



留学生ハンドブック

# HANDBOOK

For International Students

2026

東京都立大学

Tokyo

Metropolitan

University



学年暦（日本語）

<http://www.kisokyo.tmu.ac.jp/kyomu/gakunen/>



Academic Calendar（English）

[https://www.ic.tmu.ac.jp/english/files/academic\\_calendar\\_english.pdf](https://www.ic.tmu.ac.jp/english/files/academic_calendar_english.pdf)



日本語版

---

# まえがき

この手引きは、みなさんが大学生活を送るうえで、ぜひ知っておく必要がある事柄について、説明したものです。各種手続きの詳細について、分かりにくいことや不明なことがあれば、必ず各窓口にご相談し、確認してください。

みなさんが実りある大学生活を送られることを心から願っています。

とうきょうとりつだいがく ざいせき りゅうがくせい そうごうまどぐち  
【東京都立大学に在籍する留学生の総合窓口】

こくさいかりゅうがくせいこうりゅうがかり  
国際課留学生交流係

みなみおおさわ こくさいこうりゅうかいがん かい  
(南 大沢キャンパス国際交流会館 1階)

〒192-0397

とうきょうとはちおうじしみなみおおさわいちちようめ ばんち  
東京都八王子市南 大沢一丁目1番地

TEL: 042-677-2030 (直通)

※この手引きは、南大沢キャンパスで学ぶ留学生を対象として作成しています。

みなみおおさわ いがい りゅうがくせい わ しよぞく  
南大沢キャンパス以外の留学生は、分からないことがあれば、所属キャンパスの

じむしつ たず  
事務室にお尋ねください。

- ひの 白野キャンパス 042-585-8611 (直通)
- あらかわ 荒川キャンパス 03-3819-7124 (直通)

しんにゅうりゅうがくせい みなさんにむかへた じょうほう は、以下のHPに記載しています。

[http://www.ic.tmu.ac.jp/study\\_abroad/for\\_incoming\\_students.html](http://www.ic.tmu.ac.jp/study_abroad/for_incoming_students.html)

じょうほう すいじ 情報は随時アップデートしますので、各自で確認するようにしてください。

# 目次

## I 留学生の年間予定

- 1 留学生の年間予定 ..... 3

## II 大学に関すること

- 1 事務担当 ..... 4  
2 掲示板による連絡 ..... 5  
3 証明書発行 ..... 5  
4 在留資格情報の確認 ..... 7  
5 卒業・修了・休学・復学の場合 ..... 7

## III 学修に関すること

- 1 学修に関する相談窓口 ..... 9  
2 履修申請 ..... 9  
3 交通機関運休の場合等の授業の  
取り扱い ..... 9  
4 日本語授業 ..... 10  
5 日本語アカデミック・ライティング支援 ..... 12  
6 外国人留学生ナビゲーター ..... 12  
7 チューター制度 ..... 12

## IV 生活に関すること

- 1 授業料減免、分納制度 ..... 14  
2 宿舎 ..... 16  
3 留学生住宅総合補償 ..... 17  
4 住所等を変更した場合 ..... 18  
5 奨学金 ..... 19  
6 アルバイト ..... 21  
7 自転車・バイクの登録 ..... 22  
8 都立大KIDSの利用について ..... 22  
9 地震発生時の対応 ..... 23

## V 医療に関すること

- 1 医療費 ..... 24  
2 保険について ..... 25

## VI 悩みごと・

### 相談ごと

- 1 留学生相談室 ..... 27  
2 その他の相談窓口 ..... 27

## VII 在留手続に

### 関すること


- 1 市役所・区役所等に届け出が  
必要なこと ..... 30  
2 出入国在留管理局に届け出が  
必要なこと ..... 31  
3 在留期間の更新 ..... 32  
4 一時帰国 ..... 33  
5 出入国在留管理局の  
主な出張所 ..... 33

## VIII 参考資料

- 1 各種相談機関 ..... 34  
2 国際空港の電話番号 ..... 35  
3 緊急事態のとき ..... 36

# I 留学生の年間予定

## 1 留学生の年間予定

ぎょうじ 行事	にっけい 日程	ないよう 内容
<ul style="list-style-type: none"> <li>・新入留学生 オリエンテーション</li> <li>・キャンパスツアー</li> <li>・懇親会</li> </ul>	ねん かい 年2回： がつじょうじゆん よてい 4月上旬（予定） がつじょうじゆん よてい 10月上旬（予定）	あたらしくにゅうがく りゆうがくせい たいしやう ほんがく 新しく入学した留学生を対象に、本学での がくせいせいかつ けいせい さまざま じやうほう つた 学生生活を始めるにあたり、様々な情報をお伝 えしています。
し ひ がいこくじんりゆうがくせい 私費外国人留学生 しょうがくきんじぜんとうろく 奨学金事前登録	しんにゅうせい ねんかく かい 【新入生】年各1回 がつじょうじゆん へるにゅうがくせい 4月上旬（春入学生） がつじょうじゆん あきにゅうがくせい 10月上旬（秋入学生） ざいがくせい ねんかく かい 【在学生】年各1回 がつちゅうじゆん へるにゅうがくせい 3月中旬（春入学生） がつじょうじゆん あきにゅうがくせい 10月上旬（秋入学生） 	だいがくすいせん ひつやう しょうがくきん きほう がいこくじん 大学推薦の必要な奨学金を希望する外国人 りゆうがくせい しょうがくきんじぜんとうろく ひつやう 留学生は、奨学金事前登録をする必要があり ます。（有効期間：1年） しょうがくきんじぜんとうろく にゅうがく しんきゆうじき ねん 奨学金事前登録は入学・進級時期により年に かい とうろく しょうがくきんおうぼ じゆきゆう 1回のみ登録できます。奨学金応募・受給の きかい のが ことくさい 機会を逃さないよう国際センター・国際課のホ ームページで詳細情報をご確認ください。 <a href="#">奨学金希望の事前登録について-東京都立大学 国際センター   TMU International Center</a>
インターナショナルカ フェ	みてい ことくさい 未定（国際センターHP にて公開）	ひるやす べんとう た さまざま ぶんか お昼休みに、お弁当を食べながら様々な文化 背景を持つ留学生や都立大生とお話ししてみ ましょう。 異なる言語、習慣、食文化に触れながら、新 しい友情を築き、キャンパスライフをさらに楽 しみましょう。食後には美味しいコーヒーとお 菓子が用意されています。
だいがくさい 大学祭	ねん かい 年1回： がつじょうじゆん 11月上旬	だいがくせいかつ みの 大学生活をより実りあるものにするために、 せっきよくてき だいがくさい さんか 積極的に大学祭に参加しましょう。 ちゆうい だいがくさい しゅつてん ばあい だいがくさいさんか （注意）大学祭に出店する場合、「大学祭参加 かいぎ しゅつせき さんかしんせい ひつやう がつごろ 会議」に出席し、参加申請が必要。5月頃から じやうほうしゆうしゆう たてかんばんなど ちゆうい 情報収集のため立看板等に注意。
にほん しゅうしょく がい 日本で就職したい外 こくじんりゆうがくせい 国人留学生のための しゅうしょく 就職ガイダンス	ねん かい 年1～2回 じきみてい 〈時期未定〉	にほん しゅうしょく かんが がいこくじんりゆうがくせい 日本での就職を考えている外国人留学生に たい しゅうしょくかんきょう しゅうしょくかつどう 対して、就職環境・就職活動についての じやうほう ていきやう りゆういてん せつめい おうぼ 情報を提供し、留意点を説明。また、応募 しょういさくせい めんせつ かん じっせんこうざ こうき 書類作成や面接に関する実践講座も後期に じっしよてい 実施予定。

