

\ 文教大生のための /

# 留学ハンドブック

HANDBOOK for  
STUDY ABROAD

## HBU 北海道文教大学



〒061-1449 北海道恵庭市黄金中央5丁目196番地の1

人間科学部  
健康栄養学科 / こども発達学科 / 地域未来学科

国際学部  
国際教養学科 / 国際コミュニケーション学科

医療保健科学部  
看護学科 / リハビリテーション学科 (理学療法学・作業療法学専攻)

留学生別科

大学院  
グローバルコミュニケーション研究科修士課程 言語文化コミュニケーション専攻 / 健康栄養科学研究科修士課程 健康栄養科学専攻  
リハビリテーション科学研究科修士課程 リハビリテーション科学専攻 / こども発達学研究科修士課程 こども発達学専攻

国際交流室 TEL: 0123-34-0146 FAX: 0123-21-9136

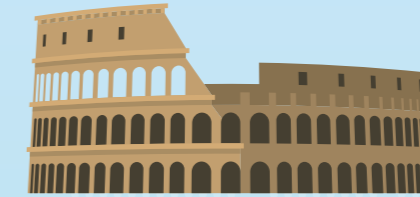
www.do-bunkyo.ac.jp E-mail: intexctr@do-bunkyo.ac.jp



New Zealand



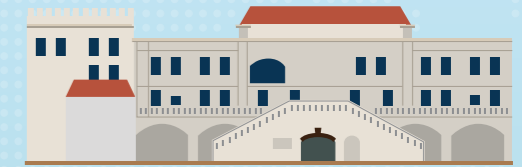
Russia



Italy



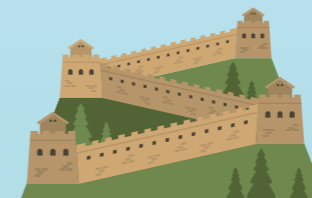
Canada



Ghana



Taiwan



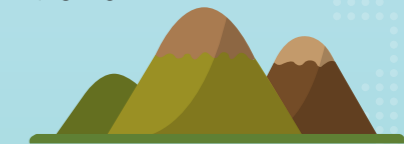
China



Korea



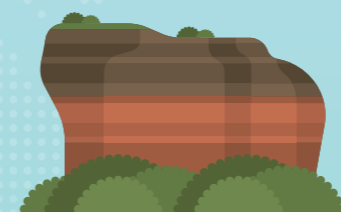
Vietnam



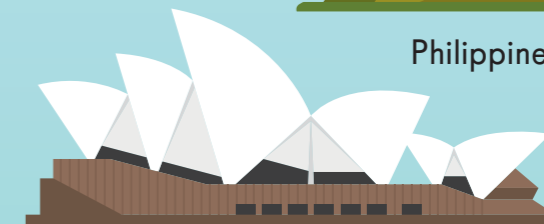
Philippines



America



Sri Lanka



Australia



## はじめに

北海道文教大学は2024年4月現在14の国及び地域の35大学との間で交流協定をもっています。2023年度にはフィリピン大学、ガーナ大学、食科学大学(イタリア)といった、新たな国の大学との協定を締結しました。また、2023年度は国際学部の海外短期研修に加え、医療系学生向けのイギリス海外短期研修制度も新たに設置し、今後すべての学部の学生が参加できる海外短期留学制度を充実させていきます。このような短期研修に加え、近年は、交換留学や私費での海外留学にチャレンジする学生も増加しています。

新しい価値観に触れるため、様々な国の人たちと繋がるため、語学力を上げるためなど、様々な理由から留学したいと考えている方は多いと思います。しかし、資金的な問題や4年間で卒業したい、語学の問題などの理由から、海外留学をあきらめている学生もいるかもしれません。

