留学生のための長崎生活ガイド

留学生的长崎生活指南

長崎大学国際教育リエゾン機構

長崎大学国际教育合作机构

２０１４年４月

留学生のための長崎生活ガイド　目次

1．長崎紹介 …… 2
2．来日後まずしなければならない手続きなど …… 4
3．日本での生活で注意しなければならないこと …… 6
4．国際教育リエゾン機構での手続き・リエゾン機構からのお知らせ …… 14
5．留学生モバイルネット …… 18
6．入国・在留関係の手続き …… 20
7．資格外活動（アルバイト）について …… 28
8．授業料納付法・授業料免除の申請 …… 30
9．留学生へのさまざまな奨学金・資金援助 …… 32
10．大学のインターネット環境 …… 34
11．日本語の勉強（留学生センター・地域のボランティア教室） …… 36
12．困ったとき、問題があるとき、情報がほしいときは …… 40
13．国際交流会館（留学生寮） …… 44
14．アパートを借りる …… 48
15．引越すときにしなければならないこと …… 50
16．ごみの出し方 …… 52
17．附属図書館の利用 …… 56
18．国民健康保険について …… 62
19．病気やけがをしたとき・健康診断 …… 66
20．非常のとき …… 68
21．大学生協の利用 …… 70
22．学内スポーツ施設案内 …… 74
23．学外の留学生の支援・交流団体 …… 76
24．自動車・バイクに乗る …… 82
25．バスや電車の利用 …… 88
26．銀行・郵便局の営業時間と口座開設 …… 92
27．母国や日本国内に小包などを送るとき …… 94
28．ボランティア活動をしてみよう・学生サークルに参加してみよう …… 96
29．台風の場合積雪の場合の休講について …… 106
30．帰国前にしなければならない手続き …… 108

様式集 …… 112～
留学生カード／留学生一時出国届け／住所・電話番号届・変更届け
留学生修了者（帰国者）カード

地図 …… 117～
大学（文教キャンパス）周辺地図／大学（坂本キャンパス）周辺地図
長崎市街地図／　国際交流会館（西町）の行き方
学内地図（文教キャンパス）

留学生的长崎生活指南 目录

1．长崎介绍 ····· ３
2．来日（入学）后急需办理的手续一览表 ····· ５
3．在日本生活时应注意的事项 ····· ７
4．可在国际教育合作机构事务室办理的手续
国际教育合作机构事务室的通知 ····· １５
5．留学生手机连络网的通知 ····· １９
6．入国· 居留关系的手续 ····· ２１
7．资格外活动（打工）的有关事项 ····· ２９
8．学费交纳的方法・学费免除的申请 ····· ３１
9．对留学生的各种奖学金・资金援助 ····· ３３
10．大学的因特网环境 ····· ３５
11．日本语的学习（校园内・地区） ····· ３７
12．遇到困难、问题时，希望获得信息时 ····· ４１
13．国际交流会馆（留学生的宿舍） ····· ４５
14．租借民间公寓 ····· ４９
15．搬家时必需做的事 ····· ５１
16．垃圾处理（长崎市的规定） ····· ５３
17．附属图书馆的利用 ····· ５７
18．国民健康保险 ····· ６３
19．生病和受伤时・健康诊断 ····· ６７
20．紧急情况 ····· ６９
21．大学生协的利用 ····· ７１
22．校内的体育设施指南 ····· ７５
23．学外的留学生支援・交流团体的介绍 ····· ７７
24．驾驶汽车・摩托车 ····· ８３
25．巴士和电车的利用 ····· ８９
26．银行・邮局的营业时间・开设帐户 ····· ９３
27．向母国和日本国内邮寄包裹时 ····· ９５
28．参加志愿支援活动！/参加学生兴趣小组吧！ ····· ９７
29．在台风・积雪时的休讲 ····· １０７
30．归国前一定要办的手续 ····· １０９

资料模式册 ····· １１２～
留学生卡／ 外国人留学生一时出国届／
住宅地址电话号码登记・变更登记届／归国者卡

地图 ····· １１７～
大学（文教校园）周围地图／和平公园、坂本地区周围地图／长崎市区街道地图／去国际交流会馆（西町）的地图／校园地图 （文教校园）

留学生限定

公共施設入場料は無料

留学生可免费参观长崎的景点、设施

長崎市が所有する次の観光施設について、県内にお住まいの留学生のみなさんの入場料は無料となっています。

たくさんの施設を訪ね、長崎の歴史や文化に身近に触れ、長崎の魅力を感じてください。

＜対象者＞　住所が長崎県内の留学生

（在留カードが交付されない在留期間が３か月の方は対象となりません。）

＜利用方法＞　入館するときに、在留カードまたは外国人登録証を見せてください。

居住在长崎县内的留学生可免费参观长崎市的以下景点。

希望大家参观众多长崎的景点，接触长崎的历史和文化，感受长崎的魅力。

＜减免对象＞　居住在长崎县内的留学生

（未发放在留卡的、在留期限为 3 个月的人士不属于减免对象。）

＜使用方法＞　进入的时候，请出示在留卡或外国人登录证。

施設名	设施名称
長崎県美術館（常設展のみ）	长崎县美术馆（仅常设展）
長崎歴史文化博物館（常設展のみ）	长崎历史文化博物馆（仅常设展）
長崎原爆資料館	长崎原爆资料馆
永井隆記念館	永井隆纪念馆
グラバー園	哥拉巴园
ロープウェイ	稻佐山缆车
出島	出岛
旧香港上海銀行長崎支店記念館	旧香港上海银行长崎支店纪念馆
べっ甲工芸館	玳瑁工艺馆
古写真資料館・埋蔵資料館	老相片资料馆・埋藏资料馆
亀山社中記念館	龟山社中纪念馆
端島見学施設（遊覧船の乗船料は別途必要）	端岛参观设施（另需乘船费用）
野口彌太郎記念美術館	野口弥太郎纪念美术馆
須加五々道美術館	须加五五道美术馆
中の茶屋（清水昆展示館）	中之茶屋（清水昆展示馆）
シーボルト記念館	西博尔德纪念馆
長崎ペンギン水族館	长崎企鹅水族馆
科学館（展示室）	科学馆（展示室）
遠藤周作文学館	远藤周作文学馆
ド・ロ神父記念館	多罗神父纪念馆
外海歴史民俗資料館	外海历史民俗资料馆
外海子ども博物館	外海儿童博物馆

お問い合わせは長崎市役所　国際課までお願いします。☎０９５－８２９－１１１３

具体事项请咨询长崎市国际课。

はじめに

留学生のみなさんは来日間もないとき習慣の違いなどでとまどうことが多いのではないでしょうか。さらに、言葉の問題もあると思います。しかし、日本に来てすぐ、大学の国際交流リエゾン機構、入管、役所、郵便局、銀行などでしなければならない手続きもありますし、交通機関などのようにすぐ使わなければならないものもあります。

そこで、留学生のみなさんが少しでもスムーズに長崎の生活に慣れることを願って、必要なことを簡単にまとめてみました。毎日の生活の中でわからないことがあったとき、留学生活をより充実したものにしたいときぜひ参考にしてください。

2014年4月

長崎大学　国際交流リエゾン機構

前言

来到日本不久的留学生们，由于习惯上的差异，不是会产生很多困惑吗？而且，还存在着语言方面的问题。然而抵达日本后，大家应尽快前往大学的国际教育合作机构事务室、入管局、市役所、邮局、银行等处办理有关手续，同时面临着马上要利用交通工具等情况。

衷心希望各位留学生，都能很快地适应长崎的生活。带着这样的心情，我们在这本小册子里将一些必要的事项，作了简单汇集。在日常生活中，大家要是有什么不明白的地方，或是想更加充实自己的留学生活，请多多参考它吧。

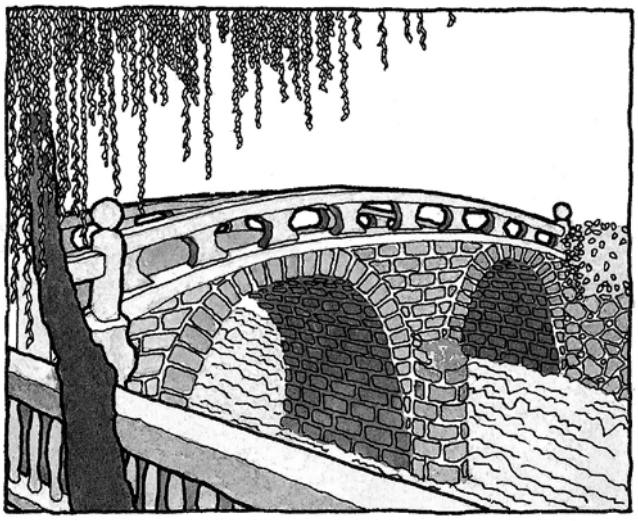
2014 年 4 月

长崎大学　国际教育合作机构

1　長崎紹介

・プロフィール

長崎県は日本の最西端に位置し、約600の島があります。総面積は4,089㎢で、全国36位と大きいほうではありませんが、島が多いため、海岸総延長は北海道に次いで全国第二位です。複雑に入り組んだ海岸があちらこちらで美しい風景を造り出しています。それらは同時に豊かな漁場にもなっています。



（眼鏡橋）

また、長崎は古くから外国文化を快く受け入れてきました。鎖国時代も外に向かって開かれた唯一の港として栄えました。ポルトガル、オランダ、そして中国は長崎にさまざまな風俗文化、宗教などをもたらしました。そして、長崎独特の文化が築かれました。現在も長崎の伝統行事やまつりに当時を忍ばせるものが数多くみられます。そして、外国人に対して人なつっこいといわれる長崎人の気質はこの歴史的背景と関係がないとは言えないでしょう。

・気候

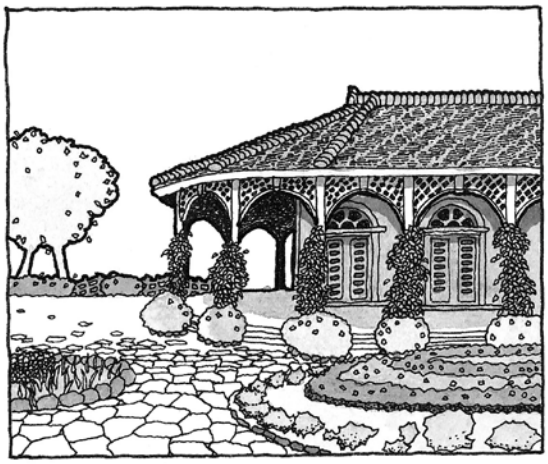
春	夏	秋	冬
3月、4月、5月	6月、7月、8月	9月、10月、11月	12月、1月、2月
暖かいです。桜やつつじの花が咲きます	たいへん湿度が高く、暑いです。梅雨には雨が多いです。台風も来ます。	風が涼しいです。高い山は紅葉がきれいです。	寒いです。時々雪がちらつきます。

・長崎月別気温と降水量（平均）

	1月	2月	3月	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月
月平均気温℃	6.8	7.4	10.5	15.2	19.1	22.5	26.6	27.6	24.3	19.3	14	9.1
降水量㎜.総量	70	88	129	161	176	360	330	207	208	93	80	57

1 长崎介绍

・简介



（グラバー庭园）

长崎县位于日本的最西端，有大约６００个岛屿。总面积为４，０８９平方公里，虽然排在全国第３６位而不算大，但岛屿之多，海岸总线之长，次于北海道而名列全国第二。结构复杂的海岸，营造出多处秀美的风景。而且，这里有着富饶的渔场。

长崎从很早起，就爽快地接受了外来文化。在锁国时代，她也作为唯一的对外开放港口而繁荣兴盛。葡萄牙、荷兰、还有中国，给长崎带来了多种多样的风 俗文化、宗教等，从而构筑起长崎独特的文化。长崎的传统活动和节日中，眷念往昔的内容，我们至今也还能看到不少。另外，善待外国人的长崎人气质，不能说跟这样的历史背景没有关系吧。

・气候

春	夏	秋	冬
３月　４月　５月	６月　７月　８月	９月　１０月　11月	１２月　１月　２月
暖和 樱花、杜鹃花盛开 	湿度高 炎热 梅雨季节多雨 有时有台风	凉爽 高山红叶很美 	寒冷 有时下雪

・长崎的月气温、湿度、降水量（平均）

	1月	2月	3月	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月
月平均气温 ℃	6.8	7.4	10.5	15.2	19.1	22.5	26.6	27.6	24.3	19.3	14	9.1
降水量 mm.总量	70	88	129	161	176	360	330	207	208	93	80	57

２　来日後まずしなければならない手続きなど

留学生のみなさん、ようこそ長崎大学へ。長崎大学に来て、これから留学生として生活していくために、まずしなければならない大切な手続きなどがあります。以下のチェックリストを使ってください。

チェックリスト

- □ **居住地の届出を行う（22 ページを見てください）**
  渡日後、居住地が定まってから 14日以内に、市役所あるいは支所で居住地を届け出てください。
- □ **国民健康保険証取得の手続き（62 ページを見てください）**
- □ **口座開設（92 ページを見てください）**
  郵便局か銀行か、銀行であればどこの銀行で口座を開設するかについては　必ず国際教育リエゾン機構事務室にきいてください。
- □ **留学生オリエンテーションの日程と場所の確認とオリエンテーションへの出席**
  毎年4月の10日前後、と 10月10日前後に新しく来日した留学生のための生活オリエンテーションが実施されます。必ず出席してください。詳しくは国際教育リエゾン機構事務室（14 ページを見てください）に問い合わせてください。
- □ **留学生カードの国際教育リエゾン機構事務室への提出（14 ページを見てください）**
- □ **留学生モバイルネットへの登録（18 ページを見てください）**
  オリエンテーションで説明があります。
- □ **パスポートと在留カードと健康保険証のコピーを国際教育リエゾン機構事務室へ提出**
- □ **アパート入居に係る諸手続（48 ページを見てください）**
- □ **身分証明証（学生証）の取得（所属学部・研究科など所属先で）**
- □ **健康診断の日程の確認と受診**
  オリエンテーションで説明があります。

２　来日（入学）后急需办理的手续一览表

留学生们、欢迎大家来长崎大学。来到长崎大学，从现在起、大家做为留学生的生活，首先必需要办理各种重要的手续，以下是一览表，请使用。

检验单

□地址登记手续（详情请参照第 23 页）
来日后，一旦决定了地址，请务必在 14 天之内到市役所或支所办理地址登记手续。

□ 取得国民健康保险证的手续(详情请参照 63 页)

□ 开设银行账户(详情请参照 93 页)
邮局也好银行也好，如果是银行，关于在哪个银行开设账户好，请务必向国际教育合作机构事务室咨询。

□ 留学生进行入学教育日程的确认和参加
每年大约在 4 月 10 日和 10 月 10 日前后为新来的留学生进行入学教育。请务必参加留学生入学教育。请先向国际教育合作机构事务室（15 页）咨询。

□ 向国际教育合作机构事务室提交留学生卡(详情请参照 15 页)

□ 登录留学生手机连络网(详情请参照 19 页)
关于手续在留学生入学教育时进行说明。

□ 向国际教育合作机构事务室（15 页）提交护照及在留卡和健康保险证的复印件

□ 在际教育合作机构办理与公寓入住有关的各种手续(详情请参照 49 页)

□ 身份证明证(学生证)的取得(在所属学部・研究科等所属单位)

□ 健康诊断日程的确认和受诊
关于手续在留学生入学教育时进行说明。

３　日本での生活で注意しなければならないこと

長崎大学には、多くの留学生が在籍しています。日本で安全に生活し、勉強するためには、安全管理や危機発生時の対応等の知識が必要になります。
また、法令等は国によって違うため、日本で生活する上で必要なルールを知っておくことが重要です。

・危機への対応

①地震

日本では、これまで何度も大規模地震が発生しています。長崎でも地震が起こる可能性があります。日頃から地震に備えてください。また、地震が起きた時には，落ち着いて行動するようにしてください。

＜平常時の準備＞

・避難時にすぐに持ち出せるよう、必要なものをまとめて袋等に入れておきます。
・家具が倒れたり、物が落下しないよう、家具・家電等を固定します。
・避難場所や非常のときの連絡方法などを確認し、そのメモを常に持っておきます。

＜地震発生時の対応＞

・落下物から身を守るため、丈夫なテーブルなどの下に隠れて、揺れが収まるまで待ちます。外にいる時は、ビルの剥がれた壁や割れたガラスが落下してくる可能性がありますので、建物から離れます。
・揺れが収まったら、テレビやラジオで情報を確認します。余震の可能性がありますので、油断してはいけません。

②火災

火事は日常生活の不注意が原因で起こることが多く、寮やアパートで火事を起こした場合、自分自身だけでなく、周りにも大変な迷惑をかけることになります。

＜予防策＞

・たばこの火はきちんと消す。ベッドや布団の上で絶対にたばこを吸わない。
・ガスコンロの近くに燃えやすい物を置かない。料理中はガスコンロから離れない。
・備え付けてある消火器の使い方や非常避難経路などを確認しておく。（消防訓練があれば参加する）

＜火災発生時の対応＞

・大きな声で火事が発生していることを知らせます。
・消防署（119番）へ通報します。
・火が大きくなる前に避難して下さい。無理に火を消そうとすると、逃げ遅れる危険がありますので、持ち物も気にせず、避難することを優先します。逃げるときは煙から身を守るために、濡れたタオルで鼻や口を覆い、姿勢を低くします。

３　在日本生活时应注意的事项

长崎大学有许多留学生在校学习，为了让同学们在日本能安全生活及学习，掌握安全管理及危机发生时的对策等知识是很重要的。

另外，由于各国的法令制度不同，了解在日本生活时必须遵守的规则也是很重要的。

・危机的对策

①地震

在日本，近年发生了几次大规模的地震。长崎也有发生地震的可能性，因此请在平时为可能发生地震做好准备。地震发生时，请保持冷静。

＜平时的准备＞

・准备好紧急用物品袋，避难时能立即随身携带。

・ 为防止家具倾倒、物体掉落，请将家具及电器物等固定。

・确认避难地点及紧急时的联系方式，并随时携带此联系方式。

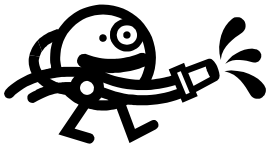
＜发生地震时的对策＞

・为了避免落下物的伤害，请躲避在坚实的桌子等下面，等待摇晃的结束。在户外时，建筑物的墙壁及碎玻璃有落下的可能，请不要靠近建筑物。

・摇晃结束之后，请通过电视及收音机确认消息，因还有余震的可能性，千万不要疏忽大意。

②火灾

大部分的火灾是由于日常生活中的不注意而引起的，宿舍及民间住宅发生火灾的时候，不仅给自己，还给周围带来许多麻烦。



＜预防措施＞

・烟蒂一定要掐灭。不要躺在床上及在被褥上吸烟。

・不要在煤气灶附近放置可燃物。炊事时不要离开煤气灶。

・配备的灭火器的使用方法及紧急避难路径等的确认。(如有消防训练，请参加)

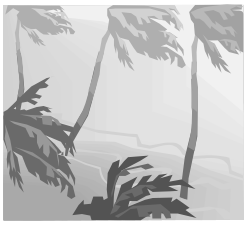
＜发生火灾时的应对措施＞

・大声通知周围发生火灾之事。

・给消防署打报警电话(报警电话是 119)

・在火势变大之前避难。若是强行灭火，会发生来不及避难的危险，不要顾及所携带的物品，避难是优先之事。避难时为了免受烟气伤害，可用湿毛巾护住口鼻，俯下身体。

③台風



長崎には，7月から10月にかけて台風が接近・上陸することがあります。台風が近づくと，雨や風が大変強くなり、外出することが危険な状態となる場合もあります。

＜台風接近時の留意事項＞

・気象情報を確認する

台風が接近するとテレビやラジオで情報が提供されます。情報をよく収集して、行動してください。

・非常用品を準備する

停電が発生することがあります。また，水道や電話も止まることもあります。そういった事態に備えて日頃から懐中電灯、携帯ラジオ、電池、水などを備えておきましょう。

・長崎大学では、台風等により気象警報が発令された場合や長崎市内の複数の公共交通機関が全線不通となった場合には休講となる場合があります。休講の場合は NU-Web システムの「お知らせ」および大学ホームページの携帯サイトにて以下の時間までに発表されますので、確認してください。

休講等の時間帯	時間
午前の授業等	午前7時
午後の授業等（経済学部夜間主コースの授業等を除く。）	午前 11 時
経済学部夜間主コースの授業等	午後 4 時

休講に関する詳細は「29　台風の場合・積雪の場合の休講について」（106 ページ）を確認してください。

・日常生活で気をつけること

外国で生活をする時、ちょっとした油断や自国とのルールの違いなどにより、思わぬトラブルに巻き込まれることがあります。ここでは日本での生活で注意しなければならないことについて説明します。

①在留カードの携帯

16歳以上の外国人は、在留カードを常に携帯しなければならないことになっています。入国審査官や警官に求められれば、必要に応じて提示しなければなりません。違反すると 1年以下の懲役または、20万円以下の罰金に処せられることがあります。

③台风

在长崎，每年 7 月至 10 月会有台风靠近和登陆。在台风接近时，会有暴雨及强风，在刮台风时出门是非常危险的。

＜台风接近时的注意事项＞

・确认气象部门发布的台风信息

台风接近时，电视及广播会提供有关台风的信息。请注意收集信息之后再行动。

・紧急用品的准备

因会发生停电，同时有可能会停水及不能使用电话。为以防万一，在平时准备好手电、便携式收音机、电池及饮用水，做到有备无患。

・在长崎大学，如果是由于台风等而发布气象警报及长崎市内复数的公共交通机构全路线不通时，停课的的消息会通过 NU-Web 系统的「通知」及大学的手机网站，在以下的时段内发表。

停课等的时段	时间
上午的授课等	上午 7 时
下午的授课等（经济学部的夜间主课程的上课等除外。）	上午 11 時
经济学部夜间主课程的授课等	下午 4 时

有关停课的详细情况，请在「29 在台风・积雪时的休讲」（第 107 页）确认。

・ 日常生活中的注意事项

在外国生活的时候，仅仅因为一时的不注意以及习惯、规则的差异，而导致不必要的麻烦的情况时常会发生。下面为在日本生活时必须注意的事项。

① 携带在留卡

16 岁以上的外国人，必须随身携带在留卡。在入国审查官或警官要求出示该证件时，请出示该证件。如果违反上述规定，将会被处以 1 年以下有期徒刑以及 20 万日元以下的罚款。

②自転車について

☆自転車防犯登録

自転車を新しく購入したときはその店で必ず防犯登録をしてください。登録をする際、登録料として500円必要です。中古の自転車の防犯登録は自転車やバイク販売店で行うことができます。また、防犯登録の変更や削除は警察署ですることができます。

☆自転車の譲渡について

他人の名前で防犯登録された自転車に乗っていても窃盗を疑われることがあります。友人に譲るときはそのことを書いた文書を残し、譲り受けた人は自分の名前で防犯登録をするようにしてください。

☆放置自転車について

よく道端や駅前、歩道橋の下などにまだ乗れる自転車が長期間置かれたままになっているのを見かけます。これらの放置自転車を拾って自分のものとして乗ってはいけません。警察に調べられたときに、放置自転車を使っていたことがわかると窃盗の疑いで捕まります。

絶対に放置自転車を拾わないこと。過去に何人かの留学生が放置自転車を拾って警察に連れて行かれました。

☆夜間の無灯火、二人乗り

日本では夜、無灯火で自転車に乗ることや大人二人で乗る二人乗りをしてはいけないことになっています。このような乗り方をしていたら、警察に職務質問されます。その場合、外国人登録証の提示が求められ、また、防犯登録をしていない自転車であると上記の窃盗の疑いをかけられることになります。

②关于自行车

☆自行车防犯登记

购买新自行车时，请务必在自行车店办理防犯登记手续。办理时需要交纳 500 日元登记费用。二手自行车的防犯登记手续可以在自行车或摩托车店办理。如需更改或取消防犯登记，请到警察局办理手续。

☆有关自行车转让

如使用他人已办理了防盗登记的自行车有可能会引起警察怀疑。如果要把自行车转让给朋友、请务必留下写有转让之事的书面资料，同时请得到自行车者以自己的名义办理防盗登记。

☆废置自行车

在路边、火车站前以及人行天桥的下面等地点，有很多被长时间废置的自行车。但是，不能认为这些废置自行车是无主物品而捡来骑，否则会因为盗窃的嫌疑而被警察逮捕。

绝对不能捡被遗弃的自行车。过去曾发生过几位留学生因擅自使用此类自行车而遭到警察怀疑，被带到警察局去之事。

☆夜间骑车时的灯光、骑车带人等

日本的法律禁止夜间骑行无照明灯的自行车，以及骑行时带行一个以上的成年人。警察在遇到上述情况时，会检查骑车人的有关情况，要求骑车人出示外国人登录证等。另外，如果警察发现自行车没有办理防犯登记时，可能会怀疑骑车人有前述的盗窃嫌疑。

☆自転車には鍵を

自転車は非常に盗難にあいやすいです。自転車から離れるときはたとえ短い時間であっても鍵をかけるのを忘れないようにしましょう。

③治安について

日本は非常に安全な国だと思っていませんか。しかし、多くの犯罪が発生しています。そこで次のことに気をつけてください。

1．深夜の女性の一人歩きは危険ですから、暗くなってから人通りのない道を一人で歩くことは極力さけてください。
2．貴重品はいつも身につけておいてください。たとえば、研究室や図書館の机の上に貴重品の入ったバッグをおいたままその場を離れないでください。
3．出かけるときは戸締りをきちんとしてください。
4．ストーカーと思われる被害にあった場合は警察など必ずだれかに相談してください。
5．宗教勧誘など知らない人に話しかけられても受け答えをしないでください。

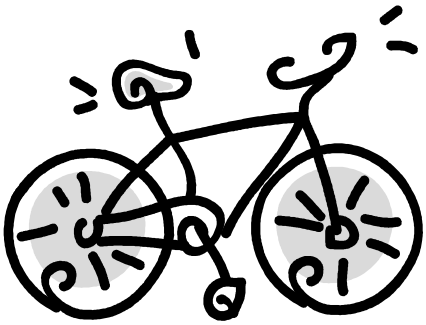
④ネット犯罪に巻き込まれないために

日頃からパソコンのセキュリティー対策を怠ると個人情報が盗まれるなどして、ネット犯罪に巻き込まれたりすることがあります。セキュリティ対策を怠らないようにしてください。

トラブルに巻き込まれるなどして助けが必要な場合、誰かに相談したい場合などの窓口は「12 困ったとき、問題があるときは」(40 ページ)「20非常のとき」(68 ページ) を確認してください。

☆自行车上锁

自行车很容易丢失，因此离开自行车时，即使是很短的时间也应将自行车锁上。



② 关于治安

通常都认为日本是一个治安良好的国家，但是犯罪还是时有发生。所以请注意下列事项。

1. 单身女性应尽量避免深夜在人行稀少的地方独自行走。
2. 贵重物品应随身携带。例如，将有贵重物品的包放在研究室或图书馆的桌子上以后，不要随意离开。
3. 出门时应锁好房间。除了门以外，不要忘记关闭并锁好窗子。即使是 2 楼以上也应关闭窗子。
4. 如果发现有陌生人跟踪自己，请务必和警察等机关商量。
5. 如果有任何宗教集团的人员邀请你加入他们的团体，请不要给与任何答复。

④防止被网络犯罪牵连

如果日常疏忽电脑的安全对策，个人信息有可能从网上被盗窃甚至遭遇网络犯罪的牵连。请重视并维持电脑系统的安全。

如被卷入纠纷需要帮助或希望和其他人商量的话，请参考 4 1 页的[12 遇到困难时]或 69 页的[20 紧急情况]。

４　国際教育リエゾン機構事務室での手続き・国際教育リエゾン機構事務室からのお知らせ

国際教育リエゾン機構事務室TEL
095-819-2124(日本語・英語)
095-819-2209(日本語・中国語)
095 -819-2243(日本語・韓国語)
問い合わせメール
ryugaku@ml.nagasaki-u.ac.jp

国際教育リエゾン機構事務室(以下リエゾン機構事務室)は留学生のみなさんが日常必要とするさまざまな手続き等を行うところです。リエゾン機構事務室の場所は125ページの学内地図参照⑰

・リエゾン機構事務室で留学生のみなさんが行う手続き

☆留学生カードの提出

巻末の様式集113ページを参照

リエゾン機構事務室から
留学生のみなさんに対する各種サービスを迅速に提供するため、リエゾン機構事務室では留学生関連業務の電算処理を行っています。そのために留学生カードに記入してもらっています。リエゾン機構事務室で登録用紙を受け取り、必要事項を記入して提出してください。留学生のみなさんの個人情報管理には十分注意しますので、ご協力をお願いします。

☆住所・電話番号・メールアドレス変更届の提出

巻末の様式集115ページを参照

☆国費外国人留学生の奨学金受給申請の手続き

☆私費外国人留学生の奨学金受給申請の手続き

国費留学生、外国政府派遣留学生、交換留学生以外の皆さんは、独立行政法人日本学生支援機構（JASSO）や民間団体等が募集する奨学金に応募することができます。

32ページ参照

☆宿舎費などの補助の申請の手続き

宿舎費の補助については32ページ参照

☆国際交流会館に関する手続き

会館については44ページ参照

☆住宅の保険に関する手続き

32ページ、48ページ参照

☆資格外活動（アルバイト）許可の手続き

28ページ参照

☆在留期間更新申請の手続き　24ページ参照

☆一時出国と再入国の際の手続き　22ページ参照

４可在国际教育合作机构事务室办理的手续・・国际教育合作机构事务室的通知

国际教育合作机构事务室(以下简称合作机构事务室)是为留学生们办理各种日常必要的手续的地方。

所在地请参照第 125 页的校内地图⑰

国 际 教 育 合 作 机 构 事 务 室
095-819-2124（日语 英语）
095-819-2209（日语 汉语）
095-819-2243（日语 韩语）
询问邮件号码
ryugaku@ml.nagasaki-u.ac.jp

・在合作机构事务室可以为大家办理的手续

☆提交留学生卡

请参照本书卷末的样式集第 113 页

来自国际交流课的说明

为了能更迅速的为留学生们提供各种服务，合作机构事务室在进行与留学生有关的工作时采用了计算机管理。因此，希望大家填写好留学生卡。请到合作机构事务室领取登录表，填写必需的事项。我们对于留学生的个人信息的管理是非常谨慎的，请大家给予合作。