## Ⅱ 大学に関すること

### 1 事務担当

入学してから卒業するまで、様々な事務手続きをしなければなりません。手続きの種類に応じて、窓口が異なります。

窓口・場所	時間帯（平日のみ）	内容
所属の教務係 ※1、2年生は 教務課（健康 福祉学部は1年生 のみ）、3年生 以上（健康福祉 学部は2年生 以上）と研究生は 学部の教務係 非正規生 （研究生を除 く）は国際課	【南大沢キャンパス】 8：30～17：15 【白野キャンパス】 8：45～17：30 【荒川キャンパス】 8：30～18：45（授業 期間） 8：30～17：00（休業 期間） ※12：30～13：30を除く	<ul style="list-style-type: none"> <li>学修に関すること全般</li> <li>学籍（退学・休学・復学）に関する手続き</li> <li>学生証の再発行</li> <li>保証人もしくは日本国内連絡先人の住所変更の手続き</li> <li>通学時自転車の登録</li> </ul>
学生課 【場所】 1号館1階	8：30～17：15 ※12：30～13：30を除く	<ul style="list-style-type: none"> <li>授業料減免、分納申請</li> <li>学生寮の申込み</li> <li>紛失物・拾得物の届出</li> <li>学研災・学研賠等の申込み</li> <li>バイクの登録                （P. 26の自転車・バイクの登録を見てください）</li> <li>学内施設利用・備品貸出申請</li> </ul>
国際課 【場所】 国際交流会館 1階	9：00～17：45 ※12：30～13：30を除く	<ul style="list-style-type: none"> <li>在留手続に関する書類申請</li> <li>奨学金の申請</li> <li>奨学金受給証明書発行</li> <li>留学生行事に関すること</li> <li>チューターに関すること</li> <li>留学生交流室の利用</li> <li>日本語授業・日本語アカデミック・ライティング支援に関すること</li> <li>留学生の生活相談</li> <li>留学生住宅総合補償の申込み</li> <li>国際交流会館入居申請</li> <li>その他、留学生に関すること全般</li> </ul>

<p>キャリア支援課</p> <p>【場所】 7号館1階</p>	<p>8:30~17:15</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・キャリア相談（進路・就職相談など）</li> <li>・インターンシップ・就職に関する資料の閲覧（就職資料室）</li> <li>・キャリア支援行事</li> <li>・就職活動支援行事</li> <li>・インターンシップの申込み</li> <li>・アルバイト情報など</li> </ul>
--------------------------------------	-------------------	---

## 2 掲示板による連絡

大学からみなさんへの連絡事項は、掲示板でお知らせします。掲示を見なかったことにより、不利益となることがありますので、十分注意してください。登校したら、必ず各掲示板を見てください。

- (1) 留学生向けの掲示板  
国際交流会館1階国際課窓口前、インフォメーションギャラリー
- (2) 全学生への掲示板  
インフォメーションギャラリー、kibacoのお知らせ
- (3) 所属学部・研究科の掲示板  
各学部棟・インフォメーションギャラリー
- (4) CAMPUSSQUARE  
大学公式HPの在学生用ページからログインしてください。学生本人の連絡先変更（ログイン後、「HOME>学生情報>連絡先変更」）などの機能が利用可能です。
- (5) kibacoのお知らせ  
TMUNERの利用者メニューにログインするか、URL(<https://kibaco-d.tmu.ac.jp/login>)もしくはQRコードからログインしてください。授業資料の閲覧・ダウンロード、授業の休講や教務からのお知らせ等を確認できます。



## 3 各種証明書発行

- (1) 在学証明書（研究生は研究従事証明書）・成績証明書  
正規生の証明書は証明書発行機にて発行できます。  
研究生の研究従事証明書の発行については、所属の研究科教務係に問い合わせてください。  
研究生を除く非正規生の学生の証明書については国際課に問い合わせてください。
- (2) 卒業・修了（見込）証明書  
所属の学部教務係で発行します。卒業・修了後の証明書発行は有料です。

※卒業・修了見込証明書は最終年次から自動発行機で発行することができます。

※詳細は所属の学部教務係に問い合わせてください。

### (3) 学割証、通学定期券

#### ① 学割証

##### ア 学割証

正規生が、JR各旅客会社の営業キロで、片道100キロメートルを超える区間を乗車する際に、運賃が割引になる制度です。学割証はJR各旅客会社のみが対象です。(他の鉄道会社等については、各社の営業規則によりますので、乗車券購入の前に各社窓口へご確認ください。)

##### イ 学割証の発行

自動発行機(各事務室前)で発行します。

#### ② 通学定期券

##### ア 通学定期券

正規生が現住所から大学までの最短区間を結ぶ通学を目的とする場合のみ、購入することができます。非正規生(交換留学生、研究生、科目等履修生)は通学定期券を購入することができませんので、ご注意ください。

##### イ 通学定期券を購入するには

学生証裏面シールに大学に届け出ている住所の通学区間等を記入し、所属の学部・研究科の教務係で確認印を押印してもらいます。この学生証を提示し、交通機関窓口で定期券を購入してください。サークル・アルバイト等、その他の目的による通学路の変更はできません。

##### ウ 現住所を変更した場合

速やかにCAMPUSSQUAREの「学生情報」から変更をして下さい。その後、所属の教務係にて、新たな学生証裏面シールの発行を受けて下さい。(学部1・2年生は教務課、学部3年生以上、大学院生は所属の教務係)無断でコピーをしたり、記載事項を訂正したりするなどの不正な使用は絶対にしないでください。

保証人の方又は国内連絡先人が住所変更した場合は、必ず窓口にて届け出てください。

#### ③ 不正利用について

※学割証と通学定期券は本人のみしか使用できません。

不正に使用した学生がいた場合には、本学全体が学生割引を受けられなくなる場合があります。学割証と通学定期券の発行に関してわからないことがある場合、所属の教務係に問い合わせてください。

### (4) 奨学金受給証明書

国費、学習奨励費、東京グローバルパートナー奨学金、東京都立大学私費外国人留学生学業奨励奨学金受給者の証明書は、国際課で発行します。

※申請日から発行までは1週間程度かかります。

#### (5) 健康診断証明書

学生定期健康診断を受診した者は、証明書自動発行機で発行できます(正規学生のみ)。

## 4 在留資格情報の確認

外国人留学生を受け入れている大学は、出入国管理及び難民認定法第19条の17に基づき、在籍する外国人留学生の在留情報を管理し、定期的に報告する義務があります。大学では、SpeedVisaシステムを利用して留学生の在留資格情報の管理をしています。そのため留学生は、SpeedVisaシステムに在留資格に関する情報提供をしなければなりません。

