

日本語版 <Japanese>

GUIDEBOOK FOR INTERNATIONAL STUDENTS

2025



三重大学

留学生ガイドブック

こくさいせんりやく

国際戦略チーム International Relations Division



りゅうがくせい みな 留学生の皆さんへ

この「^{りゅうがくせい}留学生ガイドブック」には、^{み え だいがく りゅうがく}みなさんが三重大学で留学
^{せいかつ おく ひつよう か よ み え}生活を送るために必要なことが書かれています。よく読んで、三重
^{だいがく きそく まも りゅうがく もくてき は つと}大学の規則を守り、留学の目的を果たすよう努めてください。

み え だいがくりゅうがくせい
三重大学留学生ガイドブック

もく じ
目 次

I. 留学生の区分	1
II. 来日後に必要な手続き	2
1. 入学手続き	2
①非正規生全員が提出するもの	2
②国際交流会館に入寮する学生が提出するもの	2
2. 銀行口座開設	2
3. 学生用メールシステム	3
4. 安否確認システム(ANPIC)	3
5. 津市防災情報メール	3
III. 大学生活	4
1. 年間予定	4
①学年	4
②授業時間割	4
2. 事務の窓口について	5
①各担当窓口	5
②各種証明書の発行	6
3. 確認・届出	7
①在籍確認	7
②住所変更・電話番号変更をした場合	7
③退学・留学期間変更・休学・復学	7
④一時出国	7
⑤自転車の届け出等	8

4. 授業料や奨学金について	10
① 授業料の納入	10
② 授業料等の免除	10
③ 留学生のための奨学金	10
5. 勉学生活について	11
① 指導教員	11
② 国際戦略機構教員	11
③ チューター	11
④ 留学生対象の授業	11
⑤ 休講措置	12
⑥ UNIVERSAL PASSAPORT について	12
⑦ 学習管理システムについて	12
6. 大学の施設について	12
① 三重大学内でのインターネット利用について	12
② 三重大学附属図書館	13
③ 保健管理センター	13
④ 学生なんでも相談室	13
⑤ 障害学生支援部門	13
IV. 住居について	14
1. 学生寮	14
2. 民間のアパート等	14
3. 留学生住宅総合補償	14
4. 引越し	15
5. ごみの出し方	15
V. 健康・保険・安全について	16
1. 保険	16
① 国民健康保険	16

②学生教育研究災害損害保険 (学研災)	16
③学研災付帯賠償責任保険 (学研賠)	16
④外国人留学生向け学研災付帯学生生活総合保険 (インバウンド付帯学総)	16

2. 救急医療情報

①情報を得る	17
②夜間・休日の緊急診療	17

3. 緊急電話

①消防署	18
②警察	18

4. 地震について

VI. 在留資格と査証について

1. 在留期間延長・資格種別変更

①出入国在留管理局	20
②資格外活動許可の申請	21
③その他の在留資格申請	22

2. 再入国

3. 在留カード

VII. 帰国

1. 退去手続き

①アパートなどに住んでいる場合	23
②学生寮に住んでいる場合	23

2. 市役所での手続き

①転出届の提出	23
②国民健康保険の解約	23

3. 銀行口座の解約

4. その他の解約手続き

5. <small>がくせいしょう</small> <small>へんきやく</small> 学生証の返却	24
6. <small>ざいりゅう</small> <small>へんきやく</small> 在留カードの返却	24
VIII. <small>あんぜんほしょうゆしゅつかんり</small> 安全保障輸出管理について	25

I. 留学生の区分

せいきせい 正規生

がくい しかくしゅとく もくてき がくぶ だいがくいん しゅうしかてい はかせかてい ざいがく
学位の資格取得を目的とし、学部または大学院（修士課程、博士課程）に在学
する学生を正規生といいます。学部学生、大学院生（修士課程）、大学院生（博士
かてい せいきせい
課程）が正規生です。

ひ せいきせい 非正規生

がくい しかくしゅとく もくてき がくせい ひせいきせい
学位の資格取得を目的としない学生を非正規生といいます。

けんきゅうせい とくべつちようこうがくせい こうかんりゅうがくせい とくべつけんきゅうがくせい こうかんりゅうがくせい
研究生、特別聴講学生（交換留学生）、特別研究学生（交換留学生）、
かもくとうりしゅうせい きょういんけんしゅうりゅうがくせい にほんご にほんぶんかけんしゅうりゅうがくせい
科目等履修生、教員研修留学生、日本語・日本文化研修留学生が
ひせいきせい
非正規生です。

II. 来日後に必要な手続き

1. 入学手続き

提出物は、来日後すみやかに国際戦略チームに提出して下さい。

① 非正規生全員が提出するもの

- 外国人留学生調書
- 個人情報の取扱いに関する同意書
- 安全保障輸出管理に係る誓約書
- 特定類型該当性に関する申告書

国際交流会館に入寮する学生が提出するもの

※国際女子寮の学生以外

- 三重大学国際交流会館入居届・誓約書
- 設備・備品の使用申請書

2. 銀行口座開設

奨学金受給者は、必ず銀行口座を開設しなければなりません。それ以外の場合でも、義務ではありませんが、公共料金の自動支払いやアルバイト代の振り込み先として口座があると便利です。

