

留学生同学们，
欢迎来到宫城教育大学

留学生手册



留学生同学们，欢迎来到宫城教育大学！大家从众多学校中选择本校来留学，我们对大家的到来表示由衷的欢迎！

本手册是一本要点汇编，期待能帮助大家顺利完成在本校的学习和在日本的生活。遇到不明白或困难的事情，请查阅本手册。并且，也请和我们商谈。我们将尽力为大家提供帮助，任何困难都请与我们商谈。

祝大家在日本学有所成！

【目 录】

1. 入学时必要的手续
2. 日语学习、课程选修、学习咨询
 - a) 日语学习
 - b) 面向本科学生的日语学习
 - c) 课程的学习
 - d) 学习咨询
3. 入学费和课程费
 - a) 入学费
 - b) 课程费
4. 课程费免除和奖学金
 - a) 课程费的免除
 - b) 奖学金
5. 居住
 - a) 居住
6. 上学—巴士·自行车·汽车·摩托车—
 - a) 上学
 - b) 自行车
 - c) 汽车和摩托车
7. 生病和受伤
 - a) 保健管理中心
 - b) 学生商谈室
 - c) 保险
8. 学生兼职
 - a) 学生兼职
9. 居留资格相关的手续

- a) 外国人登记
- b) 居留资格
- c) 临时回国和再入境

1 0 . 校内信息

- a) 揭示板
- b) 国际理解交流室
- c) 图书馆
- d) 电脑的使用方法
- e) 兴趣小组活动

1 1 . 其他的服务

- a) 辅导员制度
- b) 留学生的活动
- c) 生活辅助等

1 2 . 联系方式的申报

- a) 联系方式的申报

1 3 . 发生紧急时

- a) 交通事故
 - b) 突发疾病
 - c) 火灾
 - d) 遭遇犯罪
 - e) 自然灾害
- 防备地震

1 4 . 想在日本就职

- a) 职业援助中心
- b) 居留资格的变更

1 5 . 回国时必做的事

1 6 . 有困难时

1. 入学时必要的手续

全体留学生都必要的手续

- 入学费、课程费的支付
- 学生记录的提交
- 护照复印件的提交
- 承诺书的提交
- 联系方式的申报
- 加入学研灾
- 外国人登记、外国人登记完毕证明书的提交
- 加入国民健康保险
- 开设银行账户

研修生必要的手续

- 研究计划书的提交

特别听讲生必要的手续

- 选修科目单・成绩单的提交
- 选修登记表的提交
- 选修单的提交

2. 日语学习・课程选修・学习咨询

a)日语学习

面向留学生的日语班，每周有 10 节课。想学习日语的同学请参加日语班。加入日语班务必请参加评估测试。关于测试的日期和日语班，请参阅日语课程的指南。

并且，在日语学习上有不懂的地方，请咨询日语教师（市濑老师或高桥老师）。

b)面向本科学生的日语学习

本科学生必须选修外语科目，留学生可以选修“日语”来代替。在“日语”课程中，将学习日语报告的作成、口头发表的练习、日常生活所必需的知识 and 句式。

咨询处：

日语担当教师 [5 号馆 3 楼]

c)课程的选修

关于课程的选修、登记方法、教育实习等，请在相关窗口咨询。

咨询处：

修学支援担当[2 号馆③号窗口]

教育实习担当[2 号馆④号窗口]

d)学习咨询

针对课程的内容有不明白的地方时，请向授课教师咨询。并且，本科学生还可以向年级担当教师咨询。

研究生院学生、研修生、特别听讲，请首先向指导教师咨询。

咨询处：

授课教师、年级担当教师、指导教师

3. 入学费和课程费

a) 入学费

入学费必须在规定的日期前缴纳。
入学费不按期缴纳的，将消除学籍。

咨询处：
财务担当 [管理栋 1 楼]

b) 课程费

课程费必须在规定的日期前缴纳。课程费通过邮局汇款缴纳时，必须在规定的日期前汇入金额。
课程费不按期缴纳的，将消除学籍。

咨询处：
财务担当 [管理栋 1 楼]

4. 课程费免除和奖学金

a) 课程费的免除

对于经济上不宽裕、学习成绩优秀的学生，有免除一半课程费的制度。每年 2 月前后和 7 月前后将对申请手续进行公布，请注意揭示板公告。
但是，研修生等非正规学生不在对象内。

