

交換留学プログラムハンドブック（中国語版）

交換留学项目说明手册（汉语版）



（入学するときに持参してください）

（入学时请随身携带）

2015年4月1日

山口県立大学

山口県山口市櫻畠3-2-1

国際化推進室

TEL（日本国外）+81-83-928-3413 / +81-83-928-3488 / +81-83-928-3405

TEL（日本国内）083-928-3413 / 083-928-3488 / 083-928-3405

FAX（日本国外）+81-83-928-2251 / FAX（日本国内）083-928-2251

Email: kokusaika@yamaguchi-pu.ac.jp

学生支援部

TEL（日本国外）+81-83-928-5647 / TEL（日本国内）083-928-5647

FAX（日本国外）+81-83-928-5769 / FAX（日本国内）083-928-5769

Email: gakuseik@yamaguchi-pu.ac.jp

* * 目 次 (目 录) * *

I. はじめに (序言)	1
II. 交換留学プログラムについて (关于交换留学项目)	
1. プログラムの目的 (项目目的)	2
2. 山口県立大学 (山口县立大学)	2
3. プログラムの概要と留学期間 (项目概要和留学期限)	3
4. 提出書類と提出日 (提交材料和提交日期)	3
5. 来日と入国について (关于来日和入境)	8
III. 留学生活の準備について (关于留学生活的准备)	
1. 服装 (服装)	9
2. 荷物 (行李)	9
3. 海外旅行保険あるいは海外留学保険 (海外旅行保险或海外留学保险)	9
4. 通貨 (货币)	11
5. 健康面について (药品)	12
6. 自分の国から持ってきた方がよいもの (建议你从自己国家带来的东西)	12
7. キャンパス内の禁酒・禁煙について (校园内禁止饮酒・吸烟)	12
IV. 住居について (关于住处)	
1. 大学が所有する宿舎 (大学宿舍)	13
2. 民間アパート (民間公寓)	17
V. 留学中の日常生活について (有关留学期间的日常生活)	
1. 山口県立大学に到着したら (抵达山口县立大学后)	18
2. 特別聴講生証 (特別听讲生证)	19
3. 在留登記 (在留登记)	19
4. 国民健康保険と国民年金 (国民健康保险和国民养老金)	20
5. 銀行と郵便局 (银行和邮局)	21
6. アルバイト (打工)	21
7. 自動車やバイクの運転 (汽车和摩托车驾驶)	22
8. 緊急連絡先 (紧急情况下的联系方式)	24
VI. 授業・大学生活について (关于课程, 校园生活)	
1. 授業 (课程)	25

2. 履修登録 (选修科目的登记)	25
3. 授業時間と履修する科目の時間数 (授课时间和选修科目的时间)	26
4. 授業評価と成績評価 (教学评价和成绩评价)	27
5. 教科書 (教科书)	28
6. その他授業に必要なお金 (其他需要交钱课程)	28
7. 交通手段 (交通手段)	29
8. 学内施設 (校内设施)	29
9. 図書館 (图书馆)	30
10. コンピュータ室 (计算机室)	30
11. 掲示板と大学ホームページ (布告板和大学主页)	31
12. 学生の自主活動 (学生的自主活动)	31
13. 交友関係 (交友关系)	31
14. 保健室・病院 (保健室、医院)	32
15. 国際理解教育への参加 (参加国际理解教育活动)	32
16. 日本を一時的に出国するとき (留学期间离开日本出国时)	33

VII. 帰国の準備 (回国的准备)

1. 帰国日について (关于回国日)	35
2. 関係者への挨拶 (对有关人员的问候)	35
3. 別送品 (另外寄送物品)	35
4. 宿舍の掃除 (宿舍卫生)	36

VIII. すでに日本で生活している交換留学生から、今から日本へやって来る交換留学生の皆さんへのアドバイス (目前已在日生活的交换留学生对即将来日的交换留学生的建议)

	37
--	----

IX. おわりに (结束语)

	40
--	----

X. 提出書類 (提交材料)

1. 山口県立大学特別聴講生願書 (山口县立大学特别听讲生愿书)	41
2. 履歴書	42
2. 宮野宿舍入居者の心得 (宫野宿舍入住者心得)	43
3. 交換留学生事前アンケート (交换留学生事前问卷调查)	46
4. 宿舍使用申請書 (宿舍使用申请书)	47
5. 年間スケジュール (年度日程)	48

1. はじめに（序言）

慣れ親しんだ場所から異文化の日本に行くことは誰もが不安で、分からないことがたくさんあると思います。留学をする皆さんの中には、初めて海外に出る人もいることでしょう。日本での生活について、なるべく様々な面から細かく書きました。少しでも留学される皆さんの不安を取り除くことができれば嬉しく思います。

あなたの大学の先生や国際交流センターのアドバイスを受け、このハンドブックを読んでも、分からないことがあるかもしれません。そんなときは、このハンドブックの表紙に示してある国際化推進室にメールで相談してください。あなたが直接メールを送ってくださることが大切です。

まずは、このハンドブックをよく読んでください。

离开住惯了的祖国，来到文化不同的国家，谁都会感到不安，会有很多不明白的事情。留学生中很多都是第一次到海外生活吧。为了消除大家的不安，这里尽可能地从各个方面对在日本的生活进行了细致说明。

即使之前你可能从你们学校的老师或国际交流处得到过很多建议，而且即使是读了这本册子，可能还是会有很多不明白的事情。如有这种情况，请与本册子封皮所示的国际推进室邮件联系。由本人直接发邮件是很重要的。

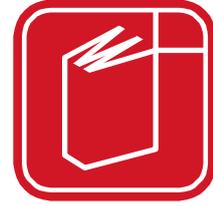
首先，请仔细阅读本册。

II. 交換留学プログラムについて（关于交換留学項目）

1. プログラムの目的（項目目的）

この短期留学制度（以下、交換留学プログラムという）は、中国の曲阜師範大学・青島大学、韓国の慶南大学校と山口県立大学との間で交された大学間の学術交流協定に基づくものです。

したがって、あなたが山口県立大学に来たら「短期留学生（あるいは交換留学生）」と呼ばれます。



这个短期留学制度（以下称交換留学項目）是根据山口县立大学和中国曲阜师范大学，中国青岛大学，韩国庆南大学之间签订的大学学术交流协定而制定的。

因此，如果你来到山口县立大学会被称为「短期留学生（或是交換留学生）」。

2. 山口県立大学（山口県立大学）

公立大学法人山口県立大学は、本州西端の山口県にあります。日本の人口は約1億3千万人で、山口県は日本にある47の都道府県の一つです（山口県の人口は約140万人）。山口県立大学は、山口県の県庁所在地である人口約19万人の山口市に設置されている4年制大学です。約1,400人の学生が在学しています。1995年まで女子大学で、その後共学化しましたが、今でも学生の約80%は女子学生が占めています。



現在、山口県立大学には国際文化学部（国際文化学科・文化創造学科）、社会福祉学部、看護栄養学部（看護学科・栄養学科）があり、大学院には国際文化学研究科と健康福祉学研究科があります。大学のホームページを見て、それぞれの特性について理解した上で、どの学部にも所属したいか決めてください。所属する学部を決めると、その学部の提供する科目を主に受講することになり、その学部の教員や学生と主に交流することになります。もちろん、共通教育で提供する全学向けの科目を受講することもお奨めしますし、他学部の科目も受講することができます。

公立大学法人山口県立大学，位于本州岛西端的山口县。日本总人口约1亿3千万人，山口是日本的47个都道府县之一（山口县人口约140万人）。山口县立大学是设立于人口19万的山口县厅所在地山口市的一所4年制大学。在校生大约1400人。1995年之前为女子大学，之后男女同校化，但是现在女生仍占总学生数的80%。

现在，山口县立大学有国际文化学部（国际文化学科，文化创造学科），社会福祉学部，看护营养学部，（看护学科，营养学科）三个学部和国际文化研究科，社会福祉研究科。请浏览学校网页，在了解各个学部特征的基础上，决定自己想归属哪个学部。学部决定后，

所选课程就以该学部为主，主要和该学部的师生交流。当然也推荐你选择各学部的公共课，也可以选择别的学部的课。



3. プログラムの概要と留学期間（項目概要和留学期限）

この交換留学プログラムに参加する皆さんは、各大学との学術交流協定に基づき、山口県立大学へは「特別聴講生」として入学することになります。したがって、入国管理局の申請（在留資格認定申請、資格外活動申請＜アルバイト＞など）は、「特別聴講生」としての扱いとなります。

留学期間については、以下の通りです。

根据和各个大学之间的学术交流协定，交换留学生作为山口县立大学的「特别听讲生」入学。因此，在向入国管理局申请（在留资格证，资格外活动许可证＜打工＞等）时，被当作「特别听讲生」处理。

关于留学期限如下表所示。

大学名	期間	交換留学生（交換留学生）
曲阜師範大学（曲阜师范大学）	4月～3月	3名
	10月～9月	
青島大学（青岛大学）	4月～3月	2名
慶南大学校（庆南大学校）	4月～3月	3名

4. 提出書類と提出日（提交材料和提交日期）

山口県立大学への交換留学の申し込み手続きについては、皆さんの大学の規則に従ってください（申し込み方法や選抜方法は各大学によって異なります）。

選抜が終了し、あなたが交換留学生として選ばれたら、次に示す所定の書類をそろえて、あなたの大学から山口県立大学に送付してください。

下記の表の下に書いた＜注意事項＞をしっかりと読んでください。



关于山口县立大学交换留学生的申请手续，请遵守各自大学的规定（申请方法和选拔方法因学校而异）。

选拔结束后，如果你被选为交换留学生，请备齐下表所示的材料，并由你的大学寄往山口县立大学。

请仔细阅读表后的注意事项。

山口県立大学へ送付・提出するもの（寄往山口県立大学的材料）

	区 分	中国 (曲阜・青島)	韓国 (慶南)	様式有り (样本)
1	特別聴講生願書（注1を参照のうえ記入してください）（特別听讲生申请书（请在参照注1的基础上填写））	○	○	○
2	あなたの大学が発行した推薦書（自己大学的推荐书）	○	○	○
3	パスポートの写し（パスポートナンバー、写真、名前、署名などが含まれているページ） （护照复印件（包括护照号，照片，姓名，签名等的那一页））	○	○	
4	履歴書（在留資格認定証明書の交付申請に必要です）（履历书（申请在留资格认定证时需要））	○	○	○
5	銀行が発行した預金残高証明書 残高証明金額 1ヶ月10万円×12ヶ月分 （银行的存款证明 存款金额 1个月10万日元×12个月）	○	×	
6	写真5枚（照片5张） ○在留資格：縦4cm×横3cm・・・2枚（在留資格：长4cm×宽3cm・・・2张） ○学生証：縦3cm×横2.5cm・・・1枚（学生证：长3cm×宽2.5cm・・・1张） ○在留証：縦4.5cm×横3.5cm・・・2枚（在留证：长4.5cm×宽3.5cm・・・2张）	○	○	
7	交換留学生事前アンケート （宿舍选择（学校宿舍或民间公寓））	○	○	○
8	成績証明書（奨学金申請に必要） （成绩证明书（申请奖学金时））	○	○	
9	在籍証明書（奨学金申請に必要） （在籍证明（申请奖学金时））	○ 後日送付	○ 後日送付	○