☆提交住址、电话号码，电子邮件地址/变更登记

请参照本书卷末的样式集第 115 页

☆国费外国留学生的奖学金领取申请的手续

☆自费外国留学生的奖学金领取申请的手续

国费留学生和外国政府派遣留学生，交换留学生以外的留学生可（JASSO）和民间团体等提供的奖学金。

参照第 33 页

☆住宿费等的补助申请的手续

关于住宿费的补助参照第 33 页

☆有关国际交流会馆的手续　关于会馆参照第 45 页

☆有关住宅保险的手续　参照第 33，49 页

☆资格外活动（打工）许可的手续

参照第 29 页

☆申请在留资格更新的手续

参照第 25 页

☆临时出国和再入国的手续

参照第 23 页

・学生交流プラザ

学生のための多目的スペースです。インターネットにつながったパソコンが８台あります。テーブルや椅子も置いてあるので自由に使うことができます。

学生交流プラザが開いている時間は月曜から金曜までの午前9時から午後５時までです。ここは無線LANのアクセスポイントです。「やってみゅーでスク」（96ページ参照）や「国際人になろう！プログラム」の相談・案内デスクもあります。また、日本人学生と留学生の交流イベントも行っています。場所は125ページ学内地図③

・リエゾン機構事務室からの情報提供など

☆各種行事、国際交流プログラム等の情報提供

各学部とリエゾン機構事務室前に留学生のための掲示板があります。大切な情報が掲示されますから、1日に一回は見るようにしてください。

☆国際教育リエゾン機構ホームページ

長崎大学に留学を希望する人、長崎大学に在学中の留学生に役に立つリエゾン機構のホームページです。長崎大学の日本語のホームページの「留学・国際交流」→「国際教育リエゾン機構」をクリックしてください。そこから中国語、韓国語、英語のページへ入ることができます。直接入る場合は
以下のアドレスです。

http://www.nagasaki-u.ac.jp/ryugaku/

・留学生モバイルネット

リエゾン機構事務室では、より早くダイレクトに情報を届ける手段として、留学生モバイルネットの運用を行っています。<u>留学生は全員登録してください。</u>登録しておかなければ、重要な情報が得られず皆さんにとって不利益となります。

次のページを見てください！

・学生交流广场

这是为学生们设置的多用途空间。备有 8 台可以上网的电脑，桌椅等都可以自由的使用。广场的开放时间是从周一到周五的 9：00-17：00。这里是无线网络的接口。「Yattemyudesk」项目（参照第 96 页）和「做一个活跃在世界舞台上的国际人！」项目的咨询窗口也在学生交流广场内。一些日本学生和留学生的交流活动也在这里举办。具体位置请参照第 125 页的校内地图③

・由合作机构事务室提供的信息等

☆提供各种活动，国际交流日程等的信息

各学部与合作机构事务室的侧面，国际交流广场都有布告栏。因为公布的大多是很重要的消息，请尽量做到一天看一次左右。

☆主页『留学生介绍』

希望来长崎大学留学的学生，长崎大学内有有助于现在就读中的留学生的国际教育合作机构的主页。首先，请点击长崎大学日语主页的「留学（りゅうがく）・国際交流（こくさいこうりゅう）」（日语）→「国際教育（こくさいきょういく）リエゾン機構（きこう）」(日语)。从那里开始，能进入中文、韩语及英语版的页面。如果想直接进入页面的话，请用下面的网页地址。

http://www.nagasaki-u.ac.jp/ryugaku/

・留学生手机连络网的通知

为了能让大家更快更直接的收到情报，留学生手机连络网开始使用。
从合作机构事务室发布的通知都是在日本生活很重要的事情，对大家来讲必需知道的。
不登录的话，重要的情报无法收到，这对留学生来讲是有害无益的事。

看下页！

5．留学生モバイルネット

＊これは、国際教育リエゾン機構事務室（以下、リエゾン機構事務室）からの様々なお知らせをあらかじめ登録しておいたメールアドレスで受け取るというシステムです。
＊一度登録しておけば、重要な情報を見逃すことがなくなります。
＊お知らせのある時のみ使用されますので、頻繁にメールが来て困るということはありません。
＊メールを送信できるのは管理者であるリエゾン機構事務室だけです。

リエゾン機構事務室からのお知らせは、皆さんの日本での生活に関わる重要なものばかりですので、知らなかったということがあってはいけません。**留学生は全員登録してください。**
登録しておかなければ、重要な情報が得られず皆さんにとって不利益となります。

登録の方法

登録は基本的に携帯電話のメールで行ってください。
パソコンのメールで登録することもできます。メール送信したアドレスが登録されます。

Docomo　　au・Soft Bank

1．本文に名前・国籍・所属学部・在留カード(または外国人登録証)の番号を記入し、f2087@cc.nagasaki-u.ac.jp へメールを送信してください。
★右の QR コードを読み取ると、メールアドレスを入力する手間が省けます。

2．数日後、登録完了のメールが届きます。
しばらく待ってもメールが来ない時は、リエゾン機構事務室に問合せてください。

※在留カード(または外国人登録証)の番号は本人確認の為に使用します。
※内容に不備があると、登録できないことがあります。すべての項目を正確に入力してください。

携帯電話の機種変更等で、メールアドレスを変更した時は・・・
新しいアドレスから、再度上記の手順で登録を行ってください。

お問い合わせ
国際教育リエゾン機構事務室
電話：095 - 819 - 2209

※このメーリングリストは、長崎大学に在学する留学生専用のものです。それ以外の人は登録することができません。

５．留学生手机连络网的通知

＊为了能让大家及时地了解各种信息，留学生手机连络网开始使用。
＊本系统是为了让留学生能够准确无误地接收到国际教育合作机构事务室发布的各种通知而设置的。
＊仅需一次登录,只在有通知时使用,该系统由国际教育合作机构事务室直接管理。

国际教育合作机构事务室发布的信息均关系到各位留学生在日的生活、学习等重要事项。请大家务必确认电子邮箱地址后准确登录;以免由于不能及时了解到各种信息而造成不必要的损失和困扰。

不登录的话，无法收到重要的情报，这对留学生来讲是有害无益的事。
全体留学生都请务必登录。

登录方法

登录在手机的电子邮箱中进行。发送邮件的信箱地址被登录。虽然从电脑的邮件信箱也能登录，但仅限于能及时确认邮件的邮箱地址。

Docomo　　au・Soft Bank

1.请在输入你的姓名・国籍・所属学部・在留卡号（或外国人登录证号）之后，送信到 f2087@cc.nagasaki-u.ac.jp。
2.一周内没有收到通知邮件的留学生、请来国际教育合作机构事务室咨询、重新登录。
★请利用右面便利的 QR 编码进行登录。

※在留卡号码（或外国人登录证号码）是为了确认送信者是否本人而使用的，确认后即删除。
※在内容不备时、不能登录。请把全部的项目正确的输入。

按以上的程序进行操作，登录完了!!

手机更换等电子邮箱地址变更时・・・
请按上述操作程序用新的地址重新进行登录。

咨询地址　　国际教育合作机构事务室
电话：095 - 819 - 2124

※此项目仅供长崎大学在学留学生专用。

６　入国・在留関係の手続き

これから紹介する諸手続きは福岡入国管理局長崎出張所（以下長崎入管と呼ぶ）、長崎市役所、または長崎大学国際教育リエゾン機構事務室（以下リエゾン機構事務室）で行います。

・長崎入管と長崎市役所・市役所支所の場所

☆長崎大学（文教キャンパス、坂本キャンパス）から長崎入管への行き方と受付時間（場所は 122 ページの地図参照⑧　）

１番の電車「正覚寺下」行きに乗り「築町」まで行く。「築町」で５番の電車「石橋」行きに乗り換え、「大浦海岸通り」で降りる。長崎入管はそこより徒歩５分。長崎入管は独立した建物ではなく、「港湾合同庁舎」の 2階にあります。

長崎入管（港湾合同庁舎内）

長崎入管	午前９：００～午後１２：００
受付窓口	午後１：００～午後４：００
	土曜、日曜、祝祭日は休み
	☎095-822-5289

☆長崎大学（文教キャンパス、坂本キャンパス）から市役所への行き方と受付時間（場所は 122 ページの地図参照③）

３番の電車「蛍茶屋」行きに乗り「桜町」で降りる。市役所はそこより歩いて３分

市役所	午前９：００～午後５：１５
受付	土曜、日曜、祝祭日は休み
	☎095-822-8888

☆長崎大学（文教キャンパス）の近くの市役所の支所

長崎大学（文教キャンパス）の近くにあるショッピングモール（チトセピア）の２階にあります。
場所は 118 ページの地図参照②

6 入国· 居留关系的手续

以下介绍的各种手续，在福冈入国管理局长崎代办所（以下简称长崎入管）、长崎市役所以及长崎大学国际教育合作机构事务室(以下简称合作机构事务室) 办理。

・长崎入管和长崎市役所的所在地

☆从长崎大学(文教校园、坂本校园)到长崎入管的走法，及入管局的受理时间

（所在地参照第 122 页地图⑧）

乘坐开往”“正觉寺下”的 1 路电车，到“築町”下车，换乘开往“石桥”方向的 5 路电车，在“大浦海岸通リ”下车，步行 5 分钟即可到达。“入管”不是独立的建筑，而在“港湾合同厅舍”里的 2 楼。

长崎入管 （港湾合同厅舍内）

长崎入管	上午 9 点到 1 2 点
受理窗口	下午 1 点到 4 点
	周六、周日、节日休息
	电话：095-822-5289

☆从长崎大学(文教校园、坂本校园)到市役所的走法，及市役所的受理时间

（所在地参照第 123 页地图③）

乘坐开往“萤茶屋”的 3 路电车，在“樱町”下车，步行 3 分钟即到达。

市役所	上午 9 点到下午 5 点 1 5 分
受理	周六、周日、节日休息
	电话： 095-825-5151

☆长崎大学（文教校园）附近的市役所支所

长崎大学（文教校园）附近的商场 Chitosepia 的 2 楼有市役所的支所。

详细地址请参考第 118 页的地图。

・在留カード

☆入国時に空港で在留カードを交付された場合（成田空港、羽田空港、中部空港、関西空港において中長期在留者として新規に上陸許可を受けた場合は、空港で在留カードが交付されます）は、住所が「未定」と記入されているので、市役所または支所で住民異動届を提出し、住所を在留カードに記載してもらってください。

☆入国時に在留カードを交付されなかった場合は、市役所または支所で居住地の届出（住民異動届を提出）をし、し、手続き後２、３週間で「在留カード」が入国管理局より郵送で交付されます。

居住地の届出（手続きは長崎市役所市民課または市役所支所で行う）

手続きには以下のものが必要です。

・住民異動届（用紙は市役所または支所にあります）
・パスポート

☆在留カードの登録事項変更

住所の変更は、14日以内に市役所または支所に届けてください。
その他の登録事項の変更は14日以内に入国管理局へ届けてください。

在留カードが手元に届く前の銀行口座開設

日本の銀行や郵便局（ゆうちょ銀行）に口座を開設するには在留カードとパスポートが必要です。しかし、奨学金の受け取りなどで来日後、できるだけ早く指定された銀行や郵便局に口座を開設しなければならない場合があります。その際は「住民票」（一通300円）を市役所または支所で発行申請し、在留カードの代わりにすることができます。

・一時出国と再入国（手続きは長崎入管で行う）

日本に住んでいる外国人が一時帰国や旅行などで他の国へ行くなどで 1年以上日本を離れるときは出国前に必ず「再入国許可」を受けなければなりません。この許可がないと日本に再入国できません。一年以内に再入国し、在留期間内であれば、原則として再入国許可を受ける必要はありません。

「再入国許可」の申請には次のものが必要です。

1）パスポート
2）在留カード
3）再入国許可申請書…用紙は長崎入管にあります
4）手数料納付書…用紙は長崎入管にあります
　　1回の出国のみの許可は3000円、数次の許可は6000円

注意：

・一時的に日本を離れる場合は必ず各学部の学務係にある（リエゾン機構事務室にもあります）「海外渡航届（114 ページの様式集参照）」に指導教員の認め印をもらい各学部の学務係に提出してください（リエゾン機構所属の留学生はリエゾン機構事務室に提出してください）。
・数次6000円というのは次の在留期間更新まで何度でも使えるものです。

・在留卡

☆赴日时如在机场领取到在留卡（如在成田机场、羽田机场、中部机场及关西机场作为中长期在留者领取到新的上陆许可时，可以在机场领取在留卡。），由于地址记载为“未定”，请到市役所或支所提交住民移居申报，以便更新在留卡上记载的地址。

☆如赴日时没有在机场领取到在留卡，请到市役所或支所提交住民移居申报。申请手续办妥后，入国管理局会在 2、3 星期之内用邮寄交付在留卡。

地址登记手续（在长崎市役所市民课或支所办理手续）

办理手续时需要以下的资料

・住民移居申**报**（市役所或支所备有申请表）
・护照

☆更改在留卡的登记事项

如果地址有更改，请在 14 天以内向市役所或支所申报。

如果其他的登记事项有更改，请在 14 天以内向入国管理局申报。

如需在领取在留卡之前开设银行账号

在日本的银行或邮局开设银行帐号时，需要携带在留卡以及护照。可是，因领取奖学金的理由，有些同学需要在来日后尽快开设银行账号，在领取在留卡之前可以在市役所或支所申请交付“住民票”（手续费 300 日元），以此代替在留卡。

・临时出国和再入国（在长崎入管局办理手续）

居住在日本的外国人在一年以上回国，或因去其他国家旅游而离开日本一年以上时，出国前必须先去入国管理局办理“再入国许可”申请。无该许可者不能再次返回日本。原则上在居留期间内，一年之内回到日本时，没有必要办理再入国许可。

办理再入国许可手续时需要以下的资料

1）护照
2）在留卡
3）再入国许可申请表…长崎入管局备有申请表
4）手续费缴纳书…长崎入管局备有申请表
1 次许可 3000 日元，数次许可 6000 日元

注意 ：

・如要临时离开日本，必须从各学部的学务处（或从合作机构事务处）领取“海外渡航届（参照 114 页的样式）”的表格，填写后由指导教师确认盖章后，提交给各学部的学务处。（合作机构所属的留学生请提交到合作机构事务处）

・3000 日元的再入国许可只能使用 1 次。6000 日元的再入国许可，在签证的有效期内可以使用数次。

・在留期間更新申請の手続について（リエゾン機構事務室で行う）

在留期間を越えて日本に滞在する場合は在留期間更新の手続きをしなければなりません。更新の手続きには次のものが必要です。

1)パスポート
2)在留期間更新許可申請書…用紙はリエゾン機構事務室にあります
3)在留カード
4)成績証明書2通（研究生については学業状況証明書（リエゾン機構事務室に用紙あり））
5)健康保険証
6)手数料納付書（4000円の収入印紙を貼る）…用紙はリエゾン機構事務室にあります。

・手続きは3ヶ月前からできます。
・リエゾン機構事務室での更新申請後4週間ぐらいで許可がおります。リエゾン機構事務室から電話があったらパスポートをとりにリエゾン機構事務室に行ってください。
・更新期間が過ぎた場合は本人が福岡の入国管理局まで行かなければなりません。
その他、在留資格によって上記のほかに必要とされる書類があるので注意してください。

注意！卒業・修了・退学時のビザの取り扱いについて
留学ビザが残っていても卒業・修了・退学した時は留学ビザでは日本に残ることは出来ません。

☆在留資格認定証明書を取得して日本に滞在している家族の在留期間更新について

1）パスポート（本人のものと扶養者のもの）
2）在留期間更新許可申請書…用紙は長崎入管にあります。リエゾン機構事務室にもあります。
3）在留カード
4）扶養者の在学証明書（研究生の場合は在籍証明書）
5）扶養者が家族を扶養できることを証明できるもの
国費留学生の場合…保証証明書、国費外国人留学生証明書
私費留学生の場合…奨学金支給証明書、預金残高証明書、送金証明書、年間の所得、納税額を証明するものなど
6）扶養者と申請者の関係を証明するもの（婚姻証明書など）
7）手数料…4000円

その他・在留資格によって上記のほかに必要とされる書類があるので注意してください。
・婚姻証明書などの書類はオリジナルを持参してください。
・3ヶ月前から手続きができます。
・家族の在留期間更新は留学生本人が入国管理局に申請します。家族の在留期限は必ず確認して更新申請を忘れないよう注意してください。

・关于居留期间申请更新的手续（在合作机构事务室办理）

在日本的居留期间通常是 2 年(1 年也有可能)，当要超过时必须办理在留期间更新手续。更新手续需备如下物件

1）	护照
2）	在留期间更新许可申请书（合作机构事务室备有申请书）
3）	在留卡
4）	成绩证明书 两份：研究生则为学业状况证明书 （合作机构事务室备有申请书）
5）	国民健康保险证
6）	手续费缴纳书 (贴 4000 日元的收入印花)…用张在合作机构事务室

・居留期间到期前的 3 个月以前就能办理手续。

・在合作机构事务室办理完申请后，大约 4 周左右许可结果能够出来。接到合作机构事务室的来电后，请来合作机构事务室取护照。

・如果居留期间已经过期了，必须要本人直接前往福冈的入国管理局办理有关手续。
另外，请注意根据在留资格的类型的不同，也可能需要上述以外的文件。

注意☆毕业・修了・退学时关于签证的处理

即使留学签证还没有到期，一旦毕业・修了及退学的话，是不能靠留学签证继续留在日本。

☆有关取得在留资格认定证明书的在日家属办理在留期间更新时必要的物件

1）	护照(本人和抚养者的)
2）	在留期间更新许可申请书 :… 长崎入管备有表、合作机构事务室也备有
3）	在留卡
4）	抚养者的在学证明书（研究生则为在籍证明书）
5）	抚养者能抚养家属的证明书 国费留学生 :…保证书、国费外国人留学生证明书 自费留学生 : …奖学金支给证明书、存款证明书、汇款证明书、年收入、纳税额证明书等
6）	证明抚养者和申请者关系的婚姻证明材料等
7）	手续费 …4000 日元

其他

・根据在留资格的请况，除了上述证明外，还须提出其他必要的材料，务请注意。

・婚姻证明书等材料请带原件。

・三个月以前就能办理手续。

・家属的在留资格更新由留学生本人向入国管理局申请。务必确认家属的在留资格期限，请注意勿忘申请更新。

・家族の呼びよせ（手続きは長崎入管で行う）

長崎入管で「在留資格認定証明書」を取得し、家族に送付すれば、本国の日本大使館でビザを得ることができます。在留資格認定証明書が取得できるのは配偶者と子供だけです。

証明書の申請には次のものが必要です。

1）在留資格認定証明書交付申請書（用紙は長崎入管にあります、リエゾン機構事務室にもあります）
2）家族の写真1枚（4×3cm、3か月以内のもの）
3）扶養者のパスポート、または在留カードのコピー
4）婚姻証明書、出生証明書、戸籍謄本（いずれか一つ）
5）呼び寄せる家族を扶養できることを証明できるもの
国費留学生の場合… 保証証明書、国費外国人留学生証明書
私費留学生の場合… 奨学金支給証明書、預金残高証明書
送金証明書、年間の所得、納税額を証明するものなど
6）扶養者の在学証明書
7）封筒に扶養者の住所と名前を書き、392円の切手を貼ったもの

注意）

1）在留資格認定証明書は申請してから交付されるまで概ね1ヶ月かかります。また、証明書の有効期限は3ヶ月です。つまり、証明書の発行の日付から3ヶ月以内に家族は来日しなければなりません。
2）外国語で書かれた書類には和訳文を添付しなければなりません。ただし、英文で簡単・短文のものには和訳は省略可能です。
3）婚姻証明書などの書類はオリジナルまたはオリジナルと証明されたものを持参してください。

・卒業後も日本国内で就職活動を継続する場合のビザの手続きについて

大学を卒業し日本国内で就職活動をする場合、留学ビザから特定活動ビザへ在留資格を変更する必要があります。特定活動ビザの在留許可期間は6ヶ月間ですが、さらに1回の在留期間の更新（6ヶ月間）が認められ、最大で1年間日本に滞在することができます。詳しくはリエゾン機構事務室に問い合わせてください。

・让家人来（手续在长崎入管办理）

在长崎入管取得“在留资格认定证明书”，送达家人后，就能在本国的日本大使馆得到签证。能够获得在留资格认定证明书的对象仅限于配偶和子女。

证明书的申请需备如下物件

1） 在留资格证明书交付申请书（长崎入管备有、合作机构事务室也备有）

2） 家人的照片 1 张（4 × 3 cm、3 个月内拍摄的）

3） 抚养者的护照、在留卡的复印件

4） 婚姻证明书、出生证明书、户籍副本（其中之一）

5） 有能力扶养要来家人的证明文件

国费留学生 …保证证明书

自费留学生 …奖学金支付证明书、存款证明书、汇款证明书、年收入、纳税额的证明材料等

6） 扶养者的在学证明书

7） 写有扶养者的住址和姓名，贴上 392 日元邮票的信封

注意：⑴ 在留资格认定证明书从申请到领取，大概需要 1 个月。另外，证明书的有效期为 3 个月。即从签发证明书之日起的 3 个月以内，家人必须来日。

⑵ 外文的文件应付日文翻译。如是简短的英文文件，日文翻译可省略。

⑶ 婚姻证明书等材料请带原件或者可以被证明为原件的相应文件。

・关于毕业后可以办理在日就职签证及手续

大学毕业希望继续留在日本参加就职活动的学生，必须办理在留资格变更申请。即留学签证→特定活动签证的变更手续。特定活动签证，第一次申请在留期间为 6 个月，可以申请延长签证 6 个月。最长获得有效签证期间合计为 1 年。有不清楚的地方，也请到合作机构事务室窗口进行具体的商谈。

7　資格外活動（アルバイト）について

・資格外活動許可が必要です。

留学生の場合、アルバイトをするには資格外活動の許可を受けなければなりません。手続きは国際教育リエゾン機構事務室（以下リエゾン機構事務室）でできます。一度資格外活動の許可を受けるとアルバイト先が変わっても在留期間が切れるまで資格外活動許可は有効です。学内では学生支援センターでアルバイトの情報提供が行われています(学生支援センターの場所は125ページの学内地図⑰)。留学生の配偶者がアルバイトをする場合は、アルバイトが決まったら、長崎入管に行って許可を得なければなりません。申請者のパスポート・在留カード・雇用予定証明書を持って長崎入管に行ってください。許可を取らずに就労すると強制送還になることもあります。なお、原則として渡日後３ヶ月間は、リエゾン機構事務室では、資格外活動の手続きを受け付けません

・資格外活動許可（アルバイト）のとりかた（手続きはリエゾン機構事務室で行う）

留学ビザで日本に滞在している外国人は原則としてアルバイトをすることは認めらていません。しかし、勉学を続ける上で経済的に必要である場合は長崎入管で資格外活動の許可を受けるとアルバイトをすることができます。アルバイトができる時間数は１週28時間以内、長期休業期間中は1日8時間以内です。

許可の申請には次のものが必要です。

１）資格外活動許可申請書（用紙はリエゾン機構事務室にあります）

添付書類として指導教員の同意書（用紙はリエゾン機構事務室にあります）

２）パスポート

３）在留カード

・福岡入国管理局からの資格外活動に関する注意

以下のような業種のアルバイトをすることは禁止されていますから、注意してください。

１．風適法第2条第1項にいう「風俗営業」が営まれている営業所において行う活動

例：客の接待をして飲食させるキャバレー・スナックなど、店内の照明が10ルクス以下の喫茶店・バーなど、麻雀屋・パチンコ屋・スロットマシン設置業などで行うアルバイト

２．風適法第2条第６項にいう「店舗型性風俗特殊営業」が営まれている営業所において行う活動　例：ソープランド、ファッションヘルス、ストリップ劇場、ラブホテル、アダルトショップなどで行うアルバイト

３．風適法第２条第７項にいう「無店舗型性風俗特殊営業」に従事する活動

例：出張・派遣型ファッションヘルス、アダルトビデオ通信販売業に従事するアルバイト

４．風適法第2条第８項にいう「映像送信型性風俗特殊営業」に従事する活動

例：インターネット上でわいせつな映像を提供する営業などに従事するアルバイト

５．風適法第２条第９項にいう「店舗型電話異性紹介営業」に従事する活動

例：いわゆるテレホンクラブの営業などに従事するアルバイト

６．風適法第２条第10項にいう「無店舗型電話異性紹介営業」に従事する活動

例：いわゆるツーショットダイヤル、伝言ダイヤルの営業などに従事するアルバイト

7　资格外活动（打工）的有关事项

・必须办理资格外活动许可

留学生必须获得资格外活动的许可以后才能进行勤工俭学。手续可以在国际教育合作机构事务室(以下简称合作机构事务室)办理。一旦获得了资格外活动许可后，不论勤工俭学的地点是否变动，在签证有效期内此许可都为有效。在校内的学生支援中心提供打工情报（学生支援中心的场所在125页的学内地图⑰）留学生的配偶从事打工时，如果找到了工作，就必须去长崎入管申请许可。持申请人的护照，在留卡,雇用预定证明书前往长琦入管办理。如果没有获得许可而从事打工，有可能会被强制遣返。另外，原则上在来日本后的3个月内，合作机构事务室不受理资格外活动的申请。

・获得资格外活动（勤工俭学）许可手续（在合作机构事务室）办理手续）

持留学生签证住在日本的外国人，原则上不能从事业余工作的。但由于要继续求学，在经济方面所必需，并得到入管方面资格外活动的许可后，可以进行些勤工俭学。允许勤工俭学的时数1周在２８小时以内。长期休假期间则1天8小时以内。

这一许可的申请需备如下物件

１）　资格外活动许可申请书（合作机构事务室备有）
　　作为附件的指导教官的同意书（可在合作机构事务室领取）
２）　护照
３）　在留卡

・福冈入国管理局关于资格外活动的通知

禁止在下列种类的职业中从事勤工俭学活动。敬请注意！

1.《风适法》第2条第1项规定的“风俗营业”种类的营业场所从事的活动

例如：在设有舞台，舞厅的酒馆等从事接待客人并陪同饮食饮酒，室内照明强度低于10勒克司的饮茶店及酒吧等，麻将店、弹子房、设有自动赌博机等装置的场所的工作

2.《风适法》第2条第6项规定的“店铺型性风俗特殊营业”种类的营业场所从事的活动

例如：有女招待的色情浴室、特殊按摩业，脱衣舞剧场、情人旅馆、成人用品商店等职业的工作

3.《风适法》第2条第7项规定的“无店铺型风俗特殊营业”种类从事的活动

例如：上门服务型特殊按摩业、成人影像邮购业等职业的工作

4.《风适法》第2条第8项规定的“映像送信型性风俗特殊营业”种类从事的活动

例如：利用互联网销售色情影像等职业的工作

5.《风适法》第2条第9项规定的“店铺型电话异性介绍营业”种类从事的活动

例如：所谓电话俱乐部的营业等职业的工作

6.《风适法》第2条第10项规定的“无店铺型电话异性介绍营业”种类从事的活动

例如：所谓两人专用色情电话、传话专用色情电话的营业等职业的工作

８　授業料納付の方法・授業料免除の申請

・授業料納付法

授業料の納付方法は以下のとおりです。

・授業料は原則として全員、みなさんが登録した銀行・郵便局等の口座から自動的に口座振替（引落し）により納付しなければなりません。(※原則として事務部の窓口では納付できません)

・口座振替は原則として半期に2回（前期分4月27日、後期分10月27日やむを得ず振替できなかった学生は予備日5月27日、11月27日）となります。(※振替日が休日等の場合は翌日となります)

・口座振替で納付できなかった学生は銀行振込で納付し、この場合の振込手数料は有料（振込者の負担）となります。

・この授業料の納付については所属部局の掲示版及び長崎大学のホームページの日本語のページに掲載します。

長崎大学ホームページ（学生生活→授業料・奨学金→授業料に関するお知らせ）

http://www.nagasaki-u.ac.jp/ja/life/money/class/index.html

この授業料の納付のお知らせのため、学生は各学部の学務係に必ず住所届け提出をしなければなりません。また、住所に変更があった時も必ず再提出してください。問い合わせ先は長崎大学財務部財務管理課資金管理班（電話095-819-2060）

・授業料免除

経済的に困っていることによって授業料を納めることが困難で、学業優秀と認められる場合申請に基づき、選考の上、授業料の全額または半額を免除する制度があります。この制度は研究生などの非正規生や留年したものには適用されません。

対象者：学部生、大学院生

申請時期：新入生：春季入学→3月上旬～4月上旬

秋季入学→10月上旬まで

在学生：前期→2月中旬～2月下旬

後期→8月下旬～9月上旬

提出先及び問い合わせ先：学生支援センター（場所は125ページの地図の⑰）

注意事項：①選考結果の通知があるまで授業料を納付しないでください。

②選考結果は学内の掲示板に掲示してお知らせします。

問い合わせ先は学生支援部学生支援課生活支援班（電話095－819-2105）

8　学费交纳的方法・学费免除的申请

・学费交纳的方法

学费交纳的方法如下：

- 原则上来说，学费必须从全校每位学生在校登记的银行、邮局等的账户上以自动转账的方式来缴纳。（原则上讲事务部的窗口是不能办理缴纳学费手续的）
- 账户转账的方式为每半学年 1 次共计 2 次（前期学费转账日期为 4 月 27 日，后期学费转账日期为 10 月 27 日，实在无法转账时，可改为 5 月 27 日及 11 月 27 日）。
  （转账日为银行休息日时将改为次日进行。）
- 无法通过账户转账的方式交纳学费的学生，要自己在银行办理汇款手续，手续费将由本人支付。
- 关于这次的学费付款，详细说明在各学部和研究科的布告栏以及长崎大学的日语网站上公告。　　长崎大学网站（学生生活→学费/奖学金→学费通知）
  http://www.nagasaki-u.ac.jp/ja/life/money/class/index.html

为了能通知缴纳学费，每个学生都必须向自己所在的学部的学务办公室提交住址。当住址变更时，也请务必再次提交新地址。具体详情请向长崎大学财务部财务管理课资金管理班咨询（电话：095-819-2060）

・学费免除

对于由于经济的原因而无法支付学费的成绩优秀的学生，经本人申请后，通过评估可以减免全额或者半额学费的制度。研究生等非正规身份的学生以及留级的学生不属于本制度适用的对象。

申请对象：学部生、大学院生

申请时期：新入学学生　春季入学　3 月上旬～4 月上旬
　　秋季入学　到 10 月为止
　　在籍学生　前期　2 月上旬～2 月上旬
　　后期　8 月下旬～ 9 月上旬

提交及咨询处：学生支援中心（地点参照 125 页的地图⑰）

注意事项：①在评估结果未公布之前，请不要缴纳学费
　　②评估结果将在校内的布告栏内公布。

具体详情请向长崎大学生活支援部学生支援课生活支援班咨询（电话：095-819-2105）

９　留学生へのさまざまな奨学金・資金援助

・奨学金

私費外国人留学生の皆さんは，独立行政法人日本学生支援機構(JASSO)や民間団体等が募集する奨学金に応募することができます。本学においては，多くの私費留学生(学部学生・大学院生・研究生)が奨学金を受給しています。ロータリー米山記念奨学金、日本学生支援機構の学習奨励費、長崎の地元企業や長崎県が提供している奨学金などに応募できます。モバイルネット、ＨＰで募集の案内を行います。奨学金は私費留学生(正規生)の27%が受給しており，授業料免除と合わせると67%を占めています。(平成24年度実績)