咨询处：
学生支援担当 [2 号馆⑤号窗口]

b) 奖学金

每年、各种团体都向留学生发送奖学金申请指南。申请的时期各不相同，请注意定期查看揭示板公告。

咨询处：
修学支援（留学生担当）[2 号馆④号窗口]

5. 居住

a) 居住

宫城教育大学没有留学生专用的宿舍，大家可以申请到位于仙台的下述 3 处国际交流会馆居住。招租指南将适时公布，有居住意向的同学请留意揭示板公告。

但是，申请者众多，每年都只有部分同学能够入住。因此，许多留学生要么入住宫城教育大学的学生宿舍，要么寻找民间的公寓。

① 东北大学 国际交流会馆

仙台市青叶区三条町 19-1（距本校巴士加步行 40 分钟）

入住期间：1 年以内 申请时期：6 月和 1 2 月

② 日本学生支援机构 仙台第一国际交流会馆

仙台市青叶区三条町 10-15（距本校巴士加步行 40 分钟）

入住期间：2 年以内 申请时期：有空房间时

③ 日本学生支援机构 仙台第二国际交流会馆

仙台市宫城野区东仙台 6-14-15（距本校步行、电车加巴士 1 小时）

入住期间：2 年以内 申请时期：有空房间时

④ 宫城教育大学 学生宿舍

男生宿舍：本校校园内

女生宿舍：仙台市青叶区水之森 2-7-10（距本校步行加巴士 1 小时）

⑤ 民间公寓

请向宫城教育大学学生会或市内的房地产中介咨询。留学生大多住在月租 2 万～3 万日元左右的公寓。

咨询处：(①～③)

修学支援（留学生担当）[2 号馆④号窗口]

咨询处：(④)

学生支援担当 [2 号馆⑤号窗口]

6. 上学—巴士·自行车·汽车·摩托车—

a)上学

校园位于青叶山上，许多学生利用巴士、摩托车、小型摩托车来上学放学。

利用公共交通（巴士、地铁、JR）时，还可以购买能打折的月票。购买时可能需要大学开具的证明资料，请与相关担当咨询。

咨询处：

学生企划担当 [2号馆⑤号窗口]

或各交通机构的窗口

b)自行车

最近，有自行车碰撞行人导致行人死亡事故的发生。骑自行车时，不仅要注意汽车，对行人也要十分注意。

并且，自行车容易丢失，即使短时间离开也不要忘记上锁（最好2把锁）。

c)汽车和摩托车

原则上不准许开汽车上学。请尽量避免驾驶汽车或摩托车。万一发生事故时，不仅发生赔偿纠纷，对精神、身体上打击也很大，难免影响学习。

如果驾驶时，请注意以下事项。

- ① 将本国的驾驶证换成日本的，或考取日本的驾驶证。
- ② 必须随身携带驾驶证。
- ③ 确认、理解并遵守交通法规、道路标示等。
- ④ 购买汽车、摩托车时务必加入“任意保险”。

7. 生病或受伤

a)保健管理中心

生病、受伤或其他健康问题，请向本校的保健管理中心咨询。还可以进行简单的诊疗、发放药物。当地也有很多医院。不知道去哪家医院时也请咨询。

并且，每年5月有体检，为了身体请务必接受检查。

咨询处：
保健管理中心

b)学生商谈室

感到意志消沉、注意力不集中、厌烦上学等精神上不稳定时，请来学生商谈室商谈。专家将帮助您找到解决的办法。

咨询处：
学生商谈室 [2号馆2楼]

c)保险

① 国民健康保险（国保）

居留资格为“留学”的留学生必须全部加入国民健康保险，支付保险费。加入后，在健康保险对象医院接受疾病或受伤的治疗时，只需支付医疗费费的30%。

加入手续请在办理外国人登记手续时一并办理。

咨询处：
修学支援（留学生担当）[2号馆④号窗口]

② 学生教育研究灾害补偿保险（学研灾）

本保险对在大学的教育研究活动中因突发性事故导致身体受到伤害而接受医院治疗时，支付保险金。例如，实验中受到烧伤、在兴趣小组活动中受伤、在上学放学途中遭遇交通事故而发生骨折等。留学生也请务必加入这项保险。

咨询处：
学生支援担当 [2号馆⑤号窗口]

8. 学生兼职

a) 学生兼职

留学生是以学习和研究为目的来到日本的，所以居留资格为“留学”。因此，想从事学生兼职时，必须得到入境管理局的资格外活动的许可。得到资格外活动许可后，准许本科学生・研究生院学生每周 28 小时以内、研修生・特别听讲生每周 14 小时以内从事学生兼职。但是，色情行业等禁止学生兼职。

