

2022年度
秋田大学外国人留学生生活手帳

Akita University
Handbook 2022
For International Students



Akita University

氏 名
N a m e _____

所 属
F a c u l t y _____

学 籍 番 号
S t u d e n t N u m b e r _____

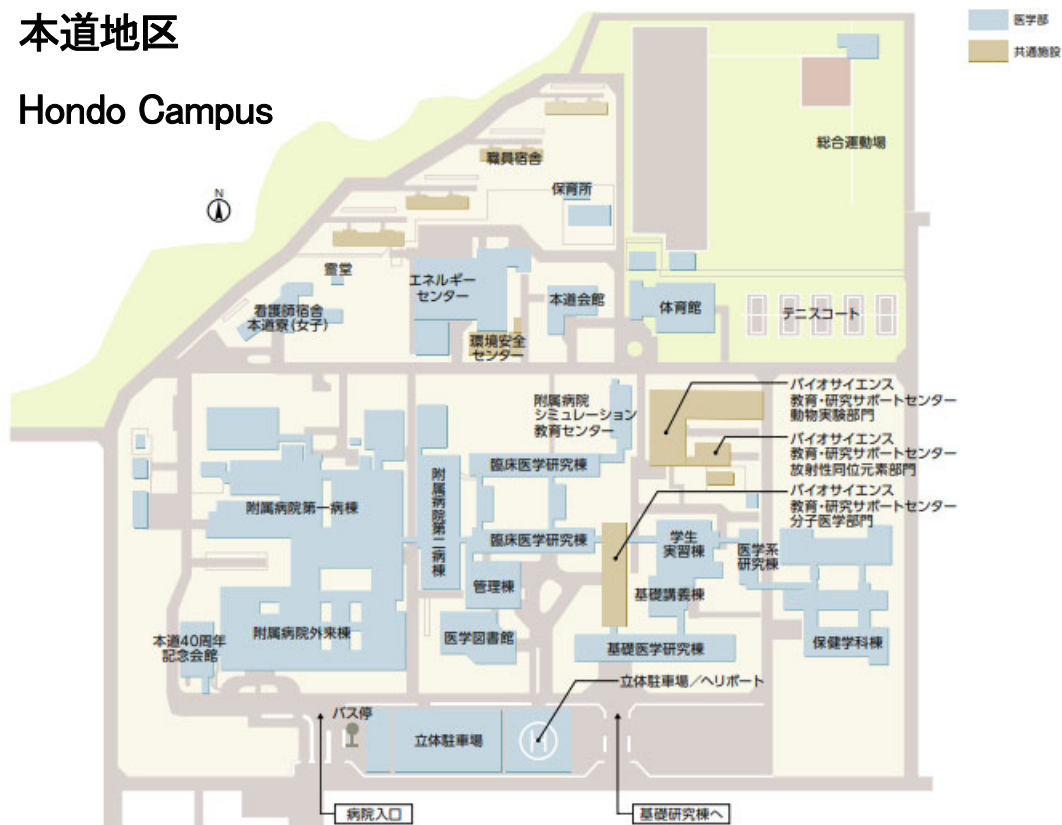
手形地区

Tegata Campus



本道地区

Hondo Campus



外国人留学生のみなさんへ

この「外国人留学生手帳」は留学生のみなさんの学生生活を支援するために作られたものです。さまざまな手続きや相談窓口についてなど、便利な情報を掲載しました。

留学生活では、ごく日常的なこと、勉強のこと、友人関係のことなど、多くのことに悩み問題を感じると思います。そんなときはこの手帳を手にとってみてください。何か解決方法が見つかるはずです。見つからない時はすぐに高等教育グローバルセンターにお尋ねください。スタッフや教員がみなさんと一緒に解決方法を探します。

みなさんの学生生活が楽しく充実したものとなりますように。

高等教育グローバルセンター

Dear International Students,

This handbook is to help ensure that your school life is comfortable and easy.

We have included a variety of useful information about how to smoothly go about your daily life and where to get advice on various matters. International students may have some trouble with daily life in Japan, their studies, or social relationships on campus. Whenever you have concerns, please refer to this guide for answers. If you cannot find the answers you are looking for, please feel free to come and talk to us at the Global Center for Higher Education. Our faculty and staff will do our best to help you succeed.

We hope that you will have a fulfilling and enjoyable life at Akita University.

Global Center for Higher Education

※この冊子における「高等教育グローバルセンター」とは、国際交流部門のことです。
Please note that the use of "Global Center for Higher Education" in this handbook refers to the International Affairs Division.

目 次

ページ

01	1 高等教育グローバルセンター
01	1-1 高等教育グローバルセンター教員 オフィスアワー
01	1-2 高等教育グローバルセンターから留学生への連絡方法
03	1-3 全学留学生向け行事
03	1-4 多文化交流ラウンジ
05	2 大学生活
05	2-1 大学内の連絡先の把握
05	2-2 いろいろな手続き
07	2-3 a・net
07	2-4 学生証
07	2-5 証明書の発行
07	2-6 授業料免除
07	2-7 留学生一時離日届
09	2-8 民間奨学金(正規生対象)
09	2-9 チューター
09	2-10 課外(サークル)活動
11	3 在留上の手続きについて
	A 出入国在留管理局での手続き
11	3-1 出入国在留管理局について
11	3-2 在留期間更新
11	3-3 在留資格の変更
13	3-4 卒業後に引き続き日本に滞在する場合の在留資格変更について
13	3-5 再入国許可申請
15	3-6 資格外活動許可(アルバイト)
	B 市役所での手続き
17	3-7 在留カード / 住居地の届出
19	3-8 国民健康保険
19	3-9 国民年金

Contents

Page

02	1	Global Center for Higher Education
02	1-1	Office Hours/ Global Center for Higher Education Operating Hours
02	1-2	Notifications for Students
04	1-3	Events for International Students
04	1-4	The Multi-Cultural Lounge
06	2	Campus Life
06	2-1	Important Phone Numbers
06	2-2	Procedures on Campus
08	2-3	a•net
08	2-4	Student ID Card
08	2-5	Issuing Official University Documents
08	2-6	Tuition Fee Exemption
08	2-7	When leaving Japan temporarily
10	2-8	Private Scholarships for Regular Students
10	2-9	Tutoring System
10	2-10	Extracurricular Activities “Circles”
12	3	Residency Procedures
	A	Immigration Bureau Matters
12	3-1	Immigration Bureau
12	3-2	Extension of Period of Stay
12	3-3	Changing Resident Status
14	3-4	Change of Status of Residence for Continued Stay in Japan after Graduation
14	3-5	Re-entry Permit System
16	3-6	Permission to Engage in an Activity other than those permitted by the Status of Previously granted
	B	City Hall Matters
18	3-7	Obtaining a Residence Card/Notification of the Address
20	3-8	National Health Insurance
20	3-9	National Pension System

ページ

21	4 住居
21	4-1 民間アパート
21	4-1-1 民間アパートの紹介
21	4-1-2 賃貸契約
21	4-1-3 連帯保証人
23	4-1-4 アパートでのトラブル
23	4-1-5 退去時の注意事項
23	4-1-6 転居・引っ越し時の注意
25	4-1-7 留学生住宅総合補償制度
27	4-2 留学生用宿舎
29	5 医療・健康
29	5-1 保健管理センター
29	5-2 定期健康診断
29	5-3 秋田市内の医療機関(病院)
31	6 日常生活での注意事項
33	7 日本の法令遵守
巻末	渡日時チェックシート 帰国時チェックシート ・留学生用宿舎居住者 ・民間アパート入居者 緊急連絡先等一覧

Page

22	4	Housing
22		4-1 Apartments
22		4-1-1 Finding Apartments
22		4-1-2 Rental Contract
22		4-1-3 Guarantors
24		4-1-4 Troubles at Your Apartment
24		4-1-5 Notes when Moving Out
24		4-1-6 Notes when Moving/Changing Address
		Important
26		4-1-7 Renter's Insurance
28		4-2 International Students' Dormitory
30	5	Medical & Health Care
30		5-1 Health Center
30		5-2 Annual Medical Check-up
30		5-3 Hospitals & Clinics in Akita
32	6	Daily Life
34	7	Respecting Japanese Law

Upon Arrival: Checklist

Before Leaving Japan: Checklist

- for Dormitory Residents
- for Private Apartments Residents

Emergency Contact Information

1 高等教育グローバルセンター(一般教育1号館2階)

高等教育グローバルセンターには、留学生教育や留学生相談を行っている教員の研究室や多文化交流ラウンジ、留学生への情報掲示板などがあります。

国際交流部門の事務は、国際課が担っており、留学生に関係することでは、主に留学生の奨学金、留学生用宿舎、交換留学、留学生関係行事などの業務を行っています。窓口業務は、月曜日から金曜日の午前8時30分から午後5時までです。用事がある場合には、この時間帯にきてください。

1-1 高等教育グローバルセンター教員 オフィスアワー

高等教育グローバルセンターには、日本語等を教える3人の教員がおり、それぞれオフィスアワーの時間を設けています。オフィスアワーは、授業や学習を進めるうえで分からないことがある時に、質問に行くことができる時間のことです。

氏名	教員室	オフィスアワー
浜田 典子 助教 (はまだ のりこ)	一般教育1号館 203-2	前期 火 12:50p.m. - 2:20p.m. 後期 火 10:30a.m. - 12:00p.m.
袁 暁彝 助教 (ゆえん しゃおべん)	一般教育1号館 205	水 10:30a.m. - 12:00p.m.