本学では海外留学する学生に対して、さまざまな資金的な支援をしています、また、外部の奨学金を受けるための指導を行うことで、資金の不安にこたえる対応をとっています。交換留学は将来のキャリア形成のために前向きにとらえる企業も増えており、長期の留学がキャリアにプラスの効果をもたらします。語学については、国際交流センターで教員や留学生との交流を通じた語学への取り組みなどの対応も行っています。皆さんには留学を志して本学に入学した頃の気持ちを失わないで留学にチャレンジして欲しいと思います。

しかし、留学は思い立ったその日に行けるわけではありません。留学には準備期間や申請に必要な書類など提出が必要です。それに、自分が行きたい国、または大学が募集をしているのか、その要項などはどのようなものなのか、奨学金はあるのか、滞在時に問題が発生した場合どうすればいいのかなど、行きたい気持ちはあるが、不安な方も多いでしょう。

本冊子は、留学に向けての準備などについて簡単にまとめたものです。留学に行く前に少しでも情報を集める材料として使っていただくと嬉しいです。

国際交流センター

## Contents

北海道文教大学の留学制度	2	学術交流協定校一覧	9
留学スケジュール	3	留学と危機管理について	11
海外留学の奨学金について	5	留学体験談	12
渡航までに必要な手続き	6	Q&A	17

# 北海道文教大学の留学制度

## ① 交流協定に基づく交換留学

海外の35大学と交流協定を結び、留学生の交換を行っています。派遣人数は各協定校との協議の上、決定します。

**授業料:** 本学には通常通り納入するが、留学先大学の授業料は免除。交換留学の条件は、各大学との協定内容によって異なります。往復交通費や海外旅行保険、生活費は自己負担となります。

**主な留学先:** 中国、台湾など

## ② 認定留学(国際学部のカリキュラム必修科目としての短期語学研修は除きます)

本学及び、留学先の授業料を納入することになります。単位の認定及び在学期間は算入されます。



### 1 短期海外研修

夏季・春季の休暇を利用し、1カ月程度のプログラムを指します。



### 2 中期・長期海外研修

1セメスター(15週間)程度または1年以内のプログラムを指します。  
**主な留学先** カナダ、オーストラリア、ニュージーランド、中国、韓国、台湾など

## ③ 休学期間中の海外留学

本学に籍を置いたまま、自分の目的や希望に合う留学先やプログラムを選ぶことができます。



## Notice

単位認定できる学校種は大学が認定したものに限り、事前にアドバイザー又は国際交流室に相談してください。

学則第28条の2の規定により、休学期間中の留学又は海外語学研修であっても「北海道文教大学学生の留学に関する規則」に基づき、手続きを行った場合は単位が認定されます。

## ④ オンライン留学プログラム

日本の自宅からインターネットを通じて海外大学の語学センター等のレッスンを受けたり、現地の学生やホストファミリーと交流ができるなど、渡航留学と同じ体験ができるプログラムです。

本学では渡航留学と同等の取り扱いをしており、学修時間を満たすプログラムであれば単位認定も可能です。



# 北海道文教大学の留学スケジュール

		4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月
交換留学	夏季	募集説明会		学内会議で承認	危機管理オリエンテーション	渡航							帰国
	春季							募集説明会		学内会議で承認	危機管理オリエンテーション	渡航	帰国 (翌年6月頃)
短期海外研修	夏季	募集説明会		学内会議で承認	危機管理オリエンテーション	渡航	帰国						
	春季							募集説明会		学内会議で承認	危機管理オリエンテーション	渡航	帰国
海外研修 中期・長期	夏季	募集説明会		学内会議で承認	危機管理オリエンテーション	渡航							帰国
	春季							募集説明会		学内会議で承認	危機管理オリエンテーション	渡航	帰国 (翌年)





