決めず、早めに上司や先輩に相談する。

15.5.3. 接客マナー

接客業では、お客様に対する丁寧な言葉づかいと態度が求められます。覚えるまで大変ですが、基本のフレーズから始めましょう。

基本のフレーズ…「いらっしゃいませ」「少々お待ちください」「ありがとうございました」「申し訳ございません」。みだしなみ（清潔な服装・髪型）や笑顔、丁寧なおじぎも接客の一部です。

15.5.4. 職場でのコミュニケーション

わからないことは、わかったふりをせず質問することが大切です。質問は「仕事をきちんとやろうとしている」という良い姿勢と受け取られます。指示がわからないときは、その場で「確認させてください」と聞き返しましょう。出・退勤時のあいさつ（「おはようございます」「お先に失礼します」「お疲れさまでした」）も忘れずに。

15.6. 日本の年中行事

日本には季節ごとの年中行事があります。地域や家庭によってやり方は異なりますが、代表的なものを知っておくと生活がより楽しくなります。

15.6.1. 正月（1月）

一年で最も大切な行事です。神社や寺へ「初詣」に行き、一年の幸せを願います。おせち料理やお雑煮を食べ、年賀状を送り合う習慣があります。多くの店や役所、銀行は元日前後に休みになります。

15.6.2. 節分（2月3日ごろ）

季節の変わり目に、悪いものを追い払い、福を呼ぶ行事です。「鬼は外、福は内」と言いながら豆をまきます。その年の縁起の良い方角を向いて「恵方巻き」という寿司を食べる習慣もあります。

15.6.3. 花見（3月下旬～4月）

桜の花を見ながら、春の訪れを楽しむ行事です。公園などでは多くの人が集まります。桜の木の下で食事をしたり、散歩をしたりします。場所取りやゴミの持ち帰りなど、マナーを守りましょう。

15.6.4. お盆（8月13日～15日ごろ）

祖先の霊を迎え、供養する行事です。多くの人が帰省するため、交通機関が混雑します。地域によっては7月に行うところもあります。各地で盆踊りや祭りが開かれます。多くの職場や学校が休みになります（静岡大学も夏季休業）。

15.6.5. 年末年始

12月後半から1月初めは、一年で最も大きな節目の時期です。年末は大掃除をして一年の汚れを落とし、大みそかには「年越しそば」を食べます。多くの職場や学校が休みになります（静岡大学も冬季休業）。

15.7. 災害と助け合い

日本は地震や台風などの自然災害が多い国です。特に静岡県は「地震防災対策強化地域」に指定されており、日ごろからの備えが欠かせません。

15.7.1. 地震への備え

地震はいつ起こるかわかりません。避難場所（自宅にいるとき・大学にいるとき）を事前に確認し、非常用品を準備しておきましょう（p.23）。非常持ち出し品の例…飲料水・食料（3日分ほど）、在留カード、パスポート、現金、健康保険証、薬、懐中電灯、携帯ラジオ、マスクなど。地震が起きたら…①机の下などで身を守る ②火を消す ③あわてて外に飛び出さない ④出口を確保 ⑤テレビ・ラジオで正しい情報を得る。

大きな地震のとき、静岡大学の「安否情報システム」から安否確認のメールが届きます（p.24）。自分の情報を必ず入力してください。学内の避難場所は大学ホームページで確認できます。

15.7.2. 1 台風への備え

6月から10月にかけては台風シーズンで、毎年いくつかの台風が日本に接近・上陸します。強い風雨や停電に注意が必要です。台風が近づいたら、天気予報や自治体の情報をこまめに確認し、不要な外出は避けます。ベランダの物を室内に入れる、飲料水や懐中電灯を用意するなど、早めに備えましょう。大学が休講になる場合があります。

15.7.3. 1.7.3. 地域コミュニティとの協力

災害のときは、近所の人どうしの助け合い（共助）が大きな力になります。日ごろから地域とのつながりを持ち、住んでいる地区の避難場所・避難経路を確認しておきます。市役所や国際交流協会で、多言語の防災情報が得られます。地域の防災訓練に参加すると、いざというときの動き方がわかり、近所の人とも知り合えます。

15.8. 静岡県で暮らす

静岡県は太平洋に面し、一年を通じて温暖で過ごしやすい地域です。静岡大学は静岡市と浜松市にキャンパスがあります。ここでは、地域の暮らしや楽しみ方を紹介します。

15.8.1. 静岡の気候と生活

静岡県は一年を通じて温暖で、雪はほとんど降りません。ただし夏は蒸し暑く、気温が35度を超える日もあります。春（3～5月）は桜や新緑、秋（9～11月）は晴天の日が多く過ごしやすい季節です。夏（6～8月）は前半が梅雨、後半は猛暑になります。熱中症や紫外線への対策をしましょう。冬（12～2月）はやや寒く、まれに氷点下になります。

静岡県は東西に長く、地域ごとに表情が異なります。自然・歴史・グルメなど見どころがたくさんあります。休日には少し足をのぼして、地域の魅力を楽しんでみましょう。県庁所在地の静岡市と、県西部の中心都市・浜松市が二大都市です。

静岡市…駿河湾と南アルプスに囲まれ、お茶や桜えびで有名。清水港や三保松原があります。

浜松市…浜名湖やものづくり産業で知られる活気ある都市。近隣には掛川・磐田・袋井などの市があります。新幹線を使えば、東京・名古屋へも日帰りで行けます。

15.8.2. 外国人コミュニティ

同じ国や地域の出身者が集まるコミュニティは、心強い支えになります。同時に、日本社会とのつながりも大切にすると、生活の幅が広がります。

ブラジル食材店やエスニック料理店、外国語に対応した教会・モスクなどがあり、母国の文化に触れられます。国際交流協会のイベントやボランティア活動に参加すると、日本人市民だけでなく外国人市民とも知り合えます。

15.8.3. 地域イベント

静岡・浜松には、地域に根ざした伝統行事や祭りが 있습니다。留学生も見学したり参加したりできます。

静岡まつり…毎年4月上旬、駿府城公園を中心に開催。徳川家康が家臣を連れて花見に出かけた様子を再現する「大御所花見行列」が市街地を練り歩き、夜には「夜桜乱舞」などの踊りでにぎわいます。浜松まつり…毎年5月3～5日に開催。昼は中田島砂丘で勇壮な「風揚げ合戦」、夜は市街地で豪華な「御殿屋台」の引き回しが行われ、100万人以上が訪れます。

15.8.4. 静岡県のおいしいもの

静岡県は海の幸・山の幸に恵まれた「食の宝庫」です。地元ならではの味をぜひ試してみてください。

お茶…静岡は日本有数のお茶の産地で、長く生産量日本一を誇ってきました。

うなぎ…浜名湖周辺はうなぎ養殖発祥の地として有名です。

桜えび・しらす…駿河湾でとれる桜えびは、国内ではここでしかとれない貴重な味。生しらすも人気です。

浜松餃子・静岡おでん…キャベツたっぷりの「浜松餃子」、黒いだしと串が特徴の「静岡おでん」はご当地グルメの代表格です。

15.8.5. 静岡県のレジャー

日帰りで楽しめる観光・レジャースポットも豊富です。

富士山・三保松原…世界文化遺産。富士山を望む景色は静岡ならではの。

日本平・久能山東照宮…静岡市の絶景スポット。ロープウェイで結ばれています。

浜名湖・浜松城…浜松市の人気スポット。湖でのレジャーや歴史散策が楽しめます。

その他…大井川鐵道の SL、寸又峡の「夢の吊り橋」、伊豆・熱海の温泉なども人気です。