1-2 高等教育グローバルセンターから留学生への連絡方法

高等教育グローバルセンターから留学生への連絡・通知は、原則として、メール、a・net、掲示板に掲示して行い、いったん連絡・通知した事項は、留学生のみなさんに周知されたものとして取り扱います。通知を見落としのために生じる不都合・不利益は本人の責任となりますので、必ず毎日掲示板等を見てください。ただし、緊急の場合は、携帯電話に電話やメールで連絡をすることがあります。

掲示板設置場所	
手形キャンパス	一般教育1号館2階 国際課横 ・大学会館 ATM 近く

1 Global Center for Higher Education (2F, General Education Building 1)

At the Global Center for Higher Education, you will find the offices of Japanese language instructors that you can visit for consultation, the Multi-Cultural Lounge, and the international student bulletin board, etc.

The Global Center for Higher Education is mainly responsible for scholarships, dormitory arrangements, student exchange, and international student events.

Hours: 8:30a.m.- 5:00p.m. (Monday to Friday)

1-1 Office Hours / Global Center for Higher Education Operating Hours

The Global Center for Higher Education has three full-time Japanese language instructors, who each have their own office hours. You can ask any questions regarding studying or lessons during the following times.

Name	Room	Office Hours
Assistant Professor Noriko Hamada	General Education Building 1 203-2	Spring Sem: Tue 12:50p.m. - 2:20p.m. Fall Sem: Wed 10:30a.m. - 12:00p.m.
Assistant Professor Xiaoben Yuan	General Education Building 1 205	Wed 10:30a.m. -12:00p.m.

1-2 Notifications for Students

The Global Center for Higher Education generally issues messages and notifications to international students by emails posting on our bulletin board at the Center or on the a-net digital bulletin board. Upon sending or posting these messages and notifications are considered to be delivered. Students will be held responsible for any troubles that arise from not seeing these messages, so please be sure to check these bulletin boards and others daily. For emergency matters, we may contact you by phone or by email.

Bulletin Boards	
Tegata Campus	2F, Global Center for Higher Education, near Cafeteria and ATM

1-3 全学留学生向け行事（開催時期・開催内容等は変わることがあります）

高等教育グローバルセンターが主催する、主な全学の留学生向け行事です。行事への申込方法や内容等については、掲示板等でお知らせします。

下記の行事の他にも、秋田県主催のモニターツアーなどが開催されることがあります。開催する場合には、事前に掲示板などでお知らせします。

(2019年度実績) ※新型コロナウイルス感染症の影響により2020年度に以下のイベントは中止又はオンラインで実施しました。現時点で2022年度の実施・方法は未定です。

4月	秋田大学入学式、前期留学生オリエンテーション、外国人留学生歓迎会
5月	秋田の農家民泊体験
6月	留学生寮周辺町内会との交流事業
8月	外国人留学生修了記念パーティー
9月	後期新留学生オリエンテーション・外国人留学生歓迎会
11月	秋田の農家民泊体験
12月	もちつき大会
1月	外国人留学生修了記念パーティ、留学生寮周辺町内会との交流事業
2月	スキー合宿
3月	秋田大学卒業式

1-4 多文化交流ラウンジ(一般教育1号館2階)

多文化交流ラウンジは、多言語の本やDVD、テレビなどの視聴覚機器をそなえるとともに、留学生と日本人学生が交流したりする場として、国際課の向かいに設置されています。開室時間は、月曜日から金曜日の午前10時から午後4時までです。

【多文化交流ラウンジ 使用方法】

本の貸し出し：一人2冊まで、2週間貸出可能です。借りたい本を、国際課に持ってきてください。

1-3 Events for International Students (Schedule is subject to change)

These are examples of past events for international students. Upcoming event information will be posted on Global Center for Higher Education bulletin board. There are various events throughout the year in addition to the events mentioned below, such as Monitor Tours in Akita Prefecture. This information will be also posted on the bulletin board and in other ways.

2019 Event Schedule (for reference) ※ Due to the COVID-19 pandemic, the events listed below were either cancelled or held virtually during the 2020 academic year. Plans on how to hold these events for the 2022 academic year are still undecided.

April	Entrance Ceremony, Orientation for students entering in April, Welcome Party for International Students
May	Farm Stay
June	Exchange Project with Neighborhood Association
August	Farewell Party for International Students
September	Orientation for students entering in October, Welcome Party for International Students
November	Farm Stay
December	Mochi-making Party
January	Farewell Party for International Students, Exchange Project with Neighborhood Association
February	Ski Camp
March	Graduation Ceremony

1-4 The Multi-Cultural Lounge

The Multi-Cultural Lounge is a study room primarily for exchange students and Japanese students. It contains language learning materials and audio-visual learning materials.

Hours: Monday - Friday 10:00 a.m. - 4:00 p.m.

【How to use the Lounge】

Books: Students can borrow a maximum of 2 books per two weeks. Please check-out these books at the International Affairs Division.

2 大学生活

2-1 大学内の連絡先の把握

国際課および所属学部・研究科の学務担当の連絡先を確認し、携帯電話に登録してください。緊急の連絡がある場合には、みなさんの携帯に連絡することがありますので、留学生担当部署から連絡があった場合は、チェックしてください。

2-2 いろいろな手続き

大学内の窓口の受付時間は、月曜日から金曜日の午前8時30分から午後5時までです。ただし学生支援・就職課と総合学務課は、午後6時まで受け付けています。

留学生生活全般	国際課 TEL: 018-889-2258 ryugaku@jimu.akita-u.ac.jp	民間奨学金申請	
		留学生用宿舍関係・留学生住宅総合補償制度申請（アパートの保証人）	
		留学生行事への参加申込み	
		一時離日届出	
		「特定活動」ビザ申請書類用推薦状申請	
		国費留学生関係・国費留学生在籍確認	
		文部科学省・学習奨励費在籍確認	
留学生生活	総合学務課各学部窓口 国際資源担当 018-889-2236 sg-shigen@jimu.akita-u.ac.jp 教育文化担当 018-889-2512 kyogaku@jimu.akita-u.ac.jp 理工担当 018-889-2312 kogaku@jimu.akita-u.ac.jp 医学科担当 018-884-6030 igaku@jimu.akita-u.ac.jp 保健学科担当 018-884-6505 hogaku@jimu.akita-u.ac.jp	在留期間の更新書類作成	
		学生証	
		各種届出(住所変更届、休学届、退学届)など	
		英文証明書	
大学生生活	学生支援・就職課 018-889-2265	授業料免除申請	
		課外（サークル）活動	
		西谷地寮関係	
		遺失物	
		就職相談	
授業	総合学務課 各学部窓口	授業登録（a・net システム）	
		休講／補講／時間割・教室変更の情報確認	
秋田大学生協	キャリアステーション TEL:018-832-7846	アルバイトの紹介	
	不動産部 TEL:018-832-7141	民間アパートの紹介	

2 Campus Life

2-1 Important Phone Numbers

You are strongly advised to save the number of the International Affairs Division and your faculty to your mobile phone. We may contact you in case of emergency, so please verify all received calls.

2-2 Procedures on Campus

Hours: 8:30a.m. ~ 5:00p.m. (Monday to Friday)

Student Support and Career Division & Academic Affairs Division: 8:30a.m.~6:00p.m.