# 海外留学の奨学金について

## ① 海外留学奨励金制度

本学に在籍する学生の海外留学費用の助成を行っています。  
人数は当該年度の予算の範囲内で決定されます。全学部の学生が対象です。

※国際学部 カリキュラムの必修科目としての短期語学研修は対象外です。

	中長期留学等	短期留学等
奨学金額	20万円(在学中1回限り)	単位認定プログラム 10万円 単位認定不可なプログラム 5万円 (国際学部の必修科目は対象外)
受給資格	学科長からの推薦を得た上で、 留学後に所定の レポート提出等を行う者。	学科長からの推薦を得た上で、 留学後に所定のレポート提出等を行う者。

※この助成金を受けるためには、事前研修に参加すること、留学終了後1カ月以内に所定の報告書を提出する必要があります。

## ② 日本学生支援機構海外奨学金とは

国内の学校在学中に海外大学等に短期留学する学生を対象とする有利子の奨学金制度です。貸与月額は2万～12万の中から選択し、留学時に必要な資金として、月額とは別に増額貸与を申し込むことが可能です。3カ月以上1年以内の留学で、「学生交流に関する協定等に基づく留学」か「留学により取得した単位が日本で在籍する大学等の単位として認定される留学」のいずれかに該当することが申込の条件です。留学開始月により申込期限が異なりますので、詳細は学内掲示板でご確認ください。

## ③ その他海外留学に関する奨学金・奨励金

その他団体による奨学金は学内掲示板でお知らせします。募集期間が短いものもありますので注意してください。



2023年10月より  
規程がされました!



# 渡航までに必要な手続き



前期	後期	認定留学 (大学が認定するプログラム)	交換留学
		説明会に参加	
4月～5月	10月～11月	参加申込書の提出(本学) 留学願の提出(本学) 奨励金助成願の提出(本学)	参加申込書の提出(本学) 留学願の提出(本学)
		留学申込書の提出(留学先) 参加承諾書の提出(本学) パスポートのコピーの提出(本学) 費用の支払い(留学先)	留学申込書の提出(留学先) 参加承諾書の提出(本学) パスポートのコピーの提出(本学)
6月	12月	入学許可書が届いたらビザを申請・航空券の手配	
7月	1月	旅費の支払い(指定する旅行会社) 危機管理オリエンテーションへの参加 本学が指定する海外旅行保険に加入	
8月～9月	2月～3月	渡航	
留学終了後		帰国後1カ月以内に「留学報告書」を大学に提出	



## Notice

個人で留学先を見つけて留学する場合は、留学先の指定する期日に手続きを行ってください。「留学願」「留学報告書」の提出が必要となりますので、アドバイザー又は国際交流室にご相談ください。

※水際対策(伝染病や有害生物などの上陸を阻止するために空港や港などで行われる、検疫や検査などの対策)等、帰国時に必要書類が増える可能性があります。



## 渡航までに必要な手続き

### … 入学願書について …

大学が提供するプログラムの場合は、願書、出願について大学が行いますが、自分で留学先を探す場合の私費留学は、必要な願書、付随する書類は各自で取り寄せ申し込んでください。

### … 留学ビザ(査証)の取得 …

留学先から入学許可書が届いたら、各自で当該国の大使館・領事館等へビザの申請をします。1 Semesterまたは1年にわたり勉学を目的として渡航する場合は、日本であらかじめ留学ビザ(査証)を取得する必要があります。渡航国によって申請方法、必要書類が異なります。各自で大使館・領事館のウェブサイトや電話などで最新の情報を確認してください。

### … パスポート …

パスポートの申請は各自で行ってください。指定された期日までにパスポートが取得できないと航空券の手配が遅れ、その後の手続きに遅れが生じます。パスポートの取得には申請してから最低でも1週間程度、戸籍謄本や住民票の取り寄せなどに時間を要します。余裕をもって必要書類を入手し、申請を行ってください。

### … 留学願 …

留学を希望する学生が大学から許可を得る為に必要な書類です。手続きをせず留学すると、留学先で修得した単位や在学期間等が全て無効となることもありますので注意してください。また、休学して海外に留学する場合は併せて休学願も提出してください。