<注意事項（注意事項）>

(注1) 特別聴講生願書の書き方（特別听讲生申请书填写方法）

山口県立大学のホームページや、あなたの大学の国際交流センターに送ってある大学パンフレットやシラバス（CD-ROM）を参考に、どの学部や研究科に所属したいか、どの科目をとりたいかを決めて、「山口県立大学特別聴講生願書」を記入してください。記入する書類は、あなたの大学からもらってください。書き方の参考例を、このハンドブックの最後につけています。

- ①必ず自署で書いてください。科目名も全て記入してください。
- ②印の所に印鑑があれば押してください。ない場合はサインをお願いします
- ③「履修を希望する学部（・学科）の名称」には、国際文化学部（国際文化学科・文化創造学科）、社会福祉学部、看護栄養学部（看護学科・栄養学科）のなかから、自分の興味がある学部等を決めてください。（あなたの大学の先生や山口県立大学に留学したことのある先輩などに相談すると安心です。迷うときは、山口県立大学国際化推進室にメールで相談してください）。
- ④「履修を希望する科目名」には、あなたの大学に送ってあるシラバス（CD-ROM）を参考に、受講してみたい科目名を入れてください。今回は希望を聞くだけですから、来日後に本学で実際に相談してから受講する科目を変更しても構いません。
- ⑤上記の「履修を希望する科目名」の中には、次の科目が含まれていなければなりません。以下の科目は、交換留学生は必ず受講しなければなりません。
 - ・ 「外国人ための日本語」（4単位）
 - ・ 「やまぐちスタディーズ」として開講される次の6つの科目のうち1科目以上（各2単位）
 - 「国際理解」「山口の歴史と文化」「生活文化論」「地域文化論」
 - 「地域共生演習」「地域実習」
 - ・ 「専門演習」（2単位）
- ⑥前期と後期で開講される科目が違うので、シラバスで確認してください。
- ⑦特別聴講生は、日本の法律で、1週間に10時間以上の授業を受けることが定められています。一学期（前期あるいは後期のそれぞれ）に2単位の科目を7科目（14単位）以上受講してください。なお、本学の学生は一学期に最高25単位から28単位程度を受講しています。
- ⑧1科目（1単位）は週1回90分授業の実習や実践を含む科目です（例：芸術系やスポーツなど）、1科目（2単位）は週1回90分授業、1科目（4単位）は週2回90分授業です。
- ⑨時間割では、午前中に2科目、午後に3科目程度配置されています。月曜日から金曜日までの自分の時間の管理を考え、何科目程度履修するか考えてみてください。

⑩来日後に交換留学生オリエンテーションを行ないます。その時に、時間割表を見ながら、実際に受講する科目を最終的に決めていくことになります。

请在参考山口县立大学网页或是寄到你们学校国际交流处的山口县立大学简介，课程系统（CD-ROM）的基础上，决定自己想去的学部或研究科，填写「山口县立大学特别听讲生申请书」。填写资料在自己学校领取，有关填写的参考例附在本册最后一页。

①请务必由交换留学生本人填写，科目名称请填写全。

②在需要印章的地方盖上印章，如没有印章，请亲笔签名。

③有关「希望选修的学部（・学科）的名称」，请从国际文化学部（国际文化学科，文化创造学科），社会福祉学部，看护营养学部，（看护学科，营养学科）中根据自己的兴趣等选择。（困惑不解时，可以找自己学校的老师或在山口县立大学留过学的师兄师姐商量，或是向山口县立大学国际化推进室发邮件咨询）。

④「希望选修的科目名」处，请参考寄往你们学校的选课系统（CD-ROM）填写自己希望选修的科目。这次填写只作为参考，来日后，希望选修的科目可以在商谈后进行更改。

⑤以上的「希望选修的科目名」必修包含以下的科目。以下科目是交换留学生的必修科目。

- ・「外国人ための日本語」（4个学分）

- ・以下是作为「了解山口」所开设的6门课，这其中必修选1门以上。（各2个单位）

 - 「国際理解」「山口の歴史と文化」「生活文化論」「地域文化論」

 - 「地域共生演習」「地域実習」

- ・「専門演習」（2个学分）

⑥前期和后期开设的课程不一致，请仔细阅读选课系统进行确认。

⑦根据日本法律规定，交换留学生每周上课时间必须在10小时以上。一学期（前期和后期分别）2个学分的课程选7门（14学分）以上。山口县立大学本校学生每学期最多选25至28学分的课。

⑧1个学分的课是指一周一次，包括实习和实践的科目。（例如，艺术和体育等）2个学分的课是指一周一次90分钟的科目，4个学分的课是指一周两次，一次90分钟的科目。

⑨课程表的安排是上午两门课下午三门课。请在考虑自己周一至周五的时间安排的基础上决定选择科目以及选择的科目数。

⑩来日后，会举行交换留学生新生说明会，那时参考课程表，最终决定自己选修的科目。

<履修の例（选修的列表）>

科目	聴講期間	単位
外国人のための日本語	前期	4
陶芸	前期	1
地域共生演習	前期	2
華道	前期	1
日本文化論	前期	2
国際交流	前期	2
専門演習	前期	2
外国人のための日本語	後期	4
異文化交流論	後期	2
地域実習	後期	2
茶道	後期	1
国際関係論	後期	2
専門演習	後期	2

(注2) 日本への書類送付期日（寄往日本材料的截止日期）

以下の日程を守ってください。（请遵守以下的日程安排）

4月から留学する場合 (4月的交換留学生)	12月10日までに必着のこと (12月10日之前寄到)
10月から留学する場合 (10月的交換留学生)	4月20日までに必着のこと (4月20日之前寄到)

(注3) 成績証明書の提出について（成绩单的提交）

日本学生支援機構等が支給する奨学金を希望する場合には、山口県立大学へ提出する応募書類と一緒に、あなたの大学が発行する成績証明証を送付してください。GPA（Grade Point Average）によって交換留学生のなかから成績の一番高い人に自動的に決まります。

如果希望申请日本学生支援机构提供的奖学金, 请将自己大学提供的成绩单和其他需向山口县立大学提交的资料一起邮寄过来。



5. 来日と入国について（关于来日和入境）

上記の書類を本学に送付したら、入学許可証が発行され、本学から入国ビザの申請をします。入国ビザ関係書類の許可が下りるまで1ヶ月程度かかります。その後、関係書類をあなたの大学に送付しますので、それらとパスポートを持って、もよりの日本大使館あるいは日本領事館で入国ビザを取得してください。

入国ビザはあなたのパスポートに貼られ、それがないと入国できません。あなたの国でさらに1ヶ月程度かかることがあります。

上記の書類を本学に送付したら、上記の手続きのほかに、航空券や船舶チケットなどの購入、海外旅行保険あるいは海外留学保険などへの加入手続き（p.9参照）を行ってください。

如果以上的资料全部寄到本学校后，本校就会发放入学许可证，并由本校申请入境签证。入境签证的相关资料的批准需要一个月。之后，有关资料会寄到你们学校，请携带以上资料和护照去就近的日本大使馆或日本领事馆申请入境签证。入境签证会帖付在你的护照上，没有签证就无法入境。在自己国家申请签证还需要一个月。

将以上的资料向本校寄出后，除了办理以上的手续外，请购买飞机票或是船票，加入海外旅行保险或是海外留学保险（参照本册第9页）。

来日する日時の見込みとしては、4月から留学する人は**3月26日**、10月から留学する人は**9月25日**となります。交換留学オリエンテーションの日程をお知らせするので、それを目安にしてください。

日本への到着日と時間、交通ルート（船・航空機の便名等）、到着空港・湾港が決まったらすぐに、事前に山口県立大学国際化推進室にメールで知らせてください。Email: kokusaika@yamaguchi-pu.ac.jp

国際化推進室員が迎えに行きます。ただし、山口県立大学から指定した日時・場所に必ず到着するよう、各々の国から日本への交通手段を考え、入国するよう注意して下さい。来日する交換留学生は、到着空港・到着港から大学まで、同一日・同一時間帯に移動することになります。到着日程に変更があった場合は必ず事前に知らせてください。

来日日期，4月份开学的交换留学生大约定在3月26日左右，10月份开学的交换留学生大约定在9月25日左右。交换留学生会得到新生说明会的日程的通知，请以此为参考，决定自己的来日日期。

抵达日本的日期，时间以及交通方式（船，飞机航班等），抵达机场或港口决定后，请立即用邮件通知山口县立大学国际化推进室。Email: kokusaika@yamaguchi-pu.ac.jp

国际化推进室的人员会去到机场或港口迎接交换留学生，如果抵日日程有所变化的话，请务必事前联系。

Ⅲ. 留學生活の準備について（关于留學生活的准备）

1. 服装

山口市の気候は、春は暖かく過ごしやすいです。6月からの約1ヶ月間は梅雨となり、雨の多い日が続きます。梅雨が終わって夏になると、7月中旬から9月中旬まで、蒸し暑く湿気の多い日が続きます。気温はだいたい30℃から35℃くらいまで上がります。秋になると再び過ごしやすい日が続きます。秋には台風が上陸することもあり、外出を控えるなど注意が必要です。冬になると寒い日が続き0℃近くなる日もありますが、雪が積もるのは数回程度です。渡航時期に合わせた服装を用意し、季節の変わり目には早めに船便で送ってもらうか、あるいは日本で購入するかなどしてください。



山口市，春季温暖舒适。6月份开始后的1个月是梅雨季节，持续多雨。梅雨过后，进入夏季，从7月中旬到9月中旬多为湿热天气，气温大约升至30℃到35℃左右。到了秋季，舒适的日子再次来临。不过秋天有时有台风登陆，需要注意控制外出。冬季持续寒冷天气，有时气温会接近0℃，会有几次积雪现象。请根据自己来日本的季节准备好服装，或是在季节交替时，提前让国内邮寄，或在日本购买等。

2. 荷物（行李）

荷物の重量については、航空会社やフェリー等の重量制限を確認してください。帰国の際にも同じ重量ルールになります。制限を超える荷物については特別に超過料金を支払うことになりますので、船便等を利用して早めに別送する準備をしてください。



关于可携带行李的重量，请遵守航空公司或是航海公司的规定。归国时也是同样的规定。超过规定重量的行李，需要支付超重费。所以，超重时请提前利用海运等将行李邮寄回国。

3. 海外旅行保険あるいは海外留学保険（海外旅行保険或海外留学保険）

日本は医療費が大変高額です。日本での留学中は国民健康保険加入が義務付けられています（p. 20 参照のこと）。これにより、病院にかかる費用の一部負担だけですみます。



ただし、日本に来る前に、必ず自分の国で留学期間中を補償する海外旅行保険あるいは海外留学保険に加入して来てください。

これは義務ですので、加入しなければ留学をすることはできません。これは、本学から

あなたの大学に派遣される交換留学生も加入義務となっていますので、お互いが同じ条件であることを承知ください。

海外旅行保険あるいは海外留学保険は、滞在する期間（1年間）のものに加入する必要があります。

海外旅行保険あるいは海外留学保険の内容には次の事項が含まれているものを選んでください。

- ・ 入院をするような病気やケガをしたときの補償
- ・ 万一の場合の死亡や重度障害になった場合の補償
- ・ あなたが他人にケガをさせてしまったときの補償
- ・ あなたが他人の物を壊してしまったときの補償
- ・ 重度の病気やケガで緊急に日本へ家族を呼び寄せなければならないときの補償
- ・ 親族等の病気やその他の都合で、途中帰国しなければならないときの補償
- ・ あなたの貴重品などが紛失したときの補償、など。