一般的に届け出に必要なもの
在留カード(住民登録済)・パスポート・印鑑(持っている人のみ)・学生証

- 三重大学の近くの以下の銀行を利用すると便利です。
- 三重大学内郵便局 三重県津市江戸橋2-174 (三重大学医学部附属病院新外来棟1階)
- ☆店舗で開設を行う場合は、事前に予約が必要です。
- ☆日本語に自信がない人はチューターと一緒に手続きに行ってください。

3. 学生用メールシステム

学生用メールは、Google Workspace(旧 G Suite) を使用した「三重大学Google Workspace」の Gmail機能を利用しています。

Gmail機能だけでなく、他の機能(カレンダー、ドキュメント、ドライブ等)もご利用いただけます。学生用メールには、大学からの各種お知らせが届きます。大学とのやりとりには学生用メールを使用してください。



メールアドレス: 学籍番号@m.mie-u.ac.jp

http://www.cc.mie-u.ac.jp/cc/student_mail.html

4. 安否確認システム(ANPIC)

巨大大地震の発生時等の緊急時に、確実に安否確認が

行えるよう携帯やスマホのメールアドレスを設定して、

安否確認システムに登録を行ってください。



<https://www.mie-u.ac.jp/bosai/anpic/post.html>

ログインIDは学籍番号です。

<p>1. ログインIDを入力し、初期登録案内のメールを受け取る</p> 	<p>2. メール本文中のURLへアクセスする</p>  <p>メールアドレス2には必ず日常で使用するメールアドレスを入力する</p>	<p>3. 携帯やPCのメールアドレスを登録し、パスワードを設定する</p> 	<p>4. 「ANPIC本登録について」のメールが届くので、本文中のURLをクリックすると、登録完了の画面が表示される</p> 
--	--	---	---

5. 津市防災情報メール

災害が予想される場合、津市役所から避難場所など最新の災害情報をお届けします。登録方法下記の

QRコードを読み取るか、ejp@tsumail.jp に空メールを送信して自動登録するか、多言語で提供するウェブサイトを (<http://tsumail.jp/>) にアクセスするかのいずれかをお選びください

つし ぼうさい じょうほう めーるに とうろく してください!

あめが たくさん ふって みずや つちが たくさん ながれてくる ときや、じしん・
つなみなどが くと よそう されるときに、あなたの けいたいでんわの めーるへ
にげる ところなどの じょうほうを おくります。

けいたいでんわ めーるの とうろくの しかた

みぎの QRコードを けいたいでんわで よみとるか、めーるあどれすを
てで にゅうりよくして、からめーるを おくって ください：ejp@tsumail.jp
とうろくが おわった めーるが とどきます。

<http://tsumail.jp/> へ あくせすして めーるを おくることも できます。



ejp@tsumail.jp

やさしい にほんご

*とうろくが おわった めーるが とどかない ときは、めいわくふいるたを おんに しているかも しれません。そのときは「tsumail.jp」の ど
めいんを じゅしん できるようする、または「ばそこんからの めーるを じゅしん できるように する」などの へんこうを してください。
つし ききかんりか

Ⅲ. だいがくせいかつ 大学生生活

ねんかんよてい 1.年間予定

がくねん ① 学年

がつ にち よくとし がつ にち
4月1日～翌年3月31日

ぜんき がつ にち がつ にち こうき がつ にち よくとし がつ にち
◎前期：4月1日～9月30日 ◎後期：10月1日～翌年3月31日

じゅぎょうじかんわり ② 授業時間割

1コマ (1・2時限) <small>じげん</small>	8:50～10:20
2コマ (3・4時限) <small>じげん</small>	10:30～12:00
ひるやす 昼休み	12:00～13:00
3コマ (5・6時限) <small>じげん</small>	13:00～14:30
4コマ (7・8時限) <small>じげん</small>	14:40～16:10
5コマ (9・10時限) <small>じげん</small>	16:20～17:50
6コマ (11・12時限) <small>じげん</small>	18:00～19:30

2.事務の窓口

① 各担当窓口

受付時間 8:30~17:15

窓口の名前	場所	電話	担当する業務
企画総務部 国際戦略チーム	そうごうけんきゅうとう 総合研究棟Ⅱ 2F	059-231-9688	<ul style="list-style-type: none"> ● 国費留学生に関すること ● 短期留学生の派遣・受入に関すること ● 奨学金、在留資格更新に関すること ● 国際交流会館に関すること
		059-231-5391	<ul style="list-style-type: none"> ● 国際戦略機構の授業に関すること ● 国際戦略機構への相談に関すること
学務部 教務チーム	そうごうけんきゅうとう 総合研究棟Ⅱ 1F	059-231-9712	<ul style="list-style-type: none"> ● 成績証明書等の発行に関すること ● 学生証の発行に関すること
学務部 学生支援チーム	そうごうけんきゅうとう 総合研究棟Ⅱ 1F	059-231-9060	<ul style="list-style-type: none"> ● 授業料免除に関すること ● 国際女子寮に関すること
学務部 キャリア支援チーム	そうごうけんきゅうとう 総合研究棟Ⅱ 1F	059-231-5396	<ul style="list-style-type: none"> ● 就職ガイダンスに関すること ● 就職情報に関すること ● 就職相談に関すること
人文学部チーム 学務担当	じんぶんがくぶ 人文学部校舎 1F	059-231-9197	<ul style="list-style-type: none"> ● 人文学部生の履修、成績、休学、退学に関すること
教育学部チーム 学務担当	きょういुकがくぶ 教育学部専門校舎 1F	059-231-9319	<ul style="list-style-type: none"> ● 教育学部生の履修、成績、休学、退学に関すること
医学系研究科チーム 学務担当	せんたんいかかく 先端医科学 きょういुकけんきゅうとう 教育研究棟 1F	059-231-5424	<ul style="list-style-type: none"> ● 医学系研究科生の履修、成績、休学、退学に関すること
工学研究科チーム 学務担当	こうがくぶかんりよう 工学部管理棟 1F	059-231-9469	<ul style="list-style-type: none"> ● 工学部・工学研究科生の履修、成績、休学、退学に関すること
生物資源学部・生物資源学研究科チーム 学務担当	せいぶつしげんがくぶ 生物資源学部校舎 1F	059-231-9631 /9735	<ul style="list-style-type: none"> ● 生物資源学部・生物資源学研究科生の履修、成績、休学、退学に関すること
地域イノベーション学 研究科チーム	ちいき 地域イノベーション研究 かいほつてん 開発拠点D棟 1F	059-231-9632	<ul style="list-style-type: none"> ● 地域イノベーション学研究科生の履修、成績、休学、退学に関すること