### (1) 登録方法

SpeedVisaにログインし、「在留カード情報の変更」から在留カード情報の登録を完了させてください。

ログイン: <https://s-visa.com/signin>

システムを利用するためには、初回ユーザー登録が必要です。詳細は入学時に新入生に案内します。

### (2) 登録や情報の更新が必要な時

入学時(4月または10月)に、すべての留学生を対象に登録について案内をします。

在留期間更新が完了し、更新後の在留カードを入手したら3日以内にSpeedVisaの情報を更新してください。

住所変更等により在留カード上の記載内容に変更が生じた場合も、SpeedVisaの情報を更新してください。

## 5 卒業・修了・休学・復学の場合

### (1) 卒業・修了・研究期間を終了した時

正規生は、卒業、修了後の進路(就職/進学/その他など)をCAMPUSSQUAREからキャリアア支援課へ必ず報告してください。

CAMPUSSQUARE: <https://jjh.tmu.ac.jp>

※ログイン後、「メニュー>就職・キャリアカルテ>進路決定入力」

研究生には、8月または2月に研究期間終了後の進路報告方法についてメールで案内をします。

### (2) 出入国在留管理局への届出

「活動機関に関する届出」を出入国在留管理局に提出してください。

《活動機関から離脱した場合の届出》

詳細は、出入国在留管理局ウェブページで確認してください。

[https://www.moj.go.jp/isa/applications/procedures/nyuukokukanri0\\_00014.html](https://www.moj.go.jp/isa/applications/procedures/nyuukokukanri0_00014.html)

窓口、郵送、オンラインで届け出すことができます。

手続期限：離籍後14日以内

### (3) 休学・復学する場合

履修の手引きをよく読み、所属の教務係に願い出るとともに、国際課に連絡してください。

- ① 学部1・2年生（健康福祉学部は1年生のみ）：教務課
- ② 学部3・4年生（健康福祉学部は2年生以上）、大学院生、研究生：所属の教務係

#### ※休学中の在留資格について

休学中は、留学の在留資格が無効となります。

在留資格「留学」を有する留学生在が休学等の理由で継続して3ヶ月以上学修や研究活動を行わない場合、すみやかに出国する必要があります。その場合、在留期限が残っていても原則として一旦放棄することになります。

大学での学修を行っていないにも関わらず日本での滞在を続けると、在留資格取消の対象となります。

万一、日本に滞在し続けなければならない場合は「留学」以外の適切な在留資格への変更手続きをおこなってください。また、休学中日本国内でのアルバイトは認められません。

#### ※復学について

休学から復学するためには、日本へ戻る前に「在留資格認定証明書」を取得し、本国の日本大使館でビザを取得する必要があります。

「在留資格認定証明書交付申請」手続きは、国際課がサポートできます。「復学許可通知」が必要になりますので、復学の3-4ヶ月前には所属の教務に連絡し手続きを始めてください。またその際あわせて「留学ビザ代理申請サポート」を、所属の教務に申し込んでください。

# Ⅲ 学修に関すること

## 1 学修に関する相談窓口

受講科目の登録、単位の取得、レポートの提出等、学修に関する相談窓口は以下のとおりです。（研究生は、単位の取得はできません。）

- (1) 学部1・2年生（健康福祉学部は1年生のみ）  
教務課教務係
- (2) 学部3・4年生（健康福祉学部は2年生以上）、大学院生、研究生  
所属の教務係

## 2 履修申請

履修申請は原則、WEB申請によって行いますが、履修にあたり教員の許可が必要な科目もあるので注意してください。また、科目により履修登録期間が異なりますので、その点をご注意ください。履修申請の時期と申請方法については、教務課HP、所属学部・研究科の掲示版と大学ホームページでお知らせします。詳細については必ず「履修の手引」を参照してください。また各学期の初めには履修相談がありますので、必ず出席しましょう。

## 3 交通機関運休の場合等の授業の取扱い

積雪、風水害、事故、ストライキ等で、交通機関が運休した場合や、担当教員の都合等により、休講となる場合があります。

- (1) 交通機関が運休した場合

南大沢キャンパスの授業の取扱いは以下のとおりとします。

※日野キャンパス、荒川キャンパス、丸の内キャンパスは各キャンパス事務室に確認すること。

交通機関	条件	休講措置
○京王相模原線 ○京王線 ○JR横浜線	午前6時時点で、○印の交通機関のいずれかが、全線運休している場合	【第1～2時限を休講とする】
○小田急小田原線 ◎小田急多摩線	○・◎印の交通機関のいずれかが、運休・一部	【第1～2時限を休講とする場合】 午前6時までに決定する。
◎JR南武線 ◎JR中央線 ◎JR山手線	運転休止など、通学に著しい支障をもたらす場合	【第3～4時限を休講とする場合】 午前10時までに決定する。
◎多摩都市モノレール		【第5～6時限を休講とする場合】 午後1時までに決定する。

(2) 確認の方法

本学公式X（旧 Twitter）及び公式HPでお知らせします。

詳細については、教務課又は所属の教務係へ問い合わせください。

※ 南大沢キャンパス以外の休講情報掲示場所については、各所属の教務係に確認してください。

## 4 日本語授業

東京都立大学は世界中の様々な国から異なるバックグラウンドを持った学生が集っています。このような多様な学生たちのニーズにこたえるため、日本語の習得を中心とした授業だけでなく、日本語を用いて日本社会や文化について理解を深める授業もあります。

(1) レベルとクラス内容

留学生向け日本語授業のレベルとクラス内容は以下のとおりです。

詳しい内容については、「コースガイド・シラバス」を読んでください。

[http://www.ic.tmu.ac.jp/study\\_abroad/jpclass.html](http://www.ic.tmu.ac.jp/study_abroad/jpclass.html)



日本語授業	到達目標レベル	クラス内容
実践日本語	CEFR A1 初級レベル	初めて日本語を勉強する初学者のためのクラス。 日常生活で使われる簡単な表現やフレーズを理解し、自己紹介やショッピングなどの基本的な会話ができるようになる。
	CEFR A2 (A2.1/A2.2) 基礎レベル	日常生活で使われる簡単な表現やフレーズを理解し、簡単な文書を読んだり、簡単な手紙を書いたりすることができるようになる。 A2.2の方がA2.1よりレベルが高い。
	CEFR B1 中級レベル	日常生活で使われる表現やフレーズを理解し、簡単な会話や議論ができるようになる。簡単な文章を読んだり、自分の意見を書いたりすることができるようになる。
	CEFR B2 中上級レベル	日常生活で使われる表現やフレーズを理解し、複雑な会話や議論ができるようになる。新聞や雑誌などの文章を読んだり、自分の意見を書いたりすることができる。