Daily Life	International Affairs Division TEL: 018-889-2258 ryugaku@jimu.akita-u.ac.jp	... to apply for private scholarships
		... for information on the international student dormitory or to find a guarantor for your apartment
		... for information on international students events
		... when temporarily returning to your home country
		... to request a short-term-stay visa recommendation letter
		... for information and enrollment confirmation on MEXT Scholarships
	Faculty of : International Resource Sciences 018-889-2236 sg-shigen@jimu.akita-u.ac.jp Education and Human Studies 018-889-2512 kyogaku@jimu.akita-u.ac.jp Engineering Science 018-889-2312 kogaku@jimu.akita-u.ac.jp Medicine 018-884-6030 igaku@jimu.akita-u.ac.jp Nursing 018-884-6505 hogaku@jimu.akita-u.ac.jp	... for Extension of Period of Stay documents
		... when taking leave of absence or withdrawing from the university
		... for student IDs
		... when submitting notifications (Change for address, leave of absence, withdrawal ,etc.)
		... to receive certificates in English
		... for enrollment confirmation on Monbukagakusho Honors Scholarship for Privately Financed Internationals Students
Campus Life	Student Support Center 018-889-2265	... to apply for tuition exemption
		... to find out more about Extracurricular activities “Circle”
		... for information on Nishiyachi Dormitory
		... for Lost & Found items
		... to gather job-searching information
Courses	Academic Affairs Division Each Faculty Office	... to register for classes on (a•net)
		... to verify cancelled classes, make-up classes, classroom changes etc.
Akita University CO-OP	Career Station TEL:018-832-7846	...for finding part-time jobs
	Housing section TEL:018-832-7141	...for finding private apartments

2-3 a-net

Web上で履修登録、成績照会、My 時間割などができるほか、休講やレポートなどの講義に関するお知らせ等の情報が届けられます。1日に1回は、a-netを見るようにしてください。

URL: <https://anet.akita-u.ac.jp/portal/top.do>

※新型コロナウイルス感染症に関する緊急情報が随時配信されます。1日1回、必ずアクセスして確認するようにしてください。

※国外からは使用できません。

2-4 学生証

学生証は、秋田大学の学生であることを証明し、キャンパス内外で使用することが多くありますので常に携帯して下さい。また、大学の図書館や情報統括センターを利用する際にも必要となります。失くした場合は、すぐに所属する学部・研究科学務担当に申し出て、再発行の手続きを行ってください。

2-5 証明書の発行について

主な証明書は、学生証を使って、証明書発行機で発行できます。

証明書発行機設置場所	手形キャンパス	学生支援総合センター(学生支援棟)
	本道キャンパス	医学系研究科・医学部学務課 (医学系研究科・医学部管理棟)
発行できる証明書	在学証明書 / 卒業見込証明書 / 健康診断書 成績証明書(学部生) / 通学証明書 / 学割証	

【注意】

- ◆英文の証明書は、所属学部・大学院の学務担当に発行を依頼してください。
- ◆非正規生は学割が利用できません。また、非正規生は発行機を利用できません。所属学部・大学院の学務担当に、証明書の作成を依頼してください。
- ◆定期券の不正な購入や本人以外の使用は処罰の対象になります。絶対にやめてください。

2-6 授業料免除について (※授業料は改定されることがあります)

秋田大学の年間授業料は年額 535,800 円で、前期・後期に分けて支払います。

なお、経済的理由により授業料の納付が困難で、かつ学業優秀と認められる場合に、学生本人からの提出書類や学業成績などを厳正に審査・選考し、授業料の全額、半額または3分の1を免除する授業料免除の制度があります。前期・後期それぞれ、学生支援課での手続きが必要になります。申請書類の配布期間などの詳細については、学生支援・就職課による掲示に注意してください。下記のホームページを参照してください。

<http://www.akita-u.ac.jp/honbu/current/cu.tuition.html>

2-7 留学生一時離日届

夏休みなどを利用して、一時帰国したり、一時的に日本を離れたりする場合には、指導教員に相談して許可を得て、離日前に「外国人留学生一時離日届」を国際課に提出してください。提出しないで帰国すると、奨学金を受給できない場合や、震災などの際に安否確認ができなくなりますので、必ず提出してください。

※新型コロナウイルス感染症の影響により、日本国外へ渡航する場合は渡航予定日の1ヶ月前までに所属学部へ「海外渡航計画書」の提出が必要です。毎日 a-net を確認してください。

2-3 a•net

Important information regarding course registration, grades, My Timetable, cancellation of courses, and term papers will be sent to an e-mail address connected with your student ID. Please check a•net at least once a day.

URL: <https://anet.akita-u.ac.jp/portal/top.do>

*New emergency information regarding the COVID-19 virus will be regularly posted to a•net.

Please make sure to access the website and check a•net at least once a day.

*You cannot access from overseas.

2-4 Student ID Card

This card verifies that you are a student of Akita University and has many uses both off and on campus. You may be required to present this card at the library or other university facilities.

If you lose your Student ID Card, you must inform your faculty staff and apply for a new ID Card.

2-5 Issuing Official University Documents

Documents are issued by university staff and may also be issued and printed automatically by special printers located on campus.

Location (to receive documents from staff)	Tegata Campus	Student Support Center
	Hondō Campus	Medical School Academic Affairs Division
Certificates available by machine	Registration of Enrollment / Grades/ Student Transportation pass/ Graduation certificate/ School Attendance/ Health Check	

- ◆ Consult your faculty's Academic Affairs Section for documents in English.
- ◆ Non-degree-seeking students are not eligible for student discounts and may not print certificates from the automatic machines. Please consult your faculty advisor directly.
- ◆ It is punishable by law to buy commuter passes illegally or to lend your pass to others. Please do not do these.

2-6 Tuition Fee Exemption (Tuition fee is subject to change.**)

Tuition at Akita University is 535,800JPY for one academic year, with two payments split between the first and second semester. Students enrolled as degree-seeking students who have excellent academic records and are facing financial difficulty may be eligible for Full, Half, or One-third tuition exemption should they pass the document screening process. Please note that for this exemption certain procedures are required **each semester**. For more information see the Student Support Division bulletin board, or refer to: <http://www.akita-u.ac.jp/english/fees.html>

2-7 When leaving Japan temporarily

If you wish to go back to your home country temporarily or leave Japan to travel, you must submit a "Notification of Temporary Leave from Japan" form to the International Affairs Division. For those receiving scholarships, it is imperative to submit this document to not forfeit your scholarship.

*Due to the COVID-19 pandemic, students who plan to travel overseas are required to submit a "Notification for Temporary Leaving Japan" to their faculty at least one month before their planned travel date. Please check a•net at least once a day.

2-8 民間奨学金(正規生対象)

民間の奨学金には、大学を通じて応募するものと、留学生個人が奨学団体へ直接応募するものがあります。奨学金申請の情報は、a・net で通知しますので、応募を希望する学生は、a・net を頻繁に見てください。

どの奨学金も、採用数に対して応募者数が多いため、競争率がとても高いです。そのため、申請しても大学から奨学団体へ推薦されるとは限りませんし、大学から推薦されても必ず採用されるわけではありませんが、申請を希望する学生は掲示を見落とさず、締切までに必要書類をきちんと揃えて、国際課に提出してください。

大学を通じて応募する奨学金の申請方法	
1	a・net で配布期間内に募集要項・申請書等を受領
2	募集要項をよく読み、自分が条件に合っているか確認
3	申請書に記入(推薦書の記入は指導教員等に依頼)
4	国際課に申請書等を提出(提出期限を守る)

2-9 チューター制度

チューター制度とは、秋田大学に入学したばかりの留学生のみなさんが、大学での学習や日常生活を不自由なく送れるよう在学生在が支援する制度です。支援期間は、大学院学生・研究生が渡日後最初の1年間、学部学生が入学後最初の2年間です。

※所属学部・研究科により若干異なります。

特別聴講学生(交換留学生)も対象です。基本的には在籍中同じチューターがつきますが、どうしても自分のチューターとうまくいかない場合やチューターとの間で何か問題が起きた時などは、センターの教員や国際課に相談してください。

【支援の内容】

- ・日本語の指導、学習(授業の予習・復習の補助)・研究の指導助言
- ・日常生活の手伝い(諸手続きのための市役所等への同行、生活必需品の買い物、学内外の案内、宿舎探しの補助など)

2-10 課外(サークル)活動

秋田大学には、大学公認の体育会系や文化系サークルが多数あり、多くの学生が参加しています。興味のあるサークルがあったり、サークルに参加を希望したりする場合は、「キャンパスライフ」を参照して、直接サークルの活動場所に行き話を聞いたり、学生支援・就職課の課外活動担当に相談してください。また、詳細は1日に1回は、a・net を見るようにしてください。

2-8 Private Scholarship (for Regular Students)

There are two types of scholarships available: those which you may apply for through the University, and those which you must apply for directly through the institutions providing the scholarship. Notices regarding scholarships are generally notified by a •net. Students who wish to apply for these scholarships are advised to check for these notices regularly.

Application requirements vary among scholarships, so students are advised to read the application guidelines carefully. Take note that the selection processes for scholarships are very competitive and therefore there is no guarantee of being nominated. However, students who want to apply should check bulletin notices regularly and submit the relevant documents to the International Affairs Division in a timely manner.

