

# For **NEW** International Students

入学予定者のためのガイドブック

GUIDEBOOK

NAGOYA UNIVERSITY  
名古屋大学  
<http://www.nagoya-u.ac.jp>

# 目次

## Contents

はじめに	Foreword	… 2, 3
1. パスポート・査証 (ビザ)・ 在留カード	Passports/Visas/ Residence Card	
2. 気候と服装	Weather & Clothes	… 4, 5
3. 通貨・両替	Currency & Exchange	… 6, 7
4. 銀行・クレジットカード	Banks & Credit Cards	
5. 郵便局・FAX・宅配便	Mail/Fax/Parcel Delivery “TAKUHAIBIN” Service	… 8, 9
6. 電話・ インターネット接続	Telephone/Internet Access	
7. 物価・生活費	Living Costs	… 10, 11
8. 電源・電圧	Electricity	… 12, 13
9. トイレ・喫煙	Toilet & Smoking	
10. 保険	Insurance	
11. 病気・けが	Sickness & Injury	… 14, 15
12. 宿舎	Accommodation	
13. 持ち物	Things to Bring with You	… 22, 23
14. 大学での生活ー日本語 教育と専門分野の研究	Campus Life: Japanese Language Courses and Research at Graduate Schools	… 24, 25
15. 名古屋大学周辺	Around Nagoya University	… 28, 29
16. 気をつけること	Things to Watch out for!	
<b>資料1.</b> 先輩からのアドバイス	Appendix 1. Advice from Former Students	… 30
<b>資料2.</b> 空港から大学宿舎への 交通案内	Appendix 2. Transportation from the airport to Nagoya University and Dormitories	… 35
<b>資料3.</b> 名古屋大学到着後の チェックリスト	Appendix 3. Checklist of Things to Do upon Your Arrival at Nagoya University	… 40, 41
<b>資料4.</b> 在外日本公館リスト	Appendix 4. List of Japanese Embassies	… 42

名古屋大学へご入学おめでとうございます。

名古屋大学は1939年に国立大学として創設され、日本の中核的な総合大学として発展してきました。2004年4月に「国立大学法人名古屋大学」へと生まれ変わり、人文・社会・自然の学問分野を越えた自由な交流の場で、研究・教育の次の未来を拓いています。

このハンドブックは、これから名古屋大学へ入学する留学生を対象に、入学の準備に役立つことを願って作成しました。ここに書かれていないことで質問がありましたら各学部・研究科の留学生担当者または指導教員に問い合わせてください。

皆さんが名古屋大学で実り多い研究成果を上げ、世界の平和と発展に貢献することを願っています。

## 1. パスポート・査証(ビザ)・在留カード

名古屋大学で留学生として学ぶためには必ず「留学」の査証が必要です。

### 【大学推薦による国費外国人留学生(文部科学省奨学金留学生)】

- ①国費留学生の決定通知を受けたら、パスポート取得の手続きをしてください。
  - ②パスポートができたなら、自国の日本大使館(又は日本領事館)へ行って査証(ビザ)発給申請をします。
  - ③査証(ビザ)が発給され、パスポートが返却されます。
- ※パスポートの査証(ビザ)欄に“Government Scholar”の記載があることを確認してください。
- ※大使館推薦による国費外国人留学生は、在外公館の指示に従ってください。

### 【私費外国人留学生】

- ①名古屋大学から入学許可書が送付されたら、パスポート取得の手続きをしてください。
- ②名古屋大学の全ての学部・研究科で「在留資格認定証明書」交付申請の取次申請をしています。連絡がありましたら申請書、写真(4×3cm)2枚、その他必要な書類を名古屋大学に返送してください。大学から連絡がない場合は、入学先の学部・研究科又は指導教員等に問い合わせてください。

## Welcome to Nagoya University and congratulations on your entry!

Nagoya University was founded in 1939 as a Japanese National University and has developed to be one of the major universities in Japan. Nagoya University was restructured in April 2004 as a national university corporation and currently is exploring the future of research and education, through interdisciplinary exchanges between humanities, social and natural sciences.

This handbook is designed for international students joining Nagoya University, to help them to prepare for their departure to Nagoya, Japan. If you have any questions that are not covered here, please contact the foreign student advisor of your school or your academic supervisor.

It is our sincere wish that the international students gain fruitful academic results in Nagoya University and contribute to the world peace and development.

## 1. Passports / Visas / Residence Card

### Passports and Visas

You need a “College Student” visa to be able to enrol as an international student.

### Japanese Government Scholarship Students recommended by University

- (1) Apply for a passport as soon as you receive notification of your Japanese Government Scholarship award and placement in Nagoya University.
- (2) Take your passport to the Japanese embassy/consulate in your country and apply for a “College Student” visa.
- (3) You will be given a “College Student” visa and have your passport returned to you.
  - \* Confirm that “Government Scholar” is written on your visa.
  - \* The students who were recommended by the Japanese Embassy should follow the instructions given by the Embassy.

### Other Foreign Students

- (1) Apply for a passport as soon as you receive an offer of admission from Nagoya University.
- (2) All schools of Nagoya University will send you an application form for a “Certificate of Eligibility” (C/E). Please fill in the form and send it back to your school with two photographs (4×3 cm) and any other required documents. If the application form is not sent to you, please enquire at the Student Affairs Section of your prospective school or ask your academic supervisor.

- ③名古屋大学から「在留資格認定証明書」が送付されます。
- ④パスポート、「在留資格認定証明書」「入学許可書」を持って日本大使館(又は日本領事館)で査証(留学ビザ)発給の申請をしてください。
- ※日本大使館(又は日本領事館)によってはその他の資料の提出を求められることがありますから事前に確認してください。
- ⑤査証(ビザ)の発給とともにパスポートと「在留資格認定証明書」が返却されます。
- 「在留資格認定証明書」は日本入国時に提出しなければならないので必ず持参してください。**

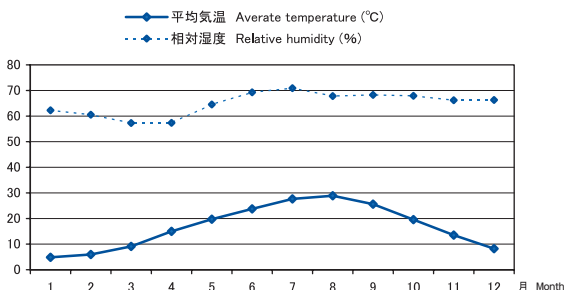
## 【在留カード】

留学生が成田空港・羽田空港・中部空港及び関西空港から入国する場合、旅券(パスポート)に上陸許可の証印をするとともに、在留カードが交付されます。すぐに在留カードに記載されている情報を確認し、氏名の綴りなど、誤りがあれば、その場で訂正してもらってください。この在留カードは、日本滞在中の身分証明書となり、いつでも持っていないくはなりません。なくさないように、気を付けてください。

## 2. 気候と服装

日本は春(3～5月)、夏(6～8月)、秋(9～11月)、冬(12～2月)の四季の変化がはっきりしています。名古屋の夏は気温が35℃以上に上がり、湿度も80%を超えて蒸し暑くなります。冬は、最高気温が10℃以下の日もあります。春や秋は過ごしやすいですが、朝晩は冷えることもあります。いろいろな気候に対応できる衣類を用意しましょう。また、大学の公式行事に出席する機会もありますから、それに適した服装も用意したほうがよいでしょう。

名古屋の平均気温・湿度・降雨量(2008～2010年の平均値)  
Average temperature, humidity and precipitation in Nagoya (Average)



- (3) Nagoya University will send your “Certificate of Eligibility” to you, as issued by Nagoya Immigration Bureau.
- (4) Take your passport, “Certificate of Eligibility” and the offer of admission from Nagoya University to the nearest Japanese Embassy/Consulate and apply for a “College Student” visa.
  - \* You may be asked to submit additional documents at the Japanese Embassy/Consulate. Please check in advance.
- (5) You will be given a “College Student” visa and have your passport and “Certificate of Eligibility” returned to you.

**Please be sure to bring the Certificate of Eligibility with you when you come to Japan. You are required to submit it to customs upon arrival at the Japanese airport.**

### **[Residence Card]**

When you enter Japan at Tokyo (Narita and Haneda), Osaka (Kansai) and Nagoya (Chubu) airports, besides having a seal of landing verification stamped in your passport receive a Residence Card. Please confirm the information on the card immediately and if you find any errors such as spelling mistakes of your name, please ask to correct them right on the spot. The Residence Card will be your official ID during your stay in Japan. Please be sure to carry the card with you at all times and be careful not to lose it.

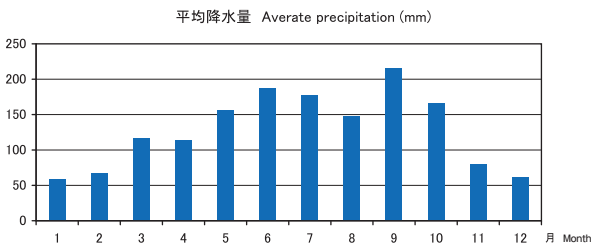
## **2. Weather & Clothes**

In Japan, there are four seasons, spring (March–May), summer (June–August), fall (September–November) and winter (December–February).

Temperatures in Nagoya in the summer exceed 35°C, and the humidity is very high. Minimum and maximum temperatures in winter can be below 10°C. The weather is nice in spring and fall, but it is a little cold early in the morning and late at night. Please bring various kinds of clothes. It is also advisable for you to bring appropriate attire for official ceremonies at the university.