上記の保険は、急に多額の費用が必要になった場合に、あなたが変わって保険会社が支払いをしてくれます。保険会社や保険の種類によって補償する内容が異なります。

自分の国で加入した保険会社に内容をよく確認し、万一の場合の連絡先、保険証番号などを控えておいてください。

保険の加入がない場合、山口県立大学は一切の責任を負いませんので、全て自己責任となります。これは、本学の学生の場合でも同じ条件となりますので、必ず加入して来日してください。

在日本医疗费用相当高。在日本留学期间，加入国民健康保险是每个留学生的义务。（请参照第 15 页）这样，需要接受医疗服务时，只需支付一部分医疗费就可以。

但是，来日本留学之前，请在自己国家加入留学期间需要的海外旅行保险或是海外留学保险。这是交换留学生的义务，不加入保险就没有留学资格。从本学校派往你们学校的交换留学生也有加入以上保险的义务，双方承担同样的义务。

加入海外旅行保险或是海外留学保险，请加入日本滞留期间（1年期限）的保险。

关于海外旅行保险或者海外留学保险，请选择包含以下事项的保险。

- ・ 住院或受伤时候的补偿
- ・ 死亡或重度伤害时的补偿
- ・ 当你给别人造成伤害时的补偿
- ・ 当你损害他人物品时的补偿

- ・重病或是受伤时，不得不请家人来日本时的补偿
- ・亲人等重病或其他情况下，中途不得不突然回国时的补偿
- ・贵重物品遗失时的补偿

加入以上的保险，当急需高额费用时，保险公司会代替你支付。根据保险公司，保险种类不同，赔偿的内容也会不同。

请仔细确认在自己国家加入的有关保险的说明，牢记万一情况下的联系方式，保险证密码。

没加入保险的情况下，山口县立大学概不负责，一切责任自己承担。本校派往你们学校的交换留学生也需遵循同样条件，请来日之前务必加入保险。

4. 通貨（货币）

日本では日本円しか使えません。入国時には、初めの1ヶ月分程度の生活費 50,000 円～100,000 円くらいの日本円（現金）を持っておくとよいでしょう。その他で必要になる現金は、空港の両替所や銀行、郵便局などを利用することもできますが、中国元やウォンなどの現金を日本円に換えてくれる銀行や郵便局は数が限られています。

インターナショナルクレジットカードを持ってくれば、銀行や郵便局の ATM で引き出すことができます。その後の生活に必要なお金は、上記のカードやトラベラーズチェック等が便利です。トラベラーズチェックは大きな銀行や郵便局で両替することができますが、レストランやお店などでは使えません。

到着後に本学で交換留学生オリエンテーションを受け、外国人登録をすませ、住居を示す書類が発行されれば、銀行や郵便局に口座を開設することができ、そこに海外から送金をしてもらうことができるようになります。ただし、日数がかかりますので、初めの1ヶ月程度の生活費は持参することをお奨めします。

在日本只能使用日元。入国时，请至少先携带一个月左右的生活费 50,000～100,000 日元。此外需要的现金可以在机场的货币兑换处或是利用银行，邮局兑换。但是可以兑换人民币或韩元的银行和邮局是有限的。

如果持有国际信用卡的话，可以在银行或邮局的自动提款机取钱。以后生活中所需的钱可以利用上述的国际信用卡或是旅行支票等。旅行支票可以在大的银行或是邮局兑换，但是普通餐馆和商店不能使用。

来日后，参加交换留学生新生说明会，办理外国人登记证，拿到关于居住的资料后，可以办理银行或邮局账户，随后可以利用国际汇款。但是国际汇款会花费一定时间，所以建议先带一个月的生活费。





5. 健康面について (薬品)

飲みなれた自分の国の薬を持ってくることをお勧めします。風邪薬、胃薬、下痢止め、鎮痛剤（頭痛・生理痛）などの薬は持ってきたほうがよいでしょう。

建议你携带吃的习惯的自己国家的药品。从国内带来感冒药，胃药，止泻药，镇痛药（头痛・月经痛）等比较好。

6. 自分の国から持ってきた方がよいもの (建议你从自己的国家带来的东西)

○縦3cm×横4cm程度の証明写真（アルバイトの面接など様々な用途に使用。日本でも入手可能です）。

长3cm×宽4cm的证明相，（用于打工面试等，也可以在日本照）

○印鑑（銀行口座を開設するとき、保険に入るとき、お金を下ろすときなどに必要です。日本でも購入できます）。

印章（开设银行账户时，加入保险时，取钱时需用，也可以在日本购买印章）

○辞書類

字典类

○自分の国の調味料（大学の近くには購入できるお店はありません）。

自己国家的调味料（在大学附近买不到你们国家的调味料）

○自分の国の特産物や日本にないお菓子など（お菓子は学生同士の交流にも役立ちます）。

自己国家的特产或点心（可能会在和朋友交流时用到）。

○中国・韓国にいた頃の写真や、自分の国の文化を紹介する物など（日本の友人やホストファミリー、子ども達などに見せるときなどに役立ちます）。

自己在中国或韩国时的照片，或者可以用来介绍自己国家文化的東西（可以用来向朋友，或在日本人家庭住访时向主人、孩子们介绍等）

7. キャンパスの禁酒・禁煙について (校园内禁止饮酒・吸烟)

キャンパス内はいかなる場所でも禁酒ですので気をつけてください。またキャンパス内は決められた場所（室外）以外は禁煙です。タバコを吸う人は必ず決められた場所で喫煙してください。タバコの吸い殻をトイレに流したり、汚物入れに捨てたりしてはいけません。

校内无论在什么地方都不允许喝酒。另外在校内规定的场所(室外)以外不允许吸烟，必须在规定的地方吸烟。吸烟后的烟头扔进厕所的便池冲走或者扔进厕所内的垃圾筐里都是不允许的。

Ⅳ. 住居について（关于住处）

中国・韓国からの交換留学生は、大学の所有する宿舎、または民間アパートに居住することになります。大学の所有する宿舎には、様々なルールが定められています。民間アパートの場合は、大家さんによってルールは異なります。どちらにするかをよく考えて、事前に国際化推進室に連絡してください。

いずれを借りる場合も、部屋を掃除し、きれいに使用してください。あなたの国では、寮や宿舎の掃除をする人が雇われていたかもしれませんが、日本ではすべての学生が自分で寮や宿舎、民間アパートを掃除して元通りにして出て行きます。元通りになっていないと、掃除代やハウスクリーニング代、修理代などが請求されるのが日本のルールです。

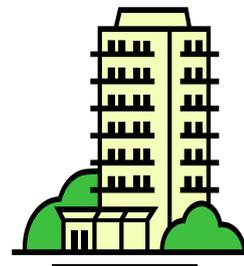


中国、韓国の交換留学生，按规定住在大学的宿舍或是民间公寓。大学宿舍有各种规定。民间公寓，根据公寓不同规定也不同。请决定自己要选择大学宿舍还是民间公寓后，事前和国际化推进室联系。

不管租借哪个，都请保持其环境清洁，打扫房间卫生是你的责任。可能在你们国家有专门打扫宿舍卫生的人员，但是在日本，学生自己负责打扫宿舍、民间公寓的卫生，退宿时保持原样。如果不保持原样的话，根据规定需要交付清理费，修理费等。

1. 大学が所有する宿舎（大学宿舎）

大学が所有する5戸の宿舎には、それぞれ3つの部屋あり、交換留学生3人で共同生活することになります。どの国の人と一緒にいるか、誰と一緒にいるかについて選ぶことはできません。入居するルームメイトは同性になります。



各宿舎には、1階に一人の学生の個室（木の床の部屋）、共同で使う居間・台所・トイレ・風呂があり、2階に二人の学生の個室（それぞれ畳の部屋）があります。学生の個室にはベッド、机、衣類の棚が備え付けてあります。各部屋にエアコンがあり、冬にはこたつも使えます。布団セットは買わなければなりません（20,000円）。台所には炊飯器・電子レンジ・冷蔵庫が、洗面所には洗濯機が付いています。これらはすべて2〜3人が共同で使用することになります。食材を購入するお店は、自転車で5分くらいのところにあります。

宿舎にはインターネットが接続されています。使用するか否かにかかわらず、使用料を入居者で等分に負担しなければなりません。宿舎から大学までは徒歩で約10分です。

毎月の定められた日までに、国際化推進室に賃貸料（一人：1ヶ月分5,000円）を支払います。電気・ガス・水道・NHKのTV受信料などの公共料金は、使った量の請求がきますので、居住者の共同負担になり、自分たちで支払います。その他、地域に支払

う自治会費が毎月 100 円必要です。火災保険は大学で加入し、保険料も大学が負担します。

入居する場合は申請書を提出し、使用規則を必ず守るという誓約書も提出していただきます。規則が守られないときは注意をしますが、その後も改善が見られない場合は宿舎を出ていただくこととなります。周りの宿舎には教員とその家族が住んでいますので、特別に交換留学に入居が許されているということを考え、周りのことを考えて生活をしてください。特に注意が必要なのは、ごみを分別して決められた日に捨てることと、地域清掃などの地域活動に参加しなければならないということです。

宿舎室内は禁煙です。

大学宿舎共有 3 戸，每户有 3 个寢室。每户可住交換留学生 3 人。和哪个国家的人一起住，和谁一起住自己不能选择。一起居住的室友是同性的。

各宿舎 1 楼有一间寢室（木制地板），公共的客厅，厨房，洗手间，浴池。2 楼有两间寢室（和室），每间寢室都备有床，书桌，每个房间还备有空调，冬天可以使用被炉。被褥以及床单、被套等需要自费购买（20000 円）。

厨房里有电饭锅，微波炉，冰箱，盥洗室有洗衣机。这些都是 3 人共同使用。附近有可购买食品的商店，骑自行车 5 分钟就可以到。

宿舎里具备上网条件。不管是否使用，上网费用由入住者平均分担。从宿舎徒步到学校需要 10 分钟。

每月请在规定日期之前向国际化推进室交房租（一人一月 6000 日元）。电费，煤气费，水费，NHK 电视费等公共费用，根据使用量会有收费请求，3 人共同承担支付。此外，每月还要交 100 日元区域自治管理费。火灾保险由大学担负。

入住前请提出申请，并签订遵守使用规则的誓约书。如果不遵使用规则，会提醒你注意，如果提醒注意后不见改善的话，学校会要求退宿。宿舎周围居住的是学校老师及其家属，交换留学生是得到特别入住许可的，生活请务必考虑周围环境。特别需要注意的是垃圾的分类以及丢垃圾的日期，以及必须参加地区扫除等地区活动。宿舎内禁止吸烟。

以下のことが遵守事項となり、守られない場合は退去を求めます。

以下是需要遵守的事项，不遵守的情况下会要求退宿。

（1）ごみの捨て方について（关于扔垃圾的方法）

ごみは、「燃えるごみ」、「燃えないごみ」、「リサイクルごみ（缶、びん、古紙、ペットボトル）」の 3 種類に分別して捨てます。これらの分別は、大学内でも行なわれており、異なるごみ箱が用意されていますので、宿舎でも 3 人で話し合って、3 種類のごみ箱を用意してください。