	CEFR C1 上級レベル	日常生活で使われる表現やフレーズを理解し、専門的な会話や議論ができるようになる。新聞や雑誌などの複雑な文章を読んだり、自分の意見を詳しく書いたりすることができる。
	CEFR C2 超上級レベル	日本語ネイティブの大学生と同じレベルの高度な日本語を使うことができるようになる。
日本語Ⅰ（上級）	日本語能力試験 N1レベル	アカデミックな日本語の基礎を学習する。
日本語Ⅱ（超級）	日本語能力試験 N1以上のレベル	アカデミックな日本語を総合的に学習する。
生活と仕事のための 日本語（オンライン）	CEFR A1/A2.1/A2.2/B1 初級～中級レベル	4つのレベルがあります。上記「実践日本語」のレベル説明を参照してください。オンラインで開講されます。

CEFR: <https://www.coe.int/en/web/common-european-framework-reference-languages/level-descriptions>

日本語能力試験/JLPT: <https://www.jlpt.jp/e/about/levelsummary.html>

## (2) 履修及び単位修得について

授業の種類	対象	履修・単位
実践日本語	交換留学生	自己評価ツールを使って自分の日本語能力を判定する。自分のレベルに合った授業を選んで受講する。 国際交流科目として単位修得可能
	大学院生 研究生	単位修得不可 履修登録不要
日本語Ⅰ,Ⅱ	学部学生	単位修得可能 履修登録必要
生活と仕事のための日本語	交換留学生 大学院生 研究生	自己評価ツールを使って自分の日本語能力を判定する。自分のレベルに合った授業を選んで受講する。 単位修得不可

日本語能力の自己評価ツール: <https://www.nihongo-check.bunka.go.jp/>

## (3) 出席について

- ・ 4回以上休むと単位が出ません。
- ・ 30分以上遅刻した場合は、欠席扱いになります。

## 5 日本語アカデミック・ライティング支援



### (1) 支援内容

日本語のレポート・論文作成の個別支援を行っています。どのように論文を組み立て、どんなことばや表現を選んだらいいのか等、1回50分のセッションで、大学院生スタッフと一対一で話し合いながら文章を良くする方法を考えます。

### (2) 場所

南大沢キャンパス 図書館本館 2階ミーティングルーム およびオンライン (Zoom)

### (3) 開室日時および利用方法

事前予約が必要です。

セッションに空きがあれば、当日の飛び込み来室も受け付けます。

※詳細は下記HPをご確認ください。

[http://www.ic.tmu.ac.jp/study\\_abroad/jpacademic.html](http://www.ic.tmu.ac.jp/study_abroad/jpacademic.html)

## 6 外国人留学生ナビゲーター



### (1) 支援内容

日本語教育が専門の大学院生スタッフが留学生ナビゲーターとなり、留学生の日本語学習を支援します。日本語や日本語学習に関する質問・相談を開室時間内いつでも受けつけています。また、みなさんがパソコンや教材等を使って自由に日本語の勉強をすることもできます。

### (2) 場所

南大沢キャンパス 国際交流会館 2階232室

### (3) 開室日時および利用方法

予約不要です。

※詳細は下記HPをご確認ください。

[https://www.ic.tmu.ac.jp/study\\_abroad/exchange\\_navigator.html](https://www.ic.tmu.ac.jp/study_abroad/exchange_navigator.html)

## 7 チューター制度



### (1) チューターとは

留学生にとって、日本人学生とともに勉強するには言葉の問題をはじめ、いろいろな点で負担が大きいことでしょう。授業において、教員の話す言葉を聞き、内容を十分に理解できるようになるまでには時間と努力が必要です。

そこで、本学ではチューター制度を設けています。チューターは東京都立大学の

せいまがくせい みな にほんごめん およ にほんじじょう しどう ほか  
正規学生で、皆さんの日本語面のサポート及び日本事情についての指導、その他、  
がくしゅう けんきゅう せいかつなど みな こべつ しえん  
学習・研究・生活等について、皆さんを個別に支援します。

(2) たいしやう りやうがくせい  
対象となる留学生

げんそく ほんがく にやうがく ねん め じやうけん み りやうがくせい  
原則として、本学に入 学して1年目で条件を満たしている留学生にチューター  
はいち  
を配置します。

りやうがくせい みな ひつよう しどうきやういん ほんだん  
留学生の皆さんがチューターを必要としているかどうかは指導教員が判断しま  
す。チューターは、げんそく りやうがくせい せんこう ぶん や かんけい せいまがくせい なか  
ら、指導教員の推薦に基づいて選ばれます。

# IV 生活に関すること

## 1 授業料減免、分納制度

(1) 授業料減免、分納制度とは  
 留学生の就学援助を目的に、成績優秀者に対して、授業料の減免制度があります。また、各期授業料の一括納入が困難な方には、分割納入制度（分納）があります。

ただし、2026年度は新入生と在在学生では適用される授業料減免制度が異なりますので、ご注意ください。

(2) 対象者  
 申請できる方は、学部生及び大学院生（正規生）です。（研究生等非正規生は対象外です。）申請した方を審査して、決定します。

※2026年度の授業料減免申請は、新入生（学部・大学院）は在留資格「留学」の方のみ対象となります。分納申請については、在留資格の要件はありません。

(3) 申請時期及び申請先

① 在学生在（2026年4月以前に入学した者）

	前期	申請先	後期	申請先
学部・大学院 在学生在	対象制度：授業料 減免・分納  申請期間：4月初旬	学生課	対象制度：授業料 減免・分納 申請期間：7月～9 月頃（予定）	学生課

② 2026年度入学生

	前期	申請先	後期	申請先
学部新入生 （在留資格 「留学」の 方）	対象制度：授業料 分納  申請期間：4月 初旬	学生課	対象制度：前後期 授業料減免・分納 申請期間：7月～ 9月頃（予定）	国際課
大学院新入生 （在留資格 「留学」の 方）	対象制度：授業料 分納  申請期間：4月 初旬	学生課	対象制度：前後期 授業料減免・分納 申請期間：7月～ 9月頃（予定）	学生課

<p>がくぶ だいがくいん 学部・大学院 しんにゅうせい 新入生 ざいりゅうしかく (在留資格 りゅうがく いがい 「留学」以外 のかた の方)</p>	<p>たいしやうせいど じゆぎやうりやう 対象制度：授業料 ぶんのう 分納 しんせいまかん がつ 申請期間：4月 しよじゆん 初旬</p>	<p>がくせいにか 学生課</p>	<p>たいしやうせいど じゆぎやうりやう 対象制度：授業料 ぶんのう 分納 しんせいまかん がつ 申請期間：7月～ 9がつころ よてい 9月頃（予定）</p>	<p>がくせいにか 学生課</p>
--	---	-----------------------	---	-----------------------

※申請受付は指定した日時のみで、それ以降は申請できません。

※申請内容に不足があった場合、kibaco個人掲示板にメールで連絡します。大学からの連絡には必ず対応してください。

#### (4) 申請方法

申請方法の詳細は「(3) 申請時期及び申請先」の表内「申請先」でご確認ください。

国際課URL : [https://www.ic.tmu.ac.jp/study\\_abroad/exemption.html](https://www.ic.tmu.ac.jp/study_abroad/exemption.html)