名古屋地方気象台の観測値より)

from 2008 to 2010, by Nagoya Meteorological Observatory)



名古屋地方気象台

<http://www.tokyo-jma.go.jp/home/nagoya/>

日本気象庁

<http://www.jma.go.jp/>

### 3. 通貨・両替

**【通貨】** 通貨単位 円(¥)

硬貨の種類 = 1・5・10・50・100・500円

紙幣の種類 = 1,000・5,000・10,000円

**【為替】** 1 US ドル≒94円(2013年2月現在)

**【両替】** 日本の国際空港や名古屋市内の主な銀行・郵便局で外貨の両替ができますが、取り扱い外貨や営業時間がそれぞれ異なります。日本の空港に到着後、空港内の銀行で当座の費用(2～3万円、交通費・食費・宿泊費として)を両替することをおすすめします。特に、早朝や夕方以降の到着、週末に到着する場合は市内の銀行や郵便局では両替できませんので、空港で必ず両替してください。

● **空港での両替** 中部国際空港(セントレア)には三菱東京UFJ銀行、外貨両替サービス機関があり、主要通貨のトラベラーズチェック、キャッシュ(紙幣)ともに両替ができます。

<http://www.centrair.jp>

三菱東京UFJ銀行中部国際空港出張所：

外貨両替 6:00～22:00(旅客ターミナル2階)

トラベレックス(TRAVELEX)(アクセスプラザ)：

外貨両替 7:00～22:30

● **大学内での両替** 名古屋大学内郵便局で扱う現金(紙幣のみ)とT/Cの両替はアメリカ・イギリス・スイス・カナダ・オーストラリア・ユーロ・韓国の各通貨です(2013年2月現在)。

### 4. 銀行・クレジットカード

**【銀行】** 営業時間：平日9:00～15:00(土・日・祝日休業)

ATM 利用時間：7:00～23:00(一部利用時間が異なる)

時間帯により手数料が必要

**【クレジットカードとキャッシング】**

● **クレジットカード** 大手デパートやスーパーではクレジットカードが使えますが、一部の店では使えない場合があります。留学中にクレジットカードが必要な人は、来日前に自国で作ってきてください。日本ではクレジットカードの連帯保証人を探すことはとても困難です。

Nagoya Local Meteorological Observatory  
<http://www.tokyo-jma.go.jp/home/nagoya/>  
Japan Meteorological Agency  
<http://www.jma.go.jp/>

### 3. Currency & Exchange

**Japanese currency:** yen (¥)

Coins: 1, 5, 10, 50, 100, 500 yen

yen notes: 1,000, 5,000, 10,000 yen

**Exchange rate:** US\$1 = 94 yen (As of February 2013)

**Foreign exchange:** You can change money at international airports in Japan and most of the banks and post offices in Nagoya. It is advisable to change 20,000–30,000 yen at the airport when you arrive in Japan (for transportation fees, food, accommodation etc.).

If you arrive early in the morning, in the evening, at the weekend, or during a national holiday, you should make sure that you change money at the airport, because the banks and post offices will be closed.

● **Foreign exchange at the Central Japan International Airport (Centrair):** There is a branch of Bank of Tokyo-Mitsubishi UFJ at the Central Japan International Airport where you can change money. The bank handles major currencies in both cash and T/Cs.

<http://www.centrair.jp>

The Bank of Tokyo-Mitsubishi UFJ (Central Japan International Airport branch):

Currency Exchange 6:00–22:00 (2F)

TRAVELEX (Access Plaza):

Currency Exchange 7:00–22:30

● **Foreign Exchange on campus:** There is a post office on campus where money may be changed as follows: Notes and T/Cs in US, British, Swiss, Canadian, Australian, Euro, and Korean currencies. (As of February 2013)

### 4. Banks & Credit Cards

**Banks:** Open 9:00–15:00 (Mon.–Fri. closed on Saturday, Sunday and national holidays)

ATMs 7:00–23:00 (depending on the location)

Commission is charged depending on the time.

**Credit cards and cash advance**

● **Credit cards:** You can use credit cards at department stores and supermarkets, although you may not be able to use them at some shops.

**If you want to apply for a credit card, please obtain one in your country, as in Japan you may face difficulties finding a guarantor.**



● **キャッシング** クレジットカードによっては、「International ATM Service」の表示があるATMで日本円を引き出すことができるものもあります(VISA、MasterCard、またはPLus、Cirrusのサインがあるカード)。これらのATMは、一部の銀行、郵便局(名古屋大学内郵便局も可)、名古屋駅、栄周辺の大手デパートやホテルなどに設置されています。ただし、使えるカードは限定されており、24時間対応ではありませんので事前に確認して下さい。

## 5. 郵便局・FAX・宅配便

**【郵便局】** 郵便局は、郵便・保険・貯金業務を行っており、預金口座を開設してATMを利用することができます。名古屋大学内郵便局の営業時間は次のとおりです。

郵便	平日 9:00～17:00
貯金・保険・外貨両替	平日 9:00～16:00
ATM	平日 7:00～23:00 土曜日 9:00～21:00 日曜日・休日 9:00～17:00

(日本郵便 <http://www.post.japanpost.jp/>)

**【FAX サービス】** 大学生協および近隣のコンビニにFAXサービスがあります。

**【宅配便サービス】** 日本の空港に到着後、スーツケース等の荷物を空港から宿舎まで送ることができます。スーツケース1個につき送料は2,000円ぐらいです。(7:00～22:00) 普通1～2日で宿舎に配達されます。(名古屋大学留学生宿舎の住所は「12. 宿舎」を参照)

## 6. 電話・インターネット接続

公衆電話は、国内へは10円硬貨、100円硬貨、テレフォンカードが使えます。国際通話用のプリペイドカードを使用すれば、携帯電話や公衆電話から海外へ電話ができます。これらのプリペイドカードは、空港やコンビニなどで販売されています。

(NTT西日本 <http://www.ntt-west.co.jp/>)

**海外から名古屋に電話する：**

81(日本の国番号) + 52(地域番号) + (相手の電話番号)

● **Cash advance:** In some cases you can withdraw money by credit card at ATMs displaying an ‘International ATM Service’ sign (Visa, MasterCard, or any other card with Plus or Cirrus symbols). These ATMs are accessible at banks, post offices (including the Campus Post Office), Nagoya Station, major department stores and hotels in Nagoya. Be aware the cards available are limited and the ATMs are not open 24 hours. Please get information in advance.

## 5. Mail / Fax / Parcel Delivery “TAKUHAIBIN” Service

**Post offices:** Post offices, besides handling mail, offer banking, insurance and other services. The post office on campus is open as follows:

Mail & parcels

9:00-17:00 (Mon.–Fri.)

Savings, Insurance & Foreign Exchange

9:00–16:00 (Mon.–Fri.)

ATM 7:00–23:00 (Mon.–Fri.), 9:00–21:00 (Saturday),

9:00–17:00 (Sunday and national holidays)

(Japan Post <http://www.post.japanpost.jp/english/>)

**FAX services:** Fax services are available at the Co-op store on campus and at convenience stores near the university.

**Parcel delivery “Takuhaibin” service:** When you arrive at an airport in Japan, you can send your luggage from the airport to your accommodation via the ‘Takuhaibin’ service. It costs about ¥2,000 for a standard size suitcase. This service is available from 7:00 to 22:00. It will be delivered to your address within a couple of days. Please refer to the Accommodation section (12) below for the addresses of Nagoya University dormitories.

## 6. Telephone / Internet Access

To use a public telephone, insert ¥10, ¥100 or a telephone card and dial. Several telephone companies issue prepaid telephone cards for international calls. When using one of those cards, calls to overseas can be made from a mobile phone or any public phone. Prepaid telephone cards are available at airports and convenience stores.

(NTT WEST <http://www.ntt-west.co.jp>)

**Overseas call to Nagoya:**

81 (Country code of Japan) + 52 (Area code) + (Number)

## 日本から海外に電話する：

(電話会社コード) + 010 + (国番号)  
+ (地域番号) + (相手の電話番号)

## 名古屋市外(国内)から名古屋に電話する：

052(市外局番) + (相手の電話番号)

通常、宿舎に電話は設置されていませんので、渡日後申請して設置するか、携帯電話を購入することになります。いずれも申請後、入手するまでに数日かかります。

インターネット接続は宿舎により異なりますが、個人の部屋でのインターネット接続契約ができます。費用は個人で負担しなくてはなりません。名古屋大学生は、学内でコンピューターや無線 LAN サービスを無料で使用することができますが、コンピューターの台数には限りがあり、すべてが24時間利用できるものではありません。それらのサービスを利用するには、ユーザー ID、パスワードが必要で、それらは所属学部／研究科での登録後に発行されます。

## 7. 物価・生活費

2013年2月現在

**【物価の目安】** 以下は平均的な物価です。参考にしてください。

牛乳 1リットル 約200円、ペットボトル500ml 約150円、  
米 450円/kg、ハンバーガー 130円、オレンジ 1個 100円、  
りんご 1個 150円、市バス 200円(1乗車)、  
地下鉄最低料金 200円、Tシャツ 1枚 約1,000円～、  
ジャケット 1着 約6,000円～(販売店により異なります)

### 【学生生活費の目安(単身者)】

授業料 535,800円/年(2013年度)

(正規学生の場合、ただし国費留学生は免除)

家賃(アパート) 約40,000～50,000円/月

光熱費(電気・ガス・水道) 約10,000円/月

通信費 1,500円～6,000円/月

食費 約45,000円/月

その他 交通費・書籍代・文具など

**【奨学金】** 名古屋大学の私費留学生のうち奨学金の受給者は約40%です。奨学金に頼らなくても卒業まで安心して勉強ができるように十分な経済計画をたててきてください。入学時には最初の1年間ぐらいは生活できる費用を準備してきてください。特に、私費留学生への奨学金の多くは支給対象者が「正規生」であり、「研究生」を支給対象とする奨学金はほとんどありません。

### Overseas call from Japan:

(A telecom company code) + 010 + (Country code)  
+ (Area code) + (Number)

### Long-distance call to Nagoya (within Japan):

052 (Area code) + (Number)

There is no telephone installed in your room. You will have to apply for installation or for a cellular phone after you arrive in Japan. After application, it will take several days before you have access to the phone.