### … 単位互換について …

単位互換(留学先で修得した単位を本学への卒業要件単位として認定すること)を希望する場合は、所属する学科の国際交流委員及び教務委員と十分に相談し、学科長に承認を受けた後で、大学に「留学願」を提出して、学長の許可を受けなければなりません。帰国後単位互換を希望する学生は、単位認定審査に必要な資料を持ち帰ってください。

必要なもの

- 成績証明書: 発行手続きは、日本に帰国する前に必ず現地で行ってください。  
※成績証明書が発行されない場合は、担当指導教員等に評価に関する証明を書いてもらうようにしてください。
- 講義要項又はコースガイド
- 大学要項: 学期日数・週コマ数・時間数などを説明したもの

### … 留学報告書の提出 …

帰国後1カ月以内に留学報告書を国際交流室に提出してください。

※奨励金の受給条件となりますので、対象者は期日までに必ず提出してください。



# 学術交流協定校一覧(2024年4月1日現在)(国・地域別)

<p><b>America</b> アメリカ</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>●インディアナ州立大学 場所: インディアナ州・テレホート 協定締結日: 2022年8月10日</li> </ul>	<p><b>Russia</b> ロシア</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>●サハリン国立大学 場所: サハリン州ユジノサリンスク市 協定締結日: 2001年6月27日</li> <li>●太平洋国立医科大学 場所: ウラジオストク 協定締結日: 2019年10月24日</li> </ul>	<p><b>Vietnam</b> ベトナム</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>●ハノイ国家大学外国語大学 場所: ハノイ 協定締結日: 2020年12月10日</li> <li>●水利大学 場所: □□□□□□□□□□ 協定締結日: 2023年11月1日</li> </ul>	<p><b>Philippines</b> フィリピン</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>●フィリピン大学 場所: マニラ ケソン市 協定締結日: 2023年12月1日</li> <li>●ア克蘭国立大学 場所: パナイ島ア克蘭州 協定締結日: 2023年12月1日</li> </ul>
<p><b>Canada</b> カナダ</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>●ビクトリア大学 場所: プリティッシュ・コロンビア州ビクトリア 協定締結日: 2015年6月19日</li> </ul>	<p><b>Australia</b> オーストラリア</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>●サザン・クロス大学 場所: ニューサウスウェールズ、リズモア、他 協定締結日: 2006年8月31日</li> </ul>	<p><b>Thailand</b> タイ</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>●シラパコーン大学 場所: □□□□□□□□□□ 協定締結日: 2024年1月15日</li> </ul>	<p><b>Sri Lanka</b> スリランカ</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>●ルフナ大学 場所: マタラ 協定締結日: 2018年12月19日</li> </ul>
<p><b>Korea</b> 韓国</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>●湖南大学 場所: 光州廣域市 協定締結日: 2007年12月26日</li> </ul>	<p><b>New Zealand</b> ニュージーランド</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>●アラ インスティテュート オブ カンタベリー 場所: クライストチャーチ、ティマル 協定締結日: 2016年11月8日</li> </ul>	<p><b>Ghana</b> ガーナ</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>●ガーナ大学 場所: アクラ州レゴン 協定締結日: 2023年11月1日</li> </ul>	<p><b>Italy</b> イタリア</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>●食科学大学 場所: ピエモンテ州ポッレンツォ 協定締結日: 2023年11月14日</li> </ul>
<p><b>Taiwan</b> 台湾</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>●静宜大学 場所: 台中市 協定締結日: 2006年4月24日</li> <li>●開南大学 場所: 桃園市 協定締結日: 2017年11月22日</li> <li>●致理科技大學 場所: 新北市 協定締結日: 2019年4月30日</li> <li>●元智大学 場所: 桃園市 協定締結日: 2022年9月8日</li> </ul>	<p><b>China</b> 中国</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>●西安外国語大学 場所: 陝西省西安市 協定締結日: 1999年11月17日</li> <li>●瀋陽大学 場所: 遼寧省瀋陽市 協定締結日: 2015年6月16日</li> <li>●遼寧石油化工大学 場所: 遼寧省撫順市 協定締結日: 2016年2月17日</li> <li>●長春財経学院 場所: 吉林省長春市 協定締結日: 2017年11月30日</li> <li>●河北旅遊職業学院 場所: 河北省承德市 協定締結日: 2017年11月22日</li> <li>●浙江万里学院 場所: 浙江省寧波市 協定締結日: 2017年12月30日</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>●西南大学 場所: 重慶市 協定締結日: 2022年5月18日</li> <li>●吉林財経大学 場所: 吉林省長春市 協定締結日: 2008年9月3日</li> <li>●広東外語外貿大学南国商学院 場所: 広東省広州市 協定締結日: 2009年3月18日</li> <li>●湖南大学 場所: 湖南省長沙市 協定締結日: 2001年1月15日</li> <li>●渭南師範学院 場所: 陝西省渭南市 協定締結日: 2017年12月25日</li> <li>●湖南師範大学 場所: 湖南省長沙市 協定締結日: 2009年1月5日</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>●遼寧大学 場所: 遼寧省瀋陽市 協定締結日: 2022年12月21日</li> <li>●南昌理工学院 場所: 江西省南昌 協定締結日: 2023年12月1日</li> <li>●西安明德理工学院 場所: 陝西省西安 協定締結日: 2023年12月1日</li> <li>●黒竜江外国語学院 場所: 黒竜江省 協定締結日: 2023年12月1日</li> </ul>