Procedure	
1	Retrieve application materials from a •net during the designated term
2	Read the application materials carefully, and confirm that you are qualified to apply
3	Fill in the form and ask your professor to write a recommendation
4	Submit materials to International Affairs Division (deadlines are strict!)

2-9 Tutoring System

This system is designed to have Japanese students assist international students new to Japan with their studies, daily life, etc. It is available to undergraduate students during their first two years in Japan, as well as graduate students and certain research students during their first year. *The period varies depending on the faculty

Exchange students are also assigned a tutor. We generally assign the same tutor for the entire period of study, but if for some reason things are not going well with your tutor, please consult with a GHE staff member or the International Affairs Division.

You can ask your tutor for help with your academic and research-related concerns, with Japanese lessons, and everyday life “guidance” (i.e. filling out paperwork at City Hall, shopping for daily necessities, getting around campus, apartment searching, etc.).

2-10 Extracurricular Activities “Circles”

There are many kinds of official extracurricular activities called "Circles" and athletic clubs at Akita University. Interested students should refer to the booklet “Campus Life,” visit the club directly for information, and/or consult with the Student Support Center. Also, for further information, please check a • net at least once a day.

3 在留上の手続きについて

在留関係の諸手続きは、全て留学生のみなさんが自分で手続きを行うこととなります。

A. 出入国在留管理局での手続き

3-1 出入国在留管理局について

秋田県では「仙台出入国在留管理局秋田出張所」で手続きを行います。

仙台出入国在留管理局 秋田出張所	
所在地	秋田市山王 7-1-3 秋田第一地方合同庁舎5階
電話番号	018-895-5221
窓口受付時間	午前9時～12時、午後1時～4時(土、日、休日を除く)
出入国在留管理局 ホームページ	申請書類等をダウンロードできます。 http://www.moj.go.jp/isa/applications/procedures/index.html

3-2 在留期間更新

在留カードに記載されている在留期間を越えて日本に滞在することはできません。在留期間を一日でも過ぎてしまうと、不法滞在として扱われ、強制退去の対象になります。

在留期間が切れる前に、出入国在留管理局に「在留期間更新」の申請を行わなければなりません。在留期間が切れる3か月前から申請できますので、早めに申請するようにしてください。

申請には、秋田大学が作成する書類も必要です。所属学部に書類作成を依頼してください。

3-3 在留資格の変更

秋田大学では、在留資格「留学」の学生を、留学生としています。在留資格が「留学」以外の方は、変更手続きを行ってください。なお、在留資格「短期滞在」で入国し、在留資格「留学」に変更する場合、「在留資格認定証明書」の取得が必要になります。国際課まで問い合わせてください。

また、秋田大学を卒業する時には、大学の在籍身分がなくなるため、「留学」の在留資格は失効します。その場合、「留学」の在留期限が残っている場合でも、出国または在留資格の変更が必要となります。

3. Residency Procedures

For all matters related to residency procedures, international students must do on their own.

A. Immigration Bureau Matters

3-1 Immigration Bureau

The Sendai Immigration Bureau, Akita Branch is responsible for these matters.

Sendai Immigration Bureau – Akita Branch	
Address	7-1-3 Sannou, Akita, Daiichi Chihougoudou Chousha 5F
Telephone	018-895-5221
Hours	9:00a.m~12:00p.m, 1:00p.m~4:00p.m (closed on Sat, Sun, and national holidays)
Website	https://www.isa.go.jp/en/applications/index.html (includes application forms for download)

3-2 Extension of Period of Stay

International Students cannot stay in Japan beyond the period indicated on their residence cards. If you stay even one day past your period of stay, you will be treated as illegally staying in Japan and subject to deportation.

Before your period of stay expires, you must apply for "Extension of Period of Stay" at the Immigration Bureau. You can apply 3 months prior to the expiration date, so please apply as soon as possible.

The application also requires documentation prepared by Akita University. Please ask your faculty to prepare the documents.

3-3 Changing Resident Status

International students at Akita University must have the status of residence 'Student'. If your status is not 'Student', please complete the necessary procedures to change it at the Immigration Bureau. If you enter Japan on a short-stay visa, you will need a Certificate of Eligibility to change your status to 'Student,' so please ask the International Affairs Division for this document.

In addition, when you graduate from Akita University, your 'Student' status will expire since you will no longer be enrolled in the university. In this case, you will need to leave Japan or change your status of residence regardless of the expiration date on your 'Student' status.

3-4 卒業後に引き続き日本に滞在する場合の在留資格変更について

・就職先が内定し、卒業後すぐに入社する場合

⇒内定先企業の人事の方と相談の上、在留資格変更手続きを行ってください。

・就職先が内定したが、卒業から入社するまでに期間が空く場合

(例:9月に卒業するが、翌年の4月入社予定の場合 など)

⇒内定先企業の人事の方と相談の上、在留資格変更手続きを行ってください。

・大学卒業後も継続して就職活動を行う場合

⇒在留資格「特定活動」へ変更することにより、6ヵ月間就職活動を継続できます。また、更新手続きをすることにより最長1年まで滞在が認められます。

この手続きには、秋田大学が発行する推薦状が必要です。申請を希望する場合は、国際課に申し出てください。本人からの申し出を受けて、必要書類を案内します。提出された書類を確認したうえで、大学からの推薦状を作成するかを判断します。

3-5 「みなし再入国許可」制度について

みなし再入国とは、有効な旅券(パスポート)及び在留カードを所持し、出国後1年以内に日本での活動を継続するために再入国する場合は、原則として再入国許可を受ける必要がなくなる制度のことです。出国する時に、必ず在留カードを提示してください(※)。

ただし、みなし再入国制度により出国した場合、その有効期間を海外で延長することはできません。出国後1年以内に再入国しないと在留資格が失われることとなりますので、注意が必要です。

※「在留カードを後日交付する」旨の記載がなされた旅券(パスポート)を所持する場合にも対象となります。

3-4 Change of Status of Residence for Continued Stay in Japan after Graduation

▪ **If you have been offered a job and will be employed immediately after graduation**

⇒ Please consult with the personnel of the company to which you have been offered a job and follow the procedures for changing your status of residence.

▪ **If you have been offered a job, but there is a gap between graduation and the date you will be employed**

(e.g.: You will graduate in September, but plan to enter the company in April of the following year)

⇒ Please consult with the personnel of the company to which you have been offered a job and follow the procedures for changing your status of residence.

▪ **If you will continue job hunting after graduation**

⇒ If you change your status of residence to "Designated Activities", you can continue your job hunting activities for 6 months. In addition, if you renew the status, you can stay in Japan for up to 1 year.

A letter of recommendation issued by Akita University is required for this procedure. If you wish to apply, please contact the International Affairs Division. Information on the required documents will be sent to you shortly. After reviewing the submitted documents, a decision will be made as to whether or not a letter of recommendation from the university will be prepared.

3-5 Re-entry Permit System

Foreign nationals in possession of a valid passport and resident card who will be re-entering Japan within 1 year of their departure to continue their activities in Japan will, in principle, not be required to apply for a re-entry permit. **Be sure to present your resident card* at departure.**

Foreign nationals who have departed from Japan on a special re-entry permit will not be able to extend that permit while abroad. Please note that in this situation you will lose your status if you fail to re-enter Japan within 1 year of departure.

*This also applies if your passport contains a note saying that “you will receive your resident card afterward.”

3-6 資格外活動許可（アルバイト）

(1) 資格外活動許可の申請

留学生の在留資格は「留学」で、日本での活動目的は、学習や研究です。この在留資格では、原則としてアルバイトはできません。

留学生がアルバイトをするためには、出入国在留管理局に申請をして、「資格外活動許可」を得なければなりません。資格外活動許可を得ると、1週間に28時間までアルバイトをすることができます。長期休暇期間中は1日8時間まで可能です。ただし、資格外活動許可を取得しても、出入国管理及び難民認定法(入管法)で、留学生のアルバイトとして認められないもの(風俗営業や風俗関連営業など)があります。

資格外活動許可を取得しないでアルバイトをしたり、認められた活動の範囲や時間を越えてアルバイトをしたりすると処罰の対象となり、場合によっては日本からの強制退去の対象にもなりますので、十分に注意をしてください。

初期学習の定着や日本での生活に慣れるため、高等教育グローバルセンターでは渡日後1ヶ月間はアルバイトをしないことを勧めています。アルバイトを始める場合は、指導教員によく相談し、アルバイト先や業務の内容を伝えてください。

(2) アルバイトの紹介

秋田大学生協では、学生にアルバイトの紹介を行っています。アルバイトの求人情報は、学生会館1階の生協アルバイトセンターや生協のホームページで見ることができます。

場 所	学生会館1階 キャリアステーション
ホームページ	http://blog.akita.u-coop.or.jp/arbeit/

3-6 Permission to Engage in an Activity other than those permitted by the Status of Residence Previously granted

(1) Application for Permission to Engage in an Activity other than those permitted by the Status of Residence Previously granted

Your visa resident status is ‘Student’ so your purpose in Japan is to study and/or conduct research. You are not permitted to work with only a ‘Student’ status.