「燃えるごみ」は山口市指定のごみ袋に入れて捨ててください。ごみ袋は大学売店



やスーパーなどで購入できます。

必ず、決められた場所、決められた日、決められた時間（朝8：30）までに捨ててください。ごみを出してよい日は、山口市のごみカレンダーにのっています。また、ごみの分別の種類についてもごみカレンダーに載っています。これらのカレンダーは、交換留学生オリエンテーションで配布するか、宿舎に入居時にお渡しします。

決められた日や時間以外にごみを出すことはできません。

ごみを家の中にためないようにしてください。共同生活をする場合、ごみを出す順番を決めるなどして、こまめに捨てるようにしてください。

垃圾分为「可燃垃圾」、「不可燃垃圾」、「可回收垃圾（罐，瓶，旧纸，塑料瓶）」，在学校也有不同的垃圾箱分别供扔不同类型的垃圾。在宿舍里三人商量好，准备3个不同的垃圾箱以便分类。

「可燃垃圾」要装在山口市指定的垃圾袋中丢掉。垃圾袋可以在学校小卖店或是超市购买。

必须在指定的日期，指定的时间（早上8点之前）把垃圾丢进垃圾站。什么时候丢什么种类的垃圾在垃圾日历上有记载。这种日历会在留学生新生说明会或是入住宿舍时发给留学生。

在规定的時間以外不能丢垃圾。

垃圾要及时丢掉不要在家里积攒。3个人可以决定丢垃圾的顺序等，认真执行。

（2）清掃について（关于清扫）

自分の部屋はもちろんのこと、共同スペース、玄関前、裏庭など、こまめに清掃してください。こたつ布団や毛布、夏布団など、季節が変わって使用しなくなったものは、次の留学生のために大型コインランドリーやドライクリーニング等で洗濯して、きれいに保管してください。これらのものが自分たちで洗濯されているかどうかについては、退去時にチェックします。洗濯できていない場合は、次の人のためにクリーニング代を置いて
いっていただくことになります。



自己的房间当然不言而喻，共同的生活空间，门前，院子等也需认真打扫。被炉的被子，毛毯，夏季的被子等随着季节的变化不用的东西，要在大型投币洗衣房或者干洗店等清洗后，干干净净地保管好，留给下界交换留学生。这些东西是不是已经得到清洗，在退宿时要检查。如果还没有清洗，会请你为下一界留学生留下清洗所需的费用。

(3) 備品等について (关于宿舍的物品)

宿舍には、各種家電や備品が備え付けてあります。それらは、全て大学の持ち物ですので、勝手に持ち出したり、他人に貸してはいけません。定期的に保管状況を確認します。紛失した場合は、留学生の負担で購入していただきます。

宿舍里备有各种家具和物品。这些全是学校的東西不能擅自帶走或借給他人。學校會定期對保管狀況進行檢查。丟失的話由交換留學生負責賠償。

(4) 来客について (关于来客)

夜 10 時以降は静かにし、近所迷惑のないように気をつけてください。

大学から許可された者以外が宿泊することはできません。友達、自国からの家族も宿泊できません。

晚上 10 点后宿舍周围会很安静，请注意不要打扰到周围邻居。

如没有大学的許可，不許客人在宿舍里留宿。即使是本國的朋友及家人也不許留客人在宿舍里留宿。

(5) 部屋割りについて (关于房间分布)

宿舍の部屋割りについては、国際化推進室の指示に従っていただきます。留学期間中に、途中で部屋割りが変更になることもあります。

关于宿舍房间的分配，請遵從國際化推進室的安排。留學期間，可能會要求交換留學生更換房間。

(6) ペットについて (关于宠物)

宿舍でペットを飼うことはできません。

宿舍禁止養寵物。



(7) 回覧板、地域清掃活動について (关于传阅板和地区清扫活动)

地域の清掃活動には、なるべく全員で参加してください。一戸ごとに必ず一人は参加しなければなりませんので、交代で参加することもできます。

一人も参加できない場合は、代わりに定められた代金を支払うことになります。

地域の一員としてのルールを守り、地域の人と一緒に活動するのが自治会のルールです。地域のことを知らせる回覧板が回ってきたときは、すぐに読んで次に回してください。

地区清扫活动，尽量全员参加。因为每户必须至少有一人参加，也可以3人交替参加。如果3人都不能参加，就要交一定的清扫费用。

作为地区的一员，遵守地区规则。和当地的人们一起参加必要的活动是自治会的规定。关于传达地区通知用的传阅板，轮到后，尽快阅读传到下一家。

2. 民間アパート（民間公寓）



他人との同居を希望しない場合は、民間アパートを借りることになります。日本のアパートの多くは家具や必要備品の備え付けはありません。電気製品、ベッド類など自分で揃えることになります。

お風呂・トイレが同じアパートの住人と共同利用の場合、家賃は1ヶ月17,000円～20,000円くらいからあります。お風呂とトイレが自分の部屋に付いているアパートは、1ヶ月20,000円～25,000円くらいからあります。これとは別に、最初に家賃の1ヶ月～2ヶ月分程度の敷金・礼金が必要です。

日本の学生の多くは、1ヶ月約30,000～40,000円くらいのお風呂・トイレ付のアパートに住んでいます。

家具付きのアパートの家賃は1ヶ月50,000円くらいで、敷金・礼金は必要ありません。

如果不愿意和他人共居的情况下，可以租借民间公寓。日本的民间公寓大部分都不带有家具和必需品等。家用电器以及床上用品自备。

浴室，厕所和公寓其他人公用的公寓，每月租金在17,000日元～20,000日元。自己房间带有浴室和厕所的每月20000日元～25000日元。此外，还需要支付相当于1～2个月房租的押金，谢礼。

日本の学生大多住在每月房租30000～40000日元左右的，带有浴室，厕所的民间公寓。带有家具的公寓每月房租在50000日元左右，不需押金，谢礼。

V. 留学中の日常生活について（有关留学期间的日常生活）

留学中の生活については、「国際化推進室」が支援をします。連絡先は、次のとおりです。

有关留学期间的日常生活，「国際化推進室」会提供各方面支持。联系方式如下。

TEL：083-928-3413 FAX：083-928-3413

Email：kokusaika@yamaguchi-pu.ac.jp

1. 山口県立大学に到着したら（抵达山口县立大学后）

(1) 宿舎への入居、生活準備（宿舎入住，生活准备）

宿舎への入居（電気、ガス、水道などの手続き）、外国人登録、国民健康保険及び国民年金への加入、学生証の発行など一連の手続きをします。キャンパス生活については学生支援グループ発行の「キャンパスライフ」を読んでください。

需要办理宿舍入住（电，水，煤气等手续），外国人登记，加入国民健康保险以及国民养老金，领取学生证等一系列手续。关于学校生活，请阅读学生支援部发行的「校园生活」。

(2) 交換留学生オリエンテーション（交換留学生新生説明会）

○オリエンテーションで学習や生活の規則について説明します。

新生説明会時，会对留学生的学习，生活的规定等作出说明。

○山口県立大学の留学生会の会長を紹介します。

介绍留学生会会长。

○チューター教員を紹介します。チューター教員は専門演習の教員になります

（p. 25 参照）が、あなたの国の言葉を話す教員に相談に行くこともできます。

実際に履修する科目について相談してください。

介绍指导老师。指导老师由专门演习的老师担任（参照第 25 页），也可以去找讲自己国家语言的老师商量。请和他们商量实际要选的课程。

○授業やゼミで早く友達をつくりましょう。

尽快在课堂或专门演习的课堂上交到朋友。



- 到着したことを自分の大学の担当者に必ず知らせてください。
抵达山口县立大学后，请务必和自己学校的担当老师联系。

2. 特別聴講生証（特別听讲生証）

山口県立大学では、留学生が大学に到着した日に特別聴講生証を交付します



在抵达山口县立大学的当天，留学生就可以领取特别听讲生証。

3. 在留登録（在留登記）

日本に 90 日間以上滞在する外国人は、在留管理制度により、住んでいる市町村の役所で住民登録をしなければなりません。登録されると「在留カード」が交付されます。留学生は、学生証とともに、この在留カードをいつも持ち歩かなければなりません。不携帯の場合、罰金を支払うことになります。

根据日本在留登记法，在日本滞留日期 90 天以上的外国人必须在其居住的市町村政府办理住民登録。登记后可以获取「在留卡」。留学生必须随身携带学生证和在留卡。如不携带，会被处以罚款。

（1）在留カードの申請の手続き（在留卡的申请手续）

山口市に到着後、大学の職員と一緒に登録手続きに行きますので、必ずパスポートを持って来てください。約 2 週間で「在留カード」が交付されます。

なお、申請日から約 2 週間後に届け出た住所に郵便書留で送られます。

抵达山口市时，会在学校的老师的带领下去办理在留卡，到时请务必携带护照，从申请到领取在留卡大约需要两周时间。

新規登録 場所：山口市役所（办理在留卡地点：山口市政府）

必要なもの（需要携帯的东西）：

- 住民異動届(市役所にあります)(居民调动报告(市政府处提供))
- パスポート (护照)
- 写真 2 枚 (縦 4.5×横 3.5cm) <交換留学生は事前に本学に送ってきたものを利用します> (照片两张(长 4.5×宽 3.5cm) <也可以利用来日之前寄到学校的照片>)

(2) 変更登録の手続き（変更登記的手续）

次の①～⑤のいずれかに変更があったときは、14 日以内に変更登録の手続きを市役所で行わなければなりません。

以下①～⑤中如果有变更的情况话，请在 14 天以内到市政府办理变更登记手续。

- ①住所（住址）、②氏名（姓名）、③在留期間（在留期间）、
- ④パスポート番号（护照号码）、⑤国籍（国籍）

必要なもの（需要携帯的资料）：

- 変更登録申請書（市役所にあります）（变更登记申请书（市政府处提供））
- パスポート（护照）
- 変更を証明する文書（变更的证明资料）
- 在留カード（在留卡）

4. 国民健康保険と国民年金（国民健康保险和国民养老金）

交換留学生は必ず国民健康保険に加入しなければなりません。 毎月の支払いは、約 1,600 円です。国民健康保険への加入手続きをすると、振込み用紙が送られてきますので、まとめて全額を払っても良いし、毎月払っても構いません。法律で決められている事項なので、途中で支払いの確認をします。



交換留学生は、国民年金にも加入しなければなりません。 これについては、まず加入の手続きをし、同時に年金保険料納付の猶予手続きを行いますので、保険料支払いの必要はありません。

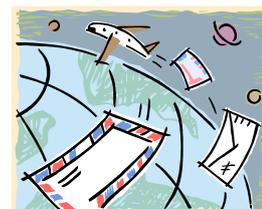
交換留学生必須加入国民健康保険。 毎月大约 1600 日元。办理国民健康保险手续后，

会收到支付保险费用的银行汇款单，可以一次交清一年的保险，也可以按月份交。交纳国民健康保险是日本法律的规定，中途会对交纳情况进行确认。

交换留学生必须加入国民养老金。关于国民养老金，首先办理加入手续，同时办理作为学生的免交手续。

5. 銀行と郵便局（銀行和邮局）

日本では、銀行や郵便局で口座を開くことができます。日本から海外へは口座がなくても送金することができます。また、海外から日本への送金も山口銀行山口支店の国際送金で可能です。