学生課URL : <https://gs.tmu.ac.jp/exemption/>

#### (5) 審査結果

前期分は6月中旬、後期分は11月中旬に、審査結果が授業料納入者宛に送付されます。

#### (6) 授業料納付についての注意事項

授業料減免・分納申請をした場合は、結果通知があるまでは授業料の納付が猶予されます。5月中旬または10月中旬に授業料口座引落通知書または納付書が郵送された場合は、納入せずに学生課にご連絡ください。

なお、申請しても不承認となることがあります。授業料納入の準備は行っておいてください。

※研究生の授業料納付期限は、前期・通年の場合は4月、後期の場合は10月です。期限内に手続きをしないと入学は認められません。納付金額、期限等については、所属の学部事務室で確認してください。

## 2 宿舎

### (1) 大学の宿舎

学生課窓口や掲示板、大学のホームページに募集の詳細を掲載しますので、入居希望の場合は、注意して確認してください。なお、室数が少ない為、希望者全員が入居できるわけではありません。

名称	入居資格	室数	募集時期	入居期限
国際交流会館	私費留学生 (大学院生)	約20室	在学生10月頃	2年以内 ただし、利用希望者の 学年、空室状況等に より異なります
学生寮	学部生 大学院生	約10～ 15室 (年度によ る)	在学生11～12月頃 新入生1～2月頃	2年 (正規修業年限内)

【申込・問合せ】 国際交流会館→国際課  
学生寮→学生課窓口

国際学生宿舎は、交換留学生と本学の正規学生の共同生活や地域行事への積極的な参加を通して異文化交流を推進し、国際性豊かな人材育成やグローバルな地域づくり、大学づくりに寄与することを目的としています。留学生と本学の正規学生がともに生活することで、日常の生活を通じて入居者相互の交流が出来る仕組みになっています。

名称	所在地	入居資格
国際学生宿舎 グローバルハウス 調布	東京都調布市多摩川6-33-1	詳しくは国際課にお問い合わせ ください。  ishouse@jmj.tmu.ac.jp
国際学生寮	東京都八王子市大塚612 (仮)	R8年10月入居開始予定 詳細未定

(2) 大学を通して応募する宿舎

① 宿舎（留学生会館等）

会館名	所在地	入居資格
(財)大学セミナーハウス 留学生会館	東京都八王子市下柚木 1987-1	単身

② 応募について

国際課にお問い合わせください。

(3) その他の宿舎

① 学生が直接応募する宿舎

募集がありましたら、国際センター掲示板でお知らせします。また、随時募集をしている留学生会館もありますので、自分で直接問い合わせをしてください。

② 民間アパート

不動産屋、住宅情報誌、インターネット、大学生協で探すことができます。

### 3 留学生住宅総合補償

(1) 保証人と留学生住宅総合補償について

留学生が公益財団法人日本国際教育支援協会の留学生住宅総合補償に加入することで、万一の火災等に対する備えができます。一般に、日本で民間アパートを借りる場合、入居のための連帯保証人が必要です。正規課程の留学生が連帯保証人を見つけないことができない場合、この留学生住宅総合補償に加入することを条件に、大学が機関として連帯保証人になることができます。詳細については、国際課にお問い合わせください。

ただし、補償可能期間は加入期間かつ入学から卒業までとなります。

留学生住宅総合補償の概要

<http://www.jees.or.jp/crifs/>

(2) 申込受付

国際課にお問い合わせください。

## 4 住所等を変更した場合

留学生が大学への届出を速やかに正確に行うことは本学で学ぶための前提条件です。居住地を変更した場合には、必ず速やかに次の手続きを行って下さい。

(1) : 市役所

(在留カード、国民健康保険、国民年金、マイナンバーカード等の手続き)

- 1 転出届 (旧居住地の市役所：引越日の14日前から)
- 2 転入届 (新居住地の市役所：引越日から14日以内)

\* 同じ市内での転居でも、在住市役所での転居手続きが必要です。

(2) : 郵便局

変更前の住所宛の郵便物を変更後の住所へ転送してもらう手続きが必要。郵便局で指定のはがきをもらって変更前変更後の住所を記入しポスト投函。

(3) : 銀行

各銀行のHPをご覧ください。インターネットでの申請か窓口での申請が必要です。

(4) : 大学

- ① CAMPUSSQUARの「学生情報」から変更をしてください。保証人の方または国内連絡人が住所変更した場合は、必ず窓口にて届け出てください。
  - ア 学部1・2年生  
教務課
  - イ 学部3・4年生、大学院生、研究生  
所属の教務係所属の教務係
  - ウ 図書館
- ② 変更手続き後の在留カードの写真を7ページのSpeedVisaシステムにて登録 ログイン：<https://s-visa.com/signin>
- ③ 非正規生 (交換留学生・研究生・科目等履修生) は学生証を図書館に持参

各種の登録や届出について、正当な理由なく遅延したり、事実と異なる登録・届出をしたりした場合には、罰則が課せられたり、奨学金の申請などの際に、大学推薦するにふさわしくない行為をおこなった者として推薦を受けられないなどの不利益を受ける場合もありますので、十分注意して下さい。手続き方法について不明な点は国際課まで。

## 5 奨学金

### (1) 奨学金の種類

奨学金には、「大学を経由して申請する奨学金」と、「個人で奨学会へ直接応募する奨学金」があります。

奨学金の種類	内容	奨学金希望の事前登録
大学を経由して申請する奨学金		
① 大学推薦による奨学金	奨学財団からの募集通知があり次第、応募者を募ります。学内選考の上、被推薦者を決定します。被推薦者のみを大学から奨学財団へ申請します。現在、約20奨学財団が本学を指定校としています。	よう要
② 一括申請による奨学金	奨学財団から募集通知があり次第、応募者を募ります。応募資格を満たしている者全てを大学が一括して奨学会へ申請します。現在、約7奨学財団が本学を指定校としています。	よう要
③ 学習奨励費	日本学生支援機構から私費外国人留学生に支給される奨学金です。学内選考の上、被推薦者を決定します。	よう要
個人で奨学会へ直接応募する奨学金		
① 個人応募の奨学金	個人が直接、奨学財団へ応募する奨学金です。奨学金リストは、日本学生支援機構が発行している「日本留学奨学金パンフレット」をご利用ください。「日本留学奨学金パンフレット」は、日本学生支援機構のホームページからPDF版をダウンロードしてください。	ふよう不要
大学独自の奨学金		
東京都立大学私費外国人留学生学業奨励奨学金（詳細は国際課ウェブページ参照） <a href="https://www.ic.tmu.ac.jp/study_abroad/scholarship_pv_tmu.html">https://www.ic.tmu.ac.jp/study_abroad/scholarship_pv_tmu.html</a>		ふよう不要