Therefore, you must apply for a permit from the Immigration Bureau if you want to work part-time. If granted, international students can work up to 28 hours a week. However, students can work up to 8 hours a day during vacations. Please note that certain kinds of jobs are prohibited for students by immigration regulations (i.e. clubs, gambling, sex-related industries, etc.).

If you work without a permission or fail to follow the regulations pertaining to the permission, you will be the subject to be imposed a penalty and can be the one to be deported.

The Global Center for Higher Education does not recommend you to work part-time jobs for 1 month after arriving in Japan in order to focus on initial studies and get used to daily life in Japan.

Please consult your supervisor and give them information on the details of your part-time job and work before starting it.

(2) Finding Part-time Jobs

Akita University CO-OP helps students to find part-time jobs. You can find information about part-time jobs at the Part-time Jobs Center located on the 1st floor of the University Hall and on its website.

Location	Career Station, 1 st Floor of the University Hall
Homepage	http://blog.akita.u-coop.or.jp/arbeit/ (Japanese only)

B 市役所での手続き

3-7 在留カード / 住居地の届出

出入国港において在留カードが交付された方(注)は、住居地を定めてから14日以内に、在留カードを持参の上、住居地の市区町村の窓口でその住居地を法務大臣に届け出てください。

(注) 旅券に「在留カードを後日交付する」旨の記載がなされた方を含みます。その場合には、当該旅券を持参の上、手続きをしてください。

* 在留資格変更許可等を受けて新たに中長期在留者となった方についても、同様に、住居地の届出が必要になります

手続き場所	秋田市役所 市民課
携行品	(1)住民異動届及び別紙 (2)在留カード (3)パスポート

【注意】在留カードに関して、以下のことを必ず守ってください。

◆外出する時には、必ず「在留カード」を持って歩かなければならない。
◆警察官などの行政官に提示を求められた時には、提示しなければならない。
◆記載事項に変更があった場合は14日以内に記載事項変更届を提出しなければならない。

B City Hall Matters

3-7 Obtaining a Residence Card/Notification of the Address

If your Residence Card was issued at your Port of Entry, then you must bring your Residence Card to City Hall and register yourself within 14 days of settling in your fixed address.

Attention:

Also, if your passport contains a note saying “you will receive your residence card afterward”, please do the same. In this case, please bring the passport to the City Hall.

*You also need to notify if you are permitted to change the Resident Status and become amid to long-term resident, by following the instruction above.

Location	Akita City Hall—Citizen Section
What You Need	1) Notification of Moving and attached sheet, 2) Residence Card, 3) Passport

Foreign residents in Japan must comply with the followings regarding a Residence Card:

◆ You must carry your Residence Card with you whenever you go out.
◆ You must present your Residence Card when asked to do so by law enforcement officers. (police, etc.)
◆ Any changes such as your address or your period of stay in Japan must be registered at the City Hall within 14 days after the change.

3-8 国民健康保険（国保）

日本に3カ月以上滞在する外国人は、国民健康保険(国保)への加入が義務付けられています。国保に加入することによって、日本のあらゆる医療機関でかかった医療費の7割が補助の対象になります(例:総医療費1万円の時、自己負担は3千円)。病院(医療機関)に行くときには、必ず保険証を持って行って下さい。

なお、在留期間更新時に、出入国在留管理局窓口で、国保に加入していることを確認する書類の提出が義務づけられています。

【注意】

- ◆保険対象外の医療(健康診断・美容整形・歯列矯正等)もあります。
- ◆再入国許可を持たずに日本を出国する時は、市役所に保険証を返納しなければなりません。

手続き場所	秋田市役所 国保年金課
保険料	前年の所得により個人差があります。

3-9 国民年金

国民年金は、加入者が高齢になったり、障害を負ったりした時に保険金を受け取ることができる制度です。日本国内に住んでいる 20 歳から 60 歳までの人は、全員、国民年金に加入しなければなりません。学生で一定以上の所得がない場合は保険料の納付が猶予される「学生納付特例制度」や保険料免除の制度があります。住居地の届出や国民健康保険加入手続きと同時に、免除の手続きが可能です。

免除申請が却下されたときは請求された金額を支払うことになります。なお、免除申請が認められる場合でも「年金手帳」が発行されます。免除申請が認められ次第、年金手帳を秋田役所へ返却してください。詳細は、秋田市役所国保年金課にお問い合わせください。

3-8 National Health Insurance

All international students who have a residence status of three months or longer must enroll in Japan's National Health Insurance. The premium will cover up to 70% of your medical expenses (e.g. if your bill is 10,000 yen, you will pay 3,000 yen). You must bring your insurance card with you when you go to clinics, hospitals or other health facilities.

When you extend your period of stay at the immigration office counter, you must submit a document that confirms your enrollment in National Health Insurance.

【Note】

- ◆ Some medical treatment (health check-ups, cosmetic surgery, orthodontic treatment, etc.) are not covered by this insurance.
- ◆ Students must return their insurance cards to Akita City Hall when they leave Japan without the Permission of Re-entry.

Location	Akita City Hall, National Health Insurance Section
Fee	The fee is based on your income from the previous year.

3-9 National Pension System

The National Pension System is a system by which you can receive premium when you reach the age of 60 or become disabled. Residents in Japan aged from 20 to 60 must enroll the National Pension System. Students can use "Special Student Payment exemption" or "Payment waiver" if you do not have certain amount of income. You can take this procedure according with Notification of the Address and enrollment of National Health Insurance.

If your application for exemption is rejected, you will be required to take the necessary steps to pay the premium. Please note that even if your exemption is approved, you will be issued a "pension pocketbook." Once your exemption application has been approved, please return the pension pocketbook to City Hall. If you have any further questions or concerns, please make your inquiry to City Hall.

4 住居

4-1 民間アパート

4-1-1 民間アパートの紹介

民間アパートは、秋田大学生協や不動産会社で紹介してもらうことができます。

4-1-2 賃貸契約

契約内容について、十分に説明を聞いて、自分に不利な条件でないかどうかを確認してから、契約書に署名・捺印してください。不明な点があれば、先輩や国際課に相談してください。

家賃	1か月の部屋代 基本的には、翌月分の家賃を、前月の月末までに前払いする。
共益費	共用部分(階段やトイレなど)電気代・水道料金・ゴミ処理の費用・清掃費用に使われる。家賃に含まれている場合もある。
敷金	部屋を借りるとき、家賃を滞納した時や、部屋・備品を損傷した時のための担保として、家主に預けておくお金のこと 金額は一般的に部屋代の1～2ヶ月分くらいで、退去時に、清掃・修理代金を除いた分が戻ってくる
礼金	家主に支払う。退去の時には戻ってこない。
仲介手数料	不動産会社に支払う。

4-1-3 連帯保証人

通常、日本で民間アパートを契約する時には、日本人の保証人が必要になります。どうしても自分で保証人が見つけられない場合には、「留学生住宅総合補償制度」(p25参照)に加入することを条件に、秋田大学で連帯保証人を引き受けます。この制度を希望する学生は、契約書を用意し、国際課に申請してください。

4 Housing

4-1 Apartments

4-1-1 Finding Apartments

Apartments are usually found through Akita University CO-OP or real estate agencies

4-1-2 Rental Contract

You should understand the details of the contract fully before signing the contract. If there are points that you do not understand, please ask your friends (Senpai) or the International Affairs Division

Rent	Paid monthly Due by the end of the preceding month (basically)
Communal Service Fee	The monthly charge for electricity, water service, and maintenance of shared facilities (stairway, halls, toilets, etc.) It can be included in the rent.
Deposit	1 or 2 months' worth of rent paid as a guarantee to the apartment owner in case of nonpayment of rent, utilities, or other fees, or for damage to the unit. The owner cleans and fixes any damage to the unit with that money and any remaining balance will be returned to you after you move out.
Key money	Money as "gratuity fee" for the use of the room or apartment. This money will not be refunded.
Agent commission	Usually about 1 month's rental fee to be paid to the real estate agent.

4-1-3 Guarantors

You will usually need a Japanese citizen to act as your guarantor, if you rent a room Japan. For international students who have trouble finding a guarantor, Akita University can act as their guarantor by students enrolling the "Comprehensive Renters' Insurance for International Students Studying in Japan" program. (Please refer to p.26 for details.)