・長崎大学外国人留学生後援会からの資金援助

☆宿舎の留学生住宅総合補償への加入援助

留学生の皆さんが住んでいる民間の住宅に火事や水漏れ事故等が起こり，損害を与えたときに賠償金を支払ってくれるのが留学生住宅総合補償です。加入料１年間4,000 円、2年間8,000円を後援会が全額負担します。この保険は日常生活で起きた事故により他人に怪我をさせた場合や留学生本人が偶然の事故による怪我が原因で後遺障害が生じた場合にも補償の対象となります。

☆賠償責任保険への加入援助

国際交流会館に入居している留学生の皆さんが誤って他人に怪我をさせたり，他人のものをこわした場合の賠償金を支払ってくれる保険です。その掛け金を後援会が負担します。

☆私費留学生への家賃，不動産仲介手数料の補助

私費留学生を対象に家賃の補助として 10,000円(1回限り)，不動産仲介手数料の補助として最高10,000円(1回限り)の補助をします。問い合わせは国際教育リエゾン機構事務室へ。

・長崎県国際交流協会からの資金援助

☆国民健康保険料の一部補助

長崎県国際交流協会(78 ページ参照)では日本に 1年以上滞在する私費留学生に対して国民健康保険料の一部補助を行っています。補助額は6,500円(1回限り)です。毎年6月頃国際教育リエゾン機構事務室と学部の掲示板に交付の申請の案内が出ます。

９　对留学生的各种奖学金・资金援助

・奖学金

自费外国人留学生可以申请独立行政法人日本学生支援机构(JASSO)和民间团体等组织提供的奖学金。同时,长崎大学也给与多数的自费留学生(本科生・硕士生・博士生)获得奖学金的机会。其中包括扶轮社米山纪念奖学金、日本学生支援机构的学习奖励费、长崎民间团体和长崎县政府提供的各类奖学金。本校给与 27%的自费留学生（正规留学生）获得奖学金的机会，综合学费减免获得者约占留学生总数的 67%（2012 年)。将通过手机短信和邮件的形式发送募集详细内容。

・长崎大学外国人留学生后援会的资金援助

☆对加入留学生住宅综合补偿的援助

留学生住宅综合补偿保险主要是针对入住民间公寓的留学生而设立的援助制度。当留学生们的住宅发生火灾,或漏水等情况,蒙受损失时为他们支付的赔偿。参加费为一年期 4,000 日元;二年期 8,000 日元,留学生后援会支付全额费用。此外,本保险还适用于在日常生活中误伤他人时所需支付的赔偿;以及留学生本人遭遇意外事故，产生后遗症时所需的费用。具体内容将会在留学生新生入学说明会上公布。

☆学生赔偿责任保险

主要是针对入住国际交流会馆的留学生在误伤他人,或损坏他人物品时的赔偿金。留学生后援会支付全额保险费。具体内容将会在留学生新生入学说明会上公布。

☆对入住民间公寓留学生的房租和中介手续费的补助

留学生后援会提供房产中介手续费最高为 1 万日元，房租补贴为 1 万日元的资金援助(在学期间只限 1 次)。具体请向国际教育合作机构事务室咨询。

・长崎县国际交流协会提供的资金援助

☆国民健康保险的一部分补助

长崎县国际交流协会(参照第 79 页)提供在日本居住 1 年以上的自费留学生国民健康保险料的一部分补助。补助金额为 6,500 日元(只限 1 次)。可以关注每年 6 月左右国际教育合作机构事务室以及各学部揭示板公布的具体申请方案。

１０　大学のインターネット環境

・学生交流プラザのコンピュータ

学生交流プラザ(16ページ参照)にインターネットにつながったコンピュータが8台設置されていて、いつでも自由に使うことができます。

・ICT基盤センターが発行するIDとパスワードについて

ICT基盤センター（場所は125ページの学内地図⑪）が発行するIDとパスワードがあれば、以下のような学内のサービスに利用できます。

・ICT基盤センターや図書館や各部局に設置されているパソコンの利用
・主体的学習促進支援システム（LACS・eラーニングシステム）の利用
・ネットワーク認証（VPN,無線LAN、情報コンセント）
・図書館システム（図書購入、文献複写、貸し出し予約）の利用
・電子メール（長大ID@cc.nagaski-u.ac.jp）
・学務情報システム（NUーWebシステム、このサービスは正規学生のみ対象）の利用
・証明書自動発行（このサービスは正規学生のみ対象）
・ファイルサーバ
・ＣＡＬＬシステム（外国語教育）

☆IDとパスワードの発行

学部、大学院の正規留学生の場合→8桁の学生番号の前に「bb」をつけたものがIDです。初期パスワード(変更可)は生年月日です。

例）学生番号12345678の人のIDはbb12345678
例）誕生日が1990年3月1日の人のパスワードは19900301

交換留学生など短期の留学生の場合→身分証明書の写真の下の番号に「bb」をつけたものがIDです。初期パスワードは生年月日です。**ログインしてもアクセスできない場合は登録ができていないのでICT基盤センターに行って確認してください。**

・国際交流会館（留学生寮）のインターネット

インターネットは希望者のみ業者と個人契約をします。インターネットについての説明は留学生寮のオリエンテーションで行われます。留学生寮のインターネットについての問い合わせ先は国際教育リエゾン機構事務室です。

・無線LANのアクセスポイント

無線LANのアクセスポイントが学内に設置されています。留学生関連の施設では学生交流プラザ、グローバル教育・学生支援棟の１階、２階です。各学部の無線LAN アクセスポイントについては事務室の総務課かICT基盤センターに問い合わせてください。無線LANの利用には、ICT基盤センター発行のIDが必要です。

１０　大学的因特网环境

・学生交流广场的电脑

在国际交流广场(参照 17 页)设置 8 台连接因特网的电脑，不论何时都能自由使用。

・关于 ITC 基盘中心发行的 ID 和密码

拥有了 ITC 基盘中心（所在地请参照第 125 页的校内地图⑪）发行的 ID 和密码，就能利用以下的校内服务。

・可以利用设立在情报媒体基盘中心、图书馆和各部门的电脑
・自主学习促进支援系统(LACS 及网络教育系统)的利用
・网络认证（VPN、无线网络、情报接线插座）
・图书馆系统（购买图书，文献复印，借书预约）的利用
・电子邮件（长崎大学的 ID 是@cc.nagasaki-u.ac.jp）
・学务情报系统（NU－Web system，此服务仅供正规学生）的利用
・证明书自动发行(这项服务仅对正规学生)
・文件服务器
・CALL 系统(外国语教育)

☆ID 和密码的发行

对于本科和研究生院的正规留学生→ID 是在 8 位数的学生证号的前面加上「bb」。最初的密码(可以更改)是出生的年月日。

例)学生证号是 12345678 的学生的 ID 就是 bb12345678

例）生日是 1990 年 3 月 1 日的学生的密码是 19900301

交换留学生等短期留学生→ID 是在学生身分证的照片下面的数字前加上「bb」。最初的密码是出生的年月日。**即使能进入电脑，但是不能检索，说明登录没有成功。请到 ICT 基盘中心去确认。**

・国际交流会馆（留学生宿舍）的因特网

因特网仅是希望使用者和网络供应商进行个人签约。关于因特网的事项，在留学生宿舍入住说明会时进行说明。有关留学生宿舍因特网的事项，请向国际教育合作机构事务室咨询。

・无线网络的接口

校内设置有无线网络接口。与留学生相关的设施是学生交流广场、国际教育・学生支援栋的 1 楼及 2 楼。关于各学部的无线网络接口，请向事务室的总务科和情报媒体基盘中心咨询。利用无线网络，必须要有 ICT 基盘中心发行的 ID。

１１　日本語の勉強（学内･地域）

ここでは長崎大学の日本語クラスと地域の日本語教育ボランティアグループを紹介します。

･国際教育リエゾン機構の日本語クラス

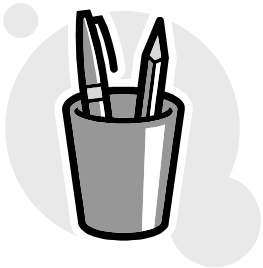
国際教育リエゾン機構では初級から上級までさまざまな日本語クラスを開講しています。日本語クラスに入るには国際教育リエゾン機構事務室で受講申し込み（前期3月下旬、後期9月下旬）をして、プレースメントテスト（前期3月下旬、後期9月下旬）を受けなければなりません。正確な申し込み期間とプレースメントテストの期日については国際教育リエゾン機構事務室に問い合わせてください。日本語クラスの場所は 125 ページの学内地図⑰

日本語クラス一覧

レベル	クラス名	週当たりのコマ数
初級Ⅰ	初級集中	１０
	初級１（留学生の配偶者も入れます）	5
初級Ⅱ	初級Ⅱ（留学生の配偶者も入れます）	5
中級Ⅰ	中級Ⅰ会話	1
	中級Ⅰ読解	2
	中級Ⅰ作文	1
	中級Ⅰ聴解	1
	中級Ⅰ漢字	1
中級Ⅱ	中級Ⅱ会話	1
	中級Ⅱ読解	2
	中級Ⅱ作文	1
	中級Ⅱ聴解	1
上級Ⅰ	上級Ⅰ総合	1
	上級Ⅰ読解	2
	上級Ⅰ会話	1
上級Ⅱ	上級Ⅱ総合Ｃ（後期はＡ）	2
	上級Ⅱ総合Ｄ（後期はＢ）	2
	上級Ⅱ総合実践	1

・　ローマ数字のⅠは前半、Ⅱは後半をあらわしています。
・上級Ⅱ総合実践は日本語能力試験Ｎ１対策講座です。
・上記の表のクラス以外に「長崎大学短期留学プログラム」「交換留学日本語プログラム」「上級日本語・日本文化コース」に所属する学生のみを対象としたクラス、学部正規生を対象とした日本語クラス（教養教育の日本語科目で学部所属の交換留学生も入れます）もあります。

１１ 日本语的学习（校园内/地区）



在这里向大家介绍长崎大学的日语讲座和地区日语义务教育团体。

・ 国际教育合作机构的日语班

在国际教育合作机构开设有从初级到高级的各种日语班。参加日语班要到国际教育合作机构事务室填写受讲申请(前期 3 月下旬、后期 9 月下旬)，国际教育合作机构实施摸底考试(前期 3 月下旬、后期 9 月下旬)。关于确切的申请期间和摸底考试日期请到国际教育合作机构事务室咨询。

所在地请参照第 125 页的校内地图⑰

日语课程的一览表

水平	班的名字	每周的次数
初级Ⅰ	初级集中	10
	初级Ⅰ	5
初级Ⅱ	初级Ⅱ	5
中级Ⅰ	中级Ⅰ会话	1
	中级Ⅰ读解	2
	中级Ⅰ作文	1
	中级Ⅰ听力	1
	中级Ⅰ汉字	1
中级Ⅱ	中级Ⅱ会话	1
	中级Ⅱ读解	2
	中级Ⅱ作文	1
	中级Ⅱ听力	1
高级Ⅰ	高级Ⅰ综合	1
	高级Ⅰ读解	2
	高级Ⅰ会话	1
高级Ⅱ	高级Ⅱ综合	2
	高级Ⅱ综合	2
	高级Ⅱ综合实践	1

・罗马数字的Ⅰ是表示前半、II 是表示后半。

・高级Ⅱ综合实践是日語能力考試 N1 的对策講座。

・除了以上表格所列的日语课程以外，还有仅针对属于「长崎大学短期留学课程」、「交换留学日语课程」、「高级日语、日本文化课程」的学生的日语班课程，针对本科生（包括学部所属的教养教育日语课程的交换留学生）的日语班课程。

・地域の日本語教育ボランティアグループ

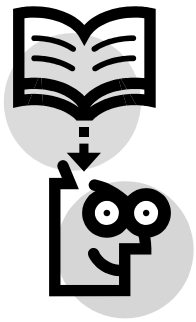
（2014年2月現在）

団体名	活動内容
長崎純心大学 言語文化センター	6月と11月の土曜日、全4回、純心高校（長大文教キャンパス裏門前）内の江角記念館にて開講。受講料は無料。日本語能力試験N1とN2の勉強を集中的に行う講座です。 申し込み、問い合わせはTEL095-846-0084（e-mail:gengo@n-junshin.ac.jp）の長崎純心大学の笹栗先生まで。場所は118ページの地図参照①
活水女子大学 日本語教育研究会	毎週水曜、午後６時30分から８時まで、活水女子大学東山手キャンパス（場所は122ページの地図参照⑥）にて開講。4月と10月から全10回のコースを年２回行う。受講料は教科書代のみ。レベルは４レベル。申し込み、問い合わせは活水女子大学現代文化学科事務室（TEL095-825-7091）に電話で問い合わせるか渡辺先生にメール（watanabe@kwassui.ac.jp)で問い合わせてください。
日本語ネットワーク IN ながさき	毎週土曜日、午後２時から３時３０分まで長崎県総合福祉センター4F（長崎市茂里町）にて開講。年に３コース開かれ（４月～７月、９月～１２月、１月～３月）、受講料は各コース月1,000円。レベルは初級と中級。申し込み、問い合わせは同グループの西久保さんTEL095-821-6454まで。（場所は120ページの地図参照③）
長崎市国際ボランティアによる初級日本語講座	生活に必要な日常会話を学ぶ講座です。 場所：長崎ブリックホール２階「地球市民ひろば」 （長崎市茂里町2-38・120ページの地図参照④） 期間、時間：「長崎市国際課」の「日本語講座」のホームページ参照 http://www.city.nagasaki.lg.jp/kokusai/920000/927000/927030/p004939.html 受講料：無料ですが、テキスト（2,835円）を購入してください。 申し込み・問い合わせ：長崎市国際課（Tel 095-829-1113）

・地区日语义务教育团体

（2014 年 2 月）

团体名称	活动内容
长崎纯心大学 语言文化中心	6 月及 11 月的星期六，共 4 次，在纯心高等学校（长大文教校园后门前）的江角纪念馆开课。免费。课程为集中学习日本语能力考试 N1 和 N2。报名及查询，请联系长崎纯心大学的笹栗老师 TEL 095-846-0084 (e-mail:gengo@n-junshin.ac.jp)。关于地址参照第 119 页的地图①。
活水女子大学 日语教育研究会	每周三，从下午 6 点 30 分点到 8 点，在活水女子大学东山手校园（所在地参照第 123 页地图⑥）开课。每年的 4 月和 1 0 月开始都有 10 次为 1 个单元的课程，年 2 期。学费只收书费。 课程分 4 种级别。报名、问询：活水女子大学现代文化学科办公室（电话：095-852-7091）。 也可发电子邮件给渡边老师 (watanabe@kwassui.ac.jp)。
日语网络在长崎	每周六，从下午 2 点到 3 点半，在长崎县综合福祉中心内四层（长崎市茂里町）开课。 1 年 3 期:（4 月～7 月、 9 月～1 2 月、 1 月～3 月）。 学费每月 1000 日元。课程分为初级初级和中级 2 种。 报名、问询:上述单位的西久保 电话 095-821-6454。 场所请参照第 121 页地图③
由长崎市国际志愿团体举办的初级日语讲座	是学习日常生活会话的讲座。 地址：长崎布里克宫 2 楼「地球市民广场」 （长崎市茂里町 2-38・请参照 121 页的地图④） 期间、时间：请参照「长崎市国际课」的「日语讲座」的网页 http://www.city.nagasaki.lg.jp/kokusai/920000/927000/927030/p004939.html 学费：免费，请自费购入教材(2835 日币)。 申请・咨询： 长崎市国际课(电话 095-829-1113)



１２　困ったとき、問題があるとき、情報がほしいときは

困ったときや何か問題があるときは一人で悩まずにだれかに相談しましょう。研究室の指導教員や仲間のほかに学内にはたくさんの相談先があります。また、ほしい情報が得られる場所についても紹介します。問い合わせは、対面・電話・メールいずれでも結構です。

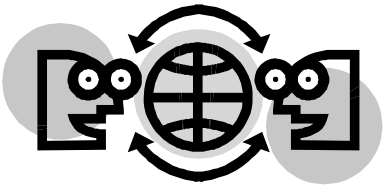
・相談窓口一覧

相談窓口	電話番号・メールアドレス・場所（学内地図は125ページ）		相談対応事項など
①学部・大学院等の留学生指導主事	※各指導主事の連絡先は別紙にて配布 学部・大学院の学務係で主事の名前と連絡先が得られる		研究内容、授業内容等、自身の学習に関する事項
②学部・大学院の学務係			講義の欠席、期末試験、成績証明書、授業の登録に関する事項
③教養教育事務室	場所は学内地図⑨参照		教養教育科目に関すること
③国際教育リエゾン機構教員	場所は学内地図⑳参照		日本語コース、その他学業に関する事項、その他就学・進路、日常生活の問題、対人関係の悩み等あらゆる事項
永井智香子	095-819-2239	nagai@nagasaki-u.ac.jp	
源島福己	095-819-2238	fgenjima@nagasaki-u.ac.jp	
松本久美子	095-819-2242	kumiko-m@nagasaki-u.ac.jp	
松村真樹	095-819-2253	masaki@nagasaki-u.ac.jp	
多田美有紀	095-819-2240	miyut@nagasaki-u.ac.jp	
古本裕美	095-819-2241		
④国際教育リエゾン機構事務室 （月～金：8：45-17：30） ＊日本語、英語での対応はもちろん、中国語、韓国語での相談にも応じる。	095-819-2122 場所は学内地図⑰参照	ryugaku@ml.nagasaki-u.ac.jp	奨学金、住宅保険、在留期間更新、病気、事故、資格外活動許可、国際交流会館、チューター制度に関する事項、日常生活の問題、対人関係の悩み等あらゆる事項
⑤学生支援センター	場所は学内地図⑰参照		
生活支援コーナー	095-819-2103		学生教育研究災害保険の加入申込・保険金請求、アルバイトの紹介

１２　遇到困难、问题时，希望获得信息时

如果遇到困难需要帮助的时候，不要一个人烦恼、请找其他人商量。

做为商谈场所，除了指导教员以外，还有如下场所。



・咨询窗口一览

咨询窗口	电话・邮址・地址（校内地图是 125 页）		接受咨询内容等
①本科・研究生院等的留学生指导责任者	※各指导责任者的联络方式另行发布 责任者的名单及联络方式在本科・研究生院的学务处能得到		有关研究内容、授课内容等自己学习方面之事
②本科・研究生院的学务处			有关缺课、期末考试、成绩证明书、授课的登录之事
③教养教育事务室	具体位置请参照校内地图⑨		有关教养教育课程之事
③国际教育合作机构教师	具体位置请参照校内地图⑳		日语课程，其他有关学业、就学及进路、日常生活方面的问题、人际关系的烦恼等各类事项
永井智香子（ながいちかこ）	095-819-2239	nagai@nagasaki-u.ac.jp	
源島福己（げんじまふくみ）	095-819-2238	fgenjima@nagasaki-u.ac.jp	
松本久美子（まつもとくみこ）	095-819-2242	kumiko-m@nagasaki-u.ac.jp	
松村真樹（まつむらまさき）	095-819-2253	masaki@nagasaki-u.ac.jp	
多田美有紀（ただみゆき）	095-819-2240	miyut@nagasaki-u.ac.jp	
古本裕美（ふるもとゆみ）	095-819-2241		
④国际教育合作机构事务所 （周一～周五： 8：45-17：30） ＊除了日语、英语之外，还接受中文及韩语的咨询。	095-819-2122 具体位置请参照校内地图⑰	ryugaku@ml.nagasaki-u.ac.jp	有关奖学金、住宅保险、在留期间更新(签证更新)、生病、事故、资格外活动许可(打工证)、国际交流会馆（留学生宿舍）、辅导制度员、日常生活的问题、人际关系的烦恼等各类事项
⑤学生支援中心	具体位置请参照校内地图⑰		
生活支援	095-819-2103		申请加入学生教育研究灾害保险/申请保险金，介绍打工信息

課外支援コーナー	095-819-2071		課外活動、サークル等に関すること。
経済支援コーナー	095-819-2105		授業料免除に関すること。詳細は 30 ページ参照
学生何でも相談室 月～金10:00-17:00	095-819-2106	nandemo@ml.nagasaki-u.ac.jp	あらゆる悩み事の相談受付
⑥保健・医療推進センター	095-819-2211 場所は学内地図⑲参照		カウンセラーによる身体面、精神面、心理的な問題の悩みに対応。その他、食生活のアドバイス、病院紹介も。詳細は 66 ページ参照
⑦チューター			勉学上、生活上の問題
⑧やってみゅーでスク	場所は学内地図⑰の学生支援センター内		ボランティア活動のサポート先紹介。詳細は 96 ページ参照
⑨大学生協	文教キャンパス内生協の場所は学内地図⑤参照		アパート探し、交通手段などに関する事項、詳細は 70 ページ参照

・その他、相談に関すること

☆ハラスメント相談

あなたが教職員や学生などから，次のハラスメントを受けた場合には，各部局のハラスメント相談員に相談できる体制がとられています。
まずは，「学生何でも相談室」に相談してみましょう。

1．セクシュアル・ハラスメント
性的な言動により不快にさせること。
2．アカデミック・ハラスメント
権力を利用して，教育指導又は研究活動に関係する妨害もしくは嫌がらせを行うこと。
3．その他のハラスメント
セクシュアル・ハラスメント及びアカデミック・ハラスメント以外の言動で，権力を利用して，嫌がらせを行うこともしくは不利益（適切な説明と本人の了解を得ている場合を除く。）を与えること。

课外支援	095-819-2071		有关课外活动、兴趣小组等
经济支援	095-819-2105		有关学费减免之事。详细请参照第 31 页
学生什么都可以咨询室 周一～周五 10:00-17:00	095-819-2106	nandemo@ml.nagasaki-u.ac.jp	接受各种烦恼的咨询
⑥保健・医疗推进中心	095-819-2211 具体位置请参照校内地图⑲		顾问会回答大家有关身体方面、精神方面、心理方面的烦恼问题。有关饮食生活的建议、介绍医院。详细请参照第 67 页
⑦辅导员			在学习方面、生活方面的问题
⑧Yattemyudesk	位置在校内地图⑰的学生支援中心内		介绍对志愿活动进行支援的单位。详细请参照第 97 页
⑨大学生协	文教校区内的生协的位置参照校内地图⑤		公寓介绍、交通方法等有关事项，详细请参照第 71 页

・其他有关咨询方面之事

☆各种纠纷

如果遭受到教职员工以及同学的骚扰时,请向各系纠纷咨询员咨询。首先,请向「学生什么都可以商谈室」咨询。

1. 性骚扰
   范围涉及到性方面使人不快的行为。
2. 学术纠纷
   遭受一方滥用职权妨碍学习指导以及研究活动方面的纠纷。
3. 其它纠纷
   除了性骚扰和学术纠纷以外的滥用职权造成不良后果的行为(事前双方取得一致的情况下除外)。

１３　国際交流会館（留学生寮）

・国際交流会館概要

長崎大学 国際交流会館 は長崎大学の外国人 留学生 と外国人研究者のための居住施設です。
西町と坂本に２か所あります。所在地と電話番号は以下の通りです。
場所は西町会館は124 ページの地図を坂本会館は120 ページ（地図内番号②）の地図を参照

西町本館

名前	長崎大学国際交流会館 （西町本館・西町A棟・西町B棟）	長崎大学国際交流会館 坂本分館 （坂本分館）
住所	〒852-8043 長崎市西町12-1	〒852-8102 長崎市坂本1丁目7-1
電話	０９５－８４５－０２０１	０９５－８１９－７５１９

☆入居申し込み・入居オリエンテーション

外国人留学生の入居選考は原則として新規に受け入れる留学生を対象に年2回（3月･9月）定期的に実施します。入居が決定した人は入居オリエンテーションに必ず出席しなければなりません。

☆部屋のタイプ

西町本館･･･単身室（A）、単身室（B）、２人でシェアするタイプの居室
西町Ａ棟と西町Ｂ棟･･･４人でシェアする４ＬＤＫタイプの居室
坂本分館･･･すべて単身室

西町本館の単身室(B) と坂本分館の単身室にバス、トイレはありますが、捕食室と洗濯室は共有です。西町A棟、西町B棟、西町本館の単身室（A）、ルームシェアタイプの居室の入居者は、捕食室・洗濯室を利用できません。

☆入居期間

すべての居室の入居期間は原則として６ヶ月間です。西町Ａ棟と西町Ｂ棟は短期の交換留学生等を主な対象としていて、入居期間は最大１年です。<u>退去するときは１ヶ月前までに必ず管理人に退去届けを提出してください。</u>

☆管理人、チューター

西町本館、坂本分館には日勤の管理人がいます。また、西町、坂本それぞれにチューターが住んでいて、さまざまな相談にのってくれます。

☆留学生寮でのインターネットについて

インターネットは希望者のみ業者と個人契約をします。

☆注意！

<u>友人等が長崎を訪れたとき、国際交流会館に泊めることはできません。</u>

１３　国际交流会馆（留学生宿舍）

长崎大学国际交流会馆，是供外国留学生和研究者居住的设施。共有 2 处，在西町和坂本 2 个地方有。所在地和电话号码如下:

（西町会馆的所在地参照第 124 页地图　坂本会馆的所在地参照第 121 页地图②号）

名称	长崎大学国际交流会馆 （西町本馆・西町 A 栋・西町 B 栋）	长崎大学国际交流会馆坂本分馆 （ 坂本分馆 ）
地址	〒852-8043 长崎市西町 12-1	〒 852-8102 长崎市坂本 1 丁目 7-1
电话	095-845-0201	095-819-7519

☆入住申请・入住说明会

外国留学生的入住审查，原则上是以新接受的留学生为对象，一年定期实行 2 次（3 月・9 月）。决定入住的留学生，必须出席入住说明会。

☆房间的类型

西町本馆･･･单人房（A)、单人房（B)、2 个人共同使用的房间
西町Ａ栋和西町Ｂ栋･･･4 个人共同使用的 4 房 1 厅 1 餐厅兼厨房的房间（4 LDK)
坂本分馆･･･全部是单人房

在西町本馆的单人房(B)和坂本分馆的单人房内均设有独用的浴室和厕所， 餐厅和洗衣房为共用。西町 A 栋、西町 B 栋、西町本馆的单人房(A)、共同使用房间的入住者，不能利用餐厅和洗衣房。

☆入住期间

所有房间的入住期限原则上为 6 个月。西町 A 栋和 B 栋主要以短期交换留学生为主,入住期限最长为 1 年。**退房 1 个月前请向会馆管理员提出申请。**

☆管理员，学生辅导员

在西町会馆（本馆）坂本会馆有每天上班的管理员。在西町、坂本的宿舍，各自居住着学生辅导员，接受各类咨询。

☆国际交流会馆（留学生宿舍）的因特网

因特网仅是希望使用者和网络供应商进行个人签约。

☆注意！

朋友，家族等来长崎访问时，不能留宿国际交流会馆。

西町本馆

・国際交流会館の必要経費

必要経費は以下の通りです。

・寄宿料
・原状回復費（入居月に一回限り。退去時に専門業者にお願いする清掃のための費用）
・光熱水料（電気、ガス、上・下水道料）

退去 月分の支払いには特に注意してください

☆月額寄宿料

西町	本館	ルームシェア（２人）　一人当たり　12,516円または 12,560円 単身室（A）　20,589円 単身室（B）　11,384円
	A棟	ルームシェア(4 人)　一人当たり 19,275円（家具、家電リース代を含む）
	B棟	ルームシェア（4 人）一人当たり 19,275円（家具、家電リース代を含む）
坂本	坂本分館	単身室　8,177円

☆原状回復費

西町単身室(B) 坂本分館	西町 単身室(A)	西町本館 ルームシェア(２人)	西町Ａ棟 西町Ｂ棟
12,000円	14,000円	15,000円または 17,000円 (部屋ごと)	15,000円 (一人当たり)

☆光熱水料

光熱水料は入居する宿舎または居室のタイプによって支払い方法が異なります。光熱水料は退去月を除き、翌月以降に請求されます。

留学生寮について何かわからないことがある場合は国際教育リエゾン機構事務室（14 ページ参照）に問い合わせてください。

坂本分館

西町B棟

・国际交流会馆的费用

必要的经费如下所述。

・住宿费
・原状恢复费(入居的时候仅限一回。原状回复费是在离去后请专业人员清扫的费用)
・光热水费（水电煤气费）

请特别要注意退房月份的费用支付！

☆ 月额住宿费

西町	本馆	2 个人共同使用的房间　　每位　12,516 日元或者 12,560 日元 单人房（A）　20,589 日元 单人房（B）　11,384 日元
	A 栋	4 个人共同使用的房间 19,275 日元 每位（包括家具和家用电器）
	B 栋	4 个人共同使用的房间 19,275 日元 每位（包括家具和家用电器）
坂本	坂本分馆	单人房　8,177 日元

☆原状回复费

西町单人房(B) 坂本分馆	西町 单人房（A）	西町本馆 2 个人共同使用的房间	西町 A 栋 西町 B 栋
12,000 日元	14,000 日元	15,000 日元或者 17,000 日元 （每个房间）	15,000 日元 （每位）

☆光热水费

水电煤气费是根据入住的宿舍或入住的房型而有不同的支付方法。水电煤气费用，除了退房的月份以外，都在下个月之后开始支付。

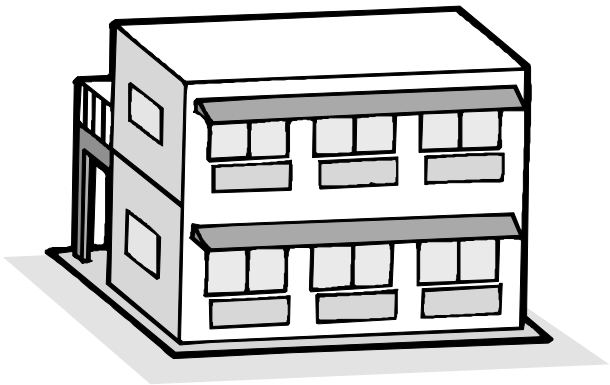
如果关于留学生宿舍有什么不明白的事项，请向国际交流课(参照第 15 页)咨询。

坂本分馆

西町 B 栋

１４　アパートを借りる

民間アパートを借りたいときは不動産屋に行きます。大学生協にも不動産部門があります。長崎では小さいキッチンとバスがついたワンルームのアパートの家賃が３００００円前後から４００００円前後します。また、長崎は坂が多く、坂のところは少し家賃がやすくなっています。機関保証の制度があります。民間アパートを探すときはまず、国際教育リエゾン機構事務室**に相談してください**。



☆留学生住宅保証制度

一般に、日本で民間のアパートを借りる場合、入居のための保証人が必要です。留学生の皆さんが留学生住宅総合補償に加入することと敷金があることなどを条件に長崎大学が保証人になります。留学生住宅総合補償の加入料は長崎大学外国人留学生後援会が負担してくれます（32 ページ参照）。詳しくは国際教育リエゾン機構事務室へ問い合わせてください。