# 留学と危機管理について

自然災害、感染症、テロ、交通事故、暴力犯罪等に巻き込まれる可能性は常にあります。自分の身は自分で守るということを再認識し、留学中は日本で生活する時以上に安全に注意して行動することが大切です。渡航先の治安・医療事情の最新情報は、出発前に必ず入手してください。

外務省海外安全ホームページ <https://www.anzen.mofa.go.jp/>

外務省世界の医療事情 <https://www.mofa.go.jp/mofaj/toko/medi/>

## 連絡先の周知

感染症の流行やテロ等、留学に係わる重大な問題が発生した場合に大学からメールにより連絡する時があります。留学期間中の連絡先(留学先で使用する電話番号及びメールアドレス等)は、家族、国際交流室に必ず知らせ、変更があった場合は速やかに連絡してください。

現地に到着して、出迎えの人に会えた後、その旨をすぐに国際交流室に連絡してください。

国際交流室メールアドレス [intexctr@do-bunkyo.ac.jp](mailto:intexctr@do-bunkyo.ac.jp)

## 在留届

外国に住所・居所を定めて3カ月以上滞在する日本人は、「在留届」を提出することが義務付けられています。留学先到着後速やかに、手続きを行ってください。緊急事態発生時には日本大使館や領事館が安否確認等を行います。



在留届電子届出システム「ORRnet」  
<https://www.ezairyu.mofa.go.jp/RRnet/>

## たびレジ

外国での住所・居所を定めず、海外に3カ月未満滞在中に、「たびレジ」に登録すると、登録された連絡先を基に日本大使館が在留邦人に出す緊急一斉通報や、最新渡航情報をリアルタイムで受け取ることができます。



外務省海外旅行登録「たびレジ」  
<https://www.ezairyu.mofa.go.jp/tabireg/>

いつ起こるか分からない事故や災害、緊急事態...  
自分や家族の安全のためにもいざという時に役立つ「在留届」及び「たびレジ」をお忘れなく!!