Internet access varies by accommodation and residents can sign up for the internet connection in their rooms by themselves. Any expenses incurred must be paid by individual students. All Nagoya University students can use computers and wireless LAN services on campus for free. However, the number of computers is limited and not all services are offered on a 24-hour basis. To use those services, the user's ID and the password will be necessary, which will be issued after enrollment at your School.

## 7. Living Costs

As of February 2013

**Average prices:** For your reference.

Milk (1liter) ¥200, Soft drinks (500ml) ¥150, Rice ¥450/kg,  
Hamburger ¥130, Oranges ¥100 each, Apples ¥150 each,  
Bus fare ¥200 for a single ride, Subway fare minimum ¥200,  
T-shirts ¥1,000, Jacket ¥ 6,000.

There is price variation from store to store.

### Average expenses of student life (for one person):

Tuition fees:

¥535,800/year for a degree-seeking student (as of 2013)  
(Japanese Government Scholarship Students are exempted)

Monthly rent of a private apartment:

about ¥40,000-50,000

Utilities (electricity, gas and water charges):

about ¥10,000 per month

Communication charges:

about ¥1,500 ~ 6,000 per month

Food: about ¥45,000 per month

Personal expenses: transportation fees, books, stationery, etc.

**Scholarship:** Only about 40% of independently financed foreign students receive some kind of scholarship. You must have sufficient funds for all your living and educational expenses at least for the first twelve months of your stay in Japan. Research students are not eligible to apply for most scholarships.

**【アルバイト】** アルバイトをするには、入国管理局からの許可はもちろん、日本語能力や体力が必要です。アルバイトで生活することを安易に考えると、勉強や生活に支障をきたすので注意してください。新入生については、勉強や研究のスケジュールを把握するまでアルバイトをしないことをお勧めします。また、休学中はアルバイトはできません。

## 8. 電源・電圧

100v/60Hz(名古屋)でプラグ形状は並列2枚刃タイプです。プラグアダプターは電化製品店で購入できます。

## 9. トイレ・喫煙

トイレには洋式と和式があります。トイレットペーパーは流し、それ以外の物はすべて備え付けのゴミ箱に捨ててください。

日本では禁煙場所が多く、喫煙すると罰金が科せられる地域もあります。喫煙は喫煙可能な場所だけでしてください。トイレでの喫煙も禁止されています。

名古屋大学は2011年4月からキャンパス内では全面禁煙です。

## 10. 保険

2013年2月現在

留学生は、国民健康保険への加入が義務づけられており、これにより、保険対象の医療費の自己負担が30%となります。ただし、国民健康保険は、生命・事故・紛失・火災・賠償責任等を補償するものではないため、これらに自己責任で対応できるよう総合的な保険に加入してくることをお勧めします。大学生協でも様々な学生保険を取り扱っており、入学後に加入することもできます。これらの保険の保険料は自己負担です。日本への渡航に際しても保険をかけることをお勧めします。

**Part-time job:** International students can do part-time work after receiving permission from the Immigration office, but it is very difficult to find part-time work, especially when your Japanese language proficiency is not high enough. Working part-time while studying will make excessive demands on your time and health. Thus, it is unreasonable and impractical to base your study and financial plan on part-time work. For new students, we recommend that you do not start doing any part-time work until you have a full understanding of your study and research schedule. Please keep in mind that you cannot work in Japan while you have a leave of absence from university.

## 8. Electricity

The electrical voltage is 100 at 60 hertz in Nagoya.

Plug type: Parallel blade. Plug adapters are available in electrical appliance stores.

## 9. Toilet & Smoking

There are both western style and Japanese style toilets in Japan. Toilet tissue should be flushed away and any other items should be put in the box in the cubicle.

In Japan, there are many non-smoking areas and in some of these areas, penalty money is applied in case of smoking. Smoking is only allowed in the designated areas. Smoking is prohibited in the toilets.

Smoking is prohibited in all areas of Nagoya University from April 2011.

## 10. Insurance

As of February 2013

Foreign International students are required to join the National Health Insurance System. Upon joining the program, you will only have to pay 30% of medical costs at medical institutions. However, as the National Health Insurance System does not cover life, accidents, loss, fire, compensation etc, **you are advised to join other integrated insurance schemes, which cover those.** You can join these at the Co-op store of Nagoya University after your arrival. **You are responsible for the payment of insurance premiums.** It is also advisable to purchase traveler's insurance for your travel to Japan.

## 11. 病気・けが

留学の準備で忙しいと思いますが、食事や睡眠を十分とって、健康状態を最良に保ってください。アレルギーの検査なども済ませてくると、万一の場合に安心です。持病がある場合は、常備薬か医師の処方箋を持参するとよいでしょう。到着直後は、疲れや気候の変化、時差の影響で体調を崩すことがあります。無理なスケジュールは立てず、十分な休養を取ってください。また、緊張や環境の変化によって、精神的にも不安定になることがあります。一人で悩まず、大学の保健管理室や留学生担当教員などに気軽に相談してください。

## 12. 宿舎

2013年2月現在

名古屋大学には「留学生会館」「インターナショナルレジデンス東山」「国際嚶鳴館」「インターナショナルレジデンス山手ノース・サウス」および「石田記念インターナショナルレジデンス妙見」の5つの留学生宿舎があります。入居する宿舎は大学が決定します。

申込み先：所属予定の学部・研究科の事務室

申請時期：1月(4月入居)、7月(10月入居)

入居期間：原則6ヶ月間～1年(奨学金の有無・種類・宿舎によって異なります)

- \*入居できる日時を確認して、できるだけ平日に到着するようにしてください。
- \*宿舎に荷物を送る場合は、入居者が到着後に荷物が届くように手配してください。
- \*入居申請せず民間宿舎に入居する場合も、その旨事務室に連絡してください。

### 【留学生会館】



所在地：〒466-0026

名古屋市昭和区陶生町2-23

TEL：81-52-853-2901(事務室)

81-52-841-0211(学生呼び出し)

施設：

单身室(12.5㎡) 49室、夫婦室(35㎡) 5室、家族室(50㎡) 2室。図書室・娯楽室・補食室・和室・洗濯室・事務室等 \*各室には、ベッド・洋服ダンス・机・椅子・本棚・エアコン・冷蔵庫・靴箱等が備えつけられています。1階ロビーと2階娯楽室では無線LAN接続が可能です。東山キャンパスへ地下鉄で40分(自転車30分)くらいの学外の便利な場所にあり、近くにレストランや店もあります。日本人大学院生が3名チューターとして入居しています。

## 11. Sickness & Injury

While you are getting ready to come to Japan, you may be busy and stressed. In order to maintain a good health you should eat well and get enough rest. Please undergo a health check-up before you leave your country. You are also advised to take an allergy test as part of your check-up. If you suffer from any complaints, make sure you bring the necessary medicine or a doctor's prescription. After your arrival in Nagoya, it is advisable to take enough rest to keep yourself in good condition. You may feel tired because of the journey to Japan, different weather, and jet lag, etc. You may also sometimes feel uneasy because of stress or changes in circumstances. Please feel free to go to the health administration office or your international student advisor for a consultation. They will always welcome you.

## 12. Accommodation

As of February 2013

Nagoya University has five dormitories for foreign students: "Foreign Student House", "International Residence Higashiyama", "International Ohmeikan", "International Residence Yamate North & South" and "Ishida Memorial International Residence Myoken". You will be allocated to a dormitory by the University. Unfortunately you will not be able to state a preference.

Where you apply: at the office of your prospective school

When you apply:

in January for residence starting in April / in July for residence starting in October

Period of stay:

6 months–1 year (depending on your financial situation and dormitory)

*\*It is advisable to confirm available days and time to move in and arrive at the dormitory during weekdays.*

*\*In case you send your luggage to the dormitory, please arrange for it to be delivered after your arrival.*

*\*Even when you do not apply for dormitories, please inform the office of your plan.*

### Foreign Student House

Address: 2-23 Tosei-cho, Showa-ku, Nagoya 466-0026 Japan

Tel: 81-52-853-2901 (office),

81-52-841-0211 (for students)

Facilities: 49 single rooms (12.5 m<sup>2</sup>), 5 couples' rooms (35 m<sup>2</sup>) and 2 family rooms (50 m<sup>2</sup>). It houses a library, a common lounge, shared kitchens, a Japanese style room, laundry rooms and an administrative office. Each room is furnished with a bed, a wardrobe, a desk, a chair, an air conditioner, a bookshelf, a refrigerator, a shoebox etc. Wireless LAN connection is available at the lobby (1F) and the Japanese style room (2F). It takes about 45 minutes by subway (30 minutes by bicycle) to get to the Higashiyama Campus. There are restaurants and shops in the vicinity. Three Japanese graduate students live in the house as tutors.