海外への郵便は、国際特急便（EMS）、航空便、SAL 便（航空機と船の併用）、船便などで料金が異なります。

在日本，银行和邮局都可以开设账户。从日本向海外汇款的时候，没有账户也可以。从海外向日本汇款的时候可以利用山口银行的山口支行办理。

从日本向海外邮寄东西时，可以通过国际特快（EMS），航空邮寄，SAL 邮寄（空运海运并用），海运等。因邮递方式不同，价钱不一。

6. アルバイト（打工）

在学資格が「留学」である留学生の活動は、勉学・研究に限られています。留学生在アルバイトをするなど、在留資格以外の収入を伴う活動をする場合には、事前に必ず資格外活動許可を受けなければなりません。資格外活動の許可を受けないでアルバイトをすれば、留学生だけでなく雇用者も処罰されます。また、直ちに大学に通知が来ますので、帰国していただくことになります。

在留資格为「留学」的交换留学生的活动，仅限于学习，研究。如果留学生要从事打工或其他资格外的可以获取收入的活动的話，事前必须要申请资格外活动许可证。如果不取得资格外许可就打工的话，不仅留学生，用人单位也会受到处罚。而且，学校也会立刻得到通知，命令留学生回国。

*書類の提出先（資料的提交地点）：

県内の入国管理局出張所（县内的入国管理局办事处）

申請に必要なもの（申請时需要的材料）：

- 資格外活動許可申請書（国際化推進室にあります）（資格外活動許可申請書（国际化推进室备有））
- 外国人登録証（写）（外国人登录记证（复印件））
- パスポート（护照）

許可がおりたら資格外活動許可書が交付されます。この書類が交付されるまではアルバイトをすることはできません。アルバイトをするときは許可書を携帯してください。

資格外活動の許可期間は在留期間までです。申請の仕方については、必ず学生支援グループに相談してください。(国際化推進室の職員が留学生の代わりに入国管理局へ行くこともできます)。

得到批准后会领到资格外活动许可证。在领到该证之前不准从事打工等资格外活动。打工的时候请随身携带资格外活动许可证。

资格外活动许可证在在留期间有效。关于申请方法请向学生支援部咨询(国际化推进室职员可代为前往入国管理局办理)。

(1) アルバイトをすることができる時間 (打工的许可时间)

短期留学生 (交換留学生) の身分は本学では特別聴講生ですから、アルバイトができる時間は1週間に14時間以内(長期休暇期にあつては、1日につき8時間以内)と法律で定められています。必ず守ってください。



短期交換留学生 (交換留学生) 的身份是特別听讲生，根据法律规定，可以打工的时间是一周14小时以内 (假期期间一天8小时以内)。请务必遵守。

(2) アルバイトをしてはいけない場所 (禁止打工的地点)

留学生は、客の接待をして飲食させるキャバレーやスナック、麻雀店、パチンコ店等でのアルバイトが禁止されています。このような場所では、掃除や皿洗いをしているだけでも資格外活動違反になり、処罰されます。

留学生禁止在酒吧等接待客人饮食的场所，麻将馆，弹子球游戏房打工。在这些场所即使从事扫除，清洗餐具等工作，也是违法的，会受到处罚。

7. 自動車やバイクの運転 (关于汽车和摩托车驾驶)

日本で運転するためには、次の(1)で示したいずれかの免許証が必要です。インターネットで取得した国際免許証は日本では使えません。有効な免許証を持たずに運転した場合は処罰されます。



在日本开车，必须具备以下(1)中所示证件。从网上获取的国际驾照在日本不可以使用。如果不具备有效的证件而开车的话，会收到处罚。



(1) 有効な免許証 (有効的证件)

- 日本の免許証 (日本的驾照)
- 道路交通に関する条約 (ジュネーブ交通条約) 加盟国の国際免許証 (2008年現在韓国は加盟、中国は不加盟)
有关道路交通的条约 (日内瓦交通条约) 加盟国的国际驾照 (2008年为止韩国为加盟国, 中国尚未加入)

(2) 有効期限(有效期)

- 日本の免許証：有効期限内 (日本的驾照：有効期内)
- 国際免許証 (国际驾照)

日本に入国した日から1年間又は免許証の有効期限のいずれか短い期間
从入境之日起一年或是驾照有效期两个期限中较短的一个

注：日本から一時的に帰国し、3ヶ月未満で日本に再入国した場合は、その上陸日は運転可能期間の起算日になりません。したがって、国際免許証の期限が切れるからといって、自分の国に帰り国際免許証を再取得して日本に戻っても、その国際免許証は日本では無効となります。

从日本临时回国, 3个月之内再次入境的情况下, 入境当天不成为可以驾驶期间的起算日。因此, 国际驾照到期后, 即便回到自己国家再次取得国际驾照返回日本, 该国际驾照在日本还是无效。

自分の持っている運転免許証が有効かどうかわからない場合は、山口県総合交通センターにお問い合わせください。

如果不知道自己持有的驾照是否有效, 请向山口县综合交通中心咨询。

山口県総合交通センター (山口县综合交通中心)

山口市小郡下郷 3560-2 TEL:083-973-2900

(3) 外国の運転免許証から日本の運転免許証への切り替え (关于外国驾照改换日本驾照)

国際免許証は、日本の免許証に切り替えることはできません。自分の国の免許証を日本の免許証に切り替えるときは、まず山口県総合交通センターにお問い合わせください。事前に切り替えることができるかの審査があります。切り替えることができると審査されたら、学科試験、運転技能試験を受けることになります。国によっては試

験の一部が免除されます。

国际驾照不可以转换成日本驾照。关于自己国家的驾照能否转换成日本驾照，请首先向山口县综合交通中心进行咨询。能否转换事前会有审查。审查通过后，要接受学科考试，驾驶技能考试。根据国家不同，会有部分内容免考。

8. 緊急連絡先（緊急状況下的联系方式）

急な事故や交通事故、盗難などの犯罪などにあった時は、まずは警察（TEL：110）に連絡してください。火災で消防車を呼ぶときや、ケガや急な病気で救急車を呼ぶ場合の連絡は、TEL：119です。あなたの国の電話と違いますから、必ずメモしておいてください。



次に、必ず学生支援グループに電話をするか、夜間や休日の場合は大学の代表番号（TEL：083-928-0211）に電話をし、警備員に交換留学生であること、名前、事故や犯罪等の内容を伝えてください。

如有突发事故，交通事故，遭到盗窃的时候，首先要与警察（电话号码：110）联系。发生火灾呼叫消防车，受伤或急病呼叫救护车的电话号码是 119。可能和你的国家有所不同，请牢记电话号码。

其次，必须要与学生支援部联系。如果是夜晚或休息日的时候请打学校总机（083-928-0211），向警卫交代清楚自己交换留学生的身份，姓名，以及事故或犯罪等的内容。

VI. 授業・学生生活について（关于课程，校园生活）

1. 授業（课程）



山口県立大学では、一部の必修科目を除き、自分が取りたい授業を自由に選ぶことができます。また、ゼミナール形式の授業（基礎演習や専門演習。以下、ゼミという）もあります。ゼミとは、一人の指導教員の下に6人～10人程度の学生が集まり、学生自らが、研究、発表、討論を行って進められる形式の授業です。自分がどの分野に興味があるかによって専門演習の教員を選びます。専門演習の教員がチューター教員となります。

専門演習は大切な授業の一つとなりますから、日本に来る前にあなたの大学の国際交流センターに送付してあるパンフレットやシラバス（CD-ROM）を見たり、以前に山口県立大学に交換留学をしたことのある学生の体験談を参考にしたりして、専門演習でつきたい教員を決めて下さい。

交換留学生在が必ず受講しなければならないのは、「外国人のための日本語」、専門演習、そしてやまぐちスタディーズと称される科目の中から1科目以上です（「国際理解」、「やまぐちの歴史と文化」、「地域文化論」、「生活文化論」、「地域共生演習」、「地域実習」：これらについては前期・後期で開講されるものが異なるので、チューター教員に確認してください）。

在山口県立大学，除了一部分必修科目外，还能自由选择自己想上的课。另外，还有讨论发表形式的课程（基础演习以及专业演习，以下称为ゼミ）。ゼミ就是在一个指导老师的指导下，6～10个学生组成一组，以学生自己研究、发表、讨论的形式上课。学生根据自己感兴趣的领域选择专业演习的老师。专业演习的老师将成为指导老师。

因为专业演习是很重要的课程之一，所以建议您来日本之前参考寄往你们大学的国际交流中心的说明手册和课程系统（CD-ROM），并且参考以前来山口县立大学交换留学的学生的体验来决定以后专业演习的老师。

交換留學生必須要上的課有「外国人のための日本語」、專業演習、以及被稱為「了解山口」的科目中的1科以上（「國際理解」，「やまぐちの歴史と文化」，「地域文化論」，「生活文化論」，「地域共生演習」，「地域実習」：必須要注意的是前后期開課的內容不同，請向自己的指導老師確認）。

2. 履修登録（选修科目的登记）

大学が始まると、定められた期日までに教育研究支援グループで履修登録をしなければなりません。履修する科目、科目数が合っているかど



うか、チューター教員あるいは国際化推進室に相談してから履修登録をしてください。
科目や科目数が間違っている場合、登録期間締め切り後には訂正することが難しいので、
必ず事前に相談してください。

登録後、2週間以内であれば、選んだ授業の取り消しを申請することができます。 授業に出てみて難しいと思う科目があれば、取り消しができます。

ただし、新しい科目の追加はできません。 従って、興味のある授業はあらかじめ積極的に受講し、履修登録をしてみてください。先入観で科目を決めてしまわず、実際に初めの1、2回ほどいろいろな授業に出てみると、受けてみたい授業が見つかります。

授業は、一部の留学生用の授業を除き、初めから日本人の学生と一緒に受けます。

履修についての詳しい内容は、大学に到着してから説明します。

开学后，必须在规定时间前到教育研究支援部进行学习科目登记。关于选修的科目、科目数是否合适，请先向指导老师或国际化推进室咨询，然后再进行选修科目登记。当科目或科目数出错时，因为登记时间截止以后订正比较困难，所以一定要事前咨询。

登记后2周以内，可以申请取消已选定的科目。如果听课后有感到很难的课程的话，可以取消。

但是，不能追加新的科目。因此，对有兴趣的课，请提前积极试听，做为选修课程登记。不要根据自己的主观意念决定科目，各种课程实际试听1，2次，就能找到自己学习的课程。

关于课程，除了一部分为留学生开设的课程外，其他课程从开始就与日本学生一起听课。

关于选修的详细内容，到达大学之后再做说明。

3. 授業時間と履修する科目の時間数（授课时间和选修科目的时间数）

授業は一時限90分間です。授業中の途中休憩はありません。時間割は次のようになっています。

1 节课 90 分钟。整个上课的途中不休息。时间表如下所示。

- | | |
|------------------------------------|-------------|
| 1 コマ目 (1・2 時限目) (第 1 大节(1.2 节课)) | 8:40~10:10 |
| 2 コマ目 (3・4 時限目) (第 2 大节(3.4 节课)) | 10:20~11:50 |
| 3 コマ目 (5・6 時限目) (第 3 大节(5.6 节课)) | 12:50~14:20 |
| 4 コマ目 (7・8 時限目) (第 4 大节(7.8 节课)) | 14:30~16:00 |
| 5 コマ目 (9・10 時限目) (第 5 大节(9.10 节课)) | 16:10~17:40 |