☆アパートを借りるとき必要なお金

敷金（家賃の１～３か月）＋手数料（家賃の１か月）＋最初の月の家賃＝家賃の４～５か月

敷金…担保として預けるお金で、アパートを出るときにアパートの修理などに使われます。
手数料…不動産屋に払う 仲介料 です。

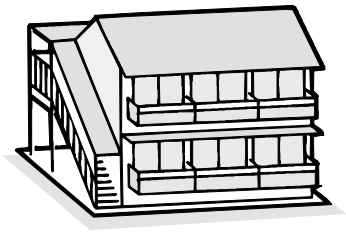
☆毎月必要なお金

家賃＋共益費※＋ 光熱水料 （電気、ガス、上下水道など）＋電話代など

共益費とは…共同使用の施設の代金や清掃の代金などに使われるお金のことです。
※共益費は家賃に含まれている場合があります。

家賃の滞納や未払いがないように毎月支払うように注意してください。

１４ 租借民间公寓



想租借民间公寓时，请向不动产公司咨询。大学生协里也有不动产部门。在长崎，带有小厨房和浴室的一居室民间公寓，月租 30000 日元至 40000 日元 上下。另外，长崎坡多，位于坡上的房屋，租费要便宜一些。另外，对于租住民间公寓还有留学生住宅保证制度。如果打算租住民间公寓，请先向国际教育合作机构事务室咨询。

☆留学生住宅保证制度

一般来说，租住民间公寓时，必须有保证人才能入住。在留学生加入留学生住宅综合补偿，交付房租押金等后，长崎大学可以作为留学生的保证人。留学生住宅综合补偿的费用由外国人留学生后援会(33 页参照)全额承担。有关这一制度，详情请向国际教育合作机构事务室

☆租借房屋时所必要的费用

押金（１～３个月的房租）＋　手续费（１　个月的房租）　＋ 第１个月的房租＝４～５个月的房租

押金 ： 是作为担保的预付金，用于搬离住宅时房屋的修理等。

手续费 ： 是支付给不动产公司的介绍费。

☆每月必要的费用

租金 ＋ 公益金※ ＋ 光热水费（电力、煤气、自来水及污水排放）＋电话费等

公益金：是共同使用设施的价款，以及清扫等的费用。

※ 有的公益金包含在房租里。

不要出现房租的滞纳和未交纳的情况，请按月交纳房租

１５ 引越すときにしなければならないこと

国際交流会館に入っている人も期限がくれば引っ越さなければなりません。また、日本滞在中に民間のアパートからアパートへ引っ越す人もいるかもしれません。ここでは引越しに伴う、さまざまな手続きについて説明します。

☆引越しが決まったとき

国際交流会館に住んでいる人は退去1ヶ月前までに国際教育リエゾン機構事務室に退去届を提出しなければなりません。また、民間のアパートに住んでいる人は退去1ヶ月前までに現在の住居を管理している不動産屋に連絡しなければなりません。そして、出る前に光熱水料、家賃などの精算をしてください。荷物の運び方については長崎大学生協に相談してください。荷物の量に応じて運送業者を紹介してくれます。→70 ページの大学生協参照

☆引っ越すときの電気、ガス、水道、電話、郵便物の住所変更の手続き

電気	引越しの日程が決まったら九州電力長崎営業所(℡0120-986405)に連絡する
ガス	都市ガスの場合、引越しの１週間ぐらい前に西部ガス長崎支社（☎095-826-9101）に電話をして当日ガスの開栓にきてもらう。 プロパンガスの場合：引越しの１週間ぐらい前にプロパンバスの会社に電話して、当日ガスの開栓にきてもらう。電話番号は不動産屋か大家さんに聞く。
水道	引越しの１週間ぐらい前に市役所の料金サービス課（℡095-829-1207）に電話する。
郵便物の住所変更	郵便局においてある用紙に記入すると、１年間旧住所に来た郵便物を新しい住所に転送してくれる。
インターネット	１週間ぐらい前にプロバイダーに電話をする。

＊ガス器具は都市ガス用とプロパンガス用は違うので注意してください。
＊電気、ガス、水道などの料金は銀行や郵便局の口座振替にすると便利です。

☆引越しに伴う住所変更など

＊まず国際教育リエゾン機構事務室に住所変更届け（115 ページの様式集参照）を出してください。

＊長崎市内から長崎市内への引越し･･･引越してから 14日以内に市役所または支所へ行って在留カードと国民健康保険証の住所変更手続きをしてください。
＊携帯電話、口座を持っている銀行、郵便局でも住所変更の手続きが必要です。

１５　搬家时必需做的事

入住国际交流会馆的人，到期限必需搬家。另外、在日本滞在期间有从一间民用住宅搬到另一间住宅的可能。在这里伴随搬家对各种手续进行说明。

☆决定搬家时

居住在国际交流会馆的同学们在退房时，必须在退房的一个月前向国际教育合作机构事务室提交退去表。在民间公寓居住的同学们也需要在退房的一个月前和管理公寓的不动产联系。搬离前请仔细结清水、电、煤气费及房租等等。有关行李的运送方法，请去长崎大学生协询问。根据行李的量，生协会为您介绍运送业者。（参照第 71 页）

☆搬家时的用电、煤气、自来水、电话、邮件的住址变更手续

电力	有了新的住址，请将必要的内容填入电力公司的表格后寄出。 问询处 ： 九州电力长崎营业所　　电话 0120-986405
煤气	都市煤气 ： 大约于搬家的一周前，打电话给西部ガス长崎分店，请他们于当日打开煤气阀。　（电话 095-826-9101） 液化石油气（丙烷气）:大约于搬家一周前，打电话给丙烷气公司，请他们于当日打开煤气阀。电话号码请向不动产公司或房东打听。
自来水	大约于搬家的一周前，打电话给市役所料金服务课。 （电话 095-829-1207）
邮件 住所变更	填写好邮局的有关表格后， 1 年里寄到旧住所的邮件会送到新住所。
因特网	在大约一周前向因特网拆迁公司打电话。

＊都市煤气用的灶具，跟丙烷气所用的不同，请多加注意。

＊电费、煤气费、水费等等，通过银行或邮局自动转帐很方便。

☆搬迁时住址的变更

＊**首先，请向留学生课提出住所变更登记。**请参照本书卷末的样式集第 115 页

＊从长崎市内搬到长崎市内：于搬迁日起的１４天内，请去市役所或支所办理在留卡、国民健康保险证的住所变更手续。

＊要到手机、持有账户的银行、邮局办理住所变更的手续。

１６　ごみの出し方（長崎市の場合）

ごみの出し方には規則があります。必ず決められたとおりに出してください。ごみを置く場所、日時を守らないと、近所の人たちの迷惑になります。ごみは指定のごみ袋で出さなければなりません。指定のごみ袋はスーパーなどで買うことができます。長崎市では基本的に燃やせるゴミ・燃やせないごみ・プラスチック製容器包装・資源ごみの4種類に分けて出さなければなりません。ゴミのことでもめごとが起こらないように、近所の人や大家さんとも仲良くして、わからないことがあったら必ずききましょう。ゴミの出し方は市や町によって違いますから注意してください。

分別の種類	ごみ出し日	使う袋の色
燃やせるごみ 生ゴミ、　衣類・毛布・布団（小） 使い古しの油（紙や布にしみ込ませてください） 紙おむつ等衛生用品（汚物は捨て、紙に包んでください） 紙くず　木・竹切れ（１m以内に折って束ねてください） **古紙** 段ボール 新聞・チラシ・本・雑誌　（指定のポリ袋には入れず、種類ごとにひもで束ねてください） 牛乳パック（中を洗って店頭回収へ、又は雑誌と一緒にしばって出してください）	週２回の決められた曜日の朝８時までに出してください。 古紙は週の最初のごみ出し曜日に収集します。	**赤色**の専用ポリ袋に　入れて出してください。
燃やせないごみ スプレー缶・カセット式ガスボンベ（完全に使い切って火の気のない風通しのよい所で穴をあけてから出してください） 小型家電製品（掃除機、トースター、ビデオ、ラジカセ、炊飯器、アイロン、扇風機など） ビデオテープ（ケースも）・カセットテープ（ケースも） 特殊な加工びん等（化粧品・薬品） 割れてしまった蛍光灯 陶磁器等・びん以外のガラス かみそり・針など ハンガー・ビニールのひも類 おもちゃ その他（洗面器、ゴム製品、傘、カイロ、靴・長靴、電球、びんのふたなど）	週１回の決められた曜日の朝８時までに出してください。	**青色**の専用ポリ袋に　入れて出してください。
プラスチック製容器包装 金属製品（なべ、かま、やかん、フライパンなどで、金属製品以外は燃やせないゴミ） カップ麺等の容器 食品用トレー・卵パック シャンプーなどのボトル・洗剤容器 ラップ類	週１回の決められた曜日の朝８時まで	**黄色**の専用ポリ袋に入れて出してください。

１６　垃圾处理（长崎市的规定）

因为长崎市制定了有关垃圾处理方法的规则，所以必须遵照这些规则处理垃圾。不遵守垃圾放置地点、时间等，会对周围的居民造成麻烦。必须使用各种指定垃圾袋处理垃圾。在超市可以购买指定垃圾袋。长崎市规定垃圾分为可燃垃圾、不可燃垃圾、塑料包装物、资源垃圾 4 类，在处理垃圾时必须按照上述规定进行分类。不要因为垃圾的问题而和周围的邻居、房东产生麻烦，尽力搞好邻里关系，有不清楚的地方请向别人咨询。

分类	扔垃圾的日期	使用垃圾袋的颜色
可燃垃圾 厨房垃圾、衣服、毛毯、小棉被（能放入袋中的）等针织纤维产品 废油（事先渗透到纸和布上） 纸尿布等卫生用品（请将污物除去后用纸包好） 纸屑、木片、竹片（请折成 1 米以内并捆好） **旧纸** 瓦楞纸、报纸、书、杂志（不需放入指定垃圾袋，分别捆好即可） 牛奶盒（请将盒内洗净后送回销售店，或者和杂志捆绑在一起扔出）	请在每周 2 次的垃圾回收日的早晨 8 点以前扔出垃圾。 废纸的回收日为每周的第一个垃圾回收日。	请将垃圾装入红色的专用塑料袋内
不可燃垃圾 压力容器罐、桌上用瓦斯罐（内部气体全部用完以后，在通风无明火处在罐体上打孔将残余气体放空） 小型家电制品（吸尘器、烤面包器、录像机、收录机、电饭煲、电熨斗、电风扇等） 录像带（包括外盒）、磁带（包括外盒） 特殊加工的瓶类（化妆品、药品的瓶子） 破碎的日光灯管 陶瓷器、瓶子以外的其他玻璃制品 剃须刀、针等 打火机、衣架、尼龙绳等 玩具 其他物品（洗面器、管状容器、暖炉、鞋子、长靴、灯泡、橡胶制品、瓶盖、雨伞等）	请在每周 1 次的垃圾回收日的早晨 8 点以前扔出。	请将垃圾装入蓝色的专用塑料袋内
塑料包装物 金属制品（锅，水壶，长柄平锅等，金属制品以外属于不可燃垃圾） 方便面碗类 食品托盘、鸡蛋盒 香波、沐浴露等洗涤用品的容器 塑料薄膜类 泡沫塑料类	请在每周 1 次的垃圾回收日的早晨 8 点以前扔出。	请将垃圾装入黄色的专用塑料袋内

発砲スチロール ヨーグルト・プリン等の容器 ビニール袋 ペットボトル等のふた チューブ類 薬（薬剤やカプセル）の容器 緩衝材		
資源ごみ 空きかん、空きびん、　ペットボトル （ふたをはずして、中をすすいで出してください。油のプラスチックボトルは黄色い袋に）	週１回の決められた曜日の朝８時まで	**緑色の**専用ポリ袋に入れて出してください。

電池 **蛍光灯**	筒形乾電池は燃えないゴミのステーションに設置されている赤い乾電池入れにいれてください。蛍光灯もその近くに。水銀電池ニカド電池、リチウム電池、ボタン型電池は市で回収できないので販売店の回収箱へ入れてください。
家電４品目	テレビ、エアコン、冷蔵庫、洗濯機は買ったお店か買い換えるお店にリサイクル料金を支払って引き取ってもらってください（家電リサイクル法が適用されます）。購入店が不明か、もしくは近くにない場合は専門の処理業者に依頼してください。業者は長崎市のホームページ→「ごみ・リサイクル」→「家庭のごみ」→「収集運搬業許可業者名簿」を参照。　リサイクル料金は物やメーカーによって違いますが、2500 円から 5000 円ぐらいです。
粗大ごみ	その他の家具類、寝具類、家庭電化製品、自転車、カーペットなどは事前に申込が必要。長崎市の場合は一般財団法人クリーンながさき（095－844－4599）へ申し込んでください。大きさによって 500円または 1000円のステッカーを銀行や郵便局で購入して添付して、指定された日に申し込みの時に伝えられた場所に出します。
パソコン	長崎市のホームページ→「ごみ・リサイクル」→「家庭のごみ」→「パソコンの出し方」参照。

燃やせるごみ burnable

燃やせないごみ unburnable

プラスチック製容器包装
plastic containers and wrappings

資源ごみ recyclable garbage

酸奶、布丁等的容器 塑料袋 树脂饮料瓶的瓶盖 软管类 药（药片或胶囊）用容器 缓冲材料		
资源垃圾 空罐、空瓶、树脂饮料瓶（瓶盖属于塑料包装物类垃圾，因此请将瓶盖取下后洗净瓶内。食用油的塑料瓶属于塑料包装物类垃圾）	请在每周 1 次的垃圾回收日的早晨 8 点以前扔出。	请将垃圾装入绿色的专用塑料袋内

电池 **萤火灯**	圆型干电池请放置到不可燃垃圾站里的干电池专用的红色容器内。水印电池、镍镉电池、锂电池、纽扣电池等因长崎市不予回收，所以请放置到各电器商店的回收厢内。萤火灯也分别放置。
4 类家电制品	处理电视、空调机、冰箱、洗衣机 4 类家电时，支付购买店或以旧换新的店再利用费用后，请他们回收处理。(家电再利用法适用)。如果购买店不详或附近没有的情况下，请委托专业人员进行回收处理。有关专业人员的信息，请参照长崎市的网页 →「垃圾・回收再利用(ごみ・リサイクル)」→「家庭垃圾(家庭のごみ)」→「收集搬运行业许可者名单(収集運搬業許可業者名簿)」。回收再利用的费用是因物件、制造厂家而不同，大约在 2500 日币至 5000 日币之间。
大件垃圾	其他家具类、寝具类、家电类、自行车、地毯等的处理，请向卫生公社电话申请回收处理。请提前向长崎市的一般财团法人清洁长崎(クリーンながさき)(095－844－4599)打电话提出申请。根据物件大小，在银行或邮局购买 500 日币或 1000 日币的标签贴在垃圾上，然后在指定日投放到打申请电话时被告知的地点。
电脑	请参照长崎市的网页「垃圾・回收再利用(ごみ・リサイクル)」→「家庭垃圾(家庭のごみ)」→「电脑的处分方法（パソコンの出し方)」

１７　附属図書館の利用

長崎大学の文教キャンパス、坂本キャンパス（医学部、歯学部）、片淵キャンパス（経済学部）の３つのキャンパスにそれぞれ図書館があります。文教キャンパスには中央図書館、坂本キャンパスには医学分館、片淵キャンパスには経済学部分館があります。

・開館時間

館別	曜日区分	開館時間	休業期（春・夏・冬期）
中央図書館	月曜日～金曜日	8：30～22：00	8：30～17：00、 （9月）8：30～20：00
	土曜・日曜・祝日	10:00~18:30	10:00～17:00
医学分館	月曜～金曜日	8：30～22：00	8：30～22：00
	土曜・日曜・祝日	10：00～18：30	10：00～18：30
経済学部分館	月曜日～金曜日	8：30～22：15	（夏期）8：30～20：00
			（春・冬期）8：30～17：00
	土曜・日曜・祝日	10：00～18：30	10：00～17：00

・中央図書館（文教キャンパス）

（場所は 125　ページの学内地図 参照⑭）

☆入館と退館

入館のときは、学生証を忘れないようにしてください。学生証を入館ゲートに読み取らせると、バーが開きます。退館のときは、図書の貸し出し手続きを忘れないようにしてください。忘れると、退館ゲートで無断持ち出しブザーが鳴り、バーがロックされます。わからないことがあったら受け付けカウンターの職員にきいてください。

☆休館日

・年末年始

・夏季一斉休業に伴う休館

１７　附属图书馆的利用

长崎大学的文教、坂本(医学部、齿学部)、片渊(经济学部) 3 个校园分别设有图书馆。分别是中央图书馆(文教校区)、医学分馆（坂本校区)、经济学部分馆（片渊校区)。它们的开馆时间如下。

・开馆时间

图书馆	曜日	开馆时间	休假中(暑假，春假，寒假)
中央图书馆	周一至周五	8：30～22：00	8：30～17：00 （九月）8：30～20：00
	周六、周日、节假日	10：00～18：30	10：00～17：00
医学分馆	周一至周五	8：30～22：00	8：30～22：00
	周六、周日、节假日	10：00～18：30	10：00～18：30
经济学部分馆	周一至周五	8：30～22：15	暑假 8：30～20：00
			春・寒假 8：30～17：00
	周六、周日、节假日	10：00～18：30	10：00～17：00

・中央图书馆(文教校园)

（所在地参照第 125 页地图⑭）

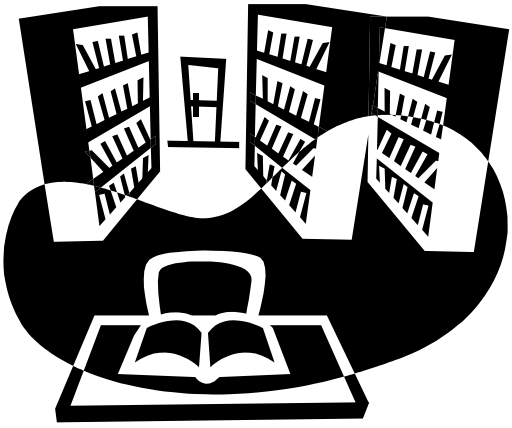
☆入馆以及闭馆

进入图书馆时，需携带学生证。将学生证放在栅栏读取，栅栏便会自动打开。离开图书馆时，请不要忘记办理图书的出借手续。在办理出借手续前离开图书馆时，警报会响，栅栏也会自动锁住。如有不明之处，请向柜台的工作人员咨询

☆休馆日

・年末年始

・暑假一齐休业期间的闭馆



☆貸し出しについて

開架の図書を 10冊、書庫（電動書庫を含む）の図書を 10冊までの計 20 冊まで借りることができます。貸し出しの期間は 2 週間 です。もし、返却 が遅れたときはその遅れた日数だけ貸し出しができなくなります。他に予約者がいなければ、2回だけ貸し出しを 延長 することができます。また、各分館の図書を取り寄せることもできます（3館 共 通）。

☆ 留学生 用図書コーナーと 留 学生優先パソコンおよびプリンター

図書館の２階に、「留 学 生コーナー」があります。日本語を勉 強するためのテキストや辞書、日本社会の事情を英語でわかりやすく紹 介 した本などを備え付けています。

「留 学 生優先パソコン」には Word と Excel の英語版、およびハングルと中国語の 入 力 システムがインストールされていて、インターネットも利用できます。１階の「ラーニング・コモンズ」に設置してある２０台のパソコンのうち４台が「留 学 生専用パソコン」で、２階の「メディア・ルーム」に設置してある７９台のうち４台も「留 学 生優先パソコン」です。

また、図書館では、無線ＬＡＮも利用できますし、生 協 の 有 料プリンターも備え付けられており、資料の複写やパソコンで作成した資料の印刷ができます。

プリンターの使い方などわからないことがあったら、カウンターの職 員 に聞いてください。

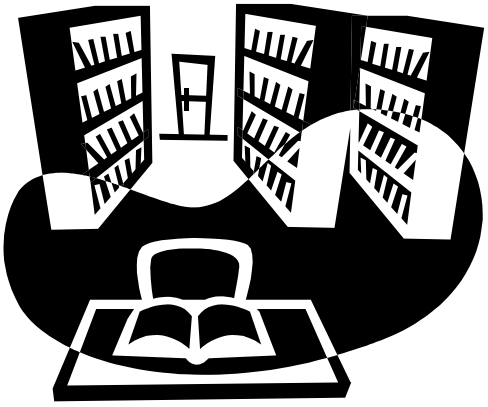
☆新聞や雑誌

新聞については、Japan Times, Japan News, The New York Times(Weekly Review), 朝 鮮 日 報、人民日報が図書館で読めます。雑誌については、中 央図書館で購 入 している 学 術 雑誌および軽雑誌を、館内で利用できます。

・医学分館（坂本キャンパス）

☆休館日

・年末年始（12月28日から 1月4日まで）
・夏季一斉休 業 に 伴 う 休 館
・蔵書整理日



☆借书

可以借开架的图书 10 册，书库(包括电动书库)的图书 10 册，合计 20 册。为期 2 周。如果延期返还的话，那么只在超过的日数内不能借书。如果无其他预约者，能延期，只限二次。另外、各分馆的图书也能订购(3 馆共通)

☆留学生用图书一角和留学生优先使用电脑

图书馆的 2 楼拥有「留学生角」。备有学习日语的教科书和词典，以及用通俗易懂的英语介绍日本社会情况的参考书等。

留学生优先使用的电脑已安装了英文版的 Word 和 Excel、并输入了韩语和中文文字输入系统软件，还可以上网。1 楼的「学习共享空间」设有 20 台电脑，其中的 4 台供留学生专用，2 楼的「媒体室」设有 79 台电脑，也有 4 台供留学生优先使用。在图书馆，还可以使用无线网络，此外还设置了生协的收费打印机，可以复印或打印通过电脑制作的资料。

不知怎样使用打印机时，请向柜台的工作人员咨询。

☆报纸・杂志

报纸　能阅读 Japan Times，The Daily Yomiuri，The New York Times(weekly Review)，朝鲜日报，人民日报

杂志　能阅读中央图书馆订阅的学术性杂志，大众杂志

・医学分馆(坂本校园)

☆休馆日

・年末年始　１２月２８日至１月４日

・暑假一齐休业期间的闭馆

・藏书整理日

☆貸し出しについて

10冊まで借りることができます。期間は２週間です。もし、返却が遅れたときは、その遅れた日数だけ貸し出しができなくなります。他に予約者がいなければ、1回だけ貸し出しを延長することができます。

☆ 留学生用パソコン

留学生が優先的に使えるインターネットにつながったパソコンが５台あります。館内で無線LANが利用できます。

・経済学部分館（片淵キャンパス）

☆休館日

・年末年始（12月28日から1月4日まで）
・夏季一斉休業に伴う休館

☆貸し出しについて

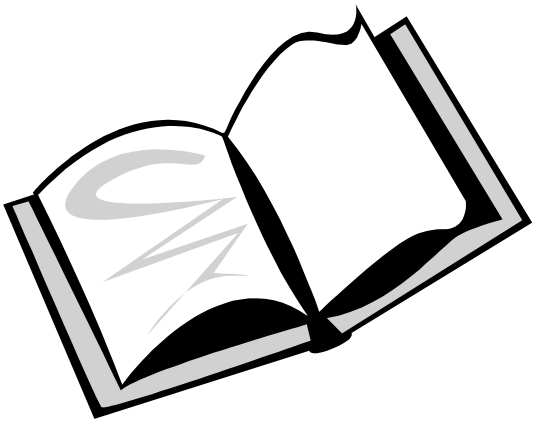
開架の図書を10冊、書庫の図書を10冊まで借りることができます。期間は２週間です。もし、返却が遅れたときは、その遅れた日数だけ貸し出しができなくなります。他に予約者がいなければ、２回まで貸し出しを延長することができます。

☆ 留学生用パソコン

留学生が優先的に使えるインターネットにつながったパソコンが１台あります。
館内で無線LANが利用できます。

・図書館のホームページ

図書館のホームページのURLはhttp://www.lb.nagasaki-u.ac.jpです（携帯用はhttp://opac.lb.nagasaki-u.ac.jp/mobile/）。OPACや電子ジャーナル、長崎大学電子化コレクションのデータベースが利用できます。そのほか、学習に役立つ各種データベースも利用できます。



☆关于借书

最多能借 10 册书，为期 2 周。如果延期返还的话，那么只在超过的日数内不能借书。如果无其他预约者，能延期，只限一次。

☆留学生用的电脑

有 5 台供留学生优先使用的电脑。馆内的无线 LAN 可以利用。

・经济学部分馆(片渊校园)

☆休馆日

・年末年始　１２月２８日至１月４日

・暑假一齐休业期间的闭馆

☆关于借书

能借开架图书 10 册、书库的图书 10 册为期 2 周，那么只在超过的日数内不能借书。如果无其他预约者，能延期，只限二次。

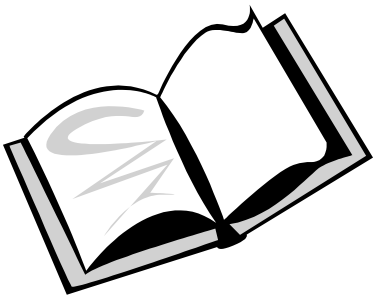
☆留学生用的电脑

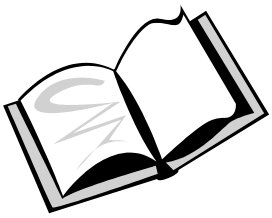
有 1 台供留学生优先使用的电脑。

馆内的无线 LAN 可以利用。

・图书馆的网页

图书馆的互联网址：http://www.lb.nagasaki-u.ac.jp（用手机的时候`：http://opac.lb.nagasaki-u.ac.jp/mobile /)。OPAC、电子报刊、长崎大学电子化收藏品等都能利用。除此以外，还有各种对学习有益的数据库。





１８国民健康保険

日本は、温帯に属していて、気候は温和ですが、四季があります。春夏秋冬の季節の変わり目には、一時的に寒暖の差が大きいので体調をくずしやすくなります。母国を遠く離れて留学してきた皆さんがもし病気になったり、事故にあってけがをしたとき、どこに行ってどうしたらよいのかなど不安になることも多いと思います。以下に保険加入について説明します。よく読んでください。

・国民健康保険について

☆加入：在留資格が「留学」であれば、すべて国民健康保険に加入することが義務づけられています。この保険に加入すると病院で治療を受けたときに病院で払うお金が 30 パーセントで済みます。

国民健康保険負担　７０％ （保険医療機関が国民健康保険に請求）	患者負担３０％

☆加入の手続き：手続きは長崎市役所国民健康保険課または支所で住民異動届を提出するとき（在留カードの手続きをするとき）に行います。市役所または支所で国民健康保険税申告書も提出してください。10日ほどで国民健康保険証が郵送されてきます。国民健康保険では、世帯主がまとめて加入手続きを行うことにより、家族全員が被保険者（保険診療が受けられる人）になります。

☆保険料：国民健康保険料は市や町によって、収入のあるなし、また、収入の額によって違いますが大半の留学生は１年間で 15,300円（平成24年度で７割減額の場合）です。国民健康保険加入手続きを済ましたら納付書が自宅に届きます。

保険料は毎月ではなく、10回に分けて支払うことになっています。たとえば、3月下旬に来日した場合は 5月20日ごろ、9月下旬に来日した場合は 11月20日ごろに 10回分の納付書が自宅に郵送されます。納付書に書かれている納付期限を必ず守って銀行、または郵便局で納付してください。納付が遅れると延滞金を払わなければならないことがあるので、注意してください。

☆注意！　医療費が高額の場合

入院などで高額の医療費を支払う場合は、申請すると、自己負担限度額を超えた金額については国民健康保険から払い戻しが受けられる制度があります。

留学生の場合、若干のアルバイト収入や奨学金が主たる収入源となるため、大半の留学生は国民健康保険において低所得世帯の区分に位置付けられています。低所得世帯の場合、同一の医療機関に対して１ヶ月の医療費の窓口負担額（保険診療分）が 35,400円（自己負担限度額）を超える場合、高額療養費の適用を受け、国民健康保険に払い戻しの申請を行うことで、35,400円を超える医療費（保険診療分のみ）が高額療養費として払い戻されます。その場合、留学生は、一旦、医療機関の窓口に高額な医療費を支払うことになりますが、後日、国民健康保険から高額療養費の払い戻しがあります。

１８　国民健康保险

日本属于温带，气候温和，四季分明。春夏秋冬季节转变时，一时性的冷暖温差很大，因此容易引起身体不适。远离祖国前来留学的诸位，在得病或遇到事故受了伤的时候，会为该去哪里该怎样做才好等而变得不安的事也多。以下对加入保险，医疗费补助制度，以下是关于加入保险的说明。请仔细阅读。

・国民健康保险

☆加入：在留资格为“留学”的同学们都必须加入国民健康保险。一旦加入此保险，在医院受到治疗时，只须支付 30%的医疗费即可。

国民健康保险负担 70% （保险医疗机关向国民健康保险索求）	患者负担 30%

☆加入的手续：手续是在长崎市役所国民健康保险课或支所提交住民移居申报时（办理在留卡时）办理。国民健康保险税申告表也要向市役所或支所提交。大约 10 天后，国民健康保险证会邮寄给申请者。国民健康保险，由户主统一办理加入手续的，家族全体人员都成为被保险人（可以接保险诊疗的人）。

☆保险费：虽然国民健康保险费根据市和街道、收入的有无、收入金额的不同而有所差异，但对大多数留学生来讲,一年间是 153,00 日元(在平成 20 年度 7 割引的情况)。加入国民健康保险的手续完了后、在你的住处会收到交纳通知书。

保险金不是按月、是分 10 回交纳。比如，3 月下旬赴日时，10 张缴付单会在 5 月 20 日前后邮寄到家，9 月下旬赴日时，缴付单会在 11 月 20 日前后邮寄到家。遵守纳付书的纳付期限，到银行或邮局交纳。因为迟于纳付期间必需交纳延迟金，请注意。

☆注意！支付高额医疗费时

在住院等支付高额的医疗费时,如果申请、对超过个人负担限度的金额部分、有从国民健康保险给予返还的制度。

留学生的情况、以打工收入和奖学金为主要的收入来源、关于国民健康保险多数的留学生是属于低收入世带。低收入世带的情况、在同一医疗机构 1 个月的医疗费的负担额（保险诊疗范围的部分）超过 35,400 日元的情况、适用于高额疗养费、进行国民健康保险返还的申请、超过 35,400 日元的部分的医疗费（保险诊疗范围的部分）做为高额疗养费返还。这种情况、留学生如果在医疗机关的窗口把高额的医疗费支付、后日能从国民健康保险高额疗养费中得到返还。

大学病院などでは、支払窓口にて、高額委任払申請を行い市役所の国民健康保険課で手続き（国民健康保険証の提示と印鑑が必要）を行うと35,400円の支払いで済みます。高額な医療費を一度に支払うのは、留学生にとってはかなりの負担になりますので、医療費を全額支払う前に医療機関の支払窓口にて高額委任払申請を行うことをお勧めます。