費用(月)	単身室	夫婦室	家族室
部屋代	5,900円	11,900円	14,200円
共益費	6,000円	4,500円	4,500円
合計	11,900円 + 電気	16,400円 + 電気	18,700円 + 電気

### 【インターナショナルレジデンス東山】



所在地：〒464-0814

名古屋市千種区不老町 1

TEL：81-52-789-2197/81-52-747-6831

(事務室)

施設：

単身室(16m<sup>2</sup>) 95室、夫婦室(34m<sup>2</sup>)

25室。談話室・図書室・会議室・和室・洗濯室・多目的室・事務室等 \*各室には、台所・バス・トイレ・ベッド・洋服ダンス・収納庫・机・椅子・エアコン・冷蔵庫・靴箱等が備えついています。1階共用ロビーでは無線LANによるインターネット接続が可能です。日本人大学院生が5名チューターとして入居しています。

費用(月)	単身室	夫婦室
部屋代	5,900円	11,900円
共益費	3,580円	4,700円
合計	9,500円 + 電気・ガス・水道	16,600円 + 電気・ガス・水道

### 【国際嚶鳴館】



所在地：〒466-0811

名古屋市昭和区高峯町165

TEL：81-52-832-2736(事務室)

施設：

単身室(12m<sup>2</sup>) 計292室。日本人学生

232名と留学生60名の混住宿舎です。

洗濯室・キッチン・リビングは各階に

設置され、共同使用です。各室には、バス・トイレ・ベッド・ワードローブ・机・椅子・戸棚・下足箱・エアコン等が備えついています。

費用(月)	単身室
部屋代	4,700円 + 水道
共益費	4,000円
電気代	4,300円
合計	13,000円 + 寝具リース代 1,650円

Monthly fee	Single room	Couple room	Family room
Room charge	5,900 yen	11,900 yen	14,200 yen
Common expenses	6,000 yen	4,500 yen	4,500 yen
Total	11,900 yen + electricity	16,400 yen + electricity	18,700 yen + electricity

### International Residence Higashiyama

Address: 1 Furo-cho, Chikusa-ku, Nagoya, 464-0814 Japan

Tel: 81-52-789-2197/81-52-747-6831 (office)

Facilities: 95 single rooms for international students (16 m<sup>2</sup>) and 25 rooms (34 m<sup>2</sup>) for couples. It houses a lounge, a library, a meeting room, a Japanese style room, a laundry room, a cross-cultural room and an administrative office. Each room is furnished with a kitchen, a bathroom with toilet, a bed, a wardrobe, a closet, a desk, a chair, an air conditioner, a refrigerator, a shoe box, etc. Wireless LAN Internet connection is available at the Lobby on the 1<sup>st</sup> floor. Five Japanese graduate students live there as tutors.

Monthly fee	Single room	Couple room
Room charge	5,900 yen	11,900 yen
Common expenses	3,580 yen	4,750 yen
Total	9,500 yen + electricity, gas and water	16,600 yen + electricity, gas and water

### International Ohmeikan

Address: 165 Takamine-cho, Showa-ku, Nagoya 466-0811 Japan

Tel: 81-52-832-2736 (office)

Facilities: 292 single rooms (12m<sup>2</sup>). This dormitory is for 232 Japanese students and 60 international students. Each floor has a laundry room, a kitchen, and a living room for common use. Each room is furnished with a bathroom with toilet, a bed, a wardrobe, a desk, a chair, a closet, a shoebox, an air conditioner, etc.

Monthly fee	Single room
Room charge	4,700 yen + water
Common expenses	4,000 yen
Electricity	4,300 yen
Total	13,000 yen + bedding lease 1,650 yen

## 【インターナショナルレジデンス山手ノース】



所在地：〒466-0811

名古屋市昭和区高峯町165番地

TEL：81-52-835-5575

施設：

单身室(約15m<sup>2</sup>) 106室。ラウンジ・集中資源ごみ置き場・洗濯室(2室)・メールボックス・事務室等 各室には、寝具付きベッド(※)・机・椅子・電気スタンド・オープンクローゼット・収納棚・エアコン・テレビ回線・ゴミ箱・流し台・IH調理器(1口)・電子レンジ・冷凍冷蔵庫・換気扇・バス・トイレ・カーテン(2組)等が備えつけられています。

費用(月)	单身室
部屋代	25,000円(寝具料込)
合計	25,000円 + 電気・水道

## 【インターナショナルレジデンス山手サウス】

所在地：〒466-0811 名古屋市昭和区高峯町165番地

TEL：81-52-835-5575

施設：

单身室(7m<sup>2</sup>) 8室1ユニットを共同生活の単位として14ユニット、112名入居可能。各室には、エアコン・寝具付きベッド・洋服ダンス・書棚・机・椅子・卓上スタンドが備えられています。共用スペースのオープンリビング(23m<sup>2</sup>)には、キッチン・冷蔵庫・電子レンジ・テーブル・洗面カウンター3つ、ユニットシャワー2つ、トイレ3つ、洗濯・乾燥機各2台が設置されています。ノース・サウス共通の日本人大学院生6名が、チューターとして入居しています。

費用(月)	单身室
部屋代	20,000円(寝具料込)
合計	20,000円 + 電気・水道

### International Residence Yamate North

Address: 165 Takamine-cho, Showa-ku, Nagoya, 466-0811, Japan  
Tel: 81-52-835-5575

Facilities: Three-story building with 106 single rooms (approximately 15m<sup>2</sup>). It houses a lounge, a recyclable trash area, 2 laundry rooms, mail boxes and an administrative office. Each room is furnished with a bed with bedding (※), desk, chair, desk lamp, open closet, storage shelf, air conditioner, TV connection, wastepaper bin, sink, 1 induction heating (IH) cooker, microwave oven, refrigerator-freezer, ventilation fan, unit bathroom/toilet and curtains (2 sets), etc.

Monthly fee	Single room
Room charge	25,000 yen (Bedding included)
Total	25,000 yen + electricity and water

### International Residence Yamate South

Address: 165 Takamine-cho, Showa-ku, Nagoya 466-0811, Japan  
Tel: 81-52-835-5575

Facilities: This is a seven-story building. It has 14 units available for 112 international students. Each unit comes with a communal area and 8 single rooms. Each single room (7 m<sup>2</sup>) is furnished with an air conditioner, bed with bedding (※), open closet, bookshelf, desk, chair, and desk lamp. The kitchen, refrigerator-freezer, microwave oven, dining table, 2 shower booths, 3 vanity sinks, 2 washers and 2 dryers are all communal. There are 6 Japanese graduate students assigned to International Residence Yamate North & South as tutors.

Monthly fee	Single room
Room charge	20,000 yen (Bedding included)
Total	20,000 yen + electricity and water

## 【石田記念インターナショナルレジデンス妙見】



所在地：〒466-0814

名古屋市昭和区妙見町40番

TEL：81-52-835-3332（事務室）

施設：

単身室93室(15.1m<sup>2</sup>)。各室には、ミニキッチン(電磁調理器)・冷蔵庫・電子レンジ・ユニットバストイレ・寝具付きベッド・洋服ダンス・収納庫・机・椅子・卓上電気スタンド・エアコンがあり、共同施設には談話室とランドリールームがあります。日本人大学院生4名がチューターとして入居しています。

費用(月)	単身室
部屋代	25,000円(寝具料込)
合計	25,000円 + 電気・水道

(※)寝具の内容：掛布団・毛布・枕・ベッドパッド・掛布団カバー2枚・シーツ2枚・枕カバー2枚

●寝具リース料金 留学生会館及びインターナショナルレジデンス東山の場合、最初の1ヶ月間は入居者全員、それ以後は希望者に寝具のリースがあります。国際嚶鳴館入居者は全員入居期間中の寝具はリースすることになっています。入居の際、最初の6ヶ月分を納める必要があります。寝具の内容は、掛け布団、敷き布団、毛布、ベッドパッド、シーツ2枚、枕、枕カバーです。1ヶ月の料金は、単身室1,650円、夫婦室・家族室1,760円です。

●どの宿舎にも調理用具や食器はついていません。

●インターネット接続 どの宿舎においても、各室でのインターネット接続が可能ですが、指定の会社で個人契約することになり(インターナショナルレジデンス東山を除く)、費用は個人が負担します。

## 【国際留学生会館】

名古屋市が運営する愛知県内の大学、短期大学の留学生のための公営宿舎で、名古屋大学を通じて1月(4月入居)と7月(10月入居)に入居申請ができます。詳細は名古屋国際センターのウェブサイトで見ることができます。<http://www.nic-nagoya.or.jp/>

## Ishida Memorial International Residence Myoken

Address: 40 Myoken-cho, Showa-ku, Nagoya, 466-0814

Tel: 81-52-835-3332

Facilities: 93 single rooms (approximately 15.1m<sup>2</sup>). Each room is furnished with kitchen (IH cooker), refrigerator-freezer, microwave oven, unit bath room, bed with bedding (※), open closet, storage spaces, desk, chair, desk lamp, air conditioner. Communal space includes a conversation lounge and laundry rooms. There are 4 Japanese graduate students live in as tutors.

Monthly fee	Single room
Room charge	25,000 yen (Bedding included)
Total	25,000 yen + electricity and water

(※) Bedding: Set for each room comprises quilt, blanket, pillow, bed pad, 2 quilt covers, 2 bed sheets, 2 pillow slips

● **Bedding lease:** Residents of the Foreign Student House and the International Residence Higashiyama are requested to utilize the bedding rental service for the first month after their arrival. After one month, you can choose to cancel or continue the lease. All residents of the International Ohmeikan are requested to lease the bedding during the period of residence. The lease charge for the first six months should be paid at the beginning of the residency. Bedding consists of a mattress cover, two blankets, a pillow, two sheets and a pillowcase. The rental charge is 1,650 yen per month for a single room and 1,760 yen for couples and family rooms.

● Cooking utensils and tableware are not provided in either dormitory.

● **Internet Access:** Internet connection is available at each room in every dormitory, however, an internet subscription to a designated Internet Provider is necessary (except International Residence Higashiyama). Any expense incurred must be paid by individual students.

## International Student Center (ISC)

ISC is public accommodation organized by Nagoya City, for international students studying at universities or colleges in Aichi Prefecture. You can apply for this accommodation through Nagoya University in January (for residence starting in April) and in July (for residence starting in October).