昼休みは60分間です。

単位は、週1回1コマの授業が前期15週あり、2単位です。実技科目などでは1単

位のものもあります。また、「外国人のための日本語」などは週 2 回開講され、4 単位です。

山口県立大学の学生は平均的には週に 12 科目程度取っており、前期あるいは後期のそれぞれで 25 単位から 28 単位が上限です。交換留学生の場合は、日本語の課題があるので、それより少なくなるのが普通です。しかし、交換留学生は、法律上少なくとも 1 週間に 7 科目 (14 単位) 以上の授業を受けることが義務づけられていますので、注意が必要です。

本学の場合、交換留学生は「外国人のための日本語」(4 単位)、「専門演習」(2 単位)、やまぐちスタディーズと称される科目から 1 科目以上 (2 単位以上) が必修となっていますから、その他の科目を 1 科目以上選ぶ必要があります。

午休は 60 分です。

关于学分，一周一大节的课程前期有 15 周，共 2 个学分。实践科目也有 1 个学分的。另外，「外国人のための日本語」等一周开课 2 次，共 4 个学分。

山口県立大学の学生平均每周上 12 节课，前期或后期的学分分别以 25-28 分为上限。交換留学生的话，因为是用日语听课，比县立大学的学生选课少是很正常的。但是需要注意的是，法律规定交换留学生的义务，至少要一周上 7 个科目 (14 学分) 的课。

本校的情况是，因为交换留学生的必修课有「外国人のための日本語」(4 学分)、「专业演习」(2 学分)、被称为「了解山口」的科目中的 1 科以上 (2 学分以上)，所以其他科目还必须选 1 科以上。

4. 授業評価と成績評価 (教学评价和成绩评价)



山口県立大学では、授業への出席確認は授業評価システムを使います。 ID とパスワードが発行されますので、毎回出席した授業の評価をしてください。ネット上で授業評価をすると教員には出席が確認されます。この評価は誰が何と評価したのかは教員にはわからないようになっているので安心してください。また、コミュニケーションボードにコメントを書くと、あなたの氏名が記入され、どんな意見や質問があるのかについて、教員に知らせることができます。これらは教員の授業を評価するシステムです。

一方、あなたの成績評価については 5 段階で評価されます。 100~90 点は「秀」、89~80 点は「優」、79~70 点は「良」、69~60 点は「可」、59 点以下は「不可」となります。これらの成績が、あなたの学校に通知されます。

これらの成績は GPA でポイントに変換され、履修した科目の平均値が出されます。「秀」は 4、「優」は 3、「良」は 2、「可」は 1、「不可」は 0、放棄した科目も 0 です。

平均値が 2.0 以下の場合は、チューター教員からの呼び出しを受け、成績不振の理由を聞かれます。なお、合格・不合格の科目はGPAの計算には入りません。

在山口県立大学, 对上课的出席确认使用授课评价系统。学校将发行 ID 和密码, 所以对每次出席过的课程做出评价。在网络上做出授课评价的话, 教师就会确认学生出席了。是谁评价的及评价的内容教师并不知道, 请放心对课程做出评价。另外, 在交流板上写评语的话, 请留下你的姓名, 及你的意见和提问, 以便老师知道。这就是教师授课的评价系统。

另一方面, 成绩评价分为 5 个等级。90~100 分为「秀」, 80~89 分为「优」, 70~79 分为「良」, 60~69 分为「可」, 59 分以下为「不可」。你的成绩, 我们将通知你的学校。

这些成绩用 GPA 转换成点数, 算出所选科目的平均值。「秀」为 4, 「优」为 3, 「良」为 2, 「可」为 1, 「不可」为 0, 放弃的科目也是 0。平均值在 2.0 以下, 你的指导老师会找你, 询问其原因。另外, 合格・不合格的科目不能计入 GPA。

5. 教科書 (教科書)



シラバスに載っている教科書が必要となります。山口県立大学の売店で、科目名の書かれた場所を見て、それぞれの学期の初めに各自で購入します。なかには授業が始まってから紹介される教科書や参考書類もあります。どの授業を選択して取るかで、何が必要かは変わってきます。教科書代としてはだいたい各学期に 15,000~30,000 円くらいかかりますので、事前に準備してください。

选课系统一书中所列的教科书是很必要的。在山口县立大学的小卖店可以看到教科书的书目, 各学期初请自己购买。那里也有授课开始后老师介绍的教科书和参考书。根据选择的课程, 需要的教科书也不一样。教科书费每学期大约要花费 15000-30000 日元左右, 请事先做好准备。

6. その他授業に必要なお金 (其他需要交钱课程)

学生は教科書にかかる費用のほか、華道・書道・茶道・陶芸・地域実習等の実技科目にかかる費用の実費を負担しなければなりません。

学生除了教科书的费用以外, 还必须负担花道、书法、茶道、陶艺、地域实习等实践科目所花费的实际费用。

7. 交通手段

大学への通学は、徒歩や自転車を利用します。日本では自転車は左側を通行することになっています。歩道があればその内側を、歩道がなければ路肩を通行することになりますので守ってください。自転車で人にけがをさせたときや、車やその他のものを傷つけたときは賠償責任があります。そんな時は、あなたの加入してきた海外旅行保険あるいは海外留学保険が必要になります。日本では賠償金額が大変高額なので、保険に加入していない場合は、自転車を利用することはできません。



また、自転車の二人乗り、自転車に乗りながらの携帯電話の使用、傘を差して自転車に乗ったり、お酒を飲んで自転車に乗ると罰金を支払うことになりますから注意してください。

その他の交通手段にはバス、電車などがあります。このような交通手段を利用するときの料金は、すべて自己負担です。早い時期に乗り方に慣れましょう。

到大学上学，可以步行或骑自行车。在日本，自行车左侧通行。有人行道的话请走其内侧，没有人行道请靠边走。自行车撞伤人及弄伤车和其他东西的时候有赔偿责任。这种情况要利用你加入的海外旅行保险或海外留学保险。日本的赔偿责任金额很高，所以如果没有加入保险，不能利用自行车。

另外，两人骑一辆自行车、骑自行车的时候使用手机，打伞，酒后骑自行车的话要被罚款，请注意。

其他的交通工具有公共汽车，电车等。利用这些交通工具的费用全部是个人负担。请尽早适应乘坐方法。

8. 学内施設（校内施設）



山口県立大学にはメイン・キャンパスと新キャンパスがあります。メイン・キャンパスには国際文化学部、社会福祉学部、看護栄養学部栄養学科等、体育館、図書館、学生食堂、売店、運動場、大学院、地域共生センター等があり、新キャンパスには看護栄養学部看護学科や講堂等があります。科目によって、どちらのキャンパスにある教室で行われるかが指定されています。教室名は時間割表に書いてありますので、各自で確認してください。

山口県立大学有主校区和新校区两部分。主校区有国际文化学部，社会福利学部，看护学部，营养学部等，还有体育馆，图书馆，学生食堂，商店，运动场，研究生院，地域共生中心等，新校区有看护营养学部看护学科、礼堂等。根据科目不同，在哪个校区哪个教室上课也有不同。教室地址会写在课程表上，请各自确认。

9. 図書館 (图书馆)

山口県立大学には本館図書館と看護学部図書館があります。両方の図書館を利用することができます。利用するには、学生証を見せて、「利用カード」をつくります（詳しい手続きは窓口で聞いてください）。

本館の図書館は、平日 9:00 から 19:00 まで利用できます（看護学部の図書館は、平日 9:00 から 17:00 までです）。ただし、土日は休みです。（夏休みや冬休みなど授業が行われていない時期は、開館時間に変更になります。ホームページで確認してください）。



開館時間以外に図書館を利用したいときは、「特別利用カード」を作ります。平日は 22:00 まで、土日も利用できます。また、コンピュータも使用できます。

そのほか、山口市情報芸術センター（ビック・ウェーブ）にある図書館や、県の図書館も利用するとよいでしょう。

山口県立大学有本部图书馆和看护学部图书馆。两座图书馆都可以利用。利用图书馆时，请出示学生证，制作“使用卡”（详细的手续请到窗口咨询）。

本部图书馆的开放时间为平日的 9:00 到 19:00（看护学部的图书馆开放时间为平日的 9:00 到 19:00）。但是周六周日休息。（暑假或寒假等不上课的时间，开馆时间不同。请在图书馆主页确认）。

开馆时间以外想利用图书馆的话，请制作“特别使用卡”。平时到 22:00，周六周日也能利用。另外，还能使用电脑。

除此以外，也可以利用山口市信息艺术中心（维克波）的图书馆以及县的图书馆。



10. コンピュータ室 (计算机室)

留学生は情報処理室（4号館（D館）の2階）のコンピュータを利用することができます。所属が国際文化学部の場合には、3号館（C館）2階のコンピュータ室、大学院所属の場合には大学院棟のコンピュータ室も利用することができます。また、3号館（C館）3階には留学生室があり、その中のコンピュータも利用できます。

留学生能利用信息处理室（4号楼（D馆）的2层）的电脑。国际文化学部的学生还能利用3号楼（C馆）2层的计算机室、研究生院的学生还可以利用研究生楼的计算机室。另外，3号楼（C馆）3层有留学生室，也可利用里面的计算机。

11. 掲示板と大学ホームページ（布告板和大学主页）

大学内のメイン・キャンパス渡り廊下にある掲示板に掲示された事柄は、すべての学生にお知らせしたことになるという「掲示のルール」があります。掲示されたものを見ていなかったから知らなかったという理由は許されませんので、掲示を常に見るようにしてください。



また、掲示板には、授業の休講、奨学金情報、アルバイト情報、国際交流情報など、たくさんの情報が毎日更新されています。これらの情報を見逃すと、あなたにとって不利益なことも生じます。少なくとも1日1回は見るようにしてください。

また、大切な情報は大学ホームページ上でもお知らせしてあります。

大学主校区走廊の布告板上公告的事情，是针对全体学生的通知，因为没看布告板所以不知道这种理由是不被认可的，请经常看布告板。

另外，布告板上关于停课、奖学金信息、打工信息、国际交流信息等，大量信息每天都更新。错过这些信息的话，对你可能会是一种损失。请至少1天看1次。

另外，重要的信息在大学主页上也会通知。

12. 学生の自主活動（学生的自主活动）

山口県立大学には50を越える部活とサークルがあります。内容はスポーツ、伝統芸能、ダンス、ボランティアなど様々です。参加してみると多くの友達をつくることができ、留学生活が楽しくなります。参加を希望する人は、学生支援グループで部活動のリストをもらって、どの部活（またはサークル）に加入したいのかを決めてください。

山口县立大学的活动俱乐部超过50个。有体育活动，传统艺术，舞蹈，志愿者等各种各样的俱乐部。参加这些俱乐部能交到很多朋友，使留学生活变得更加愉快。希望加入的人，请到学生支援部领取俱乐部名单，来决定加入哪个俱乐部。

13. 交友関係（交友关系）

日本人に対して、話しかけにくいと感じるかもしれませんが、しかし、一度仲良くなると、交友関係は自然に進んでいきます。学内には中国や韓国に留学した学生もいます。このような学生は学内外での生活を助けてくれるだけではなく、彼らの友達も紹介してくれるでしょう。