ただし、アルバイトの収入などが一定額以上ある留学生、もしくは、渡日して間もない留学生の場合は、低所得世帯として認められない場合もあります。その場合は、自己負担限度額は、35,400円ではありません。

入院したときの食事代は、国民健康保険の対象にはなりません。

ここに書いたことは、基本的なことですので、ケースバイケースで多少異なります。1人で悩まず、チューターや指導教員の助けなども借りて、医療機関の窓口や市役所の国民健康保険課に問い合わせてみてください。不明な点があれば国際教育リエゾン機構事務室の窓口に具体的に相談をしてください。

☆国民健康保険が適用されない場合

全ての病院のすべての医療行為に保険証が使えるわけではありません。たとえば、以下のものは保険の適用が受けられません。

①保険が適用されない診療、個室または二人部屋の特別室（差額ベッド）代、材料費など
②健康診断
③予防注射
④美容整形
⑤歯列矯正
⑥正常な出産および経済的な理由による人工妊娠中絶
（分娩に異常があった場合は、保険診療の対象となります）

☆ **「出産育児一時金」の支給**：国民健康保険の加入者が出産したときは、出産児一人につき、出産育児一時金としておおむね30万円が支給されます。

☆変更・帰国の際の届出：氏名、世帯主、住所などが変わった場合は、変わった日から14日以内に、市役所の国民健康保険課に届けなければなりません。留学が終わり帰国する際は前もって国民健康保険課に届けて、保険料の精算や国民健康保険証の返納手続きをしなければなりません。手続きは帰国2週間前からできますので早めに行ってください。

注意！

帰国前に国民健康保険証の返納を忘れる人が多いです。必ず返納してください。

＊注意！国民健康保険料の一部補助については32 ページを見てください。

在大学的附属医院支付窗口进行高额委任支付申请、到市役所的国民健康保险课办理手续(需要持有国民健康保险证和印章)、支付 35,400 日元后终了。一次性支付高额的医疗费、对留学生来讲是很大的负担，建议在医疗费全额支付前到医疗机关的支付窗口申请高额委任支付。

但是，对打工收入等在一定的金额以上的留学生、或者刚刚渡日的留学生有不做为低收入世带的情况。在这种情况下,个人负担限度额不是 35,400 日元。

住院时的饭费不属于国民健康保险范围。

在这里写的内容,都是一些最基本的事情,根据具体情况会有所差异。遇到问题不要一个人烦恼,请借助辅导员和指导教官的帮助到医疗机关的窗口和市役所的国民健康保险课去咨询。有不清楚的地方，也请到国际教育合作机构事务室窗口进行具体的商谈。

☆国民健康保险不被适用时

保险证并非在所有医院的所有医疗行为里都能使用。譬如，以下项目保险不被适用。

①不被保险适用的诊疗，单人房间或双人房间的特别室(差额床)费，材料费等
②健康检查
③预防注射
④美容整形
⑤齿列矫正
⑥正常的生孩子及由于经济上的原因的人工堕胎
(异常分娩，在保险险范围内)

☆「生孩子育儿一时金」的支付:国民健康保险的加入者在生孩子的时候，每生一个孩子，可得到生孩子育儿一时金大概 30 万日元的补助。

☆变更・回国时的申报:姓名，户主，住址等变化时，从变更日开始 14 日以内，必须送交到市政府的国民健康保险课。留学结束回国的时候必须预先送交到国民健康保险课，办理保险费的细算和国民健康保险证的交还手续。手续办理从回国 2 周前开始，所以请尽早办理。

注意！

归国前忘记返还国民健康保险证的人有很多。请务必返还。

注意！ 关于国民健康保险费的补助，参照 33 页

１９　病気やけがをしたとき・健康診断

病気やけが、その他の健康のことについては、大学の保健・医療推進センターに行って相談してみましょう。簡単な診療を受けたり、アドバイスを受けたり、病院を紹介してもらったりすることができます。

また、センターでは学生を対象に毎年定期健康診断を行っています。オリエンテーションで健康診断の日程の案内がありますから、渡日後や入学後に行われる健康診断は必ず受診してください。

場所は 125 ページの学内地図参照⑳
坂本地区分室（国際交流会館　坂本会館の１階）もあります。

保健・医療推進センター（文教キャンパス）の相談日時

医師・歯科医師による相談 TEL095－819－2213	カウンセラーによる相談 TEL 095 － 819 － 2211(内線3172)	保健師による相談・指導 TEL095－819－2213
内科　月曜日～金曜日(火曜日は除く) 14:00～16:00 精神科（要予約） 火曜　14:00～17:30 木曜・金曜　9:00～12:00 婦人科　第一水曜日（月1回、要予約） 15:00～16:30 歯科　第二火曜日（月1回、要予約） 14:00～16:00	月曜日～金曜日 (要予約) 8:45～17:30	健康面での相談や食事のアドバイス、病院紹介、応急処置などです。 月曜日～金曜日 8:45～17:30

坂本地区分室の相談日時

医師による相談 TEL　095－819－7531
内科　金曜日 10:00～12:00 15:00～17:30（隔週）

大学の保健･医療推進センターに行くときは必要ありませんが、日本で病院へ行くとき、国民健康保険証を持っている人は持っていくのを忘れないようにしてください。

医師による相談時間は変更の可能性があります。保健・医療推進センターのホームページ（http://www.hc.nagasaki-u.ac.jp/）や電話による確認をお願いします。

１９　生病和受伤时・健康诊断

生病、负伤，以及其他关于健康方面的事情，请去大学的保健・医疗推进中心作咨询吧。能进行简单的诊疗、忠告、医院的介绍。另外、中心对学生进行每年定期的健康诊断。因为在入学教育时有健康诊断的日程的介绍，渡日后和入学后进行的健康诊断，请一定要受诊。

保健·医疗推进中心的场所；参照学内地图第 125 页⑳

坂本地区分室也有（国际交流会馆坂本会馆 1 楼）

保健 ·医疗推进中心(文教校园)

保健・医疗推进中心受理时间

向医生、齿科医生咨询 TEL095－819－2213	精神保健指导员咨询 TEL095－819－2213	保健师咨询 TEL095－819－2213
内科：周一到周五 （ 除了星期二以外） 14:00～16:00 精神科（要预约） 星期二　14:00～17:30 星期四，星期五 9:00～12:00 妇科:每月的第一星期三 （一个月一次，要预约） 15:00～16:30 齿科咨询　第二星期二 （一个月一次，要预约） 14:00～16:00	周一到周五（要预约） 8:45～17:30	有关健康方面的咨询及饮食方面的建议，医院介绍，应急处置等。 周一到周五 8:45 ～17:30

坂本地区分室的受理时间

向医生咨询 TEL　095－819－7531
内科：周五 15:00～17:30（隔周）

去大学的保健・医疗推进中心时不需要，但在日本去医院时、持有国民健康保险证的人，请持保险证就诊，请不要忘记。

根据医生、商谈时间有可能变更。用保健・医疗推进中心的网页(http://www.hc.nagasaki-u.ac.jp/)和电话进行确认。

２０ 非常のとき

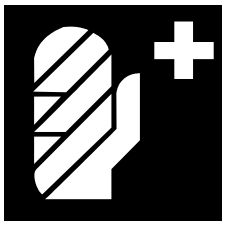
日本の非常のときの電話番号を覚えておいて、万一下記のような非常事態に遭遇したらすぐに電話連絡をしましょう。局番なしの３ケタの番号です国際教育リエゾン機構事務室（095 - 819－2121)にもできるだけ早く連絡をしましょう。

☆火事のとき　　**☎１１９**

「火事です！（場所）…です」

☆大怪我・急病　　救急車を呼びます　**☎１１９**

「救急です！（場所）…です」



☆盗難・犯罪　　**☎１１０**

「泥棒／強盗です！（場所）…です」

☆交通事故　事故の大小にかかわらず、必ず警察に電話をしてください。

☎１１０

「交通事故です！（場所）…です」

怪我をしていたら救急車を呼びます。

☎１１９

「交通事故です！（場所）…です」

・救急医療

☆夜間急患センター

夜間の急な発熱、腹痛、けがなどの患者さんに応急の診療をする「夜間急患センター」があります。ここは入院や手術のできる施設ではありません。場所は電停「賑橋」の近くです（住所：長崎市栄町２－２２医師会館1階）122 **ページの地図内⑤**

診療科目診療受け付け時間

月曜～金曜　　内科→20時～24時（受け付けは 20時～23時30分）

小児科→20時から翌朝7時（受け付けは 20時から翌朝6時）

土・日・祝日　内科・小児科→20時から翌朝7時（受け付けは 20時から翌朝6時）

年末年始（12月31日～1月3 日）

内科・小児科→10時～18時（受け付けは 10時から 17時）

内科・小児科→20時～翌朝7時（受け付けは 20時から翌朝６時）

夜間急患センター　電話095－820－8699

☆休日（日曜・祝日・年末年始の昼間）→電話095－825－8199

内科・小児科・外科の場合、診療時間は午前9時から午後6時

婦人科・眼科・耳鼻科・歯痛の場合、診療時間は午前9時から正午

２０　紧急情况

预先记住日本的紧急情况时的电话号码，万一遇到象下列一样的紧急状态的话，马上电话联系。没有局号的 3 位数号码。也尽快联系国际教育合作机构事务室(095-819-2121)。

☆火灾　　**电话　１１９**

「kaji desu！　（场所）desu」

☆重伤· 急病　　呼叫救护车　**电话　１１９**

「kyuukyuu desu！　（场所）desu」

☆失窃· 犯罪　　**电话　１１０**

「dorobou / goutou desu！　（场所）desu」

☆交通事故　　不管事故的大小，必须给警察打电话。

电话　１１０

「koutsuujiko desu！　（场所）desu」

如果受了伤

电话　１１９

「koutsujiko desu！　（场所）desu」

・急救医疗（夜间急救中心）

夜间突然出现发烧、腹痛、受伤等疾病的患者，可以到应急医疗的夜间急病中心医治。但是，这里既不能住院，也不能实施手术。地址在“赈桥”有轨电车站附近。（地址：长崎市荣町 2-22 医师会馆 1 楼）第 123 页地图⑤内

☆诊疗科目及诊疗受理时间

星期一至星期五:　内科→20 时至 24 时（受理时间为 20 时至 23 时）

小儿科→20 时至次日 7 时（受理时间为 20 时至次日 6 时）

周末及节假日:　内科、小儿科→20 时至次日 7 时（受理时间为 20 时至次日 6 时）

年末年初（12 月 31 日至 1 月 3 日）

内科、小儿科→10 时至 18 时（受理时间为 10 时至 17 时）

内科、小儿科→20 时至次日 7 时（受理时间为 20 时至次日 6 时）

夜间急救中心　　电话：095-820-8699

☆公休日（星期日、节假日、年末年初的白天）→电话 095-825-8199

内科、小儿科、外科的诊疗时间为早上 9 时至下午 6 时

妇科、眼科、耳鼻科、齿科的诊疗时间为早上 9 时至中午。

２１大学生協

・営業時間

学内にはキャンパス毎に大学生協の店舗と食堂があり、利用できます。大学生協の店舗では、書籍、文房具、電気製品、パソコン、日用品、音楽ＣＤ、切手、はがきなどが買えます。また、コピーをしたり、写真の現像やＦＡＸを送ったりもできます。各店舗の営業時間は次の表の通りです。

	店名	電話番号	営業時間	
			月曜～金曜	土曜
文教キャンパス	文教店（2階店）	095-845-5887	午前9時半～午後6時半	休み
	文教店（1階店）	095-847-6904	午前8時15分～午後7時45分	午前10時～午後2時
	食堂（場所は 125 ページの学内地図参照⑥）	095-847-1569	朝食　午前8時15分～10時半	休み
			カフェテリア 午前11時半～午後7時15分	午前11時半～午後1時半
			麺　午前10時～午後3 時	午前10時半～午後1時半
			夕食　午後5 時～7時15分	休み
坂本キャンパス	医学部店	095-849-7159	午前8時半～午後7時15分	午後12時～午後3時半
	医学部食堂		カフェテリア 午前11時～午後7 時	休み
	歯学部店	095-849-7755	午前9時半～午後5時15分	休み
	歯学部食堂		定食と単品メニュー 午前11時半～午後2時半	休み
	保健学科店	095-849-7977	午前10時～午後4時半	休み
	保健学科食堂		午前11時～午後1時	休み
片淵キャンパス	経済店	095-820-2924	午前10時～午後7時40分	休み
	経済食堂		カフェテリア 午前11 時～午後2 時	休み

２１　大学生协的利用

・营业时间

大学的每个校园里都有生协的店铺和食堂，可以利用。在大学生协的店铺里，书籍、文具、电器、电脑、日用品、音乐 CD、邮票、明信片等都能买到。此外，也能复印、印照片、发传真。各店铺的营业时间见下表。

	店名	电话号码	营业时间	
			周一到周五	周六
文教校园	文教店（2 楼店铺）	095-845-5887	上午 9 点 30 分至晚上 6 点	休息
	文教店（1 楼店铺）	095-847-6904	上午 8 点 15 分到晚上 7 点 45 分	上午 10 点到下午 2 点
	食堂 地址参照第 125 页的校内地图⑥	095-847-1569	早餐 上午 8 点 15 分到 10 点半	休息
			自助餐　上午 11 点半到晚上 7 点 15 分	上午 11 点半到下午 1 点半
			面类 上午１０点到下午 3 点	上午１０点半到下午 1 点半
			晚饭 下午 5 点到晚上 7 点１５分	休息
坂本校园	医学部店	095-849-7159	上午 8 点半到晚上 7 点１５分	中午１２点到下午 3 点半
	医学部食堂		自助餐　上午１１点到晚上 7 点	休息
	齿学部店	095-849-7755	上午 9 点半到晚上 5 点１５分	休息
	齿学部食堂		客饭和单品 上午１１点半到下午 2 点半	休息
	保健学科店	095-849-7977	上午 10 点到下午 4 点半	休息
	保健学科食堂		上午 11 点到下午 1 点	休息
片渊校园	经济店	095-820-2924	上午１１点到晚上 7 点４０分	休息
	经济食堂		周一到周五 上午 11 点到下午 2 点	休息

・大学生協のサービスについて

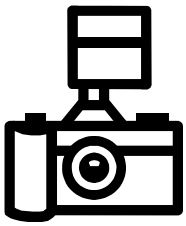
☆書籍、雑誌、メディアなど

学生証を提示すると書籍が 10%割引で買えます（洋書も注文できます）。また、雑誌は 10%割り引き、音楽ＣＤは 15%割り引きで買うことができます　（ＤＶＤ、ビデオは 10%割り引き）。

☆旅行の手配、各種切符

国内航空券、ＪＲ，高速バス、ホテルなど、旅行の相談、予約ができます。割引航空券なども販売しています（文教店のみ）。県内６つのバス会社と路面電車共通の IC カード（スマートカード）も買うことができます

☆写真プリント・印刷



普通の写真の現像、焼き付け、スライド用フィルムの現像、焼き付けができます。名刺や葉書の印刷も受け付けています。文教店には証明書用写真の自動撮影機も設置されています。

☆アパート紹介

条件にあった留学生が入居可能なアパートを紹介しています。

☆ファックスを送る

国内へファックスを送ることができます。1枚当たり市内50 円、市外100円です。

☆パソコン・ソフトの販売

パソコンとその周辺機器、ソフトウエアを販売しています。ソフトウエアはその大半をアカデミックプライスで買うことができます。在庫がない場合は、商品の取り寄せができます。

☆宅配便、引越し

宅配便や引越しを扱っています。市内引越しの場合、軽トラック 1台、2時間以内で 9000円くらいです。

☆クレジットカード

ＶＩＳＡのクレジットカードの申し込みができます。加入条件や手続きは、店舗に相談してください。

☆レンタカー

レンタカー７社の予約ができます

長崎大学生協の E-mail address
nuc@ma1.seikyou.ne.jp

長崎大学生協のホームページ（日本語のみ）
http://kyushu.seikyou.ne.jp/nu-coop/

・生协的各项服务

☆书籍、杂志、音像制品等

出示学生证后，购买书籍、杂志能享受１０%的折扣，音乐 CD 能享受 15%的折扣（DVD、录像带能享受 10%折扣）。还能够订购外文书籍。

☆旅行安排、各种票

国内机票、JR、高速巴士、宾馆等有关旅行日程，都能去进行商谈和预约，还有打折的优惠机票等出售(只有文教店)。那儿也出售县内 6 家巴士公司和有轨电车通用的 IC 交通卡(スマート卡通)。

☆照片冲印

普通的照片冲印，另外还可以制作用于幻灯的胶片等。幻灯机所用的胶卷冲印也接受办理。也受理名片、明信片的印刷。文教校园的店里还设置了证明书照片用的自动摄影机。

☆公寓介绍

为有条件居住的留学生介绍公寓。

☆发传真

能往国内发传真。市内一张 50 日元；市外 100 日元。

☆出售电脑 软件用品

出售电脑及周边配件、软件。大部分软件都能打折扣买到。库存缺货时，可从他店购取。

☆住宅快递、搬家

代办住宅快递、搬家。市内搬迁的场合，轻型卡车 1 辆，2 小时以内为 9000 日元。

☆信用卡

能办理 VISA 的信用卡申请。有关加入条件及手续等，请去店铺咨询。

☆汽车租赁

经办 7 家汽车租赁公司的预约业务。

长崎大学生协的电子邮件信箱
nuc@mal.seikyou.ne.jp
长崎大学生协的网址（仅日语版）
http://kyushu.seikyou.ne.jp/nu-coop/

２２　学内スポーツ施設案内

学内にはさまざまなスポーツ施設があります。それらの施設は体育のクラスや学生のクラブが優先的に使っていますが、空いているときは申し込めば使えます。

総合体育館

☆文教キャンパス

・グラウンド、テニスコートを使いたいときは学生支援センターの課外支援コーナーで空き状況を確認して申しこんでください（学生支援センターの場所は 125 ページの学内地図⑰）。総合体育館（場所は 125 ページの学内地図参照①）を使いたいときは、一階の受け付けで学生証を見せ、事前に体育館の空き状況を確認し、申し込みができます。スポーツ用具は「物品借用書」に記入し、以下の表のようなものを借りることができます。

総合体育館で借りることができるスポーツ用具一覧

テニス	ラケット、ボール
ソフトボール	ボール、グローブ、ミット、　バット、ベース
登山用具	テント、寝袋、飯盒

※総合体育館の受け付けは平日の午前８時30分から午後7時までです。休館日は年末年始です。
※グラウンド、総合体育館、テニスコートを使うときは必ず運動靴をはいてください。
※グラウンド、テニスコートは使用後整備をしてください。

☆坂本キャンパス（医学部）

医学部に体育館とテニスコート、グラウンドがあります。グラウンドは医学部の学務係で事前に空き状況を確認して申し込んでください。医学部の体育館では総合体育館のように用具の貸し出しはしていません。

☆片淵キャンパス（経済学部）

経済学部に体育館とテニスコート、グラウンドがあります。テニスコート、グラウンドは経済学部の学務係で事前に空き状況を確認して申し込んでください。経済学部の体育館では総合体育館のように用具の貸し出しはしていません。

２２　校内的体育设施指南

综合体育馆

校内有各种各样的体育设施。这些设施由体育班及学生俱乐部优先使用，但场地空闲时，如果申请的话，其他人也能使用。

☆文教校园

・想使用运动场、网球场时，请先去学生支援中心的课外支援角确认场地有空与否的情况，然后提出申请。学生支援中心的地址请参照第 125 页的校内地图⑰。在综合体育馆（请参照第 125 页的校内地图①）1 楼登记处出示学生证,确认使用可否,以事前预约的方式可以申请使用。请填写「物品借用書」后可以借用如下表所示体育器材。

・关于体育用品，请先去综合体育馆（综合体育馆的地址一楼确认场地有空与否的情况，然后出示学生证并填写“物品借用书”，能够借用。

在综合体育馆能借到的体育用品一览

网球	球拍、球
软式垒球	球、手套、合指皮手套、球棒、垒
登山用具	帐篷、睡袋、饭盒

※综合体育馆的受理时间，平日从上午 8 点半到下午 7 点。年末年始休馆。
※使用运动场、综合体育馆、网球场时，必须穿运动鞋。
※运动场、网球场使用后，请加以整理。

☆坂本校园(医学部)

医学部体育馆内有网球场、运动场。想使用运动场时，请先去医学部的学务系确认场地有空与否的情况，然后提出申请。医学部体育馆不象综合体育馆那样出借体育用品。

☆片渊校园(经济学部)

经济学部体育馆内有网球场、运动场。想使用运动场、网球场时，请先去经济学部的学务系确认场地有空与否的情况，然后提出申请。经济学部体育馆不象综合体育馆那样出借体育用品。

２３　学外の留学生の支援・交流団体紹介

・学外の留学生支援団体

☆国際交流塾

長崎市長が総長の長崎伝習所のひとつとして１９９２年にスタートしました。現在は独立した市民グループとして活動しています。基本的には同じ興味や趣味をもった外国人と日本人が一緒に継続的にいろいろな活動を続けていくところです。バドミントン班、卓球班、俳句の会、日本舞踊を踊る会、クラフトもの作りクラブなどの班活動の他、海や山にみんなで出かけたり、地域のお祭りに参加したり、たくさんのイベントがあります。だれでもいつからでも参加できます。活動予定や問い合わせ先は留学生センター掲示板にはってあるニュースレターで知ることができます。

問い合わせは℡095-822-7966またはメールchikyukan@h2.dion.ne.jpで地球館まで。

☆東山手地球館（場所は122ページの地図参照⑦）

運営は国際交流塾が行っています。地球館では次のような活動が行われています。

＊ワールド・フーズ・レストラン

長崎に住む外国人が土曜、日曜、祝日のみ日替わりで地球館に来て自国の料理をつくり、ランチとしてお客さんに出しています。これまでインド、メキシコ、アルゼンチン、中国、イギリス、オランダ、マレーシア、韓国など世界70ヶ国以上の料理を実施しています。またこの活動を通して一般のいろんな長崎の人たちと楽しい交流が出来ます。自分も自国の料理を作ってみんなに食べてもらいたい人は連絡してみてください（謝礼もありますよ）。

地球館：この建物は長崎市の文化財で、東山手「地球館」が借り受けています。

＊国際理解教育プログラム

多文化理解を目的として県内外の小中高生との国際交流プログラムを実施しています。

「地球館」の連絡先は
℡095-822-7966です。メールは　chikyukan@h2.dion.ne.jp
ホームページアドレスは　http://www.h3.dion.ne.jp/~chikyu

２３　学外的留学生支援・交流团体的介绍

☆国际交流塾

长崎传习所由长崎市长总负责，于 1992 年起运营。现在作为独立的市民团体在开展着活动。这是有着共同志趣的外国人和日本人一起进行各种活动的场所。
除了羽毛球班，乒乓球班，俳句会，日本舞蹈会，手艺东西制作俱乐部等的班活动以外，还有野营，参加地区的活动等多种活动。无论何人，无论何时都能参加。活动的预告，可以在留学生中心的布告栏所贴的海报中得知。问询电话：095-822-7966 地球馆 或者是 chikyukan@h2.dion.ne.jp。

☆东山手地球馆　（所在地参照第 123 页 地图⑦ ）

主要由国际交流塾来运作。地球馆主要开展以下活动:
☆世界美食餐厅
住在长崎的外国人当日来地球馆制作本国的饭菜（只有星期六，星期天，节日），作为午餐向客人出售。实施着到现在为止已做过印度，墨西哥，阿根廷，中国，英国，荷兰，马来西亚，韩国等世界 70 个国家以上的饭菜。再能通过这个活动与普通的各种各样的长崎的人们快乐的交流。自己想制作本国的饭菜请大家吃的人试着联系一下吧。（有谢礼哟）。

地球馆：这个建筑作为长崎市的文物，是由东山手（地球馆）借用的

＊国际理解教育课程

以理解多文化为目的，实施与长崎县内外的小、中、高学生的国际交流课程。
地球馆的联络处：电话　095-822-7966
电子信箱 chikyukan@h2.dion.ne.jp　网址：http://www.h3.dion.ne.jp/~chikyu

☆（公財）長崎県国際交流協会

国際交流・国際協力に関するさまざまな事業を行っています。

＊国際交流・国際協力に関する情報の提供
＊国際理解講座・国際交流に関するイベントの実施
（日本文化体験教室など）
＊長崎県内の観光・生活などに関する情報の提供
＊新聞、図書の閲覧
＊情報誌の発行・提供
＊私費留学生奨学金制度
＊私費留学生国民健康保険料の一部補助
＊留学生住宅保証制度
＊ホームステイ・ホームヴィジット事業
＊長崎地域留学生宿舎

出島交流会館

問い合わせ：TEL　095－823－3931
オープン：月曜から金曜、午前9時から午後5時30分まで
場所：出島交流会館1F（122ページの地図参照④）
ホームページ：http://www.nia.or.jp
メールアドレス：nia@nia.or.jp

☆NIC（Nishimachi International Club）（西町国際クラブ）

留学生の家族が日本での生活に早く慣れ、楽しめるように、生活面・精神面でサポートすることを目的として、1992年9月にできたボランティアクラブです。会員は主に留学生の家族と日本人主婦たちです。毎週水曜日に長崎大学西町国際交流会館のゼミナール室で例会を持っています。例会では、各国の文化紹介、各国の料理講習、手工芸、パーティー、ピクニック、社会施設見学、生活相談など色々なことをしています。このような活動を通じて会員同士が良い友達になり、日本語も上手になっています。

日本での新しい生活に不安がある方、友達がいなくてさびしい方など、ぜひ連絡して下さい。いつでもどなたでも歓迎します

連絡先：森永春乃（クラブ代表）morinaga3935@gmail.com
電話とFAX：095－856－6838

☆（公财）长崎县国际交流协会

进行着有关国际交流・国际合作的各种各样的事业。

＊提供有关国际交流・交际合作的信息
＊实施有关国际理解讲座・国际交流的活动
（日本文化体验教室等）
＊提供长崎县内的观光、生活等信息
＊报纸、图书的阅览
＊发行・提供信息杂志
＊私费留学生奖学金制度
＊补助一部分私费留学生的国民健康保险费
＊留学生住宅保证制度
＊日本人家庭寄住及访问事业
＊长崎地区留学生宿舍

出岛交流会馆

问询电话：095-823-3931

从开时间：周一至周五，上午 9 点到下午 5 点 30 分

地址：出岛交流会馆内一搂(参照 118 页的地图④)

主页网址：http://www.nia.or.jp

邮件号码：nia@nia.or.jp

☆NIC (Nishimachi International Club) (西町国际俱乐部)

为了使留学生的家属们能够早日适应在日本的生活，从生活、精神等方面给与支持为目的，1992 年 9 月成立了这个志愿者俱乐部。会员主要为留学生家属以及日本人的家庭主妇。每周三在长崎大学西町国际交流会馆的会议室召开例会。会议中，文化介绍、各国菜肴讲习、手工艺、晚会、郊游、参观社会设施以及生活咨询等话题展开交流。通过这类活动，会员间建立起了亲密的友好关系，同时也达到了提高日语水平的目的。如果来到日本后对新的生活感到不安，或者因没有朋友而感到寂寞时，请一定和我们联系，任何时候无论是谁我们都欢迎。

联络地址:森永春乃（俱乐部负责人）morinaga3935@gmail.com

电话及传真:095-856-6838

☆「地球市民ひろば」（長崎ブリックホール内）

長崎で暮らす外国人と市民のための国際交流に関する情報収集などの場です。

＊雑誌、新聞、図書の閲覧
＊図書の貸し出し（図書貸し出し券が必要）
＊パソコンの利用（登録制1時間102円、プリントアウト白黒1枚10円、カラー1枚50円）
＊メッセージボードの設置（生活用品交換、催し案内、友達募集、語学の個人レッスンなど）
＊初級日本語講座の実施（38ページ参照）
＊在住外国人向け法務相談の開催（在留資格、永住、帰化などの手続き全般）
（無料。月1回開催。事前予約が必要。英語、中国語、韓国語で対応可）

開館日	1月4日～12月28日
開館時間	9：00～20：00
問い合わせ	Tel　095－842－3783
場所	長崎市茂里町2－38　120ページの地図参照④

詳細は「長崎市国際課」の「地球市民ひろば」のホームページを見てください。
http://www.city.nagasaki.lg.jp/kokusai/920000/927000/927040/p004944.html

地球市民ひろば

☆日本舞踊・一寿会

日本舞踊藤間流教授藤間弥寿幸先生による日本舞踊の練習、日本の作法、着物を着ての撮影などを体験できる教室です。日本での思い出作りや日本文化の勉強になります。外国人なら4歳から男女だれでも参加できます。また、1年に3,4回練習の成果を発表できるチャンスがあります。

練習は毎週水曜の午後4時から8時まで(4時から7時は女性のクラス、7時から8時は男性のクラス)国際交流会館（西町本館）談話室（長大文教キャンパス正門より徒歩15分）で、第二第四火曜の2時から4時は長崎県国際交流協会（78ページ参照、出島交流会館ビル1階）で行っています。
このクラスは外国人のためのボランティアクラスです。問い合わせは西町国際交流会館の管理人さんまで。

☆ 「地球市民广场」(长崎布里克宫内)

是居住在长崎的外国人和市民收集有关国际交流信息的场所。

＊阅览杂志、报纸、书籍
＊出借图书(需要借书券)
＊利用电脑(采用 1 小时 102 日币的登记制度，打印黑白纸是 10 日币 / 张，彩色是 50 日币 / 张)
＊设置留言板(生活用品的交换，介绍活动，结交朋友，外语的个人辅导学习等)
＊举办初级日语讲座(参照 39 页)
＊举办以外国人为对象的法务咨询活动(包括在留资格，永住，归化等各种手续)
(免费。每月举办一次。必须提前预约。可使用英语、汉语和韩国语)

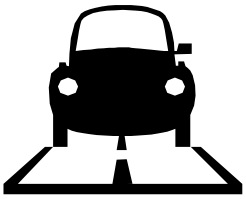
开馆日　　1 月 4 日～12 月 28 日
开馆时间　　9：00～20：00　年中无休(年末年始除外)
咨询　　电话 095－842－3783
地址　　长崎市茂里町 2－38　请参照 121 页的地图④

详细请参照「长崎市国际课」的「地球市民广场」的网页
http://www.city.nagasaki.lg.jp/kokusai/920000/927000/927040/p004944.html