Details are available on the web site of Nagoya International Center: <http://www.nic-nagoya.or.jp/>

## 【民間アパート】

名古屋大学周辺には民間アパートが数多くあり、不動産業者を通して探すことができます。契約時には約20～30万円が費用として必要となります。

●**保証人** アパートの賃貸契約を結ぶ際、連帯保証人が必要となります。名古屋大学留学生後援会は、留学生が(財)日本国際教育支援協会の「留学生住宅総合補償」制度に加入することを条件に、ある一定の範囲内で連帯保証人になります。

問合せ先：名古屋大学留学生後援会事務局(国際学生交流課内)

TEL：81-52-789-2166

●**宿舎斡旋サービス** 名古屋大学生協では、学生のための民間宿舎斡旋サービスを行なっています。その他、名古屋大学周辺にはいくつかの不動産斡旋業者があります。

北部生協すまいの斡旋コーナー

TEL：81-52-781-7503 営業時間：11:00～16:00

(土・日、祝祭日を除く)

名古屋大学消費生活協同組合(co-op)：<http://www.nucoop.jp/>

## 13. 持ち物

【必需品】当座必要な身の回り品、顔写真(\*1)、研究に必要なもの、生活費(\*2)、など(\*3)

(\*1) 渡日後、大学での登録のため写真が必要です。よく使うサイズは、3.0×2.5cm や4.5×3.5cm です。

(\*2) 文部科学省留学生の奨学金は、通常毎月下旬から月末に支給されますが、4月と10月は遅れる場合があります。大学の留学生後援会貸付金を利用することもできますが、生活費として十分ではありませんので、1500US ドルぐらい持参することをお勧めします。

(\*3) 特に健康上や宗教上の食事制限がある人は、生活に慣れるまで数日分の食料品を持参することをお勧めします。

【お勧め品】民族衣装や民芸品(国の紹介をする時に便利)、国や家族の写真(会話のきっかけになります)、料理用スパイス、常備薬、1～2回分の簡易食品(すぐにレストランに行けない時に役立つ)、目覚まし時計等

## Private apartment

There are many private apartments for rent around Nagoya University. You can usually find an apartment through an estate agent. Please be informed that if you rent a private apartment, you will need to pay about 200,000-300,000 yen at the time of concluding the contract.

● **Guarantor:** When you sign an apartment lease, a guarantor is usually required by the landlord. The Nagoya University International Students Support Association will be your guarantor on the condition that you join the International Student Housing General Compensation Plan of Japanese Education Exchange and Service.

(Contact: Office of Nagoya University International Students Support Association at International Student Exchange Div. TEL: 81-52-789-2166)

● **Housing Information Services:** Nagoya University Co-op (Seikyo) offers services to help students to find private apartments. There are some estate agents around Nagoya University.

Housing Service Corner at North Co-op:

TEL: 81-52-781-7503

Open: 11:00–16:00

(except Saturdays, Sundays and national holidays.)

Nagoya University Co-op: <http://www.nucoop.jp/>

## 13. Things to Bring with You

**Necessary items:** Personal belongings necessary for the first few days, including photos (\*1); things which are necessary for research, money for daily life (\*2), etc. (\*3)

(\*1) After your arrival, you will need photographs for the registration at your School. Commonly-used size are about 3.0×2.5 cm or 4.5×3.5 cm.

(\*2) The Monbukagakusho scholarship stipend is usually paid around the end of each month. However, in April and in October, the payment might be late. A loan from Nagoya University International Student Support Association is available, but it is not enough to live on for three or four weeks. We would like to suggest that you bring around US\$1500 for living expenses during this period.

(\*3) If you have any food restrictions due to health or religious reasons, it is advisable to bring some food for the first few days until you get used to life in Nagoya. From then on, you will get to know the shops or stores where you can buy the necessary items.

**Recommended items:** Traditional costume, handcrafts and pictures of your country or family to introduce yourself, your country and culture. Spices for national dishes, medicine, survival food for the first day or so are also useful. An alarm clock just in case you may need it.



## 14. 大学での生活－日本語教育と専門分野の研究

### 〈日本語教育〉

留学生センターでは日本語教育への多様なニーズに応えるために、様々な日本語コースを開講しています。

コースの詳細は、留学生センターホームページをご覧ください。

日本語プログラム

<http://www.ecis.nagoya-u.ac.jp/japanese/index.html>

### 全学日本語プログラム(前期：4～7月、後期：10～1月)

本学に在籍する外国人留学生(大学院生、研究生など)・客員研究員・外国人教師など、日本語の学習を希望する人は誰でも受講できます。

ただし、受講するためには、決められた期間内にインターネットによる登録申し込みが必要です。登録申し込みの詳細は下記の案内で確認してください。

全学日本語プログラムの案内

<http://www.ecis.nagoya-u.ac.jp/old/zengaku.html>

### 〈専門分野の研究〉

専門分野の勉強や研究においては、教員と学生の関係や研究室の雰囲気などに、独特な日本の大学文化があるといえます。以下は先輩留学生や留学生アドバイザーからの情報や意見です。

### 【文系】

- ある研究科では、大学院正規生はすべて研究室があり机を与えられます。研究室は個室ではなく共同なので机の配置等については大学院会(院生会)の管轄です。スペースが十分ないため問題が起きるかもしれませんが、譲り合う気持ちがあれば避けることができます。
- また、ある研究科では、「研究室＝勉強部屋」で大部屋に数十人だったり、博士後期課程に限りD1は大部屋、D2からは8人部屋というケースもあります。研究室の仲間が同じ研究をしているとは限りません。
- 研究は基本的には個人研究で、指導教員からテーマが与えられることはありません。従って、留学希望者が研究テーマ(大枠で)を自分なりにしっかりと持っていることが重要です。また、受け入れ指導教員の論文には目を通しておく等「主体性」が不可欠です。

## 14. Campus Life: Japanese Language Courses and Research at Graduate Schools

### <Japanese Language Courses>

The Education Center for International Students offers various courses in Japanese language. Details can be found on the ECIS website.  
<http://www.ecis.nagoya-u.ac.jp/en/japanese/index.html>

### University-Wide Japanese Language Program (Spring Semester: Apr.–Jul., Autumn Semester: Oct.–Jan.)

University-Wide Japanese Language Program is open for all international students including non-degree seeking students, researchers and faculty members of Nagoya University who want to learn Japanese.

To take this program, the Internet Registration is necessary within the fixed registration period. Please confirm the information about the registration on the web page.

Overview of the University-Wide Japanese Language Program  
<http://www.ecis.nagoya-u.ac.jp/old/zengaku.html>

### <Study and Research at Graduate Schools>

For your study and research, you may want to know about the relationships among professors and students or the atmosphere of laboratories, etc., which are considered to be quite unique in the Japanese university culture. The following are messages and opinions from former international students and their advisors.

### Arts and Social Sciences

- Some Graduate Schools provide a desk to every regular student in their study room. Study rooms/halls are usually shared with other students and the layout of their desks will be decided by the association of graduate students. Due to the small space that is shared by many people, some personal frictions may occur but are preventable by students showing common courtesy to each other.
- In some Graduate Schools, many students will share a single large room. In some cases, the number of students to share the same room changes depending on the grade of the course. When you are in first grade of the doctoral course, you will share with more than ten other students, when you are in second grade, with eight students, etc. Students who share a study room usually have quite different research topics.
- Research is an individual work and your academic supervisor will not set a research topic for you. Therefore it is important that you decide your research project by yourself. And it is advisable that you should conduct your research independently and that you read publications of your academic supervisor before you begin your research.

- 研究テーマがはっきり決まっていないう入学申請者は、書類審査に通りません。研究計画書がきちんと書かれていて初めて書類審査を受け、受け入れ指導教員が決まります。
- 旅費(学会報告も含む)、個人の本代、調査費用などすべて原則自弁です。よい論文を書くには資金が必要です。
- 基本的に個人研究ですが、指導教員のゼミに参加すれば同じ分野の人と研究交流ができます。ゼミで自分の研究を報告し他の人の意見を聞き、先生の指導を受けます。従って、ゼミは同じ分野を研究する仲間のグループとも言えます。
- ある先生の研究室では、留学生が毎日お昼ご飯を持ち寄り先生と一緒に食べています。また、学生がいつでも質問に来れるように会議と授業以外は研究室にいて気楽に質問に答えている先生もいます。

### 【理系】

- 文系の院生とは違い、工学系の院生は研究室に所属します。所属する研究室では室員(教員、技師、秘書、学生)との関係を大切にしてください。自分の研究だけのために研究室へ行くのではなく、他の学生の研究に興味を持ったり、研究室の皆が参加する研究会や行事には出来るだけ参加して周りの人との仲間意識を持つようにしてください。それによって研究も大きく進展します。
- 実験などで夜遅くまで研究室に残らなければならないことがあります。
- 学部生、大学院生を問わず勉強とアルバイトの両立は難しいので、私費留学生の場合には相当の意志の強さとパワーが必要です。一部の研究室ではアルバイトは事実上不可能なほどハードワークを期待されます。
- 受け入れ指導教員と、事前に研究テーマに関して十分コミュニケーションを取っておくことを勧めます。
- 教授や准教授など受け入れ教員は大変忙しいため、彼らから直接指導を受ける時間は少ないと言えます。研究室のシニアメンバー(助手・大学院生・PD・テクニシャン等)から教わる人が多いので彼らと良好な関係を築くことが大切です。

- If you do not decide your research theme, you will not be accepted. The research proposal is precondition of acceptance to the course.
- To succeed in your study in Japan, you need to make a financial plan. You have to pay for travel expenses to attend academic society meetings, field work trips, and the cost of books, etc.
- If you attend the seminar of your academic supervisor, you will meet other students and exchange opinions about your major field. You will make a presentation and listen to others' comments at the seminar. Your professor will supervise you at the seminar.
- Professors often eat lunch with students at their office. Some professors keep open the door of their office so that students can come and ask questions whenever they want.

### Engineering and Natural Sciences

- Nagoya university graduate students who are enrolled in natural sciences will also be members of a related research laboratory. This is one of the characteristics of engineering field and is different from the conditions that may apply in some of the graduate schools in the field of arts and social sciences. In *kenkyushitsu*, that is the laboratory, to which the student belongs, it is important to have cordial relationships with all the staff (academic members, technicians, secretaries and students) at all times. Students should not perceive their work in laboratory as a solitary research process. It is also an opportunity to learn from other students' research pursuit and exchange ideas. Students are strongly encouraged to take part as much as possible in the seminars and academic/social events in their laboratory, and utilize these opportunities to benefit from interacting with their colleagues. They should always act in a spirit of cooperation. This will enormously enhance their professional skills.
- You might have to work through the night at the laboratory frequently.
- You will be very busy at your laboratory and it is very difficult for you to juggle your research and a part-time job. You need a strong will and physical strength. You might be expected to work hard that makes it impossible to do a part-time job.
- It is advisable to communicate with your academic supervisor about your research project in advance.
- Professors and associate professors are usually very busy and you might be taught by senior members of the same laboratory. Therefore, please keep a good relationship with them.