If you would like to use this system, please bring the contract to the International Affairs Division and apply.

4-1-4 アパートでのトラブル

宿舎やアパートでは、留学生のみなさんも地域住民の一人とみなされます。近隣住民とトラブルにならないように、騒音やごみの出し方などに気をつけ、快適な生活を送るように心がけましょう。

◆騒音

日本のアパートは壁が薄い部屋が多く、隣や下の部屋に物音がよく聞こえてしまいます。深夜や早朝には、大きな声で話したり、大音量で音楽を聞いたりすることはやめましょう。

◆ごみ

生活ごみ、資源ごみの収集日・収集時間が、地域ごとに決められています。

ごみ廃棄のルールを確認し、きちんと分別して、決められた日の、決められた時間・場所に捨ててください。また、カラスなどの野鳥によってゴミが散乱している場面も良く見られます。ごみを捨てる場合には指定された日時を厳密に守りましょう。

4-1-5 退去時の注意事項

住んでいる部屋を退去したいときには、通常1ヶ月前までに家主に伝えてください。直前に伝えた場合、部屋を退去した後でも、1ヶ月分の部屋代を支払わなければならない場合があります。

入居時に支払った敷金は、全額が返金されるとは限りません。退去時に、清掃・修理代金を除いて戻ってきます。部屋の状態によっては、原状回復費を追加で請求される場合もあります。

◆退去の際は、原状回復を心がけ、以下のことに気をつけてください。

- ・家賃の支払いをすませる
- ・部屋をきれいに片づけて、ゴミをきちんと処分する
- ・電気・ガス・水道・インターネットなど、契約していたサービスを全て解約して費用を精算する
- ・鍵を返却する

4-1-6 転居・引っ越し時の注意

転居・引っ越しをした場合、必ず所属学部・研究科に新しい住所等を連絡してください。

また、14日以内に市役所に行き、住所の変更手続きを行ってください。口座を開いた銀行でも手続きをしてください。

なお、「転居届」を出しておく、以前の住所あての郵便物が、新しい住所に1年間無料で転送されますので、手続きを行うようにしましょう。郵便局や郵便のホームページから手続きできます。

4-1-4 Troubles at Your Apartment

International students are also members of the community. You need to consider others and pay attention not to make noise or to follow the garbage rules to avoid trouble with your neighbors:

◆Noise

Most of the rooms of Japanese apartment have rather thin walls, so neighbors and residents under stairs can hear you well. You must refrain from talking loudly and listening to loud music especially during the early morning and late at night.

◆Garbage

You need to verify the day and time of garbage collection in your neighborhood, only use authorized garbage bags, divide your garbage according to the rules, and place your garbage at the allotted collection spot. If you put out your garbage too early or on the wrong day, it will attract animals that will tear open your trash and make a mess. It is essential for you to comply with the rules and regulations for garbage disposal and collection.

4-1-5 Notes when Moving Out

You usually need to give one month's notice to the owner before moving out. If you give notice less than one month before, you may be required to pay the rent for the following month.

Your deposit will not always be refunded fully. After moving out, any fees for cleaning the apartment or repairs will be deducted from your deposit, and you will receive the difference. Depending on the state of your room, the cost of returning the room to its original state may be added, and you will be billed for any costs that exceed the original deposit amount.

◆In order to get back as much of your deposit as possible, pay attention to the followings:

- Make sure all apartment-related fees are paid
- Clean your apartment thoroughly and throw out all garbage
- Notify gas, water, electricity, and internet companies to cancel services
- Return your key

4-1-6 Notes when Moving/ Changing Address

When moving or changing your address, you should report your new address to your faculty or graduate school. You should also notify the following offices of your address change;

- City Hall (within 14 days of moving in)
- The bank where you opened your bank account
- Post office (to ensure that mail sent to your former address will be forwarded to your new address for one year free of charge. You can take this procedure on the website of Japan Post.)

4-1-7 留学生住宅総合補償制度

外国人留学生が、家主等に対して損害賠償をしなければならなくなった場合の補償を行ったり、保証人に契約時の経済的な負担がかからないようにしたりするための制度です。

またアパート入居に際して、自分で保証人が見つけれない場合には、この保険に加入することを条件に、秋田大学で連帯保証人を引き受けます。

秋田大学の学生でこの制度に加入する留学生は、賃貸契約期間中に保険期間が切れることがないように、更新手続きを行ってください。また、アパート契約を解約した時にも、必ず国際課に連絡してください。

申請方法は、以下のURLより、大学HPをご確認ください。

https://www.akita-u.ac.jp/honbu/inter/in_guide.html

◆補償の内容

賠償責任	失火によりアパートを焼失させた、アパートの部屋を水浸しにした、自転車運転中に歩行者と接触しけがをさせたなどの事故が対象
傷害後遺障害	交通事故のけがやスポーツ中のけがによる後遺障害などが対象

◆保険料等負担金

2年間は8,000円、1年間は4,000円です。

◆この制度の詳細は、以下のホームページで確認できます。

<http://www.jees.or.jp/crifs/index.htm> (日本語、英語、中国語、韓国語)

4-1-7 Renter's Insurance

Most apartment contracts in Japan require a guarantor to co-sign the contract to share liability with the renter for possible debts to the owner. For international students who have trouble finding a guarantor, Akita University may act as their guarantor.

You should ensure that your insurance will not expire while renting. If you cancel your housing contract, you are required to inform the International Affairs Division.

For more information on how to apply, please consult the University website from the link below

https://www.akita-u.ac.jp/honbu/inter_en/in_living.html

◆ Coverage for compensation

Liability Coverage	Damage to the apartment in the event that you cause a fire, gas explosion, flooding/water damage, or injury to a pedestrian while you are riding a bike, etc.
Post Injury Disability Coverage	Disability resulting from the effects of an accident while playing sports, traveling, etc.

◆ Insurance fee

8,000 yen for 2 years and 4,000 yen for 1 year.

◆ Please refer to the website below for details:

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

(in Japanese, English, Chinese, and Korean)

4-2 留学生用宿舎

秋田大学には、留学生用として以下の3つの宿舎があります。入居時期は4月と10月の年に2回です(申請はそれぞれ2月頃と7月頃の予定)。a-netやホームページを通して募集を行います。数が限られているので申請者全員が入居できるとは限りません。

名称	住所	種別	数	寄宿料(月)	管理
留学生会館	〒010-0041 秋田市広面字高田4	単身室	27	5,900円	国際課
		夫婦室	3	9,500円	
国際交流会館	〒010-0862 秋田市手形田中5-50	A 単身室	10	5,900円	
		B 単身室	18	15,000円	
西谷地寮(※)	〒010-0851 秋田市手形西谷地5-1	単身室	15	20,000円	学生支援・就職課

※西谷地寮は男子学生のみ対象、また日本人と混住になります。

(1) 寄宿料の支払方法

発行された納付(請求)通知書を持参し、銀行または郵便局で支払ってください。至急である場合は「秋田大学 出納窓口」で支払ってください。

なお、月の途中に入退去した場合でも、1ヶ月分の寄宿料金を納付しなければなりません。

また、宿舎に入居中に、寄宿料の改定が行われた場合には、改定時から新しい寄宿料が用されます。

(2) 光熱費等の支払方法

【留学生会館・国際交流会館】

毎月の光熱費について、請求書をメールボックスに送付しますので、指定の銀行口座に振り込みで支払ってください。振込手数料は、入居者が負担してください。また、光熱費のほか、共同施設の清掃、退去時のクリーニングなどのために月2,500円の管理費がかかります。なお、ガスは東部ガスとの個人契約になりますので、東部ガスの指示に従ってください。

【西谷地寮】

水道・電気ともに個人契約となりますので、指定された方法で支払ってください。

詳しくは、学生支援・就職課にお問い合わせください。

4-2 International Students' Dormitory

Akita University has three dormitories for international students. There are two periods to move in - April and October (application periods are usually in February and July). We will post the information to apply through our homepage and a .net. Please note that not all dormitory applicants can be accepted because there are not enough rooms to accommodate everyone.

Name	Type		Payment of Rent	Management
International Student House 4 Hiroomote aza takada, Akita, 010-0041	Single	27	5,900	International Affairs Division
	Couple	3	9,500	
International House 5-50 Tegata Tanaka Akita, 010-0862	A Single	10	5,900	
	B Single	18	15,000	
Nishiyachi Dormitory* 5-1 Tegata nishiyachi Akita,010-0851	Single	15	20,000	Student Support Center

*Nishiyachi Dormitory is for male students only, but is available for both International and Japanese students.

(1)Paying Rent

Please bring the bill that you will receive by postal mail every month to the bank or the post office and make the payment. You may pay at the University "Suito" (Treasury) office only if it is urgent.