日本人や日本の学生は感謝の意を示すことが大切だと考えています。誰かが助けてくれたり、プレゼントをくれたりしたとき



などには、「ありがとう」と言うことを忘れないようにしましょう。こうすることで、友好関係を円滑に進めることができます。また、他の学生もあなたと同じように限られた予算の中で生活しています。駐車料金や食事代などあなたが支払わなくてよいように感じるかもしれませんが、いつも料金を割勘するようにしましょう。

对于日本人,你可能会感觉很难搭话。但是一旦成为朋友,交友关系就会自然得到发展。学校内也有中国和韩国的留学生。这些学生不仅能帮助你大学内外的生活,他们也能介绍朋友给你认识。

日本人及日本的学生把表示感谢看的很重要。别人给予我们帮助或礼物时,不要忘记说“谢谢”。这样做的话,能顺利地促进友好交往。另外,其他的学生与你一样,在有限的预算中生活。你可能会觉得自己不用支付停车费或饭钱,但是请尽量做到AA制。

14. 保健室・病院（保健室、医院）

山口県立大学には健康サポートセンター（保健室・学生相談室）があります。4号館（D館）1階にありますので、からだの調子が悪いと感じたら、一人で悩まず気軽に相談してください。もしも医師の診断を受けた方がよい場合には、専門の医療機関を紹介してくれます。

病院にかかる時には、必ず国民健康保険証を持参してください。持参しないと保険がきかず、正規料金を全額支払うことになります。

山口県立大学有健康支援中心(保健室、学生咨询室),在4号楼(D馆)1层,身体不好的时候,不要一个人烦恼,请轻松随意地到此进行咨询。如果觉得最好还是接受医生的诊断时,这里会为您介绍专业医疗机关。

到医院诊治的时候,一定要带国民健康保险证。不带保险证,保险是无效的,必须要支付全部的医疗费用。

15. 国際理解教育への参加（参加国际理解教育活动）

留学中、次のような事業への参加協力をお願いしています。

留学的时候,请尽量参加并协助以下的事情。



(1) グローバル学生交流での通訳アシスタント（请帮忙在中日韩学生夏季交流中担任翻译助手）

7月頃に約3週間、山口県立大学で中国・韓国の学生が語学研修を行います。そうしたときはぜひ力を貸してください。本格的に行いたい場合は、「国際交流」の

授業に登録して実習の一部とすることもできます。

7月份开始后大约3周时间，在山口县立大学，有和来自中国、韩国的学生的夏季交流的活动。那个时候请务必帮一下忙。想正式参加这项活动的时候，可以选修「国际交流」这门课，作为其实习的一部分参加。

- (2) 地域の小・中学校や団体への出前講座（去地方中小学校、団体进行访问）
地域の学校に1～2回程度出向き、あなたの国や文化について紹介してください。

到地方中小学介绍你们的国家和文化，这种活动请参加1～2次左右。

- (3) 大学ニュースレターやホームページへの記事の執筆（为大学新闻通信或学校主页投稿）

交換留学生の活動について全教職員や学生、学外の人に伝えるとともに、次にあなたの大学から交換留学を希望する学生に活動について良く知ってもらいたいのので、記事の執筆を1～2回程度お願いしています。

在把交换留学生的活动传达给全体教职员和学生及大学外界人士的同时，你们大学希望交换留学的学生也能更好地了解交换留学生的各种活动，因此请投稿1～2次左右。

16. 日本を一時的に出国するとき（留学期間离开日本出国的情况）

留学期間中に、休み期間などを利用して帰国したり、海外旅行をするなどの場合、出国前に「再入国許可」の手続きをとる必要があります。「再入国許可」をとらずに日本国外へ出ると、日本に戻るときに改めて「入国査証（ビザ）」の申請をし直さねばなりませんから、必ず再入国の許可を得てから出国しましょう。

ただし、「再入国許可」の有効期間は在留期間内であり、かつ、許可の日から3年を超えない範囲で定められます。

再入国許可の申請は、入国管理局で行います。出国までに1ヶ月以上の余裕がある場合は、学生支援グループの職員が留学生の代わりに入国管理局へ手続きに行くことができます。業務の合間に行くこととなりますので、急な依頼には対応できません（自分で入国管理局に行くこととなります）。時間に余裕をもって学生支援グループに相談してください。

必要な書類は以下の通りです。

- 再入国許可申請書（国際化推進室にあります）
- 旅券（パスポート）
- 外国人登録証明書
- 手数料3,000円（一回限りの場合）、6,000円（数次再入国の場合）



同時に、大学へも「出国届」の提出が必要になります。大学は常に留学生の所在を把握しておく義務があります。日本から一時的に出国する場合は、学生支援グループに必ず「出国届」を提出してください。

留学時、如果利用休息期间回国或海外旅行等，出国前必须办理「再入国许可」手续。没有办理「再入国许可」而出国的话，返回日本的时候必须重新申请「入境签证」，因此请一定取得再入国许可后再出国。

但是，「再入国许可」的有效期为在留期间，并且规定从许可日起不能超过3年。

申请再入国许可，请到入国管理局办理。如果距离出国之日有1个月以上的时间，学生支援部的职员可以代替留学生去入国管理局办理手续。因为是利用业务间隙时间办理，所以对学生的突然要求不能给予帮助(自己去入国管理局办理)。请留出充裕的时间，到学生支援部商量。

需要的文件如下。

- 再入国许可申请（国际化推进室备有）
- 护照
- 外国人登记证
- 学生证
- 手续费 3000 日元(只限一次的情况)，6000 日元(数次再入境的情况)

同时，需要向大学提交「出国申请」。通常，大学有掌握留学生活动的义务。一时离开日本出国的时候，请务必向学生支援部提交「出国申请」。

VII. 帰国の準備（回国的准备）

1. 帰国日について（关于回国日）

帰国予定日を決め、あらかじめ国際化推進室に知らせてください。出発時間や航空便あるいはフェリーの便名などが決まったら、すぐに国際化推進室にお知らせください。空港あるいはフェリー乗り場までの交通の手配をします。



決定回国予定日期后, 请事先通知国际化推进室。出发时间及航空或轮船的班次确定后, 请立刻通知国际化推进室。我们将安排去机场或轮船港口的交通工具。

2. 関係者への挨拶（对有关人员的问候）

チューター教員、ゼミの仲間、お世話になった教職員、宿舎の近所の方などに、帰国の挨拶をしましょう。帰国日を伝え、お礼の気持ちを言います。あなたの態度が良ければ、次にあなたの大学から来る交換留学も気持ちよく受け入れてもらえます。日本では、「立つ鳥、跡を濁さず」といいます。帰国する時の別れの態度で、あなたの人物のすべてが見られます。

要向指导教师、专门演习的朋友、关照过你的教职员，宿舍邻居等做回国的问候。告诉他们回国日，表达一下感谢的心情。如果你的态度好，下次来自你们大学的交换留学生也能受到欢迎。日本有句话叫「雁过留声，人过留名」。从回国时离别的态度，能看出你整个人的品行。

3. 別送品（另寄品）

自分で航空機やフェリーに持ち込む荷物の重量をあらかじめ調べて、重量を超える場合は別送品としてあらかじめ船便などで送りましょう。自分の力だけでもてないような量の荷物は、持ち帰ることができません。

事先调查自己可以带进飞机以及渡船的行李的重量，超重的时候，请另外用海运邮寄。单靠自己力量带不了的物品，是不能带回去的。

4. 宿舎の掃除（宿舎衛生）

先にも書いたように、宿舎の掃除は部屋を借りていたあなたの仕事です。あなたの国では、寮や宿舎の掃除をする人が雇われていたかもしれませんが、日本ではすべての学生が自分で寮や宿舎、民間アパートを掃除して元通りにして出て行きます。元通りになっていないと、掃除代やハウスクリーニング代、修理代などが請求されるのが日本のルールです。

像前面写到过的那样，打扫宿舍是租房人的工作。在你们国家，可能是雇人打扫宿舍，但是在日本所有的学生都是自己打扫宿舍、民间公寓，打扫干净恢复原样后再离开。没有恢复原样的话，就会要求你支付打扫费、家庭卫生费、修理费，这是日本的规定。



VIII. すでに日本で生活している交換留学生から、今から日本へやって来る交換留学生の皆さんへのアドバイス（目前已在日生活的交換留学生对即将来日的交換留学生的建议）

○なるべく授業が始まる数日前には来日して、いろいろな手続きをしたり、道を覚えたり、観光をしたりして日本の生活に慣れた方がよいと思います。

最好在上课开始的几天前来日本，办理各种手续、记住道路、熟悉周围环境，以便尽早适应日本的生活。

○山口は買い物がちょっと不便なので、必要と思われるものはできるだけ持ってきた方がよいです。

因为山口买东西稍微有些不便，认为必要的东西尽可能带来比较好。

○山口県立大学に着いたら、すぐに外国人登録証、国民健康保険及び国民年金などの手続きをしますが、外国人登録証は申し込んでから、交付されるまでに2週間ぐらいかかります。外国人登録証は、携帯電話を購入する場合や、銀行口座を開設するときが必要です。

到达山口县立大学后，马上办理外国人登记证、国民健康保险及国民养老金等手续，不过，外国人登记证从申请到交付要花费2周左右。外国人登记证对购买手机、开设银行账户等非常重要。

○みんな日本に来たら自然に日本語が話せるようになり、自然に聞き取れるようになると思うでしょう。これは本当に間違った考えです。私も来る前にそう思ったのですが、今はすごく後悔しています。来る前に時間がたくさんあったのにどうしてちゃんと勉強しなかったのか。だから、皆さんには来る前たくさん単語を身につけ、よく勉強して来日してほしいです。そうすれば、日本語がもっと早く伸びると思います。

大家可能都认为来日本后就会自然而然地说好日语，能听懂日语。这是一个错误的想法。我来日本之前也那样想，但现在非常后悔。来之前明明有很多时间学习为什么没认真学习呢？因此，希望各位来日本之前多掌握一些单词，好好学习再来日本。那样的话，日语就会早点儿得到进步。

○来てすぐにアルバイトを始めるよりも、とりあえず日本での生活に慣れたり、たくさん友達をつくることを優先させた方がよいと思います。

与其来日本后立刻开始打工，不如先适应日本的生活、多交一些好朋友更好。

○山口県立大学の学生はちょっと恥しがりやだだと思います。でも、自分から友達をつく

ろうと積極的に話しかけ、近づいて行くと、向こうもすぐに心を開いてくれます。だから、一番大事なのは自分の方から声を掛けることだと思います。

山口県立大学の学生稍微有点害羞。但是，像问他们能不能做个朋友这样，积极和他们搭话、接近的话，对方会马上向你敞开心扉。因此，我认为最重要的是自己先打招呼。

○せっかく日本に来られたのだから、しかもわずか一年しか居られないのだから、アルバイトばかりをするのではなく、大学の活動や、地域のお祭りなどに積極的に参加した方がよいと思います。大学での勉強だけではなく、日本の文化の実際に体験し、そうした活動の中で知り合えた人々の中で活きた日本語を伸ばしたほうがよいです。好不容易来到日本，而且仅仅只有一年的时间，最好不要只打工，要积极地参加大学的活动、地域的节日典礼等。不仅要在大学里学习，还要在实际体验日本文化，在这些活动中，从认识的人那儿学习生动的日语。