### (2) 奨学金希望の事前登録

奨学金を希望する留学生は、「奨学金希望の事前登録」を必ず申請してください。事前登録の有効期間は、1年間です。

申請受付は、Forms 回答のみですので、ご注意ください。

【2026年度のForms申請期間】

在学学生：2026年3月10日（火）～3月16日（月）午前9：00まで

新入生：2026年4月1日（水）～4月6日（月）午前9：00まで

※10月入学者については、別途お知らせする予定です。

この時期を逃すと、「奨学金希望の事前登録」の対象になっている奨学金には、1年間、応募することができませんので、注意しましょう。

なお、提出が必要な書類や申請方法は、国際センターのホームページで確認してください。

[https://www.ic.tmu.ac.jp/study\\_abroad/scholarship\\_preregistration.html](https://www.ic.tmu.ac.jp/study_abroad/scholarship_preregistration.html)

(3) 奨学金情報

大学に募集要項等通知のあった奨学金の情報は、「奨学金希望の事前登録をしている留学生」にメールでお知らせします。また、国際センターのホームページに掲示します。

[https://www.ic.tmu.ac.jp/study\\_abroad/scholarship.html](https://www.ic.tmu.ac.jp/study_abroad/scholarship.html)

(4) 奨学金応募の注意

- ① 留学生対象の奨学金に応募するには、在留資格が「留学」である必要があります。
- ② 大学を経由して応募する奨学金は、国費外国人留学生の国内採用を除き、「奨学金希望の事前登録」が必要です。
- ③ 奨学金の申請の際に、健康診断書が必要な場合があります。大学の定期健康診断を受けた学生（正規生のみ）については、証明書自動発行機で健康診断証明書を発行しています。
- ④ 奨学金の申請に、母国の成績証明書や卒業証明書が必要な場合があります。多めに手元に置いておきましょう。また英語・日本語以外の証明書は、日本語訳をつけてください。
- ⑤ 申請に虚偽が発生した場合、推薦を取り消し、または奨学金の支給を停止します。

## 6 アルバイト

在留資格が「留学」の外国人学生は、出入国在留管理局で資格外活動（アルバイト）の許可を受けると、学業に支障のない範囲で、アルバイトをすることができます。

### (1) 資格外活動許可申請

以下の必要書類を持参の上、出入国在留管理局へ申請してください。

- ① 資格外活動許可申請書（出入国在留管理局HPより申請書をダウンロードします。）
- ② パスポート
- ③ 在留カード

### (2) 資格外活動に関する決まり

1週28時間以内

学期で定められた長期休業（学年歴を参照）中は1日8時間以内か

つ1週間40時間以内

学年歴：

[https://www.tmu.ac.jp/for\\_students/programs/class/academic-calendar.html](https://www.tmu.ac.jp/for_students/programs/class/academic-calendar.html)



### (3) 注意事項

- ① 風俗営業や風俗関連営業が行われる場所でのアルバイトは禁じられています。
- ② 所属大学でティーチングアシスタントやリサーチアシスタント業務等の研究・教育補助のアルバイトを行う場合、資格外活動許可申請は必要ありません。

### (4) アルバイトの紹介

大学では、「学生アルバイト情報ネットワーク」に加入し、アルバイトの情報を提供しています。

【バイトネット（東京都立大学専用ページ）】

<https://www.aines.net/tmu>

バイトネットに登録すると、パソコン・携帯電話からいつでもどこでもアルバイト求人を検索できます。このシステム利用について不明な点がある場合は、キャリア支援課（042-677-1140）まで問い合わせてください。

またアルバイトは学業に支障がない範囲にとどめましょう。自分の能力や適正及び時間のゆとり等に気をつけ、無理のないアルバイトを心がけることが大切です。なお、提示された勤務条件と実際の勤務内容が違う等のトラブルが発生した場合は、速やかにキャリア支援課へ相談してください。

## 7 自転車・バイクの登録

通学に自転車やバイクを利用する場合は、大学への登録が必要です。自動車での通学は、一部の場合を除き、禁止です。



### (1) 自転車での通学

#### ① 登録先

学生証 または 研究生証 を持って、所属の教務係（システムデザイン学部1・2年、健康福祉学部1年は学生課）へ届け出てください。

#### ② 自転車利用票の貼付

自転車利用票（シール）を自転車に貼付してください。貼付しないと撤去される場合があります。駐輪する時には、緊急時の避難通路の妨げにならないよう、必ず大学が定めた駐輪場に停めてください。

### (2) バイク（自動二輪車・原動機付自転車）での通学

#### ① 登録先

南大沢キャンパスへ入構する場合、学生課窓口へ届け出てください。

#### ② 入構駐車許可証と入構シールの貼付

「入構シール」はバイク後部のタイヤカバー又は泥よけ部分に貼付してください。届け出をせずに入構することはできません。

#### ③ 入構資格

南大沢キャンパスから、原則、直線距離1km圏外に居住する学生

### (3) 自動車での通学

自動車での通学は禁止しています。ただし、病弱者・身体に障がいのある学生など、自動車の利用がやむを得ない場合は、自動車での通学が可能です。詳細は学生課窓口で相談してください。

## 8 都立大KIDS（一時保育施設）の利用について

本学では、教職員および在学中の学部及び大学院の正規学生が教育研究活動に専念できるよう、「都立大KIDS」という一時保育施設を南大沢キャンパスの近くで運営しています。保育できるお子さんは生後57日から小学校就学前までで、利用には登録が必要です。詳しく知りたい方はダイバーシティ推進室または下記ホームページをご覧ください。

<https://diversity.fpark.tmu.ac.jp/>

東京都立大学ダイバーシティ推進室  
（南大沢キャンパス図書館本館1階）

TEL: 042-677-1337(直通) 内線: 2571

## 9 地震発生時の対応

日本はとても自然災害の多い国です。特に地震はいつ、どこで起こるか予測することが非常に難しいです。また大災害の場合、復旧までに時間がかかることも容易に推測されます。常日頃から以下のことについて心がけ、実際に大きな地震が起こった時でも慌てずに適切に行動することが自分の命を守ります。

～普段からの備えをしよう！～

- ・家に2、3日分の水と食料、懐中電灯と電池、その他必要なものを準備しておく。
- ・倒れやすい家具などに転倒防止装置などをつける。
- ・住んでいるアパート、大学内、地域の避難場所や避難経路を確認しておく。

～実際に大地震が起きたら～

- ・屋内にいる場合は丈夫なテーブルの下などに隠れる。
- ・屋内からあわてて外に飛び出さない
- ・ドアや窓を開けて出口を確保する。
- ・料理や暖房器具を使用していた場合は落ち着いて火を消す。
- ・屋内にいるときは大きな家具、屋外にいるときはブロック壁や自動販売機などの倒れやすい危険なものからすぐに離れる。

東京都多文化共生ポータルサイト-外国人のための生活ガイド-

<https://tabunka.tokyo-tsunagari.or.jp/useful/guide/disaster/01.html>

# V 医療に関すること

## 1 医療費(国民健康保険)



### (1) 国民健康保険とは

みなさんが病気やけがをしたときに、国、地方自治体及び個人が医療費を分担し、個人が経済的な心配をせずに医療機関を受診することを目的とした医療保険制度です。留学生も日本人同様に、各区や市の「国民健康保険」に加入することが義務づけられています。