并且，研修生在到日本后 1 个月内不可从事学生兼职。

咨询处：

修学支援（留学生担当）[2 号馆④号窗口]

或仙台入境管理局

9. 居留资格相关手续

a)外国人登记

在日本长期居留的外国人必须到所居住的市町村的公所进行“外国人登记”。请带上护照和 2 张照片（高 4.5cm×宽 3.5cm）去公所的担当窗口办理手续。

申请后 20 日左右将发放“外国人登记证”。此证件有义务随身携带，请注意。

咨询处：

修学支援（留学生担当）[2 号馆④号窗口]

或所居住的区公所の户籍住民相关机构

b)居留资格

在日本长期居留的外国人必须获得某种居留资格。对于在大学就读的外国留学生通常给予“留学”的居留资格，此资格在日本停留期间为 1 年或 2 年。

求学中居留期限到期时，请向入境管理局申请更新。

另外，入校前已在日语学校等在籍，居留资格为“就学”的人士，在入读本校后，必须迅速申请变更为“留学”。

并且，并非因住院等健康上的理由而休学 3 个月以上却继续留在日本的话，将可能被取消居留资格，请注意。即使未被取消，居留资格的下次更新将更难办理。

咨询处：

修学支援（留学生担当）[2 号馆④号窗口]

或仙台入境管理局

c)临时回国和再入境

利用暑假等临时离开日本时，在征得指导教师同意后，请向留学生担当事务处申请。

并且，请事前获得入境管理局的“再入境许可”。没有这个许可的话，再入境手续将需要较长一段时间，可能不能按期入境日本。

并且，临时出境及再入境时，必须出示“外国人登记证”，请务必携带。→关于在日本就职引起的居留资格变更请参阅 17 页

咨询处：

修学支援（留学生担当）[2 号馆④号窗口]

或仙台入境管理局

10. 校内信息

a) 揭示板

在 2 号馆 1 楼有“留学生揭示板”。奖学金及活动通知等留学生相关各种信息全部都在这里公布，请定期确认。

另外，课程及选修相关的揭示板和留学生担当的事务处在 2 号馆的入口。有时可能有重要通知，来大学时请务必注意察看。

b) 国际理解交流室

5 号馆 3 楼有“国际理解交流室”。这间房间也用作日语课的教室，有电脑及学习日语、日本文化的图书等，不上课时大家可以自由使用。

房间的使用是无日语课的时候，时间是 8:00~20:00。

c) 图书馆

图书馆里有书籍、报纸、杂志，还有很多日语学习的教材。并且，还有电影等视听教材，可以在图书馆的 2 楼进行视听。

d) 电脑的使用方法

可以在 5 号馆 3 楼的“国际理解交流室”中使用。并且，向信息处理中心申请的话，能获得 ID。利用 ID 可以使用信息处理中心及图书馆的电脑。申请请咨询指导教师。

e) 兴趣小组活动

本校有各种各样的兴趣小组，活动很多，期待留学生同学们积极参加。请访问感兴趣的小组，即便是为了加深与日本学生的交流也值得积极地参加。

咨询处：

课外活动担当 [2 号馆⑤号窗口]

1 1 . 其他服务

a)辅导员制度

为了初入校的留学生能尽快习惯在日本的学生生活，由宫城教育大学的学生担任辅导员，提供日常生活方面的建议和学习上的帮助。

辅导的对象留学生是入校1年以内的本科学生、研究生院学生、研修生及特别听讲生。并且，辅导期间是入校后最开始的1年。

希望得到辅导员指导时，请向指导教师咨询。

咨询处：

修学支援（留学生担当）[2号馆④号窗口]

b)证明的开具

因居留资格的更新及奖学金的申请等需要证明时，请向修学支援担当申请。但是，从申请到开具需要3日（节假日除外），请留足充裕的手续时间。

询处：

修学支援担当 [2号馆③号窗口]

c)面向留学生的活动

从4月到次年3月的1年时间里有下列活动，期待大家的积极参加。活动的通知将予以公告，请注意查看揭示板。一些活动可能有名额限制，对有兴趣的活动请尽早提出申请。

5月 远足（乘坐巴士等外出到仙台近郊，亲身体验日本的自然风光和文化）

9月 实地参观旅行（参观奈良、京都等日本的历史古迹）

10月 国际咖啡屋（留学生开设咖啡屋）

11月 日语演讲比赛（展示平时日语学习的成果）

12月 留学生关怀会（留学生和日本学生、教职员等欢聚一堂，一边吃饭一边加深交流。）

2月 冬季远足（体验东北地区冬天的自然、文化）

咨询处：

修学支援（留学生担当）[2号馆④号窗口]

d)生活辅助等

①仙台留学生交流委员

将居住在仙台市的外国留学生任命为交流委员，让他们努力促进地区的国际交流及在学校等的国际理解教育等。支付奖励金。

其他还有临时援助事业，请注意查看揭示板。

咨询处：

修学支援（留学生担当）[2号馆④号窗口]