## 15. 名古屋大学周辺

名古屋は、古くからの伝統を守り、「ものづくり」が盛んな人口約220万人の都市です。名古屋大学周辺は文教地区で、南山大学、中京大学、名城大学など多くの大学があります。そのため学生にとって暮らしやすい雰囲気です。すぐ近くに東山動植物園もあります。医学部がある鶴舞地区は市街地に近く、附属病院があります。いずれのキャンパスも交通の便が良いところにあります。

## 16. 気をつけること

- 1) 日本では、車は道路の左側を通行し人は右を歩きます。近距離の移動は自転車がよく使われます。交通規則の遵守が重要です。
- 2) 日本は安全な国として世界に知られていますが、最近の名古屋市は「ひったくり」や「空き巣狙い」などが頻繁に起きており必ずしも安全ではありません。そのため学内外を問わず自己防衛が必要です。夜道や寂しい場所での一人歩きは避けてください。
- 3) 日本に到着後はいろいろ物珍しく、時の経つのを忘れるかもしれませんが、しばらくすると文化や習慣の違いから苛立ちを覚えたり、自信を失って精神的に落ち込むことがあります。これはカルチャーショックといわれる異文化接触で生じる感情的衝撃です。異文化への適応過程で誰もが経験することです。そのようなときは、娯楽やおいしい食事で自分自身を楽にするようにしてください。また、一人で悩まず友人や教員などと話してみてください。
- 4) 日本文化はハイコンテクストの文化と言われ、言葉で表されない部分を察し、お互いにあいまいな言葉を使っても、その裏にある真意をくみ取ることが期待されると言われます。例えば、「いいえ」とはっきり断ることを失礼だと考え婉曲的な表現をすることがあります。日本文化に初めて接する人にとっては理解しにくいかもしれませんが、根気よく相互理解をすすめることが大切といえます。そうすれば、日本での生活がさらに充実したものになるでしょう。
- 5) 情報は大学内であっても日本語で提示されることが多く、大学外では一般に英語などの外国語はあまり通じません。出発前にできるだけ日本語を学んで来てください。

それでは、皆様とお会いできる日を楽しみにしています。  
旅のご無事をお祈りします。

## 15. Around Nagoya University

Nagoya City has a population of about 2,200,000. It has well preserved traditions and customs. It has also been a leading manufacturing industry center for generations. Nagoya University is located in an area of educational institutions. There are a few universities near Nagoya University, for example, Nanzan University, Chukyo University and Meijo University. This provides a good atmosphere for students. Higashiyama Zoo and Botanical Gardens are within a walking distance. The university hospital is located at the Tsurumai campus. Both campuses are easily accessible by subway and bus.

## 16. Things to Watch out for!

- 1) In Japan, cars keep left and people keep right. Bicycles are commonly used for a short distance. Following the traffic rules is very important.
- 2) Japan is not as safe as most people are led to believe. Recently, bag snatching and break-ins have increased in number in Nagoya. You need to be prepared both on- and off-campus. Avoid going out alone at night and keep away from deserted parts of town.
- 3) You may feel happy to be in a different culture just after your arrival. However, after a while, you may have negative feelings, become irritated, lose self-confidence, and feel depressed or frustrated because of the different culture and customs. This is so-called 'culture shock', a psychological state of depression caused by a succession of shocks. Culture shock is temporary and everybody goes through it to some extent in the process of cultural adaptation. If you feel any of the above, try to release yourself and enjoy some of your favorite pastimes. It is also recommended that you talk with your friends, teachers and advisors about your difficulties.
- 4) Japanese culture is classified as a high context culture, in which people expect others to guess what they want to say. Since Japanese people usually understand each other by using vague expressions, it may be difficult for foreigners to understand their intentions clearly. Japanese people often express things in a roundabout way because they feel it rude to express some things directly, such as saying 'No'. Therefore, a mutual understanding is called for.
- 5) Information on notice boards is mostly written only in Japanese, even in the university. Foreign languages including English are not as commonly understood as you may expect, especially off-campus. It is strongly recommended for you to study Japanese language as much as possible before you leave your country.

We look forward to seeing you in Nagoya and wish you a safe and pleasant trip.

## 先輩からのアドバイス Advice from Former Students -in their own words-

資料 1

### 【研究室について】

#### About the research atmosphere of the laboratory

☆ Entering into a Japanese lab I have found that I have gotten into a new family. Here, you will find real meaning of Japanese words *senpai* (senior) and *kouhai* (junior). I was receiving great supports from my *senpais* and professors. Now, I am a doctor candidate, and I am fully aware of my duty. I am enjoying taking care of my *kouhais*, academically and personally.

研究室は新しい家族のようで、「先輩」・「後輩」の本当の意味がわかります。私は最初、先輩や教員たちから支援を受け、今度は自分が後輩たちの研究や個人的問題を支える役を担うようになりました。

— A graduate student in Physics and Electronics, from Mongolia

☆ In the laboratory, one should respect the time. He should come and leave at his exact time. He should finish all what he should do before leave. Respect the rules of the department or the laboratory. Try to ask your seniors about things you don't know. Try to share your time with your department members in their activities and ceremonies. Don't be isolated alone. You should start to talk to them.

During your study of the Japanese language in ECIS, you should take this chance seriously and learn as much as possible, as this will help you very much in your future life and study in Japan.

研究室では時間管理と規則遵守が大切です。わからないことがあれば先輩に聞き、研究室の行事などに参加してチームワークを作り、自分から皆に話しかけることが必要です。留学生センターでの日本語の勉強は研究や生活にとっても役だつので、真剣に取り組むべきです。

— A graduate student in Medicine, from Egypt

☆ The academic life in my lab is quite hard sometimes because amount of work often increases very fast and always good results are expected. But as result of every project there is a good satisfaction and a lot of knowledge left to us. One of the most important things that I received in this country is the opportunity to develop my ideas and the resources to do it. An important point is to bring a lot enthusiasm and desire to work to get better results in your research.

私がいる研究室では、よい成果をめざして厳しい研究が行われています。プロジェクトごとに充実感や多くの知識が得られます。この国では自分のアイデアを発展させる機会とその環境があります。大切なのは、研究への情熱と願いを持つことです。

— A graduate student in Engineering, from Guatemala

☆ Both living and academic life at university is marvellous. Although during my initial days, I felt some hardships in adjusting the new culture and new style of living, I feel comfortable now. My major is Medicine but presently I am totally focused to learn Japanese as much as I can for the designated 6-months Japanese language course at ECIS. While in job and again a student is usually tough but I feel that I have managed it well now and it is the time to perform...

来日当初は新しい文化に慣れるのに苦労もありましたが、現在は研究も生活も楽しんでます。専門は医学ですが、今は留学生センターで6ヶ月の日本語コースに集中しています。仕事をしてきた者がまた学生に戻るのはいへんですが、なんとかやってきました。今度は本番です。

— A graduate student in Medicine, from Pakistan

☆ The life in the kenkyushitsu is full of international interaction, the students in GSID's "kenkyu" are not only ambassadors of their own countries but world citizens aware of the international issues and environment.

国際開発研究科の研究室は国際的で、学生たちは出身国の大使としてだけでなく国際的課題や環境を理解する世界市民として活躍しています。

— A graduate student at GSID, from Guatemala

☆ Japanese style is different from my country's academic life. It is a bit difficult, because of the language. You actually depend on your Sensei for any help. With Japanese, they actually seem to be hard to socialise with, maybe because of the language differences. One really needs to have some Japanese language training before coming to Japan to ease things.

日本の大学生生活は私の国と異なり難しいこともあります。すべてにおいて先生に頼らないといけないうし、日本人が打ち解けてくれるのもたぶん言葉の理由から、難しいと感じます。日本に来る前に日本語研修を受けていれば物事がかなり楽になると思います。

— A graduate student in Agriculture, from Namibia

☆ I wish I had studied a bit more Japanese before I came here. Thus, I could read and communicate with people more fluently. Also, my final entrance exam to the PhD Course of Graduate School of Economics is in Japanese language, so I need to study very hard. Fortunately, proficient tutors and the staff of NU are helping me a lot to learn Japanese quickly and to make my stay as comfortable as possible.

来日前にもっと日本語を勉強しておけば、講読やコミュニケーションがもっと楽にでき、日本語で行なわれる入学試験の準備もできたと思います。現在チューターや大学関係者に日本語や生活の支援を受けながらがんばっています。

— A graduate student in Economics, from Mongolia



☆ 心理学の研究室で勉強する前に留学生センターで日本語を勉強しています。とても忙しいです。たくさん宿題があつてたいへんですが、先生は親切です。日本に来るまえに日本語が上手でなくてもいいですが、来たら毎日よく勉強してください。

Before pursuing my major of psychology in Kenkyushitsu, I am now studying the Japanese language and I am very busy. There are many homeworks but the teachers are helpful. It is ok if you do not know the Japanese language very well, but once you are here please study as much as possible.

— A graduate student at Psychology, from Indonesia

☆ Here you will meet a variety of foreign students with different academic background but they all work very hard and can speak Japanese. So knowing Japanese will help you a lot, even for festival, daily life, or future work. If your country has a student association of your country, it is very convenient to contact them before coming, they will certainly be your warm safety net in any case. If not, do not worry. There are so many Japanese Associations to help you here and Foreign Student Advisors whom you can always talk with. Last but not least, professors, sempai and friends in your school are certainly important persons who will share with you the most fruitful as well as tiring moments in your study. Get ready and you will never regret.