# 外部奨励金の申請書類等、相談からサポートします!



## トビタテ! 留学JAPANプログラム(文部科学省)

選べる3つのコース

留学計画の内容により、以下の3つのコースから選んで応募しましょう。

- イノベーターコース** (50名) | 自ら課題を設定し解決に向けて試行錯誤し、独自の構想力をもって既存の枠組みを超えた新たな価値を創造しようとする(ゼロをイチにする)挑戦的な留学計画
- STEAMコース** (100名) | 日本及び世界の社会課題解決のための技術革新や新産業創出に貢献するSTEAM (Science, Technology, Engineering, Art, Mathematics)領域における留学計画
- ダイバーシティコース** (100名) | 派遣留学生の専門領域における課題解決に取り組む留学計画(スポーツ、芸術、人文学、社会科学、総合知領域等を含む多様な領域)

※支援人数全体(250名)の1割程度【新・大学1年生】を採用予定 ※STEAMコースの1割程度【高等専門学校生】を採用予定

## 応募・選考スケジュール



- 派遣期間: 1カ月以上1年以内
- 奨学金: 60,000円~160,000円/月
- 留学準備金: アジア150,000円、その他地域250,000円
- 授業料: 上限300,000円

## 北海道未来チャレンジ奨学金(北海道)

- 学生留学コース** | 本道の強みや優位性を活かし、地域の課題解決につながる学生向けコース
- スポーツコース** | オリンピック・パラリンピックなど世界の舞台で活躍できるアスリートの育成を目指す指導者向けコース
- 文化芸術コース** | 美術、音楽、舞踊、演劇、舞台技術、映画などでの国際的な活躍を目指すアーティスト向けコース
- 未来の匠コース** | 料理、製菓、木工、服飾、皮革製品など「つくる」で北海道ブランドを発信し、世界レベルでの活躍を目指す職人向けコース

- 派遣期間: 3カ月以上1年以内
- 奨学金: 120,000円~160,000円
- 留学準備金: アジア100,000円、その他地域200,000円
- 募集: 4月~5月 選考5月~6月 派遣7月下旬以降派遣
- 授業料: 上限300,000円

## 留学体験談



### 短期留学



留学先: サザン・クロス大学

今回の留学は出発から前途多難でした。搭乗する予定だった飛行機が欠航になり、どうしようかと思いましたが、遅延していた前の便に無事乗ることができました。焦る時ほど冷静に対応しなければいけない。また、乗り継ぎがあるという事情を話し、交渉することの大切さも学びました。

SCU Collegeでの一日の流れは決まっています、毎週一つのテーマをもとに授業が進められていきました。例えば最初の週は「Personality」。1週間で驚くほどの形容詞を覚えました。覚えた形容詞を使って自分の性格を話したり、配られたカード内容の人を説明したりしました。午後からはゲームをすることが多く、一日を通して英語で多くのクラスメートとコミュニケーションをとる時間が多かったです。これは、伝えたいことをなかなか上手く伝えられず、もっとスムーズな会話ができるようになりたかった私にとって、本当によい機会でした。最初はうまくコミュニケーションが取れなかったけれど、2週間、3週間と時間が経つにつれて拙いながらもコミュニケーションが取れるようになっていきました。

## 留学体験談



### 短期留学



留学先:  
アラ インスティテュート  
オブ カンタベリー

Intensive English Classはアカデミック英語を勉強するクラスで、私は毎日4つのスキル(リーディング、ライティング、リスニング、スピーキング)を強化しました。リーディングでは、ライティングの資料や時制の復習のために地元のニュースを見たり新聞を読んだりしました。また、読むスピードを上げるため、2、3日に1回、先生にグローバル化をテーマとした読解のプリントをもらって、1回読み、時間を測り、問題を解きました。それを繰り返して自分の読解力を改善していきました。ライティングでは先生から出されるプリントでアカデミックのエッセイの書き方を習得し、練習のためにほぼ毎日ショートエッセイを書きました。宿題として出されたエッセイはノートに書き、先生に直してもらい、家でもう1回書き直すという形で自分のライティング力を磨きました。さらに、ネット上にあるAWL(Academic Word List)ウェブサイトを利用してアカデミック用語を身につけました。リスニングではTEDビデオやテレビで放送されたニュースを聞き、メイン アイディアをメモし、クラスでシェアしました。わからないことや聞き取れない単語などがあれば、みんなで議論したり、先生に教えてもらったりしました。週に1回、自分が興味のあるTEDビデオを見つけ、内容を要約し、クラスで発表しました。これはリスニングをはじめ、スピーキングの練習にも繋がっていて効率よく学習できました。