或仙台国际交流协会

1 2. 联系方式的提交

a) 联系方式的提交

向留学生的通知通常通过揭示板进行公告，但紧急或重要事情时可能直接以电话或邮件进行联络，请务必将电话号码或邮件地址提交给留学生担当事务员。

发生电话号码变更、搬家等情况时，请不要忘记申报。

1 3. 发生紧急时

生病、受伤、火灾时，拨打 119。遭遇事故、犯罪时，拨打 110。

a) 交通事故

确认自己和对方的身体是否受伤，如果有人受伤，请立即呼叫救护车（电话号码 119）。并且，也将地点和情况通知警察（电话号码 110）。

并且，请务必确认对方的姓名、联系地址、电话号码、肇事车牌、有无加入保险等。最好也留下目击者的姓名、联系地址。警察到场后，服从警察的指示。

但是，交通事故引起的医疗费不能适用保险。通常由肇事方所加入的任意保险来日后支付。

b) 突发疾病

请呼叫救护车（电话号码 119）。

急诊中心负责夜间及休息日的诊疗。请在仙台市的主页上确认。

c) 火灾

请呼叫消防车（电话号码 119）。其他建筑物发生火灾时，请尽可能协助灭火。

d) 遭遇犯罪

钱包等被偷、家中财物被盗时，请向最近的警察署（电话号码 110）或派出所报案。

遭遇有人身危险的犯罪时，大声向周围的人呼救并立即呼叫警察（电话号码 110）。

e) 自然灾害

日本是一个地震、台风等灾害较多的国家。发生地震时，请立即灭掉正在使用的煤气炉灶的明火，在摇晃停止前好好躲在桌子下。自己的住所受损需要避难时，请前往最近的避难所进行避难。

仙台国际中心有 DVD 的多种语言防灾说明，请选时观看。

任何情况下，对日语不放心时，请向周围的人求助或请求指导教师、年级担当教师、日本友人的协助。

并且，当自己成为加害方或受害方时，请务必向指导教师、年级担当教师、留学生担当事务员报告。→防备地震

日本是一个地震多发的国家。特别是宫城县海岸地震，在 2010 年 1 月 1 日当时，据说在未来 10 年以内发生的概率达到 70%。

为防备地震，做好以下事项。

- ① 不要睡在电视、衣柜等重物的下方。
- ② 在仙台市的主页上，确认您的避难场所。
- ③ 将饮用水、手电、收音机、护照、现金等汇总放在一个地方。

1 4 . 想在日本就职

a) 职业援助中心的使用

本校毕业、结业后，想在日本就职时，请前往职业援助中心寻求援助。在那里可以查阅就职相关资料、招聘信息，还可以向就职援助的专家咨询。

咨询处：

就职支援担当 [2 号馆 1 楼就职援助中心]

b) 居留资格的变更

本校毕业、结业后，已在日本找到工作时，必须变更居留资格。请向供职单位的担当者确认，并前往入境管理局办理手续。

并且，毕业、结业后，想继续找工作时，请前往入境管理局将居留资格变更为“短期居住”。变更得到许可的话，为找工作最长（含 1 次更新）可以在日本居住 180 日。

咨询处：

修学支援（留学生担当）[2 号馆④号窗口]
或仙台入境管理局

15. 回国时必须办理的事项

- 住所的退租手续（特别是民间公寓，需要在退租 1 个月前发出退租通知。）
- 电、煤气、自来水的停止使用联络
- 回国机票等
- 手机、银行账户的撤销
- 向大学提交回国后的联系地址

16. 有困难时

请与朋友、留学生担当事务员、日语教师、指导教师、年级担当教师等身边的日本人商谈。
我们、留学生担当事务员和留学生担当教师（市濑老师·高桥老师）随时接受大家的咨询，
请不要客气，多多和我们商谈。
有不明白的事情时，请试着运用这本手册。