ここには様々な学問的背景を持った、熱心で日本語も上手な学生たちが多くいます。毎日の生活や将来の仕事にも、日本語はとても大切です。自分の国の学生たちの組織があれば、渡日前に連絡をとっておくとよいでしょう。なくても日本人の組織や留学生アドバイザーたちが支援してくれます。学部の教員、先輩、友人たちもちろん苦楽を共にしてくれます。

— A graduate student at GSID, from Vietnam

☆ The atmosphere at my research lab is pretty straight forward: do homework, do research and study a lot! I would say Japan is a very beautiful place to study and live but for sure it has to be for people who are seriously committed to grow as human beings even though the difficulties present in this culture and language.

研究室の雰囲気は厳しく、宿題、研究、の連続です。日本の言語や文化は難しいと思いますが、日本は勉強や生活によい国です。もちろんこれは人々が人間として成長する努力をしているからだと思います。

— A graduate student at Engineering, AIT, from Nicaragua

## 【準備・持ち物について】

1. Some books related to your major subject for your research and entrance examination, also general books you like to read. You should also read some books about life and study in Japan before coming.

研究・入学試験勉強に必要な本、趣味の本、日本での勉強・生活に関する本を前もって読んでおくとよい。

2. Some souvenirs for your new colleagues, professors, or host families, especially if they reflect your country culture and traditions, like postcards, journals of your country, etc. You will definitely encounter many Japanese people or people from other countries, who are interested in your country. It would be easy and interesting if you explain them using stuffs you brought from you.

出身国の文化や伝統を表すようなお土産品。知り合う人たちに国の説明をするのにも役だつ。

3. Bring along some exiting items like country's flag, music, pictures of the one you loves to help you in coping with stress

ストレスに対処するための音楽や家族友人の写真。

4. Before coming is better to learn as much Japanese as you can to make your life easier and can communicate in a better way with more people after the 6 month Japanese course. Start now!

来日前に日本語の勉強をできるだけしておくことが必要。

5. Is good to investigate about your lab before coming to know which researches are they engaged now, the first challenge that you have in you lab is to choose a research topic. Is good to take a look to the lasts publication of your professor or proceedings of conferences were he participated.

研究室でどんな研究がなされているのか、指導教員の論文や発表について調べておくとよい。

6. A good and complete health check up is proper before departure to avoid small inconveniences on the first's months. A proper set of medicine of personal use is recommended, for headache, flu, fever and cold because it will be difficult to find the right medicine for you in the pharmacies in Japan since you cannot communicate with the pharmacists effectively.

健康診断、頭痛や風邪、熱などの薬。

7. Prepare to be open-minded and adaptable to the new culture, in which you are going to live, learn of it as much as you can before coming. Always keep in mind we are a sort of "goodwill ambassadors" in Japan.

新しい文化へのオープンな心、事前の勉強。留学生は民間大使のような役割もある。

8. Please bring originals of all your academic diplomas and other relevant documents such as a TOEFL Score.

卒業証明書や TOEFL スコアなど必要になりそうな証明書類の原本。

## 【その他】

☆ The international student community is big in Nagoya therefore the opportunities to find people with same language and similar culture are big. The Monbusho Scholarship is enough for your academic and daily life expenses allowing you to maximize the concentration of your activities in your studies.

名古屋には大きな留学生コミュニティがあるので、言語や文化の近い人たちと知り合う機会も多くあります。文部科学省の奨学金は研究や日常生活に充分な額なので、研究に集中することができます。

— A graduate student in Engineering, from Guatemala

☆ I am learning a lot about project management, Japanese culture of management, which makes me think that it was a vital decision to come to NU. I am sure that you will enjoy your time in NU, and learn things that you can not learn in your country.

現在の勉強を通して、名古屋大学に来る決心をしてよかったと思っています。皆さんもきっと、自分の国では学べないことを名大で学ぶことができるでしょう。

— A research student in Economics, from Mongolia

☆ 私は入学試験の準備のために専門の本や論文を読むようにしていますが、日本語のコースがたいへんであまり読めません。でも専門の先生は日本語コースが終わってから頑張って勉強すれば大丈夫だと言っています。

For my entrance examination I am trying to read more journals and books of my major, but the Japanese course is hard and I can hardly do it. The professor says it will be fine if I study hard after finishing the Japanese course.

— A research student in Psychology, from Indonesia

☆ It is my pleasure to write to you after more than 3 years living and studying in NU. A new and helpful school atmosphere is waiting for you at NU. Wish you all the best and have a pleasant trip to NU.

名古屋大学に留学して3年がたちますが、皆さんにメッセージを送れてうれしいです。名古屋大学は皆さんを喜んで迎えてくれます。名古屋へのよい旅を！

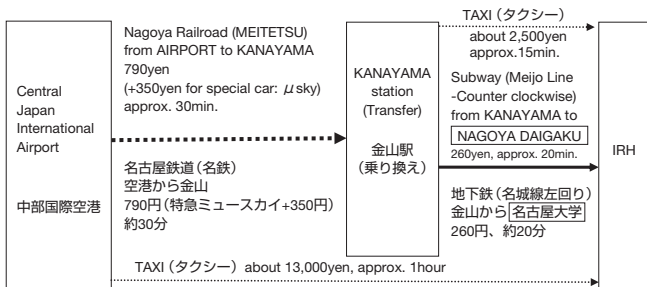
— A graduate student in GSID, from Vietnam

## 空港から大学宿舎への交通案内 Transportation from the airport to Nagoya University and Dormitories

資料 2

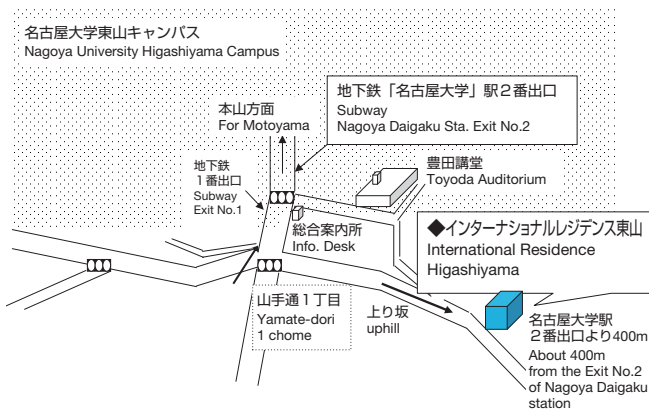
### ● 空港から名古屋大学インターナショナルレジデンス東山(IRH)へのアクセス

#### Access from the Airport to Nagoya University International Residence HIGASHIYAMA (IRH)



### < 最寄駅から宿舎まで

#### Direction from the nearest station to the dormitory



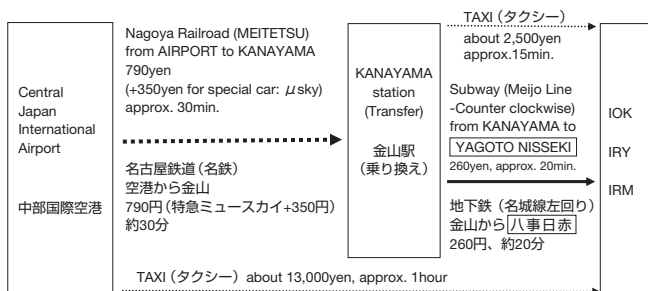
Address: Nagoya University International Residence Higashiyama  
1 Furo-cho, Chikusa-ku, Nagoya 464-0814

住所: 〒464-0814 名古屋市千種区不老町1  
名古屋大学インターナショナルレジデンス東山

TEL: 052-789-2197 / 052-747-6831 (IRH Office)

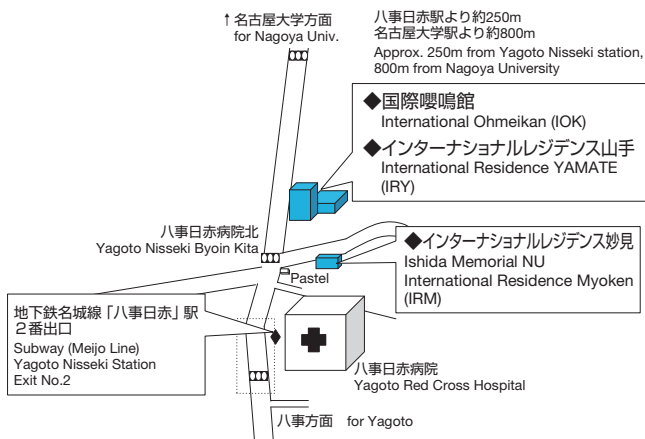
● 空港から名古屋大学国際喫鳴館(IOK)・インターナショナルレジデンス山手(IRY)・石田記念インターナショナルレジデンス妙見(IRM)へのアクセス

Access from the Airport to Nagoya University International Ohmeikan (IOK), International Residence YAMATE (IRY) and Ishida Memorial International Residence Myoken (IRM)



< 最寄駅から宿舍まで

Direction from the nearest station to the dormitory>

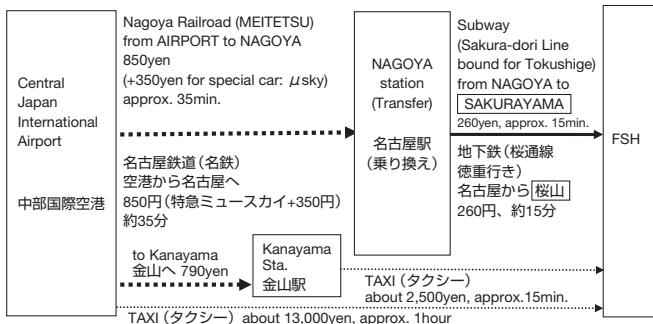


Address: Nagoya University International Ohmeikan / International Residence YAMATE  
165 Takamine-cho, Showa-ku, Nagoya 466-0811  
住所: 〒466-0811 名古屋市昭和区高峯町165  
名古屋大学国際喫鳴館/インターナショナルレジデンス山手  
TEL: 052-832-2736 (IOK Office) 052-835-5575 (IRY Office)