## 留学体験談



### 交換留学



留学先: 吉林財經大学

授業では、他の留学生の韓国人、ロシア人の人たちと一緒に中国語を勉強しました。もちろん先生はずっと中国語を使って授業をするので、最初の頃は授業についていくのにとても苦労し、90分間先生が何を言っているのかわからないまま授業が終わってしまうことがほとんどでした。そのため、授業後他のクラスメートに復習するところや宿題を教えてもらっていました。中国語の授業以外に他の留学生と一緒に中国の学生が受ける授業に気ままに行くこともたくさんあり、そこで多くの中国人と友達になることができました。日本語学科の人たちと日本語の授業にも行き、彼らと日本語と中国語を使って会話をしました。

授業の数は比較的少なく、授業以外の時間の過ごし方は、友達と遊びに行くか、図書館で勉強していました。前期の頃は授業後、図書館に行って勉強することが多かったですが、中国の人や他の留学生はとてもフレンドリーで、暇があれば遊びに誘ってくれたので、特に後期からは授業にも余裕ができ、ほとんど外出していました。自分の知らない世界がたくさんあってとても楽しかったです。

## 留学体験談



### 交換留学



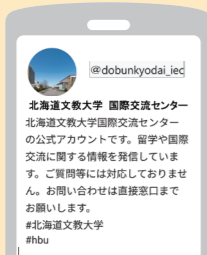
留学先: 西安外国語大学

喋ることと聞き取ることができなくて、とても困っていたのでわたしは毎日勉強をしました。語彙力がとても少なかったので、ある程度、日常会話に必要なことなどを自習してから外国人の友達と遊ぶようになりました。勉強するにつれて中央アジアの人たちはピンインがめちゃくちゃでわからなかったと気がつきました。それでも耳が慣れてきたのは彼らのおかげです。そして、だんだんコミュニケーションを取れるようになってきました。日が経つにつれて、だんだんと仲が深まってきたので、彼らは色々な話をしてくれました。ムスリムについて自国について、国独特の？考え方など、たくさん知ることができました。日本、北海道、札幌市だけの狭い世界で生きていた私にとって、色々な国(特に中央アジア)、関東、関西の人々と知り合って、世界が広がりました。多くの人々と関わるにつれて、沢山の考え方が広がりました。しがらみを考えずに物事をシンプルに考えられるようになりました。自分が直接聞いたこと、見たことだけを受け止めて生きようと考えられるようになりました。小学生でもわかるようなことを多くの人間と関わって、学ぶことができ、語学力があがっただけではなく、わたしはその点において、留学して良かったと、心から思いました。

# Q & A コーナー?

- Q** 留学についての情報はどこで入手できますか?
- A** 主に学内掲示板・大学ホームページ・Instagramにて情報を公開しております。また、ホームページに留学を体験した先輩たちの「留学体験談」を掲載していますので、ご覧ください。
- Q** 交換留学や短期・語学留学についての説明会はいつ実施していますか?
- A** 学期の初め(4月頃・10月頃)に留学オリエンテーションをそれぞれ開催しています。開催日時については、学内掲示板やホームページ、Instagram等でご案内しますのでご確認ください。
- Q** 交換留学に行くための条件は?
- A** 「学科長・保証人の承諾があること」「心身ともに健康であること」が最低限の条件です。
- Q** 留学希望者が定員より人数が多かった場合はどのように決まりますか?
- A** 選考(簡単な試験等)になる可能性もありますので、ご希望に添えない場合があります。
- Q** 留学先大学で取得した単位は、卒業に必要な単位として認定されますか?
- A** どのような科目が認定されるのか、事前に所属学科の先生に相談をしてください。ただし、実際に何単位認定されるかは帰国後に所定の手続きを経たうえで決定されます。
- Q** 心構えについて
- A** 留学を決意したら、次は留学中の目的を明確にしてください。目的を「留学に行く」ということになってしまった場合、留学先の大学についていた瞬間、目標を達成してしまい、滞在期間を無駄に過ごしてしまう恐れがあります。そのため、留学先で何をしたいのか、例えば、現地・または他大学の友達を作る、語学力向上のために会話に混ぜてもらおうなど、自分が挑戦してみたいものを見つけておくことで滞在がより有意義になるかもしれません。