② 各種証明書の発行

(1) 身分証明書 (学生証)

入学すると身分証明書 (以下「学生証」という。) が渡されます。学生証はいつも持っていてください。情報基盤センター、図書館等学内施設を利用する場合は、学生証が必要です。

(2) 自動発行機で発行できるもの (正規生のみ)

証明書等
通学証明書
在学証明書
健康に関する証明書 (健康診断書)
成績証明書
卒業見込証明書
修了見込証明書
学生旅客運賃割引証 (学割)

※英文の証明書は、教務チームに申請してください。申請してから発行するまでに1週間程度かかります。

非正規生の場合は、国際戦略チームで申請を行ってください。 申請から約3日後に発行します。

(3) その他の証明書

証明書等	担当
国費外国人留学生証明書	国際戦略チーム 留学生担当
単位修得証明書	所属学部学務担当
奨学金受給証明書	国際戦略チーム 留学生担当

かくにん とどけで 3. 確認・届出

ざいせきかくにん ① 在籍確認

かならず毎月1日～10日の間に国際戦略チームで在籍確認をしてください。その際、学生証と在留カードをかならず持ってきてください。

3か月以上在籍確認を行わなかった場合は、名古屋出入国在留管理局及び文部科学省に行方不明者として報告します。

なお、在籍確認をしなかった者は奨学金がもらえない場合があります。

じゅうしょへんこう でんわばんごうへんこうをした場合 ② 住所変更・電話番号変更をした場合

国際戦略チームおよび各所属学部学務担当に届け出てください。

たいがく りゅうがくきかんへんこう きゅうがく ふくがく ③ 退学・留学期間変更・休学・復学

指導教員と事前に相談してください。正規生は各所属学部学務担当へ、非正規生は国際戦略チームへ届け出てください。

いちじしゅつこく ④ 一時出国

一時帰国などで日本を離れる場合、忘れずに以下の届け出を行ってください。

1. 海外渡航届の提出

国際戦略機構HPのフォームより入力



<https://www.mie-u.ac.jp/international/abroad/overseastravelnotification/>

2. 長期外泊・旅行・一時帰国届 (国際交流会館の入居者)

国際戦略チームに提出

⑤ じてんしゃ とど で とう 自転車の届け出等

(1) じてんしゃ が ばあい 自転車を買った場合

1. 買ったお店で、防犯登録をしてください。
2. 所属学部へ届け出をし、
三重大学のステッカーをもらってください。



<https://forms.office.com/r/avYVKXCDRx>

(2) じてんしゃ ゆうじんとう ゆず ばあい 自転車を友人等に譲る場合

1. 自転車販売店で防犯登録を削除し、防犯登録削除証明書をお取りください。
2. 防犯登録削除証明書と自転車を友人に渡してください。
※譲渡人の住所欄には、防犯登録時の住所を記入します。
※手続きには身分証明書、自転車の防犯登録書と自転車本体が必要です

(3) じてんしゃ たにん ゆず う ばあい てつづ ほうほう 自転車を他人から譲り受ける場合の手続き方法

1. 自転車販売店で防犯登録の名義変更をしてください。

めいぎへんこう
名義変更
に
ひつよう
必要なもの

- ① じてんしゃほんたい
自転車本体
- ② あら しよゆうしゃ ざいりゆう
新たな所有者の在留カードまたはパスポート
- ③ ぼうはんとうろくさくじよしよめいしよ
防犯登録削除証明書
- ④ しんきとうろくりよう えん
新規登録料 (700円)

ちゅういじこう 注意事項

まえ も ぬし じてんしゃ ぼうはんとうろく まっしょう まえ も
前の持ち主がわからない自転車は防犯登録の抹消ができません。必ず前の持ち
ぬし じょうほう しゃたいばんごう ぼうはんとうろくばんごう とうろく じゅうしょ しめい でんわばんごう
主の情報 (①車体番号②防犯登録番号③登録した住所・氏名・電話番号) が
ひつよう たにんめいぎ じてんしゃ の どうなんしゃ うたが かのうせい
必要です。他人名義の自転車に乗っていると、盗難車と疑われる可能性があり
ます。

(4) 自転車廃棄する場合

1. 自転車販売店または警察で防犯登録の抹消をしてください。
 2. 金属ゴミとして廃棄してください。
- ※自転車販売店でも引き取ってくれますが、お金がかかります。