☆日本舞蹈・一寿会

这是日本舞蹈藤间流教授藤间弥寿幸老师讲授日本舞蹈、有关和服的摄影的学习班。可以学习日本文化，也能给自己留下一个美好的回忆。外国人的话，只要 4 岁以上无论男女都可以参加。每年都有一次能够发表练习成果的机会。练习时间为每周三下午 4 点至晚上 8 点(4 点到 7 点女性班 7 点到 8 点男性班)，地点在国际交流会馆会话间(西町会馆，由长崎大学文教校园后门步行 15 分钟)。第二、四周的星期二下午 2 点至 4 点在长崎县国际交流协会(参照第 79 页，出岛交流会馆大楼 1 楼)，下午 5 点至晚上 7 点在出岛交流会馆大楼 4 楼的长崎县志愿者支援中心。
这个班是专门为外国人开设的义务讲座。问询：国际交流会馆西町本馆管理员。

２４　自動車・バイクに乗る



長崎は坂も多く、徒歩での移動が大変なため、自動車や自動二輪を利用する留学生もいます。しかし、日本の交通法規に慣れていない留学生は、極力運転しないようにしてください。
やむを得ない事情で運転する場合は、運転免許証、自動車保険の加入など必要な手続きをして、交通ルールを守ってください。

・運転免許証について

自動車やバイクを運転するときには免許証を携帯しなければなりません。自動車の免許証で50cc のバイクも運転できます。免許を持たないで運転をした場合日本では罪になるので、無免許運転は絶対にしないでください。

☆免許の切り替え、免許に対する問い合わせ（自動二輪を含む）

長崎県運転免許試験場
住所 ：大村市古賀島町533-5
TEL0957-53-2128
アクセス：大村空港行きリムジンバスで「中古賀島」下車
（朝早いバスは試験場前に止まるものもある）
＊リムジンバスについては 84 ページ参照

☆ 国際免許証 を持って来た人

発行日から１年間はそのまま車に乗ることができます。ただし、ジュネーブ条約加盟国※のものに限るので、種類をチェックすることが必要です。１年以上乗る人は日本の免許証に切り替えなければなりません。
※ジュネーブ条約加盟国のものかどうかチェックするひとつの方法は「1949年」という条約が締結された年が入っているかどうかということです。

☆自分の国の免許証の日本の免許証への切り替え

まず、自分の免許証が日本の免許証に切り替えられるかどうか長崎県運転免許試験場（問い合わせ先は上記）に聞いてチェックしてください
＊運転免許の切り替えには通常次のものが必要です。

・パスポート
・自国の免許証
・在留カード
・国際免許証（持っている人のみ）
・写真（３×2.4）１枚
・手数料等（4000円程度）
※・JAF（日本自動車連盟）による免許証の翻訳

注意：１．来日前に免許取得後3ヶ月たっている必要があります
２．免許の有効期間がきれているものは切り替えることができません。
３．国によって違いますが、ペーパー試験（5ヶ国語）と実技試験があります。ペー

２４　驾驶汽车・摩托车

长崎的特征是坡路多，移动靠走路很辛苦，有的留学生就驾驶汽车及摩托车。但是对于不熟悉日本交通法规的留学生，最好不要驾驶汽车或摩托车。如确需驾驶，必须随身携带驾驶执照，并加入车辆保险等，同时遵守交通规则。

・关于驾驶执照

驾驶汽车、摩托车时，必须随身携带驾驶执照。汽车的驾驶执照也能用于５０cc 的摩托车。没有驾照开车在日本是犯罪，请绝对不要无照驾车。

☆转换驾驶执照及对驾照的咨询（包括摩托车）

长崎县驾驶执照考场

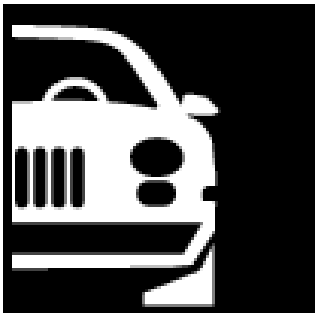
地址 ：大村市古贺岛町 533-5

电话：0957-53-2128

去法：乘坐开往大村机场的巴士，在“中古贺岛”下车

（一大早就在考场前停的巴士也有。）

关于往返于长崎与大村（长崎）机场的巴士，请参照第 85 页



☆持有国际驾照者

从发行日起的一年以内，能够就这样驾驶汽车。然而，这只限于属于日内瓦条约加盟国家*的驾照，因此有必要进行种类的确认。自发行日起一年以上的驾驶者，必须换取日本的驾驶执照。

※确认是否为日内瓦条约加盟国的驾驶证的一个办法是，检查驾驶证上是否标明了日内瓦条约缔结年份“1949 年”的字样。

☆由本国驾驶执照转换为日本驾驶执照

首先，请向长崎县驾驶执照考场(地址、电话见上记) 打听并确认一下，自己的驾驶执照能不能换成日本的驾驶执照。

＊转换驾驶证通常需要如下物件

・护照

・本国的驾驶执照

・在留卡

・国际驾驶执照（持有的人）

・照片 （ 3×2.4　1 张）

・手续费等（ 4000 日元左右 ）

※JAF （日本自动车连盟）可以办理驾照的翻译

注意：

1. 来日前，必须是已经取得驾驶执照 3 个月以上。
2. 驾驶执照的有效期间已过期的话是不能转换的。
3. 尽管国家有所不同，仍有笔试（5 国语言可选）和实际技能考试。笔试不合格者，不能参

パー試験に合格しないと実技試験を受けられません。
※この翻訳はJAFでしなければなりません。場所と連絡先は次のとおりです

☆ＪＡＦの場所

℡095－811－2333
住所 ：長崎市八千代町2－13
手数料：3000円
アクセス：1番か3番の路面電車で「**八千代町**」下車（八千代町は長崎駅前近く）。
長崎駅前のほうに向かって右側にガソリンスタンドＪＯＭＯがある。
ＪＡＦはそのガソリンスタンドの裏

・５０ｃｃバイクの免許のとりかた

場所：長崎県運転免許試験場
申請書の受け付け：9：00～9：30（月曜～金曜）祝日は休み。
申請書を記入するのに約15分かかるので9時半ぎりぎりに行かないこと
過程：適正試験（視力検査等）50問30分の学科試験（日本語（振り仮名つき）、英語（英語で受ける場合は申請時に言っておく必要あり）、約2時間の実技講習
必要なもの：パスポート、在留カード、写真（3×2.4㎝）1枚(6ヶ月以内のもの））
印鑑（ある人）、筆記用具
交付手数料：約10000円（学科試験、実技講習代を含む）

＊筆記試験に合格しなければ、午後の実技講習を受けることができないので免許はとれません。

・自動車やバイクを買うとき

車やバイクを買ったらすぐに乗れるわけではありません。さまざまな手続きが必要です。また、自動車やバイクを買うときには自動車やバイクの値段の他に、税金や保険、さらに**自動車の場合駐車場の確保が必要で、車検代、車庫代、ガソリン代（長崎は離島が多いので他府県に比べて高い）などたくさんお金がかかり、維持するのが大変なことを忘れないでください。なお、長崎大学では留学生でバイクを所有する人には任意保険の加入を義務づけています。**

☆必要な手続き

バイク：登録・税金・※自賠責保険・※任意保険
自動車：登録・税金・※車庫証明・※車検・※自賠責保険・※任意保険

※車庫証明とは… 駐車場などの車の保管場所があることの証明で警察署で手続きをします。
この証明がないと車の登録ができません。
※車検とは…2年に一度（中古車の場合）義務づけられている車の整備点検のことです。1回に10万前後かかります。
※自賠責保険とは…自動車やバイクをもっている人は必ず入らなければならない保険です。
※任意保険について…自賠責保険は事故により他人を死傷させた場合しか補償しません。補償額も少なく、全てをまかなうことができません。そこで、自賠責保険でカバーできない部分を補う任意保険に入る必要があります。

加实际技能考试。

※这一翻译必须由 JAF 做成。地址及联络电话如下

☆JAF 所在地

电话：　095-811-2333

地址：　长崎市八千代町 2-13

手续费：3000 日元

交通路线：乘坐 1 路或 3 路有轨电车于“八千代”(八千代站在 JR 长崎站的附近）下车，朝 JR 长崎站的方向，右侧有加油站 JOMO。JAF 就在这个加油站的后面。

・取得５０cc 摩托车驾驶执照的方法

场所：长崎县驾驶执照考场

受理：9：00-9：30（周一到周五）

过程：适应性测试（视力检查等)、３０分钟５０个问题的学科考试（只有日语，标有假名)，约 2 小时的实技讲座

必要的物件：在留卡、照片（3×2.4cm）

2 张、印章（如果有的话)、文具

手续费：约 10000 日元（包括考试、实技讲座授课费）

※笔试如未能通过，则不能参加下午的实技讲座，也不能得到驾驶证。

・购买汽车 摩托车时

并非买好汽车、摩托车以后就可以马上使用，因为还需要办理各种手续。另外，在购买汽车和摩托车时除了车自身的标价以外，还需税金和保险费，特别是汽车还需要在保证有停车场的基础上，缴纳车检费、车库费、汽油费（和其他地方相比长崎的岛屿较多，汽油价格较高）等许多费用，请不要忘记养车是一件非常够呛的事情。另外，长崎大学对于有摩托车的留学生，规定了必须要参加任意保险。（请参照第 25 页）

☆必要的手续

摩托车：登记・税金・※损伤责任保险 ※任意保险

汽车：登记・税金・※车库证明 ※车检※损伤责任保险※任意保险

※车库证明…有停车场等车辆保管场所的证明，在警察署办理手续。没有这个证明，则车辆不能登录。

※车检…必须两年（如果是旧车）接受 1 次全面的车辆检查。一次的费用在１０万日元上下。

※损伤责任保险…拥有汽车和摩托车的人都必须参加的强制保险。

※关于任意保险…损伤责任保险只对由交通事故引起他人死伤时进行赔偿。而且金额也很少，要想完全解决是不可能的。在这方面，为了弥补损伤责任保险的不足之处，参加任意保险是很有必要的。

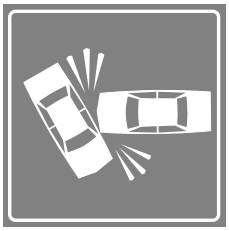
☆国際教育リエゾン機構事務室からのバイクや自動車を所有している留学生への注意

バイクや自動車による交通事故及び交通違反（不法駐車・スピード違反）が多発しています。交通事故については、幸いなことに大事に至らず、被害者の立場となっていますが、いつ、加害者の立場になるかもしれません。日本では交通事故で加害者となった場合は、事故の程度にもよりますが多額の賠償金が要求されます。現に交通事故の加害者となり、留学を断念し帰国した人もいます。

バイクや自動車を所有する人には、自賠責保険（強制保険）に加入することが法律で義務づけられています。しかし、自賠責保険は怪我や後遺障害についての最低の保証しかなされません。当然のことながら、事故の程度にもよりますが、加害者の立場となった場合は、自賠責保険だけでは賠償できるものではありません。そのために自賠責保険をカバーするため任意保険という制度が設けられています。

国際教育リエゾン機構事務室ではこのような交通事故の多発を受け、万一事故をおこしても安心できるよう、留学生でバイクや自動車を所有する人については原則として任意保険に加入することを義務づけます。なお、バイクの場合、任意保険への加入には１ヶ月3,000円程度〈50ccのバイクは2000円程度〉の保険料が必要となります。

・注意すべき日本の交通ルール



①自動車・自動二輪は左側通行

日本では車両は左側通行、歩行者は右側通行です。また、自転車も車道の左側を通行します。

②飲酒運転は厳禁

飲酒運転が厳しく罰せられます。アルコールの影響により確実に注意力、判断力が低下します。お酒を飲んだら、絶対に運転しないでください。自転車も同じです。

③シートベルトを着用

自動車を運転する時は、運転手も同乗者もシートベルトをしなければなりません。また、バイクを運転する時は、必ずヘルメットを着用して下さい。

④運転中の携帯電話の使用は禁止

運転中に携帯電話を使ったり、画像を見ることは禁止されています。

・交通事故にあった場合の対処

万が一交通事故にあった場合は、警察（110番）に電話して、「交通事故」と報告してください。住所、氏名、事故の内容（いつ、どこで、何が起きたのか）、けがの状態などを説明してください。

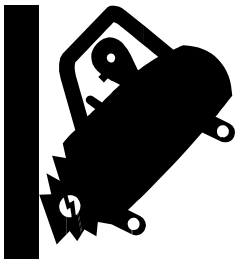
110番および119番（救急の緊急通報用電話番号）は無料です。公衆電話からかける時も、硬貨やテレホンカードは必要ありません。もちろん、国際教育リエゾン機構事務室にも報告してください

☆有摩托车和汽车的留学生请注意（国际教育合作机构事务室）

由摩托车和汽车等引起的交通事故，及违反交通法规（违章停车，超速）的事情经常发生。至于交通事故，没有造成严重后果就是非常幸运的事了。尽管你是受害者，但是，不知什么时候你也有可能变成加害者。在日本，如果你是加害者，虽然也根据事故的轻重程度来判断，但是会被要求巨额赔款。目前也有因为成了交通事故的加害者，而不得不放弃留学回国的人。

对于有摩托车和汽车的人，加入损伤责任保险（强制保险）在法律上是必须的义务。但是，损伤责任保险只对受伤及后遗症有最低限度的保证。当然，尽管也根据事故的轻重程度来判断，可如果你是加害者的话，只有损伤责任保险是不够支付赔偿的。因此，为了弥补损伤责任保险的不足之处，还设立了一种叫做任意保险的制度。

国际教育合作机构事务室遇到了很多像这种情况的交通事故，为了让大家在万一发生交通事故时也能够放心，拥有摩托车和汽车的留学生在原则上来说有加入任意保险的义务。另外，如果是摩托车，参加任意保险的话，一个月 3000 日元左右（50cc 的 2000 日元左右）保险费是必须要交纳的。



・必须遵守的日本交通规则

①汽车及摩托车在左侧行驶

日本的车辆是在左侧行驶，通行人在右侧行走。骑自行车也是在车道的左侧。

②禁止酒后开车

酒后驾驶汽车及摩托车会受到严重惩罚。受酒精的影响会使得注意力、判断力低下。饮酒后绝对不能开车，骑自行车也同样。

③使用安全带

在驾驶汽车时，开车者和同乘者都必须使用安全带。驾驶摩托车时，必须使用安全帽。

④驾驶时禁止使用手机

驾驶时禁止使用手机，也不能观看图像。

・遇到交通事故的处理

万一遇到交通事故，请给警察(电话号码是 110)打电话，说明「交通事故」之事。并告诉警察地址、姓名及事故情况(何时、何地、发生了什么事)，及受伤的程度。然后报告国际教育合作机构事务室。110 及 119(急救的紧急通报用电话号码)是免费电话。即使是通过共用电话拨打时，也不用投入硬币及电话卡。

２５　バスや電車の利用など

・長崎の交通

JR(Japan Railway)、バス、路面電車が主な交通機関です。

・長崎市内、その近郊の移動なら便利なスマートカード

路面電車は距離に関係なく全区間120円です。バスは距離によって料金が変わります。路面電車と長崎県内６バス会社のバスに使えるスマートカード(ICカード乗車券システム)があります。使い方は簡単で、乗るときと降りるときに軽くワンタッチするだけです。整理券をとる必要がありませんし、小銭も必要ありません。バスや路面電車の中で1000円単位で積み増しができます。料金は1枚3000円です。

スマートカードの特徴

・パスケースに入れたまま使えます。
・乗り継ぎ割り引きがあります。
・積み増しをすると 1割のプレミアがつきます。

スマートカードの買い方

・　電車の中で運転手から買う
・　バスや路面電車の営業所で買う
・　大学の生協で買う

・長崎からの長距離高速バス・リムジン高速バス

☆長崎と福岡を結ぶ高速バス 九州号

九州急行バスのハイウエイバス「九州号」は福岡へ行くのに便利です。長崎駅前からスーパーノンストップに乗ると約2時間で福岡に着きます。また、福岡空港に乗り入れている便もあります。福岡までの料金は片道2500円で往復割引料金は4500円です。回数券もあり、４枚綴りで8000円です。回数券は長崎大学生協（生協で2枚単位で買えます)、JR長崎駅前の県営バスターミナル（122 ページの地図参照①)、バスの中で買えます。満席の場合は乗れないので九州号に乗るときは電話で予約（TEL095－823－6155）してください。

時刻表：長崎県営バスのホームページを見てください。

☆リムジン高速バス

長崎市内と長崎空港を結ぶバスです。次の四つのコースがあります。

１.長崎駅前→宝町→浦上駅前→松山町→大橋→長大裏門前→昭和町→バイパスを経て空港
（20分に一本・所要時間約50分）

２．茂里町バスセンター（ココウォーク）→長崎駅前→五島町→大波止→中央橋→長崎新地バスターミナル→バイパスを経て空港
（大体30分に一本・所要時間・約43分）

２５　巴士和电车的利用

・长崎的交通

长崎的主要交通机关是 JR （日本铁路)、巴士和有轨电车。

· 长崎市内及近郊的移动的话利用便利的交通卡(スマート卡)

路面电车不论距离的长短全区间都是 120 円。巴士是根据距离调整收费。路面电车和长崎县内 6 家巴士公司的巴士能使用潇洒卡(IC 卡乘车券系统)。使用方法非常简单，只要在上车时和下车时插一下卡就行了。既不需要抽取整理券，也不需要准备零钱。在巴士或路面电车上，可以 1000 日元为单位进行充值。一张 3000 日元。

☆スマート卡的特征

· 放在卡夹中，不用取出，便可使用。
· 继续乘车有打折。
· 增加积累时有 1 折的加价。

交通 IC 卡(スマート卡)

スマート卡的购买方法

・ 在电车上向司机购买
・ 在巴士公司或者电车公司的营业所
・ 在大学生协购买

・从长崎发车的长途高速巴士・机场高速巴士

☆往返于长崎与福冈的高速巴士九州号

乘坐九州急行巴士中的高速“九州号”去福冈非常方便。从长崎站前发车的特快直达巴士，只要 2 小时 5 分钟就能到达福冈。另外、也有去福冈机场的便。到福冈的单程票价是 2500 日元，往返票有优惠，为 4500 日元。4 张相连的回数券价格是 8000 日元。回数券能在长崎大学生协（在校内生协可以只购买二张），JR 长崎站前的县营巴士终始站(参照 123 页地图 ①)，在巴士上买到。因为满座时不能再上客，所以想搭乘九州号时先电话预约好。电话号码， 095-823-6155。

时刻表：请看长崎县营巴士的网页

☆机场高速巴士

往返于长崎市内和长崎机场间的巴士。有下面 4 条路线。

1. 长崎站前→宝町→浦上站前→松山町→大桥→长大后们前→昭和町→通过迂回高速公路至机场（发车间隔时间为 20 分钟，所需时间约为 50 分钟）

2. 茂里町巴士中心（ココウォーク）→长崎站前→五岛町→大波止→中央桥→长崎新地巴士终始站→通过迂回高速公路至机场（大致每 30 分钟一趟，所需时间约为 43 分钟）

３．長崎駅前→宝町→浦上駅前→松山町→大橋→長崎大学前→住吉→昭和町→バイパスを経て長崎空港

４．ココウォーク茂里町→浦上駅前→松山町→大橋→住吉→赤迫→道の尾→横道→打坂→井手園→バイパス経由で長崎空港

時刻表：コース１、２、３は長崎県営バスのホームページで、コース４は長崎バスのホームページで調べてください。

料金：片道800円、往復1200円、バスの中、バスの営業所、大学生協でも買えます。

☆九州内高速バス

長崎県営バスより佐世保、大分、熊本、北九州、宮崎、唐津、鹿児島、ハウステンボスへ行く高速バスが出ています。ただし、ハウステンボス行きは土曜、日曜、祝日、年末年始、お盆のみの運行です。長崎バスより別府・大分行きの高速バスが出ています。問い合わせ、予約は県営バス（TEL095-823-6155）、長崎バス（TEL095-826-1114）、大学生協でも予約購入できます。

☆夜行高速バス

夜長崎を出発して朝到着する夜行高速バスは時間と宿泊の節約になり便利です。長崎バスからは姫路･神戸、大阪・京都、名古屋行きが、県営バスからは大阪行きが出ています。問い合わせ、予約は長崎バス（TEL095-826-1114）、県営バス（TEL095-823-6155）まで。大学生協でも予約購入できます。

・JR割引切符

☆特急かもめ回数券

かもめは長崎市と福岡の博多を結ぶ特急列車です。回数券は乗車券に指定席特急券（4枚つづり）がついて１００００円です。1回2500円で割引率が高いです。学内生協では1枚単位で買えます。有効期間は2ヶ月です。長崎・博多間の所要時間は約2時間です。

☆青春１８きっぷ

3月1日から4月10日まで、7月20日から9月10日まで、12月10日から1月20日までの期間使えるJRの切符です。1枚11500円で5回使えます。1回で特急と急行を除くJRの全線24時間乗り放題です。切り離して使えません。一緒に行動するなら複数人数での使用も可能です。上手に使うと安い旅ができます。

バス、電車、航空機での旅行については生協のチケットコーナーで相談してみましょう。
割引切符やホテル付の格安プランも紹介してくれます。
生協の場所は125ページの学内地図参照⑤

長崎から関西あるいは東京方面へはピーチアビエイションやスカイマークなどのLCC(格安航空会社）を使うと経済的です。

３.长崎站前→宝町→浦上站前→松山町→大桥→长崎大学前→住吉→昭和町→通过迂回高速公路至机场

４．茂里町巴士中心（ココウォーク）→浦上站前→松山町→大桥→住吉→道の尾→横道→打坂→井手園→通过迂回高速公路至机场

时刻表：１～３路线→看长崎县营巴士的网页　４路线→看长崎巴士的网页

车费：单程 800 日元，往返 1200 日元。在巴士公司，巴士上，大学生协店也可以买。

☆九州高速巴士

长崎县营巴士有开往佐世堡、大分、熊本、北九州、宫崎、唐津、鹿儿岛、豪斯登堡等地的高速巴士班次。但是、去豪斯登堡的只在周六、日、节假日、年末年初、及盂兰盆节行驶。长崎巴士有开往别府・大分的高速巴士，问询、预约电话：长崎县营巴士（095-823-6155），长崎巴士（095-826-1114），在大学生协也能预约购买车票。

☆夜行高速巴士

晚上在长崎上车，翌日早上到的夜行高速巴士，既节省时间，又节省住宿费。长崎巴士有到达姬路・神户、大阪・京都、名古屋的班次，县营巴士有到达大阪的班次。问询、预约电话：长崎巴士（095-826-1114）、县营巴士（095-823-6155），在大学生协也能预约购买车票。

・JR 的优惠

☆特快海鸥回数券

海鸥是通往长崎市和福冈的特快列车。回数券在乘车券中包含指定席特急券(4 张)是一万日元。一回相当于 2500 日元，是相当大的优惠。在校内生协可以只购买一张。有效期间是 2 个月。长崎·博多之间的运行时间大约是 2 小时。

☆青春１８票

是春假、暑假、寒假期间所使用的 JR 票种之一。1 张票的价格为 11500 日元，可乘用 5 次。1 次可于 2 4 小时内，任意乘坐 JR 全线的列车（除了快速、特快以外）。不能将车票分开使用。如有几人一起行动，也能使用。有效地利用这种车票可以很经济地去其他地方旅游。

乘巴士、电车、飞机的旅行，可以到生协的票角落去商谈。也有打折票和包含酒店在内的特价旅行的介绍。请参照第 125 页的校内地图⑤

从长崎飞往关西或东京方向时，Peach Aviation 或 SKY mark 等 LCC（廉价航空公司）的机票比较便宜。

２６　銀行・郵便局の営業時間・口座開設

奨学金を受け取ったり、送金したり、電気やガスなどの支払いを口座振替にしたり、換金したり、銀行や郵便局を利用する機会が多いと思います。

・銀行の営業時間

☆銀行の窓口営業時間　　月曜～金曜　午前９時～午後３時

・郵便局の営業時間

[郵便・小包・書留]
月曜～金曜　　午前9:00～午後5:00　　土曜、日曜、祝日は休み
[送金・為替]
月曜～金曜　　午前9:00～午後4:00　　土曜、日曜、祝日は休み

長崎北郵便局（120ページの地図①）と長崎中央郵便局（122ページの地図の②）は大きい郵便局で、他の郵便局に比べて営業時間も長く、時間外でも土曜、日曜、祝日も、郵便、小包、書留、各種国際郵便などを24時間うけつけてくれる「ゆうゆう窓口」があります。

・銀行・郵便局での口座開設

銀行や郵便局で口座を開くには次のものが必要です。口座を開くときキャッシュカードも作っておくとATM（現金自動支払い機）が使えるので便利です。

在留カード
印鑑（なければサイン）
口座に入れるお金（１円でも可能）
申込書（銀行、郵便局にあります）

在留カードが手元に届く前の銀行口座開設

日本の銀行や郵便局（ゆうちょ銀行）に口座を開設するには在留カードとパスポートが必要です。しかし、奨学金の受け取りなどで来日後、できるだけ早く指定された銀行や郵便局に口座を開設しなければならない場合があります。その際は「住民票」（一通300円）を市役所または支所で発行申請し、在留カードの代わりにすることができます。

・ＡＴＭについて

たとえば、A銀行のカードを使ってA銀行のＡＴＭでお金を引き出すのに、早朝、夕方遅く、土曜、日曜、祝日は手数料がかかります。郵便局（ゆうちょ銀行）のカードを使って郵便局のＡＴＭでお金を引き出すのに、平日、土曜、日曜祝日も手数料はかかりません。

２６　银行・邮局的营业时间・开设帐户

奖学金的领取、送金、通过账户支付电和煤气等的费用、换钱等利用银行和邮局的机会多。

☆银行窗口的营业时间　周一至周五　　上午 9 点至下午 3 点

・邮局的营业时间

［邮件・ 包裹・ 挂号邮件等］

周一到周五：上午 9 点到下午 5 点　　周六、周日、节日：休息

［汇款・ 汇票］

周一到周五：上午 9 点到下午 4 点　　周六、周日、节日：休息

长崎北(参照 121 页地图 ①)和长崎中央(参照 123 页地图 ②)等大邮局的营业时间,比其他邮局长。营业时间以外，周六、周日、 节日等,“ゆうゆう窗口”２４小时受理邮件、包裹、挂号邮件（ 各种国际邮件也受取)。

・在银行・邮局开设帐户

在银行/邮局开设帐户需要如下物件。开设帐户时也做一张取款卡，能使用 ATM（现金自动存取款机），则非常方便。

在留卡
印章（如果没有请签名）
存入帐户的钱（１日元也行）
申请书 （银行/邮局备有）

如需在领取在留卡之前开设银行账号

在日本的银行或邮局开设银行帐号时，需要携带在留卡以及护照。可是，因领取奖学金的理由，有些同学需要在来日后尽快开设银行账号，在领取在留卡之前可以在市役所或支所申请交付“住民票”（手续费 300 日元），以此代替在留卡。

・关于 ATM

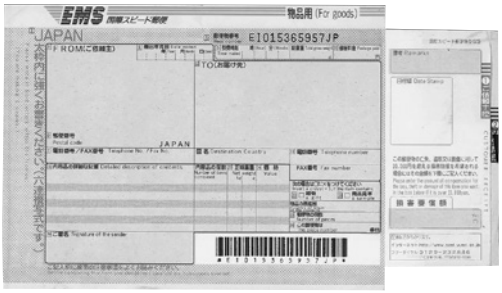
用 A 银行的储蓄卡在 A 银行的自动存提款机上取款,必须注意正常营业时间以外以及星期六、星期日和国定假日都收取相应的手续费。如果使用邮政储蓄卡在邮政局的自动存提款机上提款，任何时间都不需要支付额外的手续费。

２７母国や日本国内に小包などを送るとき

日本郵便のホームページにさまざまな情報が出ています。参考にしてください。英語のページもあります。

http://www.post.japanpost.jp/index.html

・郵便局の外国向けのサービス



☆国際エクスプレスメール（EMS）

・急を要する重要な書類や物品を、スピーディーに安全に送る国際郵便です。

・損害賠償の制度もあります。

・使い方は簡単です。郵便局に行って、専用ラベルに送り先などを書きこむだけです。インターネットを使ったＥＭＳ追跡システムもあります

☆エコノミー航空（ＳＡＬ）小包

航空便より料金が安く、船便より早く着くサービスです。ＳＡＬとは Surface Air Lifted の略です。飛行機の郵便貨物スペースに空きがあるとそれを利用するものです。通常の航空便より３日から１週間程度追加の日数が必要ですから急がない書籍などを送るのに適しています。

☆小形包装物（Small packets）

最大重量２キロまでの小型の物品をＥＭＳや小包より安く送ることができます。

＊船便などこのほかにもいろいろな外国向けのサービスがあります。詳しくは郵便局できいてみましょう。

・郵便局の国内向けの郵便サービス

☆レターパックプラス（510円）、レターパックライト（360円）

510円と 360円の A4 サイズの専用封筒で日本全国どこにでも配達できる便利なシステムです。切手も料金計算も必要ありません。レターパックプラスは 4 キロ以内ならプレゼントなどを入れて送ることもできます。詳しくは郵便局に問い合わせてください。

☆ゆうパック

郵便局には日本全国どこでも、翌日、翌々日に小包を送ることができる「ゆうパック」というシステムがあります。

・国内向け宅配サービス

☆宅急便

民間の宅急便の会社がたくさんあります。コンビニエンスストアーや、酒屋、米屋、クリーニング店などでも宅急便を扱っています。カタログなど軽量の荷物を安く運ぶメール便のサービスもあります。

２７　向母国和日本国内邮寄包裹时

在日本邮局的网页登有各种情报。请参考。也有英语的网页。

邮局网址 (http://www.jp-network.japanpost.jp/index.html)

・邮局的面向外国的服务

☆国际业务邮件（EMS）

・这是紧急的重要文件、物品等的快速、安全的国际邮递。

・有损坏赔偿制度。

・利用方法简便。请去邮局，只要在专用标签上写明寄达地点即可。使用互联网的 EMS 有追踪系统也有。

☆经济实惠的航空包裹 （SAL）

这是航空邮件便宜，比船运快捷的一项服务。SAL 是　Surface Air Lifted 的略写。飞机的邮运货物周转有空时，可以利用这一方式。由于比一般航空邮件多 3 至 7 天的时间，所以邮寄不急用的书籍等较合适。

☆小型邮包（ Small packets）

重量不超过 2 公斤的小型物品，能比 EMS、包裹等便宜地付邮。

＊船便等这以外还有各种面向外国的服务。详细情况请到邮局咨询。

・ 国内的邮政服务

☆LETTERPACKPULS（510 日元）,LETTERPACKLIGHT（360 日元）

是用 510 日元，360 日元的 A4 尺寸的专用信封在日本全国投递到的便利系统。邮票和费用都不计算。用 LETTERPACKPLUS 重量在 4 公斤以内的物品、放入赠送品等之后可以邮送。详细情况请向邮局咨询。

☆“ゆうパック”