北海道  
文教大学  
Instagram  
QRコード



Instagram  
ID:@dobunkyodai\_iec

## ☑ 出発前にすべきこと

<input type="checkbox"/> 必要書類の提出	留学願や承諾書等の必要書類を必ず提出してください。
<input type="checkbox"/> 危機管理	危機管理オリエンテーションに参加し、情報収集に努めましょう。
<input type="checkbox"/> 連絡先の提出	留学先での滞在地住所、連絡先などを大学に連絡してください。
<input type="checkbox"/> 健康診断	渡航先大学によっては、健康診断書の提出を求められる場合があります。
<input type="checkbox"/> 歯科検診	海外の歯科治療は高額な治療費を請求されます。渡航前に治療をしましょう。
<input type="checkbox"/> 予防接種	渡航先国や大学等から、予防接種を要求されることがあります。
<input type="checkbox"/> 海外旅行保険	原則、大学が指定する保険に加入しましょう。
<input type="checkbox"/> 情報収集・分析	渡航先国の状況について情報を集め、分析しておくことが大切です。
<input type="checkbox"/> 住居の手配	渡航先大学によって、申請時に「ホームステイ」又は「学生寮」など指定される場合があります。
<input type="checkbox"/> 航空券の手配	各自、予約・手配を行ってください。
<input type="checkbox"/> たびレジの登録	3カ月未満の滞在の場合に登録。渡航情報や緊急連絡が受けられます。
<input type="checkbox"/> 携行品準備	下記の「携行品チェックリスト」を参考にしてください。

## ☑ 到着後にすべきこと

<input type="checkbox"/> 在留届の提出	3カ月以上滞在する場合「在留届」を提出することが義務付けられています。
<input type="checkbox"/> 危機情報の把握	在外公館、外務省のホームページ、留学先大学のオリエンテーションなど。
<input type="checkbox"/> 保護者等への連絡	定期的に連絡する習慣を。
<input type="checkbox"/> 医療機関	渡航後すぐに場所や利用方法を確認しましょう。
<input type="checkbox"/> 交通事情	住居から留学先機関までの移動手段、代替経路、周辺の治安など。

## ☑ 携行品チェックリスト

<input type="checkbox"/> 有効な旅券(パスポート) ※有効期限を必ず確認しましょう	<input type="checkbox"/> 滞在先国・地域・機関等の地図
<input type="checkbox"/> パスポートの写しおよびパスポート写真 ※紛失時等の申請用	<input type="checkbox"/> 留学・在籍関連の重要書類・証明書
<input type="checkbox"/> 査証(ビザ)	<input type="checkbox"/> 英文健康診断書・処方箋等(持病等のある場合)
<input type="checkbox"/> 予防接種(必要に応じて)	<input type="checkbox"/> 常備薬、救急セット、生理用品等
<input type="checkbox"/> 航空券 ※出発便・到着便の確認	<input type="checkbox"/> 眼鏡、コンタクトレンズ関連
<input type="checkbox"/> 現金、外貨、クレジットカード等(2枚あると安心)	<input type="checkbox"/> PC、携帯電話等
<input type="checkbox"/> 海外旅行保険証	<input type="checkbox"/> 変圧器、変換プラグ等