○山口県立大学では、留学生を個人として接してくれるので、一人一人に与えられるチャンスが多いです。このチャンスを掴んでいろいろなことを経験してほしいです。在山口県立大学，留学生每个人的各种机会都很多。希望你们抓住这种机会体验各种各样的事情。

○希望者には、山口県立大学から1台自転車が貸してもらえます。自転車が乗れない人は前もって乗る練習をしてきた方がよいでしょう。中国からきた留学生で、自転車で「日本一周」をした人もいます。对希望借车的人，山口県立大学可以借1台自行车。不会骑自行车的人事先先练习骑车吧。从中国来的留学生中，有骑自行车绕日本一周的人。

(注意！) 自転車の種類などは選べません。あくまでも貸与ですので、帰国前に国際化推進室に返却しなければなりません。

故障した場合は、自費で修理しなければなりません。

また、日本では自転車を盗む人がいますので、チェーンをかけるなどの自己管理が必要です。万が一盗まれたとしても、代わりの自転車はありません。

自行车的种类等不能选。因为终归是出借，回国前必须归还国际化推进室。

如果出现故障，必须自费修理。

同时，因为日本有偷自行车的人，需要系上链子等对自行车加强管理。万一被偷，没有替代的自行车。

○携帯電話の契約には、外国登録証と印鑑と学生証明書は必要品です。

ちなみに私が契約したのは au という会社のものです。

機種によって値段やサービス内容が異なりますので、自分にあったものを選びましょう。また、1年で解約しなければなりませんので、解約金が発生する場合があります。契約時にお店の方に良く内容を確認してください。

手机使用签约时需要使用外国人登记证，印章，学生证。

我使用的是 au 公司的手机。因签约的公司不同，价格和服务会有所不同。请选择适合自己的。而且一年之后解约时有时会需要交解约金。请在签约时进行确认。

○1ヶ月の生活費は、携帯電話代を含めると1ヶ月 50,000 円ぐらいかかると思います（始めの1ヶ月は日常生活用品や、調味料などを揃えますので、70,000 円ぐらいかかります）。

1 个月的生活费包含手机费的话，一般花费 50,000 日元左右（开始的 1 个月因为要买日常生活用品、调料等，花费 70000 日元左右）。

IX. おわりに（结束语）

すべてのページをきちんと読みましたか？

本学に来る留学生は、みんな初めから終わりまで全部読んで理解しているという前提で受け入れます。ここに書かれていたことを「知りませんでした」と言い訳をすることはできません。法律に触れるような違反があると、交換留学途中でもあなたの大学に通知が行き、留学途中で帰国をしなければならないことにもなりますので、不安なところがあれば、もう一度読み直してください。質問があれば、メールで国際化推進室に問い合わせをしてください。

ここに書いてあることは厳しいことのように感じるかもしれませんが、本学からあなたの大学に派遣される交換留学生も、あなたの国では「外国人留学生」として同じような入国の規則（国や文化によって異なります）や、生活の規則が課せられています。日本の場合は、「留学生 30 万人計画」を立てて、留学生を歓迎していますから、他の国のほうは規則が厳しいところもあるくらいです。交換留学制度を通して、国境を超え、文化の壁を越える経験は、あなたの人生にきっと豊かなものをもたらし、あなたを成長させてくれることと思います。若い時にしか挑戦できないものに、チャレンジするあなたを、山口県立大学は応援します。

好好读了全部的内容吗？

来本校的留学生，必须以从开始到结束全部阅读并理解本册内容为前提才能接收。不能以这里写的事情“不知道”为借口。如果有触犯法律等违法行为的话，交换留学中途也会通知你的大学，留学中途也得回国，如果有不太明白的地方，请再读一遍。有问题的话，用邮件形式向国际化推进室咨询。

这里写的事情你可能感觉很严厉，但是，我们学校到你们大学的交换留学生也必须遵守你们国家的“外国留学生”这种入国规则（根据国家和文化不同，规则不同）或生活规则。因为日本建立了“30 万留学生计划”，欢迎留学生，还有的国家规则更严厉一些。通过交换留学制度，跨越国境，超越文化的壁垒，一定能为你的人生带来丰富的体验，促进你的成长。你正在挑战的是年轻时才能挑战的东西，山口县立大学支持你。

山口県立大学特別聴講生願書

年 月 日

山口県立大学長 様

志願者

所属

大学

学部

学科

年 (

番)

氏名

⑩

住所〒

—

電話 ()

—

貴学において、下記の授業科目を履修したいので、特別聴講生として入学を許可くださるよう、学長（又は校長）の推薦書を添えてお願いします。

記

履修を希望する学部（・学科）の名称	学部 (学科)		
履 修 期 間	年度 前 期 ・ 後 期 ・ 通 年		
履修を希望する科目名	単位数	開 講 期 間	備考（集中講義の期間等）
		前 期 ・ 後 期 ・ 通 年	
		前 期 ・ 後 期 ・ 通 年	
		前 期 ・ 後 期 ・ 通 年	
		前 期 ・ 後 期 ・ 通 年	
		前 期 ・ 後 期 ・ 通 年	
		前 期 ・ 後 期 ・ 通 年	
合 計 単 位 数			

注：願書は、希望する学部（・学科）毎に提出してください。

履 歴 書

氏 名	(男 ・ 女)	生年月日	
在 籍 大 学 学 部 学 科		学 年	
e-mail アドレス			
出 生 地			
所 在 地	(電話番号)		
学 歴	年 月	入 学	学
	年 月	卒 業	業
	年 月	入 学	学
	年 月	卒 業	業
	年 月	入 学	学
	年 月	卒 業	業
	年 月	入 学	学
	年 月	卒 業	業
	年 月	入 学	学
大学卒業見込年月日	年 月 日		
今まで日本に来た回数	回		
1 番最近の来日の期間	年 月 日	～	年 月 日

※ 1 在留資格認定証明書を入国管理局に申請するために必要ですので必ずご記入ください。

※ 2 e-mail アドレスは、すぐに連絡の取れるパソコンのアドレスを記入して下さい。

宮野宿舎入居者（交換留学生）の心得

平成22年9月22日

宿舎を使用する学生は、公有財産であることを十分認識して管理・保全し、自分の持ち物と同じような気持ちで大切に使用してください。

規律が守れない場合には、勧告して退去してもらうことがあります。

1 入居について

(1) この宿舎に入居できるのは、正式に手続きをした交換留学生本人のみです。他の留学生や友人、家族等を勝手に同居させたり、宿泊させたりしてはいけません。

(2) 原則として、一戸に留学生3人（同性に限る）まで入居させることとします。

2 使用料・管理費について

(1) 使用料は、月額1人6,000円です。

(2) その他、管理費（ゴミ収集場管理費）を負担してもらいます。額は別にお知らせします。

(3) 使用料と管理費は、毎月20日までに国際化推進室に届けてください。一時帰国等でこの時期に不在になる場合は、事前に国際化推進室に預けてください。

3 宿舎の管理・保全の義務について

(1) 常に宿舎と付属施設・設備の使用について細心の注意を払い、いつもきれいな状態を維持してください。敷地内の草木の管理は、各号舎で行ってください。

(2) 入居者が宿舎又は付属施設・設備を失くしたり、壊したりしたときは、これを元の状態に戻し、又はその損害を賠償していただくことになります。

(3) 宿舎の全部又は一部を他人に貸したり、宿舎以外の目的に使用してはいけません。

(4) 宿舎の増改築・模様替え・その他工事を勝手にしてはいけません。

(5) 宿舎を修理する必要があるときは、国際化推進室に申し出てください。

(6) 長期休暇中は宿舎の清掃・点検に入ることがあります。前期9月20日から27日頃、後期は3月20日から27日頃です。この間は、宿舎に滞在できない場合があります。

4 経費の負担について

(1) 次に掲げる費用は、入居者の負担となります。

ア 水道・ガス・電気およびインターネットの使用料

- イ 布団代
- ウ 共同施設や維持管理に要する一般的な費用（2－（2））
- エ 入居者が宿舎を使用する場合に、負担すべきものと認められる費用

(2) その他、宿舎の維持管理に必要な費用で入居者の負担となるものについては、別添「宿舎修繕費用使用者負担基準」及び「宿舎等入居者負担基準一覧表」を参照してください。

5 来客について

- (1) 宮野宿舎に入居している学生以外が宿舎に入ることを禁止します。
- (2) 男子宿舎への女子学生の立ち入り、女子宿舎への男子学生の立ち入りを禁止します。

6 明渡しについて

- (1) 宿舎を退去しようとするときは入居前の状態に戻し、前日までに国際化推進室に申し出て、点検を受けてください。
- (2) 宿舎の鍵は、国際化推進室に必ず戻してください。

7 その他使用上の注意

(1) 建物関係

- ア 居室やその他の使用施設は常に整理・整頓を心がけ、清潔に保ってください。また、建具・設備等は丁寧に使い、壊したり汚したりしないように注意してください。
- イ 自転車には必ず鍵をかけ、敷地内に駐輪してください。道路には駐輪しないでください。
- ウ 災害その他の理由で建物が破損したときは、国際化推進室に申し出てください。

(2) 電気関係

- ア 電気のタコ足配線は、危険なのでしないでください。
- イ 各室の受口（コンセント）の電気容量を超えて使用すると、火災の原因になります。絶対にしないでください。

(3) 危険防止

- ア 火災防止のため、火気の取扱いには特に注意してください。
 - ・宿舎内は禁煙です。（室外で喫煙する時は、吸い殻の始末をきちんとしてください。トイレやゴミ箱に捨てないでください）。
 - ・外出時には、ガス・電気類を点検し、煙草の始末をきちんとしてください。
- イ ガス器具の取扱いには十分注意し、不完全燃焼することのないようバーナーの空気孔を調節したり、部屋の換気をよくしたりして、ガス中毒のおこらないよう注意してください。
- ウ 万一の火災等の避難について、日頃から留意し訓練をしておいてください。

(4) その他

ア テレビ・ラジオ・ステレオや楽器等の音をむやみに大きくしたり、大声や騒音を出したりして、近隣に迷惑をかけないように十分注意してください。特に夜10時以降は、騒いだり、洗濯機や掃除機を使ったりしないでください。

イ ゴミは決められたルールに従ってきちんと分別し、必ず回収日の朝に出してください（それより早く出すと、散乱したり悪臭のもととなったりするので、絶対にしないでください）。

また、ゴミや煙草の吸い殻、空き缶、ペットボトルなどをポイ捨てしないでください。

ウ ペットを飼わないでください。

エ 同じ宿舎内の共同で行う清掃・作業には積極的に参加してください。

オ その他、地域のルールを守って生活してください。また、他の入居者と良好な関係を保つよう努めてください。

平成 年 月 日

公立大学法人山口県立大学 理事長 様

住 所

所 属

職氏名

印

宿 舎 使 用 申 請 書

下記の理由により宿舎を使用したいので、承認されるよう公立大学法人山口県立大学宿舎管理規程第5条の規定により申請します。

記

申 請 の 理 由			
同居者の氏名年齢及び続柄			
現 在 の 家 屋 の 状 況	(部屋数) 部屋	(畳数) 畳	(面積) ㎡
参 考 事 項			