ぼうはんとうろくまっしょう
防犯登録抹消に

ひつよう
必要なもの

- ①防犯登録カード
- ②在留カードまたはパスポート

(5) 自転車盗まれた場合

けいさつ とど
警察に届ける。

(6) 放置自転車

えきまえ まち とお じゅうぶんつか おち じてんしゃ まで ひろ
駅前や街の通りなどに、まだ十分使えると思われる自転車が捨てられていても、拾って
の 乗ってはいけません。日本の自転車は登録制になっているので、放置自転車に乗っている
じてんしゃ どうぼう まちが じゅうぶん ちゅうい
と自転車泥棒に間違えられてしまいます。十分に注意してください。

4. 授業料や奨学金について

① 授業料等の納入

支払い場所：財務管理チーム

区分	入学料(入学時のみ)	授業料半期分 (4月と6月)
学部学生	282,000	267,900
大学院生(修士・博士前期課程)	282,000	267,900
大学院生(博士・博士後期課程)	282,000	260,400
研究生	84,600	173,400

※途中で退学または休学する場合は、必ず手続きをしてください。手続きをしないと通学していても授業料を請求されますので、注意してください。

※なお、国費留学生および交換留学生は、入学料および授業料が免除されます。

② 授業料等の免除

授業料の支払いが困難な留学生は、免除の申込みをすることができます。審査した結果により全額または半額が免除される場合があります。申請を希望する人は学務部学生支援チームに申請してください。ただし、非正規生(研究生や科目等履修生)・正規学部生は対象になりません。

☆受付期間☆

前期：4月
後期：10月

③ 留学生のための奨学金

奨学金の募集につきましては、メールでその都度お知らせしますので、希望者は必ず確認してください。詳細は、国際戦略チームまでお問い合わせください。

5. 勉学生生活について

三重大学の留学生として入学した皆さんは、最初の目的を忘れないで勉強に励んでください。
学習方法や日常生活に不安がある場合は、以下に相談することができます。

① 指導教員

研究、学習や進路その他心配不安なことがある場合、まず指導教員に相談してください。また指導教員とは常に連絡を取り合ってください。

② 国際戦略機構教員

学習や生活の中で、様々な相談があれば、国際戦略機構教員の研究室（総合研究棟II）に相談することができます。

③ チューター

留学生の学習や学内生活を助けるために、チューターという制度があります。チューターをつけられる期間は、大学入学後の最初の3か月間です。詳しくは国際戦略チームにお問い合わせください。

④ 留学生対象の授業

三重大学では、一部の講義・演習を除き殆どの授業は、日本語で行われます。
留学生のみなさんを対象とした日本語および日本事情、異文化間コミュニケーションに関する授業を国際戦略機構で行っています。受講を希望する場合は必ず日本語プレースメントテスト（3月と9月に実施）を受けてください。留学生は決められた日までに履修登録をしてください。

<学部生向け日本語科目>

学部の正規生は、共通教育の科目として認定される科目があります。
詳しくは、国際戦略チームへ問い合わせるかホームページに記載している履修の手引きを確認してください。



<https://www.mie-u.ac.jp/international/fs/class/>

⑤ 休講措置

<特別警報・警報発表時等の場合>

三重県北部又は中部区域のいずれかに、特別警報、暴風警報、暴風雪警報、伊勢湾に大津波警報、津波警報のいずれかが発令された場合の授業（定期試験を含む）は休講とします。ただし、これらの警報が解除された場合は以下の通りとします。

- 午前6時までに解除されない場合…午前中の授業等を休講
- 午前10時までに解除されない場合…午後の授業等を休講

⑥ UNIVERSAL PASSPORT について

UNIVERSAL PASSPORT は、揭示情報案内、履修登録、休講情報、就職支援、健康診断結果閲覧、連絡先変更等を行うWebシステムです。
統一アカウントでログインできます。



<https://unipa.mie-u.ac.jp/uprx/>

⑦ 学習管理システムについて

本学では、学習管理システム（Learning Management System : LMS）として、Moodle が提供されています。授業資料の閲覧、レポートの提出等を行うことができます。
授業で Moodle コースを使用する場合は、授業を担当する教員の指示にしてください。



<https://moodle.mie-u.ac.jp/moodle35/>

6. 大学の施設について

① 三重大学内でのインターネット利用について

無線LAN を利用し、三重大学構内で、インターネットが利用できます。
利用には、「統一アカウント」が必要です。

<接続方法>

三重大学情報基盤センターのウェブページの「モバイルLAN」を参考にしてください。



<https://www.cc.mie-u.ac.jp/cc/mobilelan.html#gairaisya>

② み え だ い が く ふ ぞ く と し ょ か ん 三重大学附属図書館

にゅうかん 入館には がくせいしやう 学生証が ひつよう 必要です。

しやうさい 詳細は ごかくにん HP をご確認ください。



<https://www.lib.mie-u.ac.jp/>

③ ほけんかんり 保健管理センター (そうごうけんきゅうとう 総合研究棟II 1F)

いし 医師・ ほけんし 保健師・ かんごしおよ 看護師及 しんり び心理カウンセラーが せんもんてき 専門的な たちば 立場から、

“こころ”と“からだ”の りやうめん 両面の そうだん 相談に おつ 応じています。

※ しやうさい 詳細は、 ほけんかんり 保健管理センターホームページを らん ご覧ください。



<https://www.mie-u.ac.jp/health/>

④ がくせい 学生なんでも相談室 (そうだんしつ 学生相談ユニット) (そうごうけんきゅうとう 総合研究棟II 1F)