If you move in/out in the middle of the month, you will have to pay one month's rent. Please be aware that the rent fee could be changed during your stay if the rent is revised.

(2) Paying Utilities

【International Student House & International House】

The bills for electricity and water are delivered to your mail box every month. You must pay the utilities fee by wire transfer to the account indicated on the bill, and you are responsible for paying the transfer fee. 2,500 yen / month is included in your bill as a dormitory management fee. The gas bill is to be paid at a convenience store or a bank since it is a individual contract with Tobu Gas.

【Nishiyachi Dormitory】

Both water and electricity contracts are individually signed, so please make payments in a designated way. For details, please visit the Student Support Center.

5. 医療・健康

5-1 保健管理センター（手形キャンパス）

保健管理センターはみなさんが健康で勉学や課外活動に励むことができるよう、学生生活をサポートするための診療施設です。医師と看護師が常駐しており、体調がすぐれない・悩み事があるなど、心と体に何か不安を感じたら訪ねてください。医師が診断して応急処置をしたり、症状に応じて病院を紹介したりするなど、適切な指示をします（無料）。

利用時間	午前8時30分～午後5時
連絡先	018-889-2955 / hoken@gipc.akita-u.ac.jp

健康相談の時間

健康相談	曜日	時間
内科/カウンセリング	月～金	午前8:30～午後5時
婦人科/眼科/耳鼻科	月1回	午後3時30分～午後4時30分

5-2 定期健康診断

秋田大学では、毎年4月・5月に、保健管理センターで無料の定期健康診断を行っています。各学部・研究科によって受診日が異なりますので、案内に従って、必ず受診してください。

この期間以外は健康診断を行っていませんので、定期健康診断を受診しなかった場合には、病院で検査を受けて、健康診断書を発行してもらってください。

5-3 秋田市内の医療機関（病院）

秋田市内の医療機関については、下記のホームページで調べることができます。

<http://www.qq.pref.akita.jp/>

日本では、ほとんどの医療機関の診療時間は、平日（月曜から金曜）と土曜の午前中に限られています。日曜や祝日、夜間など病院が閉まっている時間帯に、急な病気やけがをした場合には、夜間休日急病診療所で診察が受けられます。

なお、病院に行くときには、必ず「国民健康保険証」を持参して下さい。「国民健康保険証」があれば、医療費の7割が国から補助され、自分の負担は3割で済みます。

5 Medical & Health Care

5-1 Health Center (Tegata Campus)

Health Center is a medical facility which support student's life so that you can work on your study and extracurricular activities healthily. Doctors and nursing staff are available during the hours listed below. They can perform emergency treatment and recommend patients to the appropriate medical institutions (Free of charge).

Hours	8:30 a.m.~5:00 p.m.
Contact Info.	018-889-2955 / hoken@gipc.akita-u.ac.jp

Health Advice	Time Available	
Internal Medicine / Counseling	Mon-Fri	8:30 a.m.~5:00 p.m.
Gynecologist/Eye Doctor/ Ear, Nose, and Throat Doctor	Once a month	3:30 p.m.~4:30 p.m.

5-2 Annual Medical Check-up

In April or May, a regular health check-up is conducted free of charge at the University Health Center on campus. The date is different depending on your faculty / graduate school, so please make sure to take this check-up following the notice.

If you miss the check-up, you will have to do it at a hospital, clinic, or other healthcare facility since we do not hold in the other period.

5-3 Hospitals & Clinics in Akita

Hospitals and other medical facilities can be found on the following site:
<http://www.qq.pref.akita.jp/>

Opening hours for most of medical care providers in Japan are limited to weekdays and Saturday mornings. Designated hospitals provide medical treatment at night, on Sundays, and on national holidays in the case of a medical emergency.

You must not forget to bring your National Health Insurance card with you when you visit hospitals or other healthcare facilities. When you present your card, the medical fee will be reduced to 30% of all the expenses since the rest will be supported by the national expenditure.

6. 日常生活での注意事項

①公共の場でのマナー

日本では、電車やバスなどに乗車しているときに、携帯電話で通話をしたり、仲間と大声で話したりすることは、迷惑行為とみなされますので、気をつけてください。

②コンピューター犯罪関与の禁止

コンピューター・ネットワークを通じてコピーした著作権のある映画、音楽、ソフトウェア等を自分個人で使用する以外に、友達などに配布することは、法律で禁じられています。違法にコピーされたソフトウェア・音楽・映画などは、絶対に買ったり、他人から借りたりしないように注意して下さい。

③ネットトラブル

インターネットや携帯電話によるトラブルが増加しています。インターネットを使用する際には、十分に気をつけて利用してください。

ネットトラブルの予防
◆不審なサイトにはアクセスしない。知らない送り先からのメールは開かない。
◆ネット上に、住所・電話番号・顔写真など、個人を特定できる情報を公開しない。
◆パスワードは、誕生日など簡単に推測できるものは避け、定期的に変更する。
◆ソフトウェアやウイルス対策ソフトを定期的にアップデートする。

④ストーカー行為

誰かにつきまとわれていたり、無言電話が続いたりするなど、ストーカー行為を受けていると感じたら、事態が深刻になる前に相談してください。

一方で、自分から頻繁にメールや電話をする、教室の前で待つなど、自分では特に意識していない行為が、相手にはストーキングと受け取られてしまう危険性があります。

⑤ハラスメント（セクシュアル / アカデミック / パワー・ハラスメント）

秋田大学ではハラスメントの防止と対策のため、ハラスメント対策室を設け、相談員を配置しています。ハラスメントを受けたと感じたら、1人で悩まずに大学のハラスメント相談員にすぐに相談してください。

ハラスメント対策室 <http://www.akita-u.ac.jp/honbu/harassment/index.html>

また、ある言動がハラスメントにあたるかどうかは、あくまで相手が「不快」と感じるかどうかです。その言動をした者の感覚で判断されるものではないことに注意してください。

6 Daily Life

① Manners in Public Places

Please be careful when getting on a train or a bus, you are expected not to speak on your mobile phone at all or to speak loudly with others as it may disturb other passengers.

② Prohibiting Computer Related Crimes

You should not copy and distribute copyrighted movies, music, or computer software to friends since it may constitute violations against intellectual property rights (IPR) if you are not using it personally. You should not buy or lend unlawfully produced software, music, or movies to/from others.

③ Internet Troubles

Internet or mobile phone related troubles are increasing. Please use the internet with caution.

Tips against Internet Trouble
◆ Don't access dubious sites or open e-mails from unfamiliar senders.
◆ Don't publicize your personal information (address, telephone number, or pictures with your face) with which you can be easily identified.
◆ Avoid using passwords which can be easily guessed such as your birthday. ◆ Change your password(s) on a regular basis.
◆ Regularly update your software and anti-virus software.

④ Stalking

If you feel as though somebody is stalking you or receiving silent call repeatedly, please take an immediate action to prevent the matter from potentially getting worse.

On the other hand, be aware that your own behavior may be considered as “stalking” by someone else, even if you may not have intended to do so.

For example, sending e-mails or calling frequently, waiting for someone in front of his/ her classroom, etc.

⑤ Harassment (Sexual / Academic / Power)

Akita University has set up a Harassment Consultation to prevent and eliminate the occurrence of any kinds of harassment. If you are suffering from any sort of harassment, consult with the harassment counselors immediately. For more information:

Harassment Consultation:

<http://www.akita-u.ac.jp/honbu/harassment/index.html>

Note that whether the action meets the definition of harassment or not is based on the victim's sense of discomfort, NOT that of the perpetrator.