在邮局，有往日本全国各地发送包裹，能于第二天、第三天到达的“ゆうパック”系统。

・ 国内的住宅快递服务

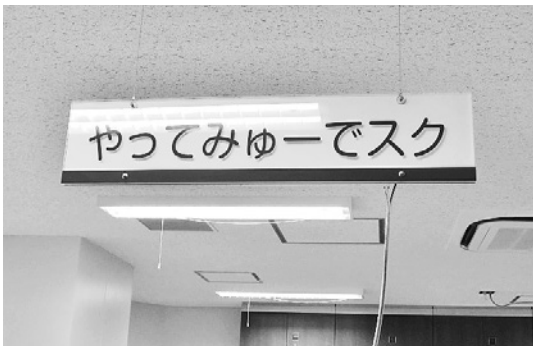
民间的住宅快递公司也很多。大学生协、便利商店、酒店、米店、洗衣店等都办理住宅快递。商品目录等轻量物品可以利用价格便宜的送货上门服务。

２８　ボランティア活動をしてみよう・学生サークルに参加してみよう

留学生活をより充実させる方法の一つが学生サークルに参加してみたり、ボランティア活動をしてみたりすることです。ここでは、ボランティア活動への参加をサポートしている長崎大学の「やってみゅーでスク」と長崎大学の学生サークルを紹介します。

・やってみゅーでスク

「やってみゅーでスク」では、留学生の皆さんが日本でのさまざまな体験を通して、より豊かな学生生活を送ることができるように、地域でのいろいろなイベントや福祉、子育てなど幅広いボランティア活動への参加をサポートしています。これまでも中国、韓国、オランダなどたくさんの留学生が、病院や福祉施設、地域の祭やもちつきの手伝い、お年寄りと交流するボランティア、障害を持つ人たちの学習サポートやスポーツ交流などに参加して、地域貢献・社会貢献だけではなく、いろんな年齢層の人とのふれあいの場になり、大学だけではできない体験ができ、そしてたいへん喜ばれています。まずは気軽に「やってみゅーでスク」に立ちよってください。場所は 125 ページの学内地図の⑰番を見てください。



・長崎大学の学生サークル

全学の学生団体として体育系サークルが 63団体、文化系サークルが 48団体あります〈2013年1月現在〉。学部別にもそれぞれ文化系サークルと体育系サークルが数多くあります。全学の学生団体学部別の学生団体の問い合わせは学生支援センターまで。学生支援センターの場所は 125 ページの地図⑰

長崎大学課外活動団体一覧

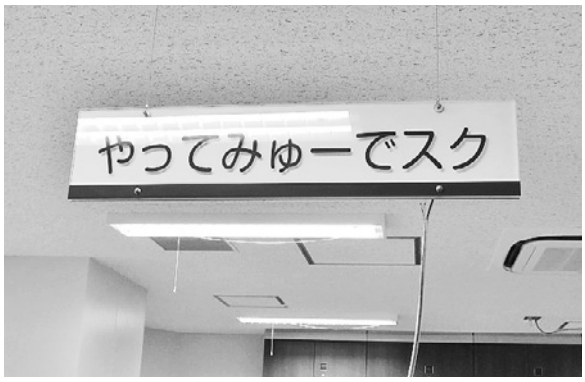
☆体育系・全学団体

アーチェリー部	男子アイスホッケー部
漁火（ホームランカップ、エンジェルスカップ、合宿、キャンプ）	器械体操部
弓道部	空手道部
剣道部	キシリッシュ（テニス）
硬式庭球部	VOLVICREW（ストリートダンス）
硬式野球部	剣友会（剣道）
硬式テニスサークルＨＥＬＬＯ	男子サッカー部
小茶会バレーボールサークル	ペーロンレディース
サイクリング部	龍踊部
ジャグリングサークル（Jack pot）	射撃部
ジャミラーズ（学園祭、旅行、キャンプ etc.）	柔道部

２８ 参加志愿支援活动！/参加学生兴趣小组吧！

为了让留学生生活能过得更充实的一个方法是参加学生兴趣小组，进行志愿活动。在此向大家介绍对志愿活动进行支援的长崎大学「Yattemyudesk」和长崎大学的学生兴趣小组。

・Yattemyudesk



「Yattemyudesk」，是希望留学生们通过在日本的各种亲身体验，能渡过更丰富多彩的学生生活，为此对大家参加地区的各种活动、社会福利、照顾孩子等涉及到社会各层次的志愿活动进行支援。至今，中国、韩国、荷兰等国家的留学生积极帮助医院、福利设施、地区举办节日或做年糕活动。还有许多同学作义工与老年人交流，参加为残疾人举办的学习帮助活动和运动交流活动，留学生们不仅为地区和社会作了贡献，还和不同年龄层有了交流，体验了在大学里学不到的经验，因此很受欢迎。欢迎随时来 Yattemyudesk。

具体位置请看第 125 页的校内地图⑰。

・长崎大学的兴趣小组

全学校的学生团体中，体育类的兴趣小组有 63 个，文化类的团体有 48 个（2013　年 1 月为止）。按学部区分，体育类和文化类的兴趣小组数目很多。有关全学校的学生团体、按学部划分的兴趣小组的情况，请向学生支援中心查询。学生支援中心的地址请参照第 125 页的地图⑰

長崎大学課外活動団体一覧表

体育系・全学団体

射箭部	男子冰球部
漁火（棒球杯、天使杯、、合宿、野营）	器械体操部
弓道部	空手道部
剑道部	キシリッシュ（网球）
硬式网球部	VOLVICREW（大街跳舞）
硬式棒球部	剑友会
硬式网球小组ＨＥＬＬＯ	男子足球部
小茶会篮球俱乐部	女子划龙舟部
自行车旅行部	龙踊部
街头艺部（Jack pot）	射击部
ジャミラーズ（学園祭、旅行、野营等.）	柔道部

女子アイスホッケー部	女子サッカー部
女子バスケットボール部	女子バレーボール部
女子ソフトボール部	水泳部
新極真カラテ部	SKYJET（スポーツ等）
ソフトテニス部	ＳＥＶＥＮ　ＳＴＡＲＳ(テニスの練習)
卓球部	男子ソフトボール部
男子バレーボール部	男子バスケットボール部
ワンダーフォーゲル部	探検部
軟式野球部	チアリーディング部
ラケットスポーツ部（バドミントン）	テコンドー部
バドミントン同好会	バドミントン部
男子ハンドボール部	トライアイスロン部
フィッシング同好会	ヨット部
男子ペーロン部	フットサル部
ボクシング部	GOREINU（フットサル）
マッスル部	Maybe's（メイビーズ）バドミントン
モーターサイクル部（バイク）	よさこい部（突風）
野外活動部（キャンプ・スポーツ）	ラグビー部
陸上競技部	遊☆バス（主にバスケットボール）
競技ダンス	GOREINU（ゴレイヌ）（フットサル）

体育系・経済学部

フットサル部	硬式庭球部
準硬式野球部	サッカー部
バスケットボール部	水泳部
男子バレーボール部	バドミントン部
ラグビー部	

体育系・医学部

ウインドサーフィン部	総合スポーツ「遊人」（保健学科のサークル）
弓道部	剣道部
柔道部	サッカー部
水泳部	準硬式野球部
ソフトテニス部	女子バレーボール部
卓球部	漕艇部
テニス部（硬式庭球）	男子バレーボール部
バドミントン部	バスケットボール部
マッスル部	ラグビーフットボール倶楽部
陸上競技部	保健学科バレーボール部
保健学科フットサルサークル	フットサル部

女子冰球部	女子足球部
女子篮球部	女子排球部
女子软球部	游泳部
新極真空手道部	SKYJET　（体育运动等）
软式网球部	SEVEN STARS（练习网球）
乒乓球部	男子软球部
男子排球部	男子篮球部
登山探索部	探检部
軟式棒球部	啦啦队部
球拍体育运动部（羽毛球）	跆拳道部
羽毛球同好会	羽毛球部
男子手球部	铁人三项比赛部
钓鱼同好会	帆船汽艇部
男子划龙舟部	室内足球部
拳击部	GOREINU（室内足球部）
肌肉增强部	Maybe’s（メイビーズ）羽毛球
马达俱乐部（摩托车）	よさこい部（突風）舞蹈
野外活動部（野营，运动）	橄榄球部
陆上競技部	玩☆巴士（篮球）
国际标准舞	

体育系・経济学部

室内足球部	硬式网球部
準硬式野球部	足球部
篮球部	游泳部
男子排球部	羽毛球部
橄榄球部	

体育系・医学部

帆板部	综合运动（玩人）保健学科的俱楽部
弓道部	剑道部
柔道部	足球部
游泳部	準硬式棒球部
软式网球部	女子排球部
乒乓球部	漕艇部
网球部（硬式网球）	男子排球部
羽毛球部	篮球部
肌肉增强部	橄榄球足球俱楽部
陆上競技部	保健学科排球部
保健学科室内足球部俱楽部	室内足球部

体育系・歯学部

空手道部	弓道部
剣道部	硬式庭球部
ゴルフ部	サッカー部
女子バスケットボール部	女子バレーボール部
準硬式野球部	水泳部
３on３同好会（バスケットボール部）	卓球部
男子バスケットボール部	男子バレーボール部
テニス同好会	バドミントン部
ボウリング部	

体育系・薬学部

硬式テニス部	サッカー部
準硬式野球部	軟式庭球部
バスケットボール部	バドミントン部
バレーボール部	

体育系・工学部

アーチェリー部	インラインホッケー部
剣道部	Gryffin（サッカー）
自動車部	水泳部
卓球部	バドミントン部

体育系・水産学部

海洋研究会（スキューバーダイビング）	女子端艇部
男子端艇部	

文化系・全学団体

アマチュア無線部	NATUREZ（ボランティア）
Ｅ－Rockers（バンド部）	演劇部いろは団
裏千家茶道部和心会	学生国際NGO　BOAT
映画映像サークル　止止	長崎ドットジェイピー（政治の勉強）
表 千家茶道部流生会	国際交流サークルアミーゴ（留学生との交流・サポート）
華道部	コンピューターサークル
管弦楽団	っじゃすみん（合宿、ナイトハイクなど）
クラシックギター部　アルペヒオス	写真部
軽音楽部（バンド部）	NIVA(国際交流とボランティア)
吹奏楽部	ＧＳＰ（大学祭での展示）
TRPG サークル（ゲーム）	体験楽習クラブさ～くる
地域教育研究会（小学生との交流）	東洋学術研究会

体育系・歯学部

空手道部	弓道部
剑道部	硬式网球部
高尔夫部	足球部
女子篮球部	女子排球部
準硬式棒球部	游泳部
３on３同好会	乒乓球部
男子篮球部	男子排球部
网球同好会	羽毛球部
保龄球部	

体育系・薬学部

硬式网球部	足球部
準硬式棒球部	軟式网球部
篮球部	羽毛球部
排球部	

体育系・工学部

射箭部	曲棍球部
剑道部	Gryffin（足球）
自動車部	游泳部
乒乓球部	羽毛球部

体育系・水産学部

海洋研究会（背着水中呼吸器潜水）	女子端艇部
男子端艇部	

文化系・全学团体

业余无线俱乐部	NATUREZ（野营）
E-Rockers（乐队）	演劇部いろは团
裏千家茶道部和心会	学生国际 NGO　BOAT
电影映像俱乐部 止止（とまと）	长崎ドットジェイピー（学习政治）
表千家茶道部流生会	国際交流俱乐部アミーゴ（跟留学生交流，支援留学生）
華道部	电脑俱乐部
管弦楽团	っじゃすみん（合宿、夜间探险）
古典吉他部　アルペヒオス	摄影部
軽音楽部（乐队）	NIVA（国际交流 福利活动）
吹奏楽部	GSP（大学祭展示）
TRPG 俱乐部（游戏）	体験乐習俱乐部领导者会
地区教育研究会（和小学生的交流）	东洋学术研究会

日本教育研究会	バンガーズ（障害者施設訪問、長崎県警学生サポーター、募金活動）
ビオトープパレット（自然観察等）	P.M.C歌おう会（コンサート、バンド）
能楽部	漫画研究会
美術部	放送研究会
文芸部	落語研究会
ユースホステルクラブ	留学生協会（スポーツフェスティバル、インターナショナルカルチャーデーの開催）
リーガース・アケント（夏キャンプ、秋旅行春旅行）	ロマンツアー合唱団
Rock部（バンド）	YMCA浦山寮（聖書研究、夏期学校、読書会、クリスマス会）
RON（サマーコンサート、合同ライブ）	書道部
はもねぴあ	ちゃりさいくる
長崎Sip-s(東日本震災ボランティア)	エコマジック
More Discussion Club	麻雀

文化系・教育学部

YY プロジェクト（スポーツ大会）	

文化系・経済学部

軽音楽部（バンド部）	経済祭実行委員会
茶道部	ゼミナール連合協議会（キャンプ、ゼミ説明会、卒業記念パーティー）
長大経済ＣＰＡ（全国大学対抗簿記大会）	室内遊戯部（オセロ、将棋、ダーツ等）
夜間けいおん！	Mild　beat（バンド部）
東南アジア学生研究会	美術部
新聞同好会	

文化系・医学部

写真部	カステラ mates（全国医学生ゼミナールへの参加など）
軽音楽部（バンド部）	茶道部
室内合奏団	FLAN（応急処置等勉強会）
熱帯医学研究会	バンビの会小児ボランティアサークル
美術部	園芸部ぐびろ
保健学科ボランティアサークル「すろーぷ」	メディア部（ジャーナル紙の発行）
MPEC医療政策経済研究	

日本教育研究会	バンガーズ（障害者施設訪問、長崎県警学生支持者、募金活動）
生物空间（观察自然和生物、長大生物场所管理等）	P.M.C 歌唱会（音乐会，乐队）
能乐部	漫画研究会
美术部	放送研究会
文艺部	单口相声研究会
青年招待所俱乐部	留学生协会（举行运动会，国际文化节）
リーガース・アケント（夏季野外宿营、春秋季旅行）	ロマンツアー合唱团
Rock 部（乐队）	YMCA 浦山寮（圣书研究、夏期学校、读书会、圣诞会）
RON（夏季音乐会、共同实况）	书法部
无伴奏和声	ちゃり(自行车)再生
长崎 Sip-s 东日本震灾志愿	エコマジック（ECO Magic）
More Discussion Club	麻将

文化系· 教育学部

YY 工程（体育运动大会）	

文化系· 经济学部

轻音楽部（乐队）	经济祭实行委员会
茶道部	学术研讨连合协议会（野外宿营、学术研讨说明会、毕业纪念联欢会）
長大经济 CPA（全国大学对抗簿记大会）	室内游戏场 （奥赛罗棋，将棋，投镖游戏等）
夜间轻音乐部	Mild beat（乐队）
东南亚学生研究会	美术部
报纸同好会	

文化系· 医学部

摄影部	カステラ mates（全国医学生学术研讨会参加等）
轻音乐部（乐队）	茶道部
室内合奏团	FLAN（应急处置等学习会）
热带医学研究会	バンビ会　儿童志愿者俱乐部
美术部	园艺部ぐびろ
保健学科愿者俱乐部「すろーぷ」	メディア部（刊物的发行）
MPEC 医疗政策经济研究会	

文化系・歯学部

軽音楽部（バンド部）	茶道部

文化系・薬学部

茶道部	ブルーマウンテン（バンド部）

文化系・工学部

長大ロボットサークル（NRC）	工学部祭実行委員会
コンピュータサークル	美術部
落語研究会	機械ガール（メカガール）

文化系・環境科学部

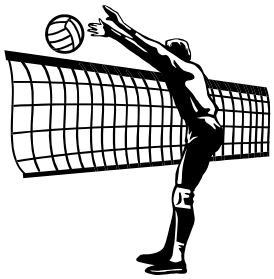
気象研究会「ひまわり」	平和・環境ボランティア KUSU
環境祭	

文化系・水産学部

美術部	Balaena(鯨類についての研究)

その他の学生団体

全学サークル連合	学園祭運営委員会



文化系· 齿学部

轻音乐部（乐队）	茶道部

文化系· 薬学部

茶道部	ブルーマウンテン（乐队）

文化系· 工学部

长大机器人俱乐部(NRC)	工学部祭实行委員会
电脑俱乐部	美术部
单口相声研究会	机械女生会(mechanical girl)

文化系· 環境科学部

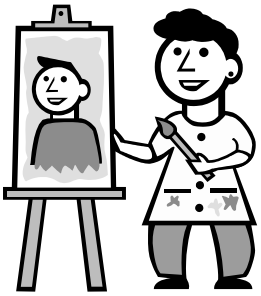
气象研究会「向日葵」	和平・環境志愿者 KUSU
环境祭	

文化系· 水産学部

美术部	Bolaena(对鲸鱼的研究)

其它的学生团体

全学俱乐部连合	学園祭运营委员会



２９　台風の場合・積雪の場合の休講について

長崎では夏から秋にかけて台風が接近、上陸することがあります。台風が接近、または上陸しているときに外出することは非常に危険です。そして、その際、授業や定期試験が中止される場合があります。また、非常にまれではありますが、積雪により授業や定期試験が中止される場合もあります。ここでは台風の場合と積雪の場合について長崎大学で決められている取り決めについて説明します。留学生のみなさんはテレビ、ラジオ、インターネット、日本人、留学生仲間などを通して情報を得てください。

・台風または積雪による休講の基準

次に該当する場合には、授業等が休講になる可能性があります。

①台風等により、長崎県南部に長崎海洋気象台が発表する暴風警報、大雪警報、暴風雪警報等が発令されている場合。

②次の２つ以上の公共交通機関が長崎市内全線不通の場合

長崎バス

長崎県営バス

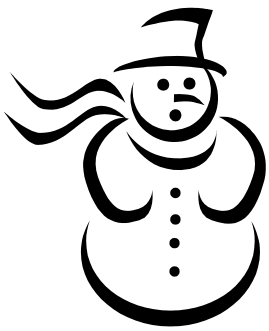
長崎電気軌道

ＪＲ長崎本線（諫早～長崎間）

・休講情報の確認

休講が決定した場合には、下表の時間までに学生支援部教育支援課が、ＮＵ-Ｗｅｂシステム（学務情報システム）の「お知らせ」、大学ホームページの携帯サイト、学内掲示板にて確認してください。

休講等の時間帯	時間
午前の授業等	午前 7時
午後の授業等（経済学部夜間主コースの授業等を除く。）	午前11時
経済学部夜間主コースの授業等	午後4時



２９　在台风・积雪时的休讲

长崎的夏天到秋天会有台风靠近和登陆的情况发生。在刮台风的时候出门是非常危险的。因此，停课和中止定期考试的时候也有。另外，由于积雪而造成的停课和中止考试的情况虽然很少，但并非没有。在这里，我们给大家介绍一下当遇上台风与积雪时，长崎大学所作的有关规定。请留学生们通过广播，电视，网络，日本人及其他留学生朋友等方式来获取信息。

・ 因台风及积雪而停课的标准

符合以下情况之一，授课等将有停止的可能性。

①由于受台风的影响，长崎海洋气象台发布长崎县南部的暴风警报、大雪警报、暴风雪警报等。

②以下的 2 个以上公共交通机构的长崎市内的全面停运。

长崎巴士

长崎县营巴士

长崎有轨电车

JR 长崎本线(谏早～长崎之间)

・停课信息的确认

一旦决定停课，学生支援部教育支援课将在下表的时段内，通过 NU-Web 系统(学务信息系统)的「通知」、大学网页的手机网站及校内揭示板发布通知，请各自确认。

停课等的时段	时间
上午的授课等	上午 7 时
下午的授课（经济学部的夜间主课程的上课等除外。）	上午 11 时
经济学部夜间主课程的授课等	下午 4 时

３０　帰国前にしなければならない手続き

・長崎大学が発行した証明書の公印確認について

長崎大学が発行した学位などの証書（卒業証書、修了証書など）や各種証明書（卒業証明書、修了証明書、成績証明書など）がそのままではみなさんの国の提出機関で認められない場合があります。その場合は外務省の公印確認証明が必要になります。そこで、帰国前に必ず、提出先と出先国大使館または領事館に問い合わせる必要がありあす。公印確認ができるのは３ヶ月以内に発行された公文書です。また、帰国後に代理申請もできますが、その手続きが非常に複雑になります。海外からの申請はできませんから、代理人を探す必要があります。

外務省の証明書発行部署及び問い合わせ先は以下の通りです。

外務省（東京）　領事局　領事サービス室証明班
住所：〒100－8919　東京都千代田区霞ヶ関2－1－1　外務省南庁舎１階
電話番号：03－3580－3311（代表）内線2308、2855
大阪分室（大阪府庁内）
住所：540－0008　大阪市中央区大手前2－1－22　　3F
電話番号：06－6941－4700（直通）

・手続き

ここでは帰国が決定したときしなければならない手続きについて説明します。

☆帰国者カードの提出

大学側が帰国後のフォローアップができるように、帰国後の住所、連絡先を「留学生修了者（帰国者）カード」（用紙は国際教育リエゾン機構事務室にあります）に記入して国際教育リエゾン機構事務室に提出してください。様式集の116ページ参照

☆帰国留学生オリエンテーションへの出席

3月と 9月に帰国予定の留学生を対象としてオリエンテーションが開かれます。対象の留学生は必ず出席してください。開催の通知はモバイルネットや掲示板を通じて行われます。

☆電気、ガス、水道、携帯電話などの解約

必ず電気、ガス、水道、電話などの解約手続きを行ってください。退去する日が決まったら（退去の 1週間くらい前）電気、ガス、水道、電話、携帯電話の会社に連絡をして支払い方法についての指示を受けてください。

☆粗大ゴミなどの処理

車、バイクなどの大型のものも責任をもって自分で処理してください。リサイクル費を払わなければならない家電4品やパソコンの廃棄についても注意してください（粗大ゴミ、家電4品、パソコンの廃棄については54ページを参照）。

３０　归国前一定要办的手续

・关于长崎大学发行的证明书的公印确认

由长崎大学发行的学位等证书(毕业证书、结业证书等)和各种证明书(毕业证明书、结业证明书、成绩证明书等)在归国后把原件向国家提出部门提交时有不被承认的可能。在这种情况时需要进行外务省的公章确认证明。因此、在归国前一定要向提出部门和要去国家的大使馆或领事馆询问。公印的确认要求在 3 个月以内发行的正式文书。另外、归国后也可以代理申请，但它的手续非常的繁琐。因为从国外不能申请、所以必须委托代理人办理。

外务省证明书的发行部门及咨询单位如下:

外务本省(东京）领事局 领事服务室证明班
地址:〒100-8919 东京都千代田区霞ヶ関 2-1-1 外务省南厅舍 1 階
电话号码:03-3580-3311（代表）内线 2308、2855
大阪分室（大阪府厅内）
地址:540-0008 大阪市中央区大手前 2-1-22　3F
电话号码:06-6941-4700(直播)

・手续

在这里，说明一下决定归国后的必要手续。

☆提交归国者卡

为了能够和回国的留学生继续保持联系，请向国际教育合作机构事务室提交记有回国后住址、联系地址等事项的“留学生修了者（归国者）卡”（ 国际教育合作机构事务室备有申请文件)。
请参照样式集的第 116 页

☆出席归国留学生的说明会

对于预定在 3 月份和 9 月份归国的留学生，学校举办说明会。请符合此条件的留学生务必出席。开会的通知会通过手机联络网和公告栏进行通知。

☆跟居住有关的事情

电气、煤气、自来水、电话等，必须办理解约手续。退约日决定之后（ 退约日的一周前 ）应和电力、煤气、自来水、电话、手机等公司联系，他们会告诉你付费的方法。

☆大件垃圾的处理

汽车、摩托车等物品作为大件垃圾处理时，持有者本人要负责地妥善处理。有 4 类家电必须支付再利用费用。电脑的废弃也要注意。(有关大件垃圾、4 类家电、电脑的废弃请参照 55 页)。

☆郵便

郵便は日本国外への転送ができないので、国際教育リエゾン機構事務室へ帰国後の連絡先（住所など）を帰国前に必ず知らせてください。

☆国民健康保険証の返納

国民健康保険証、納税通知書、帰国のときの航空機チケットを持って長崎市役所健康保険課へ行って返納の手続きを行ってください。受け付けは航空機チケットがあれば帰国の１ヶ月前からできます。この手続きをしないと保険料を払い続けなければならなくなりますから注意してください。

☆在留カードの返納

出国空港で出国証印を受け返納してください。

☆日本の車の運転免許証　返却の必要はありません。

・帰国外国人留学生へのフォローアップについて

日本学生支援機構では、かつて日本へ留学していた学生に対して、帰国後も様々な形で支援を実施しています。

・帰国外国人留学生短期研究制度　http://www.jasso.go.jp/exchange/tanken.html

・帰国外国人留学生研究指導事業 http://www.jasso.go.jp/exchange/shidou.html

・Japan Alumni eNews(メールマガジン)　http://www.jasso.go.jp/exchange/enews.html

☆邮件

因为邮件不能转寄到日本国以外，所以归国之前，请务必去国际教育合作机构事务室告知归国后的联络地址（ 住所等 ）。

☆国民健康保险证的归还

请携带国民健康保险证、纳税通知书、归国机票等，前往长崎市役所健康保险课，归还保险证。如已购得机票，受理手续在归国的一个月前就可以开始办理。如未办这一手续，则将继续支付保险金。请务必注意。

☆在留卡的归还

在出境机场，加盖出国印章时交还。

☆日本的驾驶执照

不需要归还。

・关于对归国外国留学生的跟踪联系

日本学生支援机构，对曾在日本留学过的学生，实行在其归国后仍以各种形式进行支援的事业。

・归国外国留学生短期研究制度

http://www.jasso.go.jp/exchange/tanken_e.html

・归国外国留学生研究指导事业

http://www.jasso.go.jp/exchange/shidou_e.html

・Japan Alumni eNews(电子杂志)

http://www.jasso.go.jp/exchange/enews.html

ようしきしゅう

様式集

Forms

资料模式册

양식

留学生カード（留学生データ登録用紙）
International Student Information Sheet

秘

学生番号 (Student number)		身分（学部学生・大学院生・研究生等）(classification)	
所属学部等 (faculty, department, etc)	所属学部・研究科(faculty)、学年・課程等(grade)		写真 photo 4 x 3
	所属学科・専攻名(department)		
	指導教員氏名(name of supervisor)		
氏名 (name)	ローマ字(name in alphabets as same as written in passport)		
	漢字(name in KANJI(Chinese character))		
	カナ(name in KATAKANA)		
生年月日 (date of birth)	年 month 月 year 日 day	性別(sex)	○で囲む(Circle) male 男 ・ female 女

家族情報 （現住所（日本）における同居家族） (information of your family residing in Japan)	氏名（漢字またはローマ字）(name)	続柄 (relationship)	在留期限(period of stay)
	氏名（漢字またはローマ字）(name)	続柄 (relationship)	在留期限(period of stay)
	氏名（漢字またはローマ字）(name)	続柄 (relationship)	在留期限(period of stay)

出身国(nationality)		出身省（中国）	native province (chinese students only)
奨学金(Scholarship)	Circle either of the Scholarship ○で囲む	Monbukagakusho 文部科学省 ・ JASSO 日本学生支援機構 ・ Foreign Goverment 外国政府（ ） ・ others その他（ ） ・ None なし	
日本語学校等（入学前の日本での在籍機関）(name of language school in Japan before enrollement in Nagasaki University, if applicable)			
最終出身学校 (name of former educational institution)		卒業・修了年月日 (graduation date)	２０ 年 月 日
職歴 （入学前の在籍機関）(name of institution (the most recent employment), if applicable)			
渡日年月日 date of entry or permission to acquire status of residence	年 月 日	本学の卒業・修了予定年月日 (expected graduation date from Nagasaki University)	２０ 年 月 日

現在の連絡先 (current contact info)	住所(address)		
	（住居区分） residence	Circle either of the residences ○で囲む	private aparment 民間アパート ・ council apartment 公営住宅 ・ domitories such as international houses 国際交流会館等の寄宿舎 ・ others その他
	自宅（アパート等）の電話番号 (fixed telephone number)	携帯電話番号 (mobile telephone number)	
	メールアドレス（携帯） (e-mail address of mobile phone)		
	メールアドレス（パソコン） (e-mail address of PC)		
在留カード番号 (Residence Card Number)			

Sample

全４ページ
１ページのみサンプルとして掲載

Four pages in all
This is first page

For official use only
（国際教育リエゾン機構事務室使用欄）

受付番号＿＿＿＿＿＿

Notice of Temporary Leave
海外渡航届（外国人留学生用）

Filling date 記入日　平成　Year 年　Month 月　Day 日

1. Your information 渡航者情報	Name 氏名	フリガナ Student No（学生番号:　　）
	Nationality Gender 国籍・性別（該当するものに○）	Nationality 国籍： Gender 性別：Male 男 ・ Female 女
	Faculty or School 学部 ／ Gradeate School 研究科 Department etc（学科等） Year ・学年	Faculty or School 学部 Graduate School 研究科（Faculty or School 学科 Course コース Major 専攻）Year 年
	Contact info 連絡先	Postal address 住所： TEL 電話番号： E-mail（PC）： E-mail（Cell-phone 携帯）：
	Date of birth 生年月日	西暦　Year 年　Month 月　Day 日（満　Age 才）
	Status 留学区分（該当するものに○）	Government-sponsored 国費留学生 ・ Privately-funded 私費留学生
	Scholarship 奨学金の有無（該当するものに○）	NO 無 ・ YES 有（Name of scholarship 奨学金名：　　）
	Visa expiration date 在留期限	西暦　Year 年　Month 月　Day 日　まで
	Re-entry permit 再入国手続き（該当するものに○）	Not required 不要 ・ Obtained 済 ・ Not yet 未 As a rule, if you come back within one year (or if you come back by the expiration date in case your visa expires within one year), Re-entry Permit is not necessary. 出国後1年以内（在留期限が1年未満の場合は在留期限内）に再入国する場合、原則として再入国許可は不要。

Sample

注意：JASSO の学習奨励金や文部科学省の奨学金の受給をしている留学生は、毎月１回、在籍確認のため国際リエゾン機構事務室で署名を行う必要があります。署名を行わない場合、当該月の奨学金が支給されません。

JASSO study grant recipients and Monbukagakusho scholarship recipients must sign your name at Administration Office, Liaison Center for International Education every month to prove your enrollment. If you forget, you won't be able to receive the scholarship of that month.