がくせいせいかつ 学生生活を送る上で、 こま 困ったことや わ 分からないことが お 起きた時に

きがる 気軽に そうだん 相談できるところです。

※ しやうさい 詳細は、 そうだんしつ なんでも相談室ホームページを らん ご覧ください。



<https://www.mie-u.ac.jp/life/consultation/>

⑤ しょうがい 障害学生支援部門 (しょうがい 障害学生支援センター) (そうごうけんきゅうとう 総合研究棟II 3F)

しょうがい 障害や しっかん 疾患などがあることを りゆう 理由として、 がくしゅうめん 学修面や だいがくせい 大学生活を

おく 送る上での うえ 悩み事や なや 困りごとが こま 起きた時に お 相談できるところです。

※ しやうさい 詳細は、 しょうがい 障害学生支援部門ホームページを らん ご覧ください。



<https://www.mie-u.ac.jp/life/supportstudents/>

じゅうきよ IV. 住居について

がくせいりょう 1. 学生寮

みえだいがく げんざいりゅうがくせいりょう しゅくしゃ みえだいがく にゅうきよせんこう
三重大学には現在 留学生用の 宿舎が2つあります。三重大学のルールによって入居選考が行われ
ます。詳しいことは、こくさいせんりやく と あ 国際戦略チームにお問い合わせください。

がいこくじんりゅうがくせいしゅくしゃ 外国人留学生寄宿舍	げつがく 月額 12,540円～30,000円 いじかんりひ ふく ※維持管理費を含む	〒514-0001 つし えどばし ちょうめ ほんち 津市江戸橋3丁目1番地
こくさいじょしがくせいしゅくしゃ 国際女子学生寄宿舍	げつがく 月額 10,000円	〒514-0001 つし えどばし ほんち 津市江戸橋2丁目174番地



- ① 外国人寄宿舍外観
- ② (①の) 共用キッチン
- ③ (①の) シェアルームのダイニング
- ④ 国際女子学生寄宿舍居室

みんかん など 2. 民間のアパート等

みんかん など きよ さい しききん れいきん やちん かげつぶん しはら ひつよう
民間のアパート等に入居する際は、敷金・礼金(家賃の2ヶ月分くらい)の支払いが必要となること
があります。アパート等を探す場合は、だいがくせいかつきょうどうくみあいじむしつ と あ
家主とは常に連絡を取り合ってください。

りゅうがくせいじゅうたくそうごうほしやう 3. 留学生住宅総合補償

か みえだいがく ほしやうにん せいど ねんかん えん ねんかん
アパートを借りるときに三重大学が保証人になる制度があります(1年間で4,000円、2年間で
8,000円)。こくさいせんりやく と あ 国際戦略チームへお問い合わせください。

ひっこ 4.引越し

ひっこ 引越しをする場合は、^{ばあい} 次のことを ^{つぎ} 行ってください。^{おこな}

- ① ^{ひっこ} 引越しをする ^{すうかげつまえ} 数ヶ月前に ^{ふどうさんや} 不動産屋と ^{やぬし} 家主に、^で 出て行くことを ^い 言ってください。また、^{やちん} 家賃の ^{せいざん} 清算を ^{かなら} 必ず ^{おこな} 行ってください。
- ② ^{でんき} 電気（^{ちゅうぶでんりょく} 中部電力）、^{がす} ガス（^{がすかいしゃ} ガス会社）、^{すいどう} 水道（^{すいどうきょく} 水道局）の ^{ていし} 停止の ^{れんらく} 連絡をしてください。
- ③ ^{ゆうびんきょく} 郵便局に ^{てんきよとどけ} 転居届を出してください。
- ④ ^{しやくしょ} 市役所で ^{じゅうしょへんこう} 住所変更の ^{てつづき} 手続きを ^{おこな} 行ってください。
- ⑤ ^{こくみんけんこうほけん} 国民健康保険や ^{ぎんこう} 銀行、^{けいたいでんわなど} 携帯電話等の ^{じゅうしょへんこう} 住所変更も ^{おこな} 行ってください。
- ⑥ ^{あたらし} 新しい ^{じゅうしょ} 住所は ^{こくさいせんりやく} 国際戦略チームと ^{かくがくむがくむたんとう} 各学部学務担当に ^{とど} 届けてください。
- ⑦ ^{たいきよ} 退去する際には ^{さい} 自分の ^{じぶん} 荷物は ^{にもつ} 全て ^{すべててつきよ} 撤去してください。

だ かた 5.ごみの出し方

ごみの出し方は、^{だ かた} 住んでいる ^す 市町村によって ^{しちようそん} ちがいます。^{ちが} 市から ^{はいふ} 配布される ^し ゴミカレンダーに ^{したが} 従ってください。^{つし} 津市のホームページから ^{ごみ} ゴミカレンダーの ^{あぷり} アプリを ^{ダウンロード} ダウンロードできます。

つし 津市HP（ゴミカレンダー）

【App Store】



【Google Play】



V. 健康・保険・安全について

1. 保険

<からなず加入する保険>

① 国民健康保険

留学生の皆さんは、国民健康保険に必ず加入してください。国民健康保険に加入すると、通常、医療費の個人負担は30%になります。国民健康保険に加入するには、あなたが住んでいる市町村の市役所・役場で手続きが必要です。