これに加入すると、病気やけがの治療の際の支払いが全体の治療費の3割で済み、みなさんの負担が大変軽くなります。

### (2) 加入の手続

みなさんがお住まいのところ（住民登録をしているところ）の区役所や市役所でおこないます。

### (3) 保険料について

おおよそ年額1万円です（前年度に日本国内で所得がない場合）。奨学金は所得に含まれません。日本国内での収入の有無によって、保険料が異なりますので、加入及び更新時に必ず前年度の所得を担当窓口で申告してください。

### (4) 健康保険証について

以前は紙の健康保険証が発行されていましたが、2024年12月2日以降は新規発行・再発行は停止され、マイナンバーカードを健康保険証として利用する「マイナ保険証」に移行しました。マイナンバーカードを取得していない、または利用できない人には、「資格確認書」が交付されます。（マイナンバーカードについては29ページを参照。）国民健康保険を利用する際は、マイナンバーカード（マイナ保険証）または資格確認書を医療機関の窓口で提示してください。

### (5) 転居した場合

旧住所の役所で転出届を提出する際に古い資格確認書を返却し、新住所の役所で転入届を提出する際に新しい資格確認書を受け取ってください。マイナ保険証の場合は返却は不要ですが、提示が必要です。この手続きをしないと国民健康保険の適用を受けられません。

## 2 保険について

がくせいきょういけんきゅうさいがいしょうがいほけん がっけんさい がくせいきょういけんきゅうばいしょうせきにんほけん がっけんばい  
学生教育研究災害傷害保険（学研災）、学生教育研究賠償責任保険（学研賠）

### ☑なぜ保険に入るの？

- ・4月や5月、10月や11月は、新入生の事故が多いです。特に、新入生歓迎会や体育の授業、キャンパス内外での自転車事故がよくあります。安全に気をつけることがとても大切です。
- ・学研災と学研賠は、事故のときに助けてくれる保険です。
- ・保険に入っていないと、事故があってもお金の補償がありません。
- ・通学中やクラブ活動中の事故は、予想できません。保険があると安心です。
- ・学部生／大学院生／研究生のみなさんが加入できます。

### (1) 学研災について

- ・学校でけがをしたときに、治療費などを補償する保険です。
- ・授業、実験、学校行事、クラブ活動、通学中にけがをした場合に対象になります。

◎東京都立大学の学生は、通学特約付きで加入します。

#### 【補償される主な活動】

- ・授業や実験をしているとき
- ・入学式や卒業式などの学校行事に参加しているとき
- ・キャンパス内にいるとき（禁止されている場所や行為は除く）
- ・学校が認めたクラブ・サークル活動中（危険なスポーツは除く）
- ・学校へ通学しているとき（合理的な経路で）

### (2) 学研賠について

- ・他人にけがをさせたり、物を壊してしまったときに、法律上の損害賠償責任を補償する保険です。
- ・授業、学校行事、学校公認のインターンシップやボランティア活動などで対象になります。（これらの行き帰りも補償されます。）

◎東京都立大学の学生は、学研災と学研賠のセットで加入します。

### (3) 南大沢キャンパスでの手続き

日本の銀行に口座を持っている学生：

入学手続き中に必ず該当のサイトから資料請求をして銀行振込用紙を入手して下さい。その後、自分で銀行振込の手続きをして下さい。万が一、入学手続き中に申請できなかった場合は学生課で用紙を入手して、振込の手続きをして下さい。

日本の銀行に口座を持っていない学生：

学生課で現金で支払って下さい。事前に学生課にメール（kagai-katsudo@jmj.tmu.ac.jp）

して支払いに行く日時の予約を必ず取ってください。予約が無い場合は支払いを受け付けることが出来ません。まだ支払いはお釣りの無いようにお願いします。

保険期間	学研災保険料 Aタイプ		付帯賠償保険料 Aコース	合計保険料
	昼間部	通学中担保特約 保険料		
1年間	650円	350円	340円	1,340円
2年間	1,200円	550円	680円	2,430円
3年間	1,800円	800円	1,020円	3,620円
4年間	2,300円	1,000円	1,360円	4,660円

◎基本は入学から卒業までの期間で加入します。研究生は1年間の加入のみです。

・詳しい内容は、日本国際教育支援協会のホームページをご確認ください。

<https://www.jees.or.jp/gakkensai/>

# VI 悩みごと・相談ごと

留学生相談担当教員が、人間関係、日常生活、医療（心身）、ビザの問題など、みなさんが抱える様々な疑問や悩みごとの相談に応じています。

## 1 留学生相談室

留学生や留学生を支援するチューター、研究室の方々など留学生に関係する方たちのための相談室です。開室日や開室日や予約など詳細は国際センターHPで確認してください。事前に予約することをお勧めします。



※英語、日本語で対応しています。

国際センター 留学生相談室HP  
[http://www.ic.tmu.ac.jp/study\\_abroad/advisoryoffice.html](http://www.ic.tmu.ac.jp/study_abroad/advisoryoffice.html)



キャンパス	場所
みなみおおさわ 南大沢	国際交流会館 2階210室 内線5752
ひの 白野	詳細は国際センター留学生相談室HPで確認してください
あらかわ 荒川	詳細は国際センター留学生相談室HPで確認してください

## 2 その他の相談窓口

学生相談室・キャリア支援課・保健室が、みなさんの様々な相談に応じています。

### (1) 学生相談室（日本語のみ）

学生相談室では、大学生活で生じる様々な悩みや対人関係、性格、適応上の問題等について、専任の心理カウンセラーが個別相談に応じています。事前に面接の予約をしてから相談に行ってください。[https://gs.tmu.ac.jp/consultation\\_room/guide.html](https://gs.tmu.ac.jp/consultation_room/guide.html)



① 予約受付日・時間  
月～金曜日 10:00～17:00

② 面接日・時間  
月～金曜日 10:00～17:30

③ 場所  
7号館2階 学生相談室受付

④ 連絡先  
2121（内線） 042-677-2376（直通）

## (2) キャリア支援課（キャリア相談・イベント）

キャリアカウンセラーによるキャリア相談（進路・就職など）、日本で就職を希望する外国人を対象としたイベントを実施しています。就職活動を行う際に役立つ「就職ガイドブック」の配布や、OB・OG訪問も受け付けています。

併設する就職資料室では就職に関する資料の閲覧が可能です。

※最新の情報はキャリア支援課HPを確認してください。

キャリア支援課をお気軽にご利用ください！

### 【キャリア相談】

#### ① 相談日

月～金曜日（事前予約制・先着順）

#### ② 申込み方法

キャリア支援課HPをご確認ください。

[https://career.tmu.ac.jp/for\\_students/soudan.html](https://career.tmu.ac.jp/for_students/soudan.html)