2. Supervisor 指導教員	Name Faculty 氏名・所属	Name 氏名：　Faculty 所属部局：
	Contact info 連絡先	TEL 電話番号：　E-mail：

住所／携帯電話番号／メールアドレス変更届
Notice of Change of Personal Information

年　　月　　日

Year　month　　day

長崎大学国際教育リエゾン機構事務室長　殿

To Director of Liaison Center for International Education

所属学部・研究科＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿

Faculty/School/Graduate School

氏名＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿

Name

下記のとおり住所／携帯電話番号／メールアドレスを変更いたしましたので、お届します。

I've changed my address/mobile phone number/E-mail address as below:

記

Sample

□住所/Address

旧住所 Previous address	〒　　－
新住所 New address	〒　　－
引越し日 Date of move	年/Year　　月/Month　　日/Day
確認事項/Note □在留カード又は外国人登録証明書の住所変更（14 日以内に市役所にて） To make a notification of the change in your registered information on Residence card or Alien Registration card (within 14 days at City Hall) □国民健康保険証の住所変更（14 日以内市役所にて） To make a notification of the change in your registered information on Health Insurance Card(within 14 days at City Hall)	

□携帯番号/Mobile phone number

変更前の携帯電話番号 Previous mobile phone number	
変更後の携帯電話番号 New mobile phone number	

□メールアドレス/E-mail address

変更前の E-mail アドレス Previous E-mail address	このアドレスをモバイルネットから**削除**しますか？　□はい　　□いいえ
変更後の E-mail アドレス New E-mail address	このアドレスをモバイルネットに**登録**しますか？　　□はい　　□いいえ

留学生修了者（帰国者）カード
International Student (Alumni) Information Sheet

提出日 (Date)　　年 (Year)　　月 (Month)　　日 (Day)

氏名：Name 生年月日：Date of birth　　年　月　日	学部・研究科：Faculty	学科・専攻：Department	学籍番号：Student ID No.
氏名英字表記：Name in English	国（中国は省）・地域：Country(Province for China)・District	指導教員：Advisor	

アパート等の退去日：Date to move out of the dormitory/house/apartment 年(Year)　月(Month)　日(Day)	帰国日及び出発港：Date to leave Japan and port to Depart 年(Year)　月(Month)　日(Day) ・出発港(Port to depart)

卒業・修了後の進路：Plan after graduation/completion

☐**帰　国**:return to your country（☐**就職**:Being employed ・ ☐**進学**:Proceeding to higher education）

☐**日本国内**:Japan（☐**就職**:Being employed ・ ☐**進学**:Proceeding to higher education）

☐**その他**:Other than above（　　）

卒業・修了後の住所：Home address after graduation/completion	
TEL/FAX	E-mail
（進学の場合は大学名、研究科名を記入してください: In case you tick Proceeding to higher education, Please write the name of the university）	

家族等の住所：Address of your family	
氏名（連絡する場合の宛先）：Contact person	
TEL/FAX	E-mail

勤務先名：Employer	身分・役職名：Position
住所：Address	
TEL/FAX	E-mail

国際交流課で記入：For International Exchange Division use only

- ☐ 国民健康保険料の精算：National Health Insurance
- ☐ 国民健康保険証の返却：National Health Insurance Card
- ☐ 光熱水料の精算：Utilities
- ☐ アパートの精算：Rent
- ☐ 携帯電話料の精算：Cell Phone
- ☐ 電話料の精算：Home Phone
- ☐ 国民年金の免除申請：Exemption Application for National Pension Insurance
- ☐ 部屋の掃除：Room Cleaning
- ☐ 銀行口座の解除:Bank Account

受理者

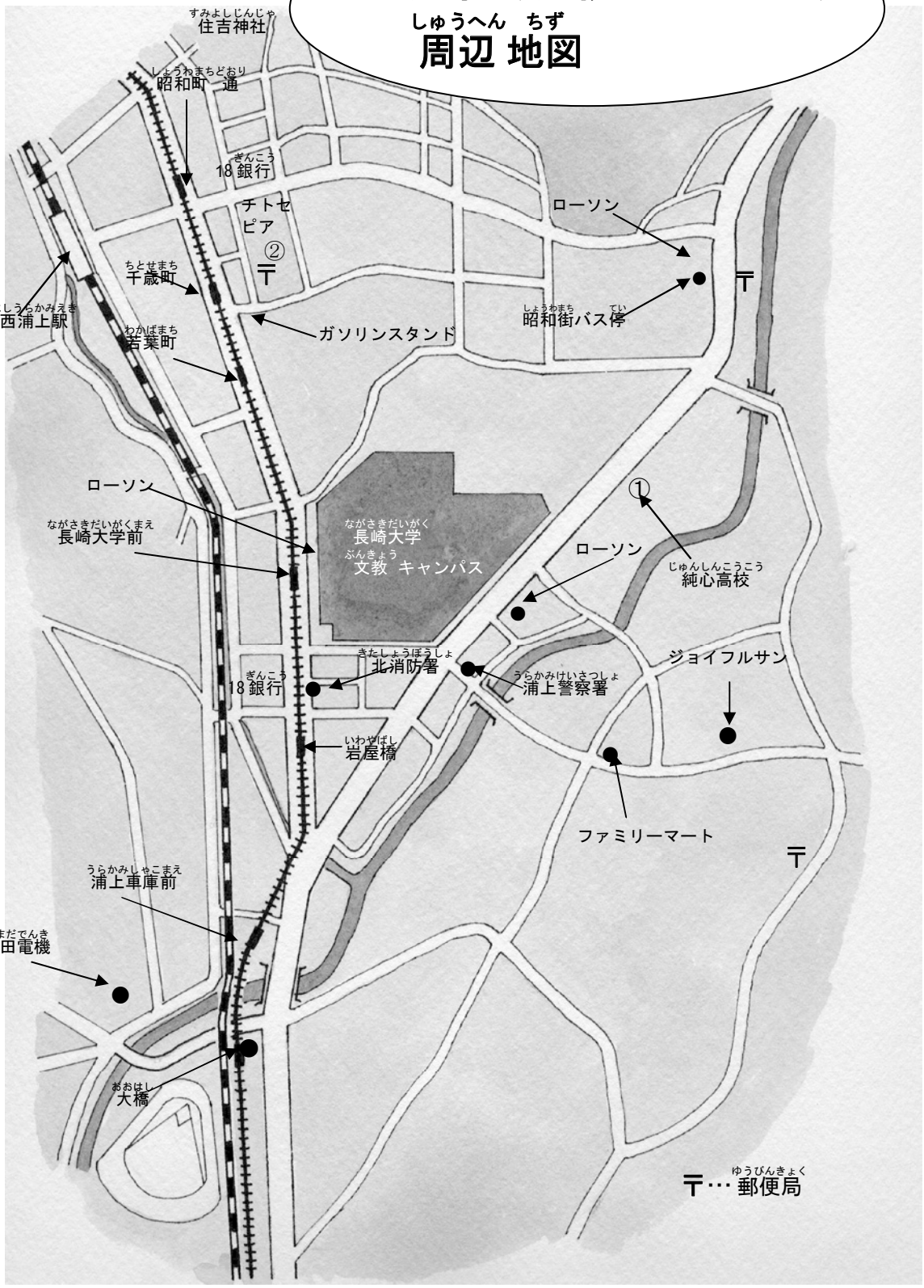
地図（ちず）

Maps

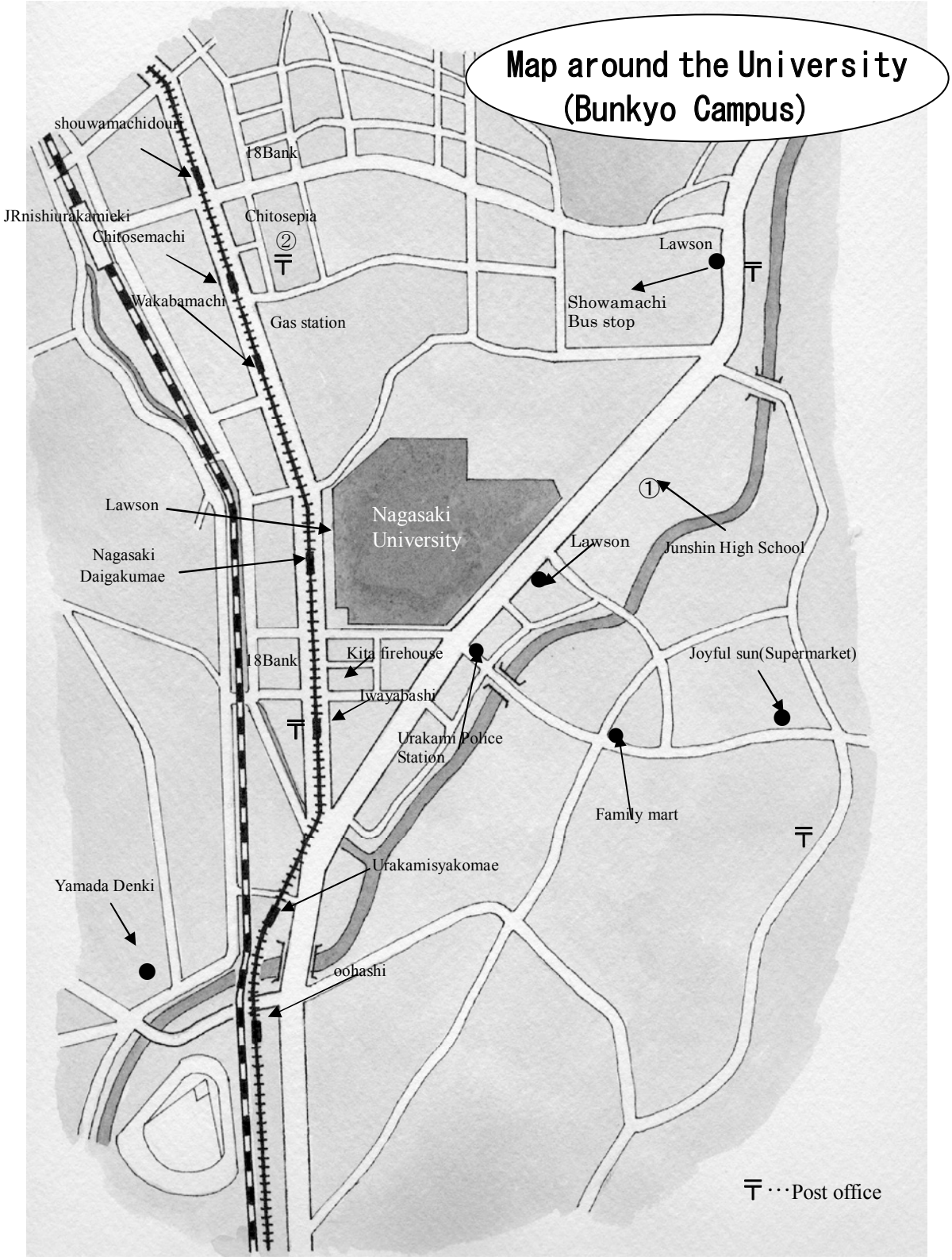
地图

지도

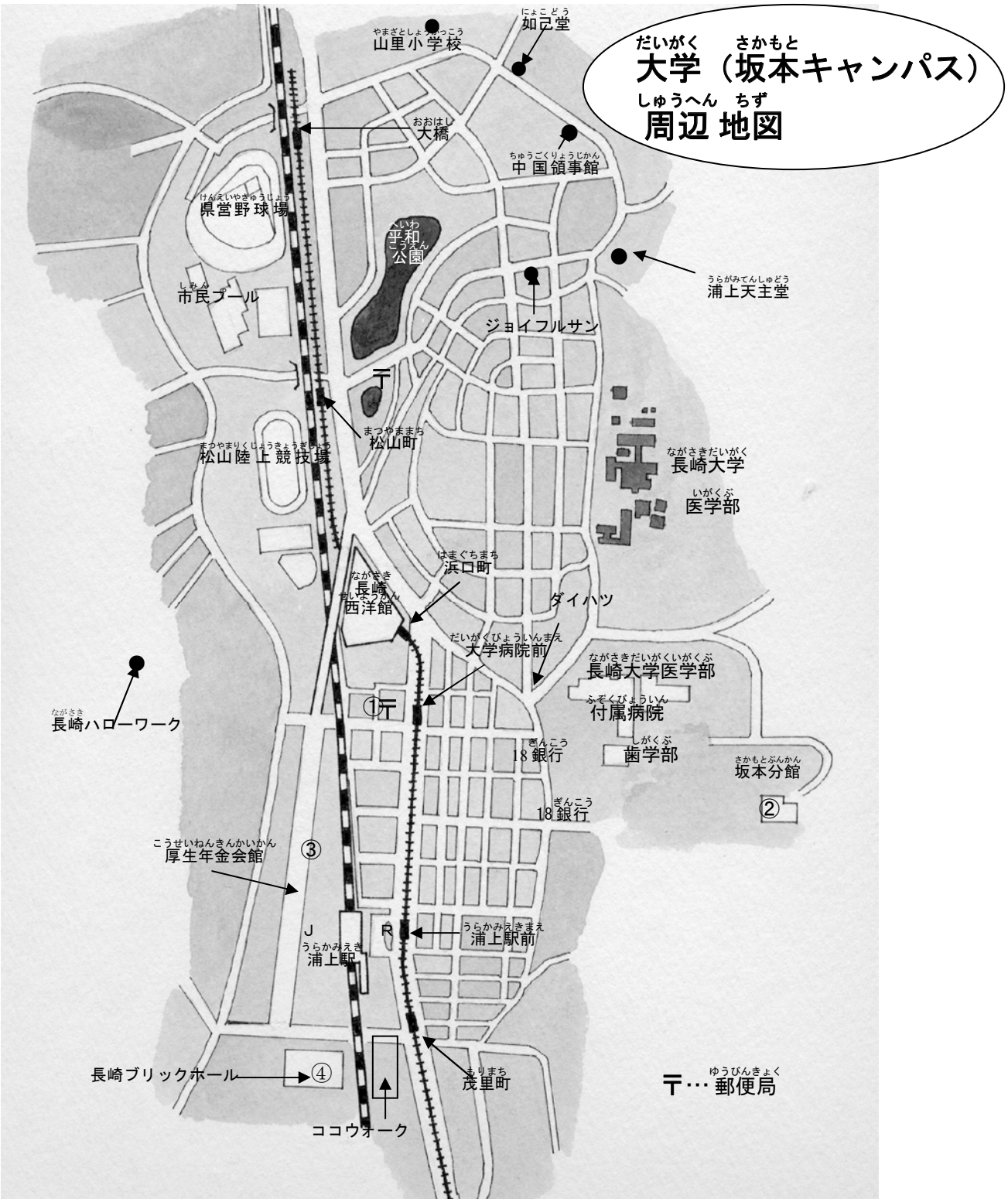
大学（文教キャンパス）周辺地図



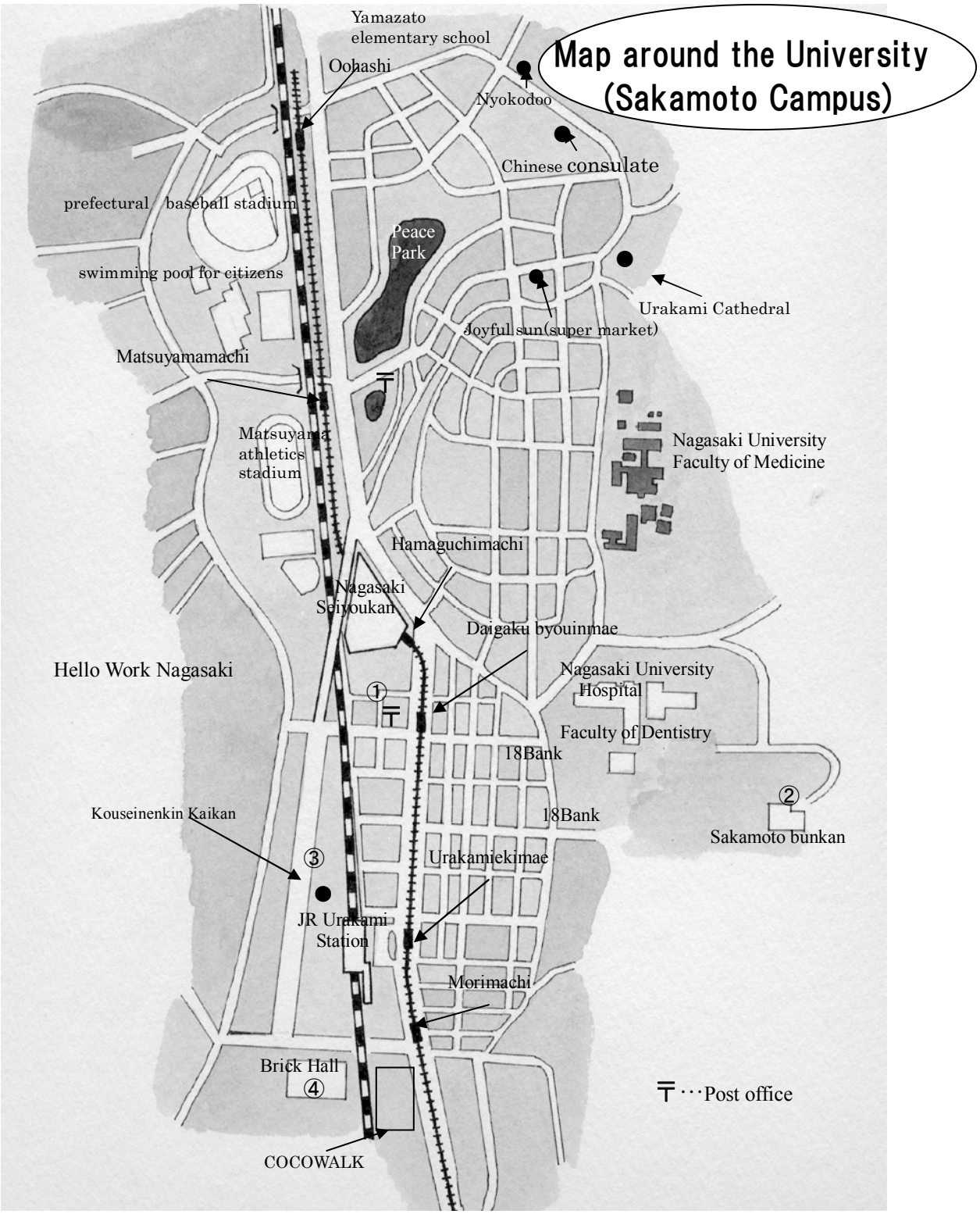
①江角記念館（純心高校内）
②長崎市役所支所



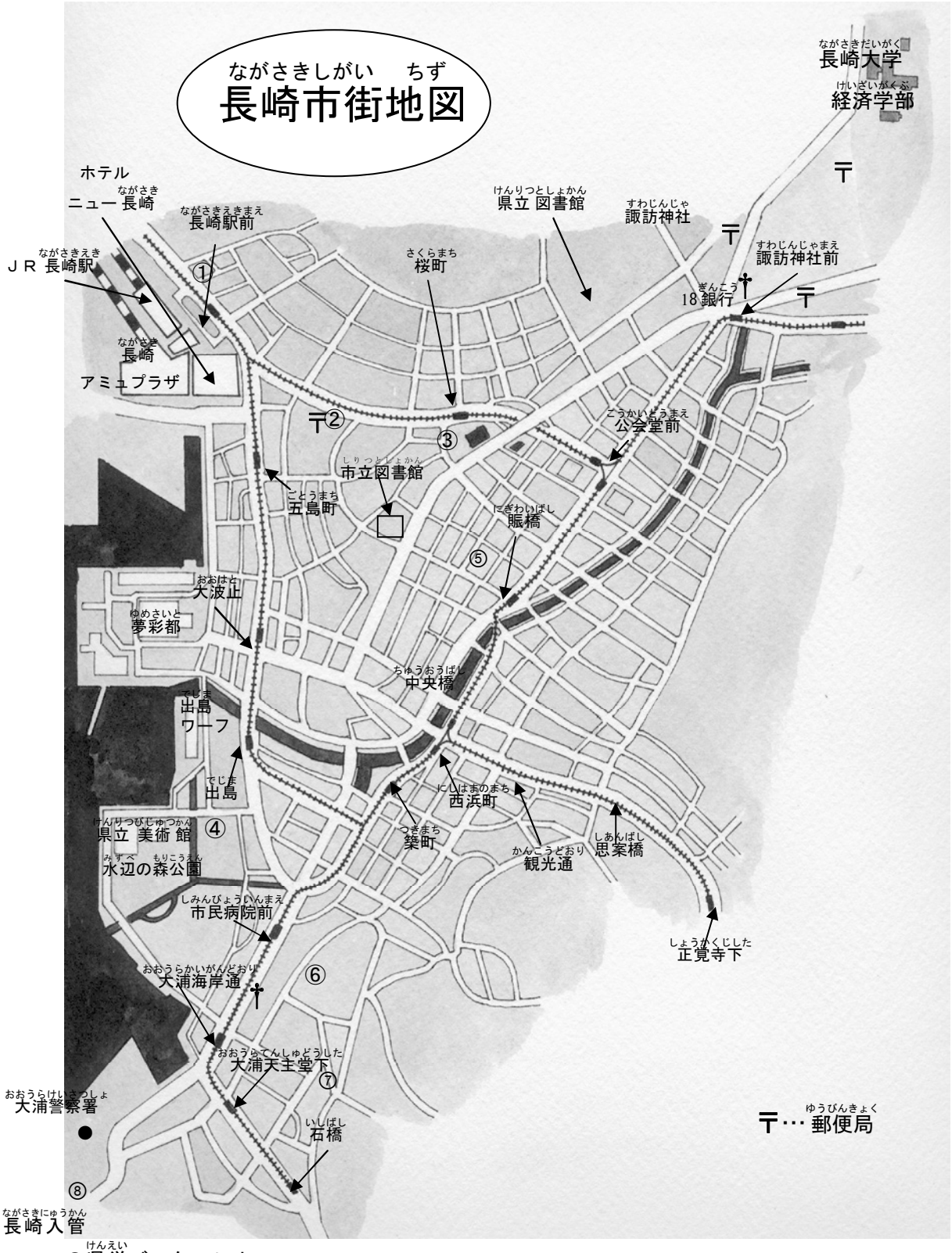
①Esumi Memorial Hall　(Junshin High School)
②City Hall Branch Office



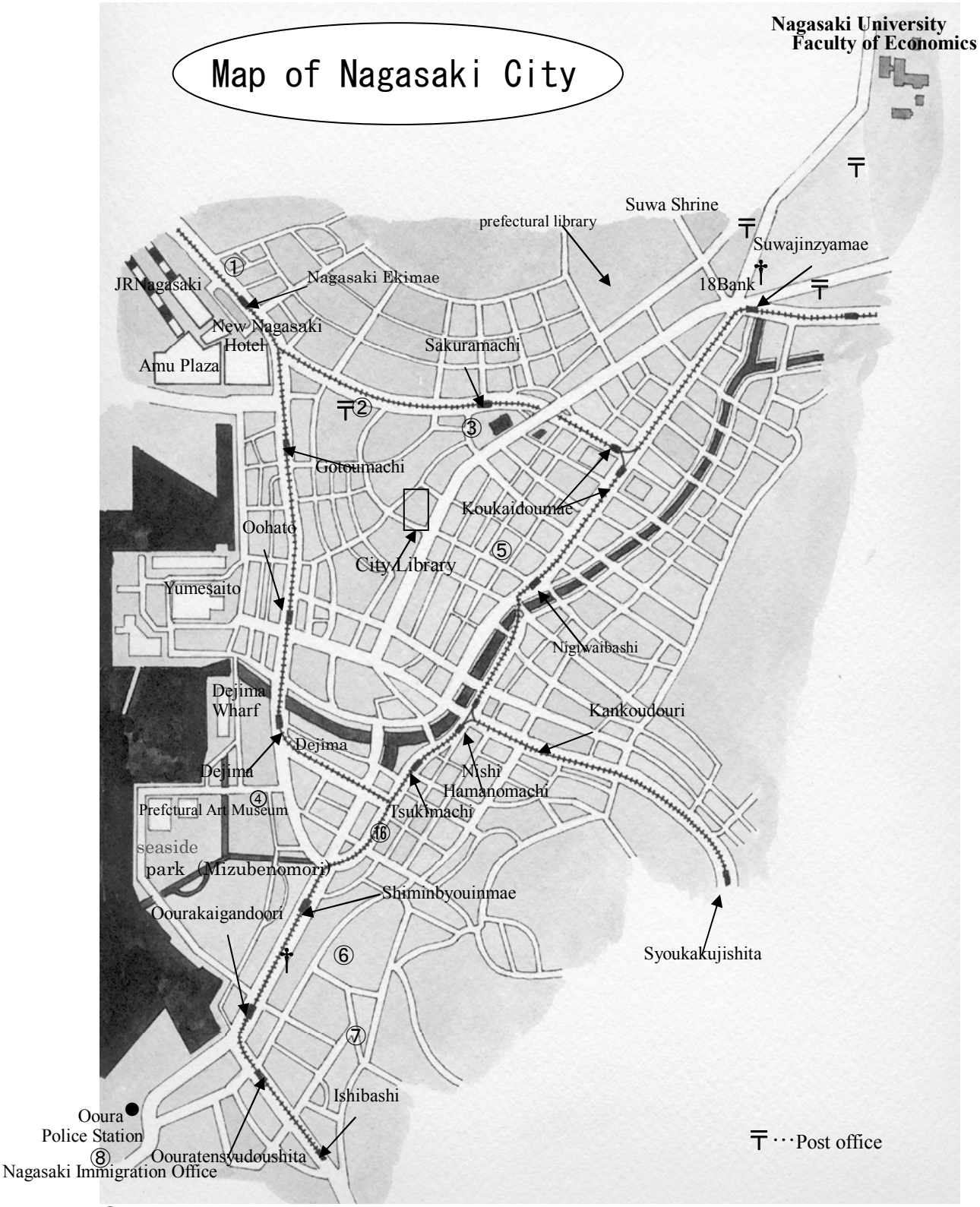
①北郵便局
②長崎大学国際交流会館（坂本分館）
③県総合福祉センター
④長崎ブリックホール



①Kita Post office
②Sakamoto (International house)
③Nagasaki ken soogo Fukushi Center
④Nagasaki Brick Hall



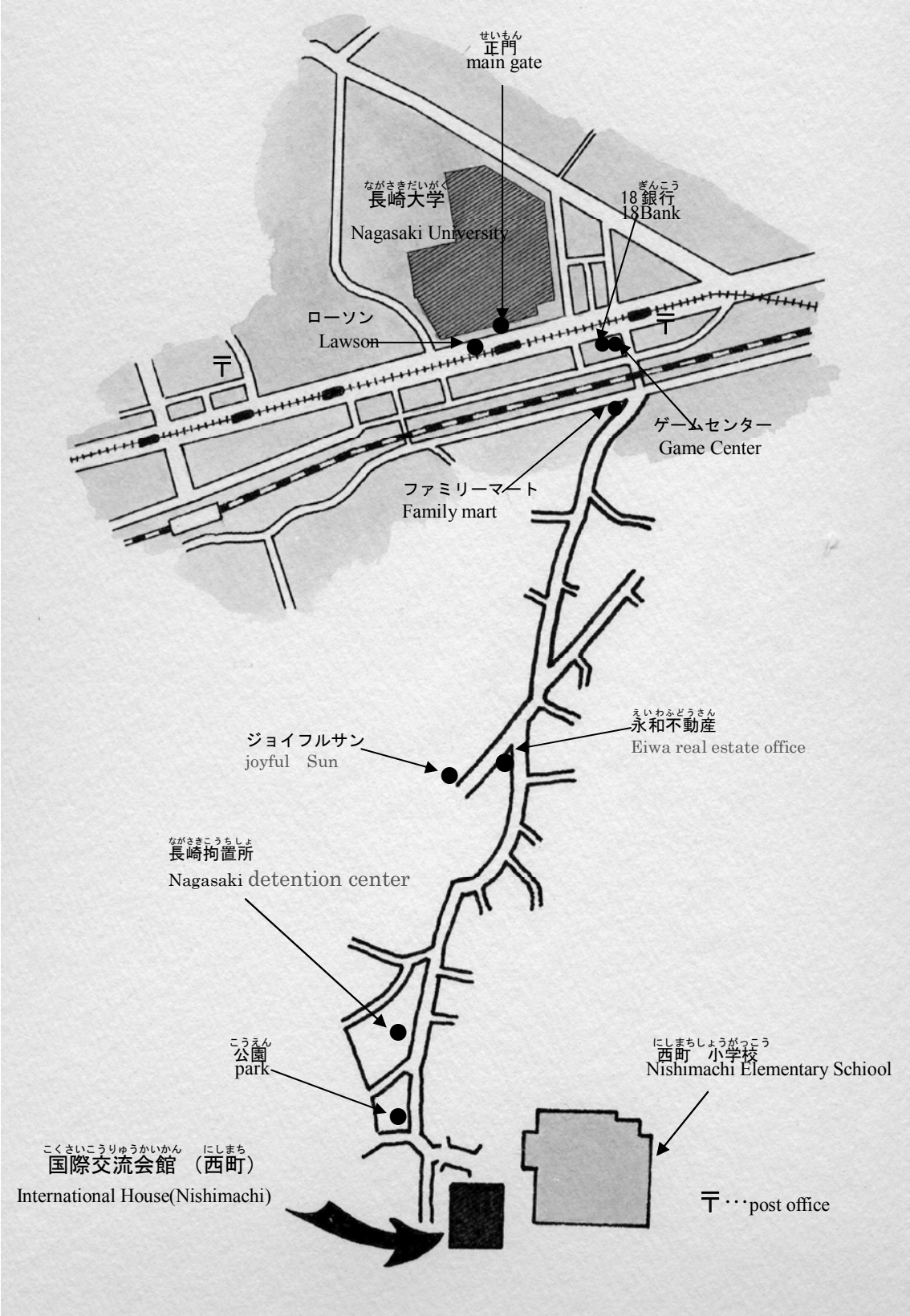
①県営バスターミナル
② 中央郵便局
③長崎市役所
④長崎県 国際交流協会
⑤夜間急患センター
⑥活水　女子大学
⑦地球館
⑧長崎入管



①Kenei Bus Terminal
②Chuuou Yuubinkyoku(Central post office)
③Nagasaki Shiyakusyo(City hall)
④Nagasaki International Assotiation
⑤Emergency treatment at night
⑥Kwassui　Women's university
⑦Chikyuukan
⑧Nagasaki Immigration Office

国際交流会館（西町）の行き方

Way to the International House(Nishimachi)



①総合体育館(Gymnasium)
②薬学部(F. Pharmacy)
③学生交流プラザ (Student Exchange Plaza)
④学生会館(Students Assembly Hall)
⑤生協 (COOP school shop)
⑥食堂 (Cafeteria)
⑦水産学部(F. .Fisheries)
⑧環境科学部(F. Environmental Science)
⑨教養教育事務室 (Office For General Education)
⑩教育学部(F. Education)
⑪情報メディア基盤センター (Information Media Center)
⑫総合教育研究棟 (General Education and Research Building)
⑬工学部(F. Engineering)
⑭図書館(Library)
⑮中部講堂(Nakabe Auditorium)
⑯事務局(head office)
⑰グローバル教育学生支援棟
(Global Education Student Support Building)
⑱入試課 (admissions office)
⑲保健・医療推進センター
(Center for health and Community Medicine))
⑳リエゾン機構教員室
(Liaison Center for International Education teachers' room)

編集担当：永井智香子

留学生のための長崎生活ガイド　第13版（中国語版）
2014年4月1日発行
発行所　長崎大学国際教育リエゾン機構
〒852-8521　長崎市文教町1-14
電話　095-819-2243