② 学生教育研究災害損害保険（学研災）

この保険は講義、実験等の正課中・学校行事参加中・課外活動中及び通学中において不慮の事故によって傷害を受けた場合、その程度に応じて医療保険金が支払われる制度です。保険料は年間およそ1000円です。申し込みは学生支援チーム1番窓口までお越し下さい。

③ 学研災付帯賠償責任保険（学研賠）

学生が正課中、学校行事中、ボランティア、クラブ等での課外活動中及びそれらの活動を行うため通学途上で他人にケガをさせたり、他人の財物を損壊したことにより被る法律上の損害賠償を補償する制度です。この保険は、前記の学生教育研究傷害保険とセット加入になります。年間およそ500円です。申し込みは学生支援チーム1番窓口までお越し下さい。

<加入を強く推奨する保険>

④ 外国人留学生向け学研災付帯学生生活総合保険（インバウ

ンド付帯学総)

この保険は、私生活を含む24時間、365日のケガや病気、賠償事故など、学生生活全般を補償するもので、英語による「メール」で各種照会・事故の連絡の受け付けが可能です。学研災に加入している人が加入できます。三重大学ではすべての留学生にインバウンド付帯学総の加入を強く推奨しています。保険の加入方法は国際戦略チームが案内します。

きゅうきゅういりょうじょうほう
2. 救急医療情報



<https://www.qq.pref.mie.lg.jp/qq24/WP0101/RP010101BL.do>

じょうほう え
① 情報を得る

いりょう
● 医療ネットみえホームページ

みえけんきゅうきゅういりょうじょうほう

● 三重県救急医療情報センター ☎059-229-1199(24H)

つしきゅうきゅうけんこうそうだん

● 津市救急・健康相談ダイヤル24 ☎0120-840-299(24H)

やかん きゅうじつ きんきゅうしんりょう
② 夜間・休日の緊急診療

つしおうきゅう
津市応急クリニック
☎059-229-3303

やかん まいにち
夜間(毎日) .. 19:30-23:00
ひるま にち しゅく
昼間(日、祝) .. 10:00-12:00
13:00-16:00

3. 緊急電話

いっばんかてい でんわ けいたいでんわ 一般家庭の電話や携帯電話のほか、^{こうしゅうでんわ} 公衆電話も使えます。^{こうしゅうでんわ} 公衆電話の場合は、^{でんわき} 電話機の^{ぜんめん} 前面に^{あか} 赤いボタンがあります。この赤いボタンを押してから「119」または「110」にダイヤルします。

① 消防署

● 火事・救助・救急の通報「119」(無料)

～通報の仕方～

- ① 「119」にダイヤルすると消防署につながるので、火事が救急(病気か大怪我)かを伝えます。
- ② 住所など、聞かれたことにできるだけ正確に伝えてください。
- ③ けが人がいるかどうかを伝えてください。
- ④ 火事の場合は消防車が、救急の場合は救急車が、あなたが伝えた場所にサイレンを鳴らして向かいます。サイレンが聞こえたら道路などに出て合図をしてください。消防車・救急車の出動は無料です。

② 警察

● 犯罪や交通事故などの通報「110」(無料)

～通報の仕方～

- ① 「110」にダイヤルすると警察につながるので、交通事故か犯罪など状況を伝えます。
- ② 住所などを聞かれますので、できるだけ正確に伝えてください。
- ③ けが人がいる場合も伝えてください。

①② どちらの場合も、国際戦略チーム (059-231-9688) に報告・連絡してください。

※ 時間外、土日、祝日及びその他大学が休業日の場合は、

大学正門付近の守衛室 (059-231-9649) に報告・連絡してください。

4.地震について

日本は、地震の多い国です。普段から地震が起きたときの準備をしておきましょう（家具の固定、貴重品の管理、避難場所の確認など）。地震がおきた時は、まず次のことをしてください。

- ① 火を消し、ガスの元栓など火の元を止める。
- ② 窓やドアを一ヶ所は開けて、出口を確保する。
- ③ ガラスの破片を避けるため、窓などから離れる。
- ④ 机の下などに隠れる。
- ⑤ 足下が大変危険なので、靴をはいて避難場所へ逃げる。
- ⑥ テレビやラジオから正しい地震情報を確認してください。

大地震の場合、三重大学には津波が来る恐れがあるので、安全のため4階以上の、

出来るだけ高いところにすぐに逃げてください。

津波警報発表時 (学内避難)



大津波警報発表時 (学外避難)

総合文化センター 偕楽公園 附属学校



ざいりゅうしかく さしょう VI. 在留資格と査証について

ざいりゅうきかんえんちよう しかくしゅべつへんこう 1. 在留期間延長・資格種別変更

しゅつにゅうこくざいりゅうかんりちよう ① 出入国在留管理庁

ざいりゅうきかん えんちよう ざいりゅうしかく へんこう げんそく じぶん しゅつにゅうこくざいりゅうかんりちよう しんせい
在留期間の延長、在留資格の変更は原則として自分で出入国在留管理庁で申請してください。

ざいりゅうきかん えんちよう てつづ りゅうがく とちゅう きこく しんせい まかん
在留期間の延長の手続きをしないと、留学の途中で帰国しなければなりません。申請は期間満了の3カ月前からです。