7. 日本の法令遵守

日本滞在中に日本の法令に反する犯罪や行為を行った場合、法的な処分の対象になり、日本での在留資格が取消され、強制退去となる場合があります。

①麻薬等所持禁止・薬物使用禁止

日本では、薬物を所持・使用・売買することが法律で厳しく規制されています。

薬物の乱用は、自らの身体に害を及ぼすだけでなく、社会の秩序を乱す等計り知れない悪影響を及ぼします。誘惑に負けない強い意志を持ち、勧められても絶対に断わってください。自分で気が付かないうちに麻薬の密輸に巻き込まれる怖れがありますので、空港などで知らない人の荷物を預からないようにしてください。

②飲酒

日本では、20歳未満での飲酒は、法律で禁止されています。

ほんの少しでもお酒を飲んだ後に、自動車や自動二輪車及び自転車を運転すると、法律違反となるばかりでなく、判断能力の低下などにより事故の可能性が非常に高まり危険です。

さらに、酒気帯び運転者の車等に同乗すること、運転するのが解っていないながら酒を勧めることや飲酒を注意しないことも、共犯者として飲酒運転者本人とともに罰せられる理由となりますので注意して下さい。

③喫煙

日本では、20歳未満での喫煙は法律で禁じられています。

秋田大学の敷地内は、全面禁煙となっています。また、デパート、スーパーマーケット、映画館、駅、その他の公共施設なども禁煙となっている場所が多いので気をつけてください。

④運転

日本では、国際免許証の期限を入国後1年以内と決めています。国際免許証の期限が残っていても入国後1年を過ぎると無効になります。

それ以降も運転をする場合は、日本の免許を取得してください。

無免許運転には、50万円前後の罰金が科せられます。

また、自動車をレンタル・購入して運転する場合は任意保険に必ず加入してください。事故を起こして相手に損害を与え300万円以上の請求を受けた事例があります。

⑤自転車

秋田県では、自転車損害賠償責任保険等への加入が【義務】となっています。

(2022年4月1日から)

- ・車両の運転者として、交通ルールを守って自転車を運転しましょう。
- ・自転車は車道の左側を通行します。
- ・基本的に、自転車は車道を走らなければなりません。歩道では、速度を落とし、歩行者を優先して端を通行してください。
- ・事故防止の対策を取り、自転車の点検・整備に努めましょう。

7 Respecting Japanese Law

If you commit crimes or are engaged in unlawful activities, your visa may be revoked and you will be forcibly deported from Japan.

① Possession / Use of Illicit Drugs

In Japan, the possession, use, and buying/selling of drugs are strictly prohibited.

The abuse of drugs causes not only detrimental effects to your body and mind but also jeopardizes the order and value of society, which is why the law prohibits drug possession and use. You should have a strong will not to be seduced and must decline even if someone recommends the use.

Also, be cautious not to carry unidentified luggage for strangers at an airport or other places, since you may unintentionally become involved in drug smuggling without realizing it.

② Drinking

In Japan, the law prohibits people under the age of 20 from drinking alcoholic beverages. The act of driving cars, motor bikes, and bicycles after even just one drink, not only will you be severely punished, but due to impaired judgement the high risk of causing an accident is very dangerous. Also, if you ride in a car driven by a friend who has had even one drink or allow a friend to drive who you know has been drinking, then you will also be charged as an accomplice to the crime.

③ Smoking

You must be 20 years old to smoke. Smoking is prohibited on the entire campus of Akita University, and is only allowed in designated areas off campus. Also, please note that smoking is often prohibited in many public areas such as department stores, supermarkets, movie theaters, and train stations.

④ Driving

Please be aware that your international driver's license is only valid for 1 year after your entry into Japan. **The license will be invalid 1 year after your entry even if the period of the license itself is valid.** If you drive more than 1 year after arrival, you need to obtain a Japanese driver's license.

Driving without a driver's license is punishable by a fine of approximately 500,000 yen.

The vehicle must be covered by **Voluntary Automobile Insurance**. We are obligated to report accidents where an international student driver was charged over 3,000,000 yen for damages since the vehicle was not covered by voluntary automobile insurance.

⑤ Bicycles

It is your **OBLIGATION** to purchase a bicycle liability insurance in Akita Prefecture (since April 1, 2022). Please observe the traffic rules as a driver of a vehicle.

-Bicycles go the left side of the roadway.

-You have to ride bicycles on roadways as a general rule. On sidewalks, please slow down, go after pedestrians and go the side of the road way.

-Please take prevention measures against accidents, check up your bicycle and perform maintenances.

渡日時チェックシート Upon arrival

○市役所 At City Hall

	国民健康保険加入申請 National Health Insurance
	国民年金申請 National Pension
	住居地の届出 Notification of Residence

○必要に応じて行う手続き Procedures, if applicable

	銀行口座の開設 For opening a bank account 必要種類 Required documents: 1.パスポート Passport 2.在留カード Residence card 3.印鑑 'Inkan' stamp (ゆうちょ銀行は自国で使用していない場合は不要) (Not necessary at JP banks if it is not required at banks in your country) 4.学生証 Student ID Card
	携帯電話およびSIMカードの契約 For buying mobile phones or SIM cards 必要書類 Required documents 1.在留カード Residence Card 2.学生証 Student ID Card ※キャッシュカード/通帳 (支店名、口座名義等が記されているもの) Cash Card or Bank Passbook ※印鑑 'Inkan' stamp ※契約会社による (Depending on the company you enter into a contract with)

帰国時チェックシート Before Leaving Japan

○留学生用宿舎居住者 Residents of dormitories

	国際課に退去届を提出する。 Submit a Notification of Leaving to the International Affairs Division.
	部屋を清掃し、ゴミを指定の日時・場所に捨てる。 Clean up your room and dispose of all garbage accordingly.
	管理人の立会いのもと、部屋のチェックを受ける。 Conduct a room check with the dormitory manager.
	部屋のチェック終了後、国際課の窓口で、電気・水道料金等の精算をする。 The International Affairs Division calculates electricity and water charges after the room check. Then you pay in cash directly at the office.
	退去の1週間前までにガス会社に連絡して、ガスを止める日を決定する。 料金の精算方法について確認する。 Contact the gas company one week before moving out in order to cancel the service and pay the remaining balance.
	留学生会館・国際交流会館・西谷地寮の寄宿料を支払う。 Pay the final rent for International Student House/ International House / Nishiyachi House.
	国際課に、部屋のカギを返却する。 Return your key to the International Affairs Division.
	必要に応じて、携帯電話の解約手続きをし、料金の精算方法を確認する。 Cancel your mobile phone contract and confirm how to pay the remaining balance.
	日本を出国する場合は、国民健康保険証及び年金手帳を市役所に返納し、保険料を精算する。 Return your health insurance card and pension pocketbook to City Hall and pay any remaining charges.
	転出届を市役所に提出する(転出の28日前から手続き可能)。 Submit a Moving-out Notification (Tenshutsu todoke) to City Hall. You can submit it from 4 weeks before moving out.
	必要に応じて、銀行口座の解約手続きをする。 ※公共料金を口座自動引き落としにより支払っている場合は、必ず料金の精算が済んだことを確認してから口座を解約する。 Close your bank account. If you pay public utility charges by automatic bank debit, make sure you pay all fees before closing your bank account.

帰国時チェックシート Before Leaving Japan

○民間アパート入居者 Residents of private apartments

	<p>退去したい日の1か月以上前に、大家さんに退去日を伝え、退去までの手続きについて確認する。 Inform your landlord at least one month in advance, and confirm the procedure for moving out.</p>
	<p>ガス・水道・電気会社に連絡して、今後の手続きと、料金の精算方法について確認する。 Contact gas, water, and electricity companies and verify how to pay the remaining balances.</p>
	<p>インターネットを契約している場合は、契約会社に連絡し、今後の手続きと料金の精算方法について確認する。 If you have a contract with an internet company, confirm the cancellation and final payment procedures.</p>
	<p>部屋を清掃し、ゴミを指定の日時・場所に捨てる。 Clean up your apartment and dispose of all garbage accordingly.</p>
	<p>大家さんに、部屋のカギを返却する Return your key to your landlord.</p>
	<p>必要に応じて、携帯電話の解約手続きし、料金の精算方法について確認する。 Cancel your mobile phone contract and confirm how to pay the final charges.</p>
	<p>日本を出国する場合は、国民健康保険証及び年金手帳を市役所に返納し、保険料を精算する。 Return your health insurance card and pension pocketbook to City Hall and pay any remaining charges</p>
	<p>転出届を市役所に提出する(転出の28日前から手続き可能)。 Submit a Moving-out Notification (Tenshutsu todoke) to City Hall. You can submit it from 4 weeks before moving out.</p>
	<p>必要に応じて、銀行口座の解約手続きをする。 ※公共料金を口座自動引き落としにより支払っている場合は、必ず料金の精算が済んだことを確認してから口座を解約する。 Close your bank account. If you pay public utility charges by automatic bank debit, make sure you pay all fees before closing your bank account.</p>

2022 年度 秋田大学外国人留学生生活手帳

2022 年 4 月 1 日発行 高等教育グローバルセンター

〒010-8502 秋田市手形学園町 1-1

Akita University Handbook 2022 for International Students

Issued on April 1, 2022 by The Global Center for Higher Education

1-1 Tegata-Gakuenmachi, Akita City, 010-8502, Japan

TEL:018-889-2258/ FAX:018-889-3012

E-mail: ryugaku@jimu.akita-u.ac.jp

<緊急時の連絡先>

Emergency contact information

■国際課携帯

Mobile Phone of International Affairs Division
080-8204-5348

■総合案内所

General Information Center
018-889-2228

※こちらは緊急時のみ使用できる番号です。

This is the number you can contact in emergency situation.