Address: Ishida Memorial Nagoya University  
40 Myoken-cho, Showa-ku, Nagoya 466-0814  
住所: 〒466-0814 名古屋市昭和区妙見町40  
石田記念名古屋大学インターナショナルレジデンス妙見  
TEL: 052-835-3332 (IRM Office)

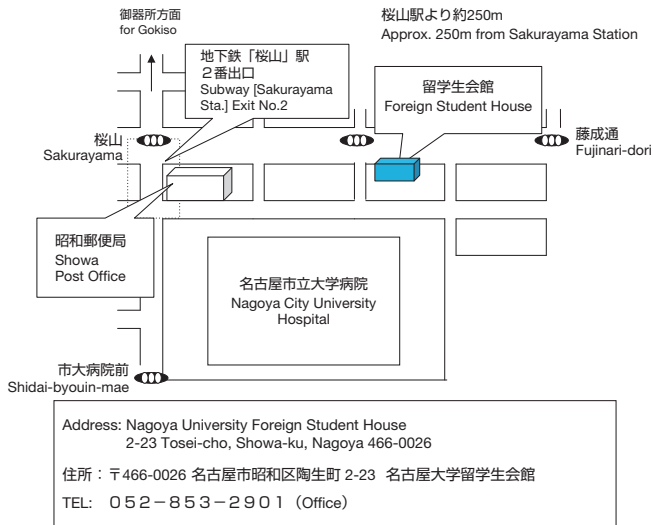
## ● 空港から名古屋大学留学生会館へのアクセス

### Access from the Airport to Nagoya University Foreign Student House (FSH)



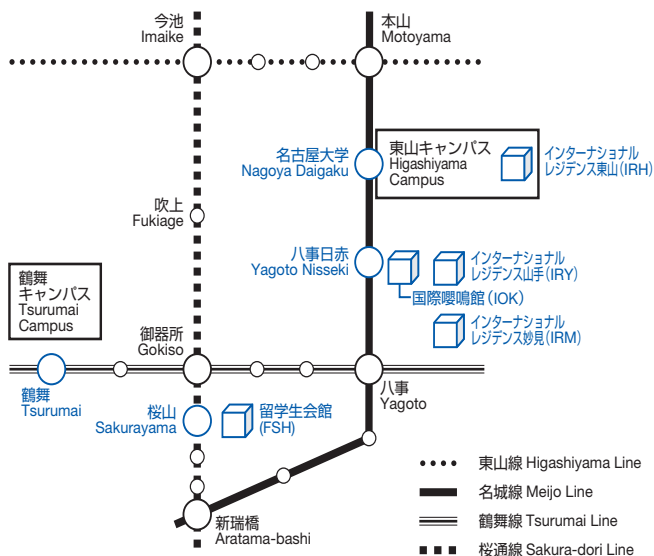
## < 最寄駅から宿舍まで

### Direction from the nearest station to the dormitory



## 名古屋大学／学生寮の地下鉄路線図

### Subway Map (NU campuses & NU dormitories)



名古屋鉄道(名鉄) Nagoya Railroad (Meitetsu):

<http://www.meitetsu.co.jp>

名古屋市交通局(地下鉄・バス)

Nagoya City Transportation (Subway & Bus):

<http://www.kotsu.city.nagoya.jp>

東海旅客鉄道(JR 東海)

Japan Central Railroad (JR Tokai):

<http://www.jr-central.co.jp>

— M E M O —



## 名古屋大学到着後のチェックリスト Checklist of Things to Do upon Your Arrival at Nagoya University

資料 3

### 住所の区役所で

#### 【市民課で】

- 住民登録(新住所・在留カード・パスポートを持参すること)。  
日本での新しい住所を届け、在留カードに住所を記載してもらうこと。既に日本で登録している人で引越した人は住所変更する。

#### 【保険年金課で】

- 国民健康保険<sup>\*2</sup>加入(すでに加入している人は住所変更)。登録した氏名のカタカナ表記をメモしておき、以降の諸手続きに利用する。  
→保険証発行について後日住所に通知が来る。
- 国民年金<sup>\*3</sup>加入・保険料免除申請(すでに加入している人は住所変更)  
→保険料について後日通知が来る。

\*1 在留カード日本での公的身分証明書であり、住所が記載されている必要がある。郵便局や銀行で預金口座を開設する時に必要。

\*2 p. 12参照。保険料は、前年度日本で所得のない人は減免されて毎月約1,000円、一定以上の所得があった人は毎月約4,500円。

\*3 20歳以上の住人が加入し、障害を負った時や高齢になった時に加入期間によって一定の保険金を受け取る制度。学生や所得の低い人は申請すれば保険料が免除になる場合があるので、加入と共に保険料免除申請をすること。前年度日本で所得がある場合や免除申請しない場合は毎月1万円以上の保険料支払いが必要になる。免除申請は毎年行なう。

## Contact the Ward Office of Your New Residential Address

### [Citizen's Section]

- Visit the local ward office with your new address in Japan, the Residence Card and Passport in order to register your address. The address should be entered on the Residence Card\*<sup>1</sup>. If you have already notified your address in Japan but moved to NU dormitories, please notify it at the Ward Office.

### [Insurance Desk]

- Please apply to register in the Japan National Health Insurance system\*<sup>2</sup> at the Ward Office. In case you already belong to the JNHI, contacting the local Ward Office will still be necessary if you are moving residences.
  - Please note that you will have to write your name in katakana letters when you register for your insurance. The katakana characters that you use to write your name in Japanese are the ones that will be used in other administrative procedures from thereon. Please make a note of them. A notification of issuance of the JNHI card will be mailed to your residential address.
- Apply to register with the National Pension System\*<sup>3</sup>. In case that you have already registered with the scheme, contacting the local Ward Office will still be necessary if you are moving residences. See below for exemptions.
  - A notification of the premium amount payable is sent to your residential address later.

\*<sup>1</sup>The Residence Card is your official ID in Japan, on which the residential address should be entered by the authority. The card is necessary to open a bank account.

\*<sup>2</sup>Refer to p. 13. The premium payable is reduced for those who were residents in Japan with no income in the previous year. The monthly premium with 70% reduction is about ¥1,000. For those residents who had more than the stipulated amount of income in the previous year, the premium will be about ¥4,500 a month.

\*<sup>3</sup>All residents who are 20 years old or above are required to register with this scheme. Contributing members are entitled to receive a pension upon retirement or in instances where they have to leave the workforce permanently on medical grounds.

●**Exemptions:** Upon making an application to the Ward Office, students and other residents with no income in the previous year in Japan may be exempted from making these contributions. Such exemptions can only be granted on an annual basis. This means you cannot be automatically exempted for a second year without making a new application at your Ward Office.

If you had over a certain amount of income in the previous year, or if you did not submit an application, the premium of more than ¥10,000 a month will be payable.

## 大学で

- 所属する学部・研究科などの事務室で必要事務手続きをする  
学部・研究科名：.....  
担当者名：.....  
連絡先：.....
- 指導教員に会う  
指導教員名：.....  
連絡先：.....
- 留学生担当教員<sup>\*4</sup>に会う  
担当教員名：.....  
連絡先：.....
- オリエンテーション<sup>\*5</sup>に出席する
  - ・ 全学新入留学生オリエンテーション  
日時・場所：.....
  - ・ 所属学部・研究科オリエンテーション  
日時・場所：.....
  - ・ 大学宿舎入居オリエンテーション  
日時・場所：.....
- 日本語講座受講希望者は登録期間内に申し込みをする。  
留学生センターで行っている全学向け日本語講座の受講は、インターネット上での申請が必要です。  
<http://www.ecis.nagoya-u.ac.jp/old/zengaku.html>
- 健康診断  
日時・場所.....

\*4 全学部・全研究科に留学生担当の教員がいます。

\*5 国際学生交流課が4月と10月の初旬に、全学の新入留学生を対象としたオリエンテーションを開催しています。学部・研究科や参加するコースによっては独自のオリエンテーションも行ないません。オリエンテーションや健康診断の日時は所属学部等の事務室でわかります。

## 資料4

### ◆ 在外日本公館リスト

#### List of Japanese Embassies

[http://www.mofa.go.jp/about/emb\\_cons/mofaserv.html](http://www.mofa.go.jp/about/emb_cons/mofaserv.html) (English)

<http://www.mofa.go.jp/mofaj/annai/zaigai/list/index.html>

## Things You Need to Do at the University upon Arrival

- School registration procedures  
School: .....
- Administrative Officer responsible for international student affairs  
Contact address/tel. no.: .....
- Meet your academic advisor  
Name: .....  
Contact address/tel. no.: .....
- Meet the foreign student advisor of your school\*<sup>4</sup>  
Name: .....  
Contact address/tel. no.: .....
- Attend the orientation programs\*<sup>5</sup>
  - University wide orientation for new international students  
Date & Time/Place: .....
  - Orientation program of the School  
Date & Time/Place: .....
  - Orientation program of the university dormitory  
Date & Time/Place: .....
- Apply for a Japanese course if you want during the registration period.  
The courses offered by ECIS should be applied for an internet.  
<http://www.ecis.nagoya-u.ac.jp/old/zengaku.html>
- Attend the Medical Check up  
Date & Time/Place: .....

\*<sup>4</sup>Each school has a faculty member designated as international student advisor.

\*<sup>5</sup>International Student Exchange Division organizes the orientation program for the newly arrived international students, at the beginning of the month of April and October. Some schools (or some courses) also have their own orientation programs. The details of the orientation programs and the medical check are available at the office of each school.

名古屋大学留学生センター  
**Education Center for International Students (ECIS)**  
**Nagoya University**

TEL: 81-52-789-5951    FAX: 81-52-789-5100  
URL <http://www.ecis.nagoya-u.ac.jp/>

住 所 : 〒464-8601 名古屋市千種区不老町  
Address : Furo-cho, Chikusa-ku, Nagoya 464-8601

**名古屋大学留学生センター**

Education Center for International Students  
Nagoya University