なご やしゅつにゅうこくざいりゅうかんりきよく
【名古屋出入国在留管理局】

0570-052-259

なご やしゅつにゅうこくざいりゅうかんりきよくよっかいちしゅつちようじよ
【名古屋出入国在留管理局四日市出張所】

0593-52-5695



<https://www.moj.go.jp/isa/index.html>



ざいりゅうきかんえんちよう ひつよう
<在留期間延長に必要なもの>

	ひつようしよるい 必要書類	たいしようしゃ 対象者	しようめいしよはつこう 証明書発行
1	ざいりゅうきかんこうしんきよかしんせいしよ してい 在留期間更新許可申請書<指定> (しよぞくきかんさくせいよう 所属機関作成用)	ぜんいん 全員	こくさいせんりやく 国際戦略チーム (しよぞくきかんさくせいよう 所属機関作成用)
2	ざいがくしようめいしよ 在学証明書	ぜんいん 全員	じどうはつこうき せいきせい 自動発行機(正規生) こくさいせんりやく へいせいきせい 国際戦略チーム(非正規生)
3	せいせいしようめいしよ 成績証明書	せいきせい 正規生	じどうはつこうき 自動発行機
4	けんきゆうないよう せいが しょうめい 研究内容・成果を証明するもの (しどうきょういんさくせい 指導教員作成)	へいせいきせい 非正規生	こくさいせんりやく 国際戦略チーム
5	りよけん 旅券(パスポート)	ぜんいん 全員	
6	ざいりゅう 在留カード	ぜんいん 全員	
7	てすうりょう 手数料 4,000円(えん しゅうにゅういんし のうにゅう 収入印紙で納入)	ぜんいん 全員	
8	がくひ せいかつひふたんのうりよく しょうめい 学費および生活費負担能力を証明するもの (よきんつうちょう しょうがくきんじゆきゅうしようめいしよなど 預金通帳、奨学金受給証明書等)	ぜんいん 全員	こくさいせんりやく 国際戦略チーム (しょうがくきんじゆきゅうしようめいしよ 奨学金受給証明書)
9	たにゅうこくかんりきよく ようきゅう しよるい その他入国管理局が要求した書類	かくじ 各自	

しかくがいかつどうきよか しんせい しゅつにゅうこくざいりゅうかんりきよく しんせい
②資格外活動許可の申請(出入国在留管理局で申請を

おこな ばあい
行う場合)

りゅうがく も がくせい しゅつにゅうこくざいりゅうかんりきよく しかくがいかつどう きよかしんせい
 留学ビザを持っている学生は、出入国在留管理局に資格外活動の許可申請をするとアルバイトを
 することができます。許可を受けていけば、アルバイト先が変わっても有効です。また、こうきょうしよくぎょうあんていじよ
 (ハローワーク) およびだいがくせいかつきょうどうくみあい しょうかい
 (ハローワーク) および大学生生活協同組合などで、アルバイトの紹介をしてもらえます。

とどけで ひつよう
届け出に必要なもの

しかくがいかつどうきよかしんせいしよ かつどうないよう しょうめい しよるい ざいがくしようめいしよなど ざいりゅう
資格外活動許可申請書・活動内容を証明する書類(在学証明書等)・在留
カード・旅券(パスポート)、学生証

はたら じかん <働くことができる時間>

しゅう じかん ない ちようききゆうぎとうきかんちゆう なつやす ふゆやす はるやす にち じかん ない
1週28時間以内【長期休業期間中(夏休み、冬休み、春休み)は1日8時間以内】

はたら ばしょ <働くことができない場所>

ふうぞくえいぎよう ふうぞくかんれんえいぎよう ほくりつ きんし
風俗営業や風俗関連営業のアルバイトをすることは、法律で禁止されています。

ほか ざいりゆうしかくしんせい ③その他の在留資格申請

ほか ざいりゆうしかく しゅとく かくじちよくせつしゅつにゆうこくざいりゆうかんりきよく と あ
その他の在留資格の取得につきましては、各自直接出入国在留管理局まで問い合わせてください。

さいにゆうこく 2. 再入国

さいにゆうこくじ ざいりゆう も しゅつこく ねん こ ばあい しゅつ
再入国時には「在留カード」を持っていなければなりません。もし、出国が1年を超える場合は、出
にゆうこくざいりゆうかんりきよく さいにゆうこくきよかしんせいでつづ ひつよう
入国在留管理局で再入国許可申請手続きが必要です。

さいにゆうこくきよかしんせい
再入国許可申請の
ひつようしよるいなど
必要書類等

さいにゆうこくきよかしんせいしよ ざいりゆうかーど りよけん がくせいしよ
再入国許可申請書・在留カード・旅券(パスポート)、学生証
てすりよう えん いっかいがき も えん すうじ
手数料 4,000円(一回限り)、若しくは7,000円(数欠)
しゅうにゆういんし のうにゆう
収入印紙で納入

ざいりゆう 3. 在留カード

にほん たいざい がいこくじん ざいりゆう こうふ ざいりゆう う と にゆうこく にち
日本に滞在する外国人は、在留カードが交付されます。在留カードを受け取ったら、入国から14日
いない ざいりゆう じさん しやくしよ まどぐち じゅうしよ とど で
以内に在留カードを持参し、市役所の窓口で住所を届け出てください。パスポートに「在留カード後日
こうふ おういん ばあい じゅうきよち さだ ひ にち ない じさん
交付」というスタンプが押印されている場合は、住居地を定めた日から14日以内に、パスポートを持参
し、市役所の窓口で住所を届け出てください。その後、在留カードが交付されます。

ちゆういじこう がいしゅつ けいたい
【注意事項】外出するときにはいつも携帯してください。

さいこうふ ざいりゆう とどき にち ない ちほうしゅつにゆうこくざいりゆうかんりかんしよ さいこうふてつづ
【再交付】在留カードをなくした時には、14日以内に地方出入国在留管理官署にて再交付手続
きをしてください。(再交付を受ける前に、近くの警察署で発行される遺失届受理証明書を持参し
てつづ
て手続きを行ってください。)

VII. 帰国

1. 退去手続き

① アパートなどに住んでいる場合

退去日の1~2か月前までに、家主と管理会社に退去の連絡をしてください。退去するときには、部屋をきれいに清掃し、ものを置いていかないでください。退去日の連絡が遅くなった場合や部屋の状態が悪い場合は、お金を余計に支払わなければならないことがあります。

ガス・電気・水道などの公共料金については、各会社に退去日を連絡して、料金の精算をしてください。

② 学生寮に住んでいる場合

遅くとも退去日の2週間前までに、国際戦略チームに連絡してください。

2. 市役所での手続き

市役所に行って、以下の手続きをしてください。

届け出に必要なもの

在留カード・パスポート・資格確認書 (健康保険証)

① 転出届の提出

② 国民健康保険の解約

国民健康保険の解約手続きをして、資格確認書を返却してください。

3. 銀行口座の解約

銀行に行き、銀行口座解約の手続きをしてください。

公共料金を口座引き落としにしている人は、料金の精算が済んでいるかを確認した後で、解約してください。また奨学金の受給をしている人は、最後の奨学金が振り込まれているか確認した後で、解約してください。

解約に必要なもの

通帳・キャッシュカード・在留カード

4. その他の解約手続き

個人で契約した携帯電話、インターネット、レンタル品などは全て解約・清算をしてください。

5. 学生証の返却

学生証は、大学がみなさんに貸しているものです。大学を卒業・修了・退学する場合は所属学部・研究科等の学務担当に必ず返却してください。なお、生協のプリペイド機能を利用している、残金がある場合は、生協に相談してください。

6. 在留カードの返却

帰国する際は、出国空港で在留カードを返納します。穴をあけられ返却されたカードは、国に持ち帰っても構いません。

IV. あんぜんほしょうゆしゅつかんり 安全保障輸出管理について

日本をはじめとする主要国では、武器や軍事転用可能な貨物・技術が、我が国および国際社会の安全性を脅かす国家やテロリスト等、懸念活動を行うおそれのある者に渡ることを防ぐため、先進国を中心とした国際的な枠組み（国際輸出管理レジーム）を作り、国際社会と協調して輸出等の管理を行っています。

無断で大学の所有物の提供及び学外への持ち出しを行わないとともに、次のいずれかに該当する場合には、指導教員（受入教員）に相談し、必要な場合には日本国政府が定める外国為替及び外国貿易法及びこれに基づく関係法令に従い所定の手続きを行ってください。

★ 研究で使用している技術情報、研究の結果得られた技術情報を日本国外において提供したり、日本国内であっても非居住者や特定類型該当者に対して提供しようとする場合

★ 研究で使用している機器や材料、研究の結果得られた有体物を日本国外に輸出（日本国外へ送付または持出し等）しようとする場合

（以下、経済産業省パンフレットより）

こんなこと、ありませんか？

- 手作りの携行品、旧式や無償の資機材も「貨物」であり、ハンドキャリーでの持ち出しも「輸出」です。
- 外国の研究者や留学生への研究指導などは日本国内で行う場合であっても、規制対象の「技術提供」となる可能性があります。

大学・研究機関でよく見られる外国への技術提供や輸出の機会の例

主な機会	主な具体例
留学生・外国の研究者への研究指導や研究交流	実験装置の貸与、試作 技術情報を電子メールやUSBメモリ、電話、FAXで提供 授業、会議、打合せ 研究指導、技術指導
外国の大学や企業との共同研究	実験装置の貸与 技術情報を電子メールやUSBメモリ、電話、FAXで提供 会議、打合せ
学術研究を目的とした研究試料などの送付・持ち出し	サンプル品の送付・持ち出し 自作の研究資機材を携行
外国からの施設見学	研究施設の見学、研究内容の説明 工程説明、説明資料配付、実験機器の説明
外国の研究者などが参加する非公開の講演会・展示会	技術情報の口頭発表 技術情報のパネル展示

特に管理が必要な技術・学問分野の例

- 原子力技術（原子核反応、中性子工学）
- 精密機械技術、精密加工技術、精密測定技術
- 自動制御技術、ロボット技術
- 化学・生化学（特に人体に有害な化学物質、解毒物質）
- バイオテクノロジー・医学（ウイルス、細菌、毒素を含む生物学）
- 航空宇宙技術、高性能エンジン技術
- 規制される貨物の設計、製造、使用するために設計したプログラム



■ たとえ最先端の学問分野でなくても、幅広く規制対象となり得ます。

■ 原子力、機械工学、生命化学などの学問分野はもちろん、理学、農学、医学など自然科学分野全般にわたって、安全保障上懸念がある用途に利用できる可能性があります。

このような場面で管理を求める、安全保障貿易管理とは...

国際的な平和及び安全の維持を妨げるおそれのある技術提供や輸出となるものを事前にチェックし、懸念のある行為を行わないこと。
それは、皆さんと皆さんの家族や友人、また皆さんが所属する大学、研究機関、そして日本、世界の人々が安心・安全に暮らせるために必要な取り組みです。