#### ③ 相談方法

予約時に相談方法(対面の場合は相談キャンパス)を必ず確認してください。

予約完了後の変更はできません。

詳細はキャリア支援課HPをご確認ください。

#### ○ 対面

南大沢キャンパス：7号館1Fキャリア支援課

日野キャンパス：2号館1F・就職資料室内相談室

荒川キャンパス：図書館棟1F・キャリア相談室

#### ○ オンライン

Microsoft Teams（オンライン会議システム）



### 【日本で就職を希望する留学生を対象としたイベント】

- ・就職活動ガイダンス
- ・エントリーシート作成講座
- ・面接対策講座
- ・業界研究セミナー
- ・企業研究セミナー/学内合同企業説明会

※その他、外国人留学生のみを対象にしたイベントも5～6月・10～11月に実施しています。詳細はキャリア支援課HPで公開します。

### 【キャリア支援課連絡先】

TEL：042-677-1140

MAIL：[tmu-career@jmj.tmu.ac.jp](mailto:tmu-career@jmj.tmu.ac.jp)

HP：<https://career.tmu.ac.jp/>

<p>キャリア支援課</p> <p>【場所】 7号館1F</p>	<p>8:30~17:15</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・キャリア相談（進路・就職相談など）</li> <li>・インターンシップ・就職に関する資料の閲覧（就職資料室）</li> <li>・キャリア支援行事</li> <li>・就職活動支援行事</li> <li>・インターンシップの申込み</li> <li>・アルバイト情報など</li> </ul>
--------------------------------------	-------------------	---

(3) 保健室（日本語のみ）

保健室は、心身ともに健全で有意義な学生生活を送れるようにサポートをしています。保健室は、心身ともに健全で有意義な学生生活を送れるようにサポートをしています。

主な業務は、応急処置や大学周辺の病院の情報提供、健康相談です。

なお内服薬は提供していません。

[https://gs.tmu.ac.jp/health\\_room/about.html](https://gs.tmu.ac.jp/health_room/about.html)



① 開室時間

月～金曜日 9:00～17:00

② 場所

7号館1階

③ 連絡先

042-677-2374（直通）

④ 健康相談

定期的に医師による健康相談を行っています。

ホームページで日程を確認して来室してください。

⑤ 学生定期健康診断

年2回、4～6月と10月（10月入学生のみ）に実施します。

受診対象は、原則、正規学生となります。ホームページや掲示物で日程を確認してください。

## Ⅶ 在留手続に関すること

現在の在留管理制度では、所属教育機関や住所等に変更があった場合、出入国在留管理局や市・区役所に必ず届け出をする必要があります。決められた期日以内に届け出をしないと、罰金等による処分が科されることがあります。「知らなかった」というのは、理由として認められません。適正に在留するために必要な情報は、自分で責任をもって収集するように努めてください。

### 1 市役所・区役所に届け出が必要なこと

#### (1) 日本に来たとき

許可された在留資格で初めて日本に来て、在留カードを交付された方は、日本での住所が決まってから14日以内に、その居住地を管轄する市役所・区役所に届け出が必要です。入国審査時、パスポートに「在留カードを後日交付する」と記載された方も同じです。届け出様式は各自治体により異なり、市役所・区役所でもらうことができます。届け出には、パスポートと在留カードが必要となります。

#### (2) 引っ越しをしたとき

別の市や区に引っ越しをする際には、「転出届」と「転入届」の届け出が必要です。「転出届」は、それまでに住んでいた住所を管轄する市役所または区役所に提出するもので、その市・区の住民でなくなることを届け出るものです。届け出は引っ越し日の14日前からできます。「転入届」は、引っ越し先の住所を管轄する市役所または区役所で、あなたがその市・区の新しい住民となる事を届け出るものです。届け出は、引っ越した後、14日以内に行う必要があります。

なお、引っ越し先が同じ市や区の中であっても、「転居・変更届」（住所の変更届）を14日以内に届け出ることが必要です。届け出様式は各自治体により異なり、市役所・区役所でもらうことができます。届け出には、在留カードと国民健康保険に加入していることが分かるもの（資格確認書）の提示も必要です。

#### (3) マイナンバー制度

「マイナンバー」（個人番号）とは住民票を有する全ての人が持つ12桁の番号のことです。マイナンバーは社会保障、税、災害対策等の行政手続で必要となります。例えばみなさんのような学生の場合、アルバイトの勤務先へ告知しなければなりません。

マイナンバーは転入届を市役所に提出すると自動的に付与され、あなたの住所に通知が送られます。マイナンバーの通知後に市・区役所に申請をすると身分証明書や様々なサービスに利用できるマイナンバーカードが交付されます。マイナンバーカードは任意のため、絶対に作らなければならないものではありませんが、将来日本で就職を考えている場合は作っておいたほうが良いでしょう。

なお、2024年12月から国民健康保険証は新規発行されず、マイナンバーカードの健康保険証利用（マイナ保険証）の仕組みに移行しています。マイナ保険証の利用を希望する場合は、利用登録をする必要があります。マイナンバーカードを持っていない場合でも、市・区役所で発行される資格確認書で病院を受診することもできます。

詳しく知りたい方は下記ホームページを確認してください。  
マイナンバーカード総合サイト：<https://www.kojinbango-card.go.jp/> (多言語対応)

- (4) 本帰国するとき  
本帰国する時にも、「転出届」の届け出が必要です。これを怠ると、帰国後も国民健康保険料等が請求されることがあります。帰国日が決まったら、帰国日を証明する書類(航空券やE-チケット等)を持って、居住地を管轄する市役所・区役所等に必ず届け出をしてください。届け出様式は各自治体により異なり、市役所・区役所でもらうことができます。届け出には、在留カードと国民健康保険に加入していることが分かるもの(資格確認書)の提示も必要です。

## 2 出入国在留管理局に届け出が必要なこと

- (1) 氏名や国籍等の変更  
結婚等により、氏名や国籍などに変更があった場合は、14日以内に、出入国在留管理局に届け出が必要です。
- (2) 在留カードの紛失・汚損等  
在留カードを失くしたり、盗まれてしまったりした場合には、その事実がわかった日から14日以内に届け出が必要です。また、在留カードがひどく汚れてしまったり、割れてしまったりした場合にも、できるだけ早く届け出をして再交付を受けてください。
- (3) 他の教育機関から進学する時  
在留資格「留学」を有したまま国内の他の教育機関(大学や日本語学校など)から進学する場合には、「活動機関に関する届出」(移籍)を出入国在留管理局に提出してください。期限は入学後14日以内です。  
\*届け出を怠ると、罰則や国外退去の対象となります。
- (4) 学生でなくなるとき・他の教育機関(大学等)にうつるとき  
卒業・修了・退学などにより大学から学籍がなくなるとき、また卒業・修了・退学などにより大学から学籍がなくなるとき、またや他の大学に転学したり進学したりする場合、14日以内に出入国在留管理局に届け出が必要です。「活動機関に関する届出」(離脱)を出入国在留管理局に提出してください。期限は離脱後14日以内です。  
\*届け出を怠ると、罰則や国外退去の対象となります。  
参考：出入国在留管理庁ウェブサイト  
[https://www.moj.go.jp/isa/applications/procedures/nyuukokukanri10\\_00014.html](https://www.moj.go.jp/isa/applications/procedures/nyuukokukanri10_00014.html)

### 3 在留期間の更新

- (1) 在留期間更新について  
在留期限が満了する日の遅くとも1か月前までには、出入国在留管理局へ在留期間更新を申請してください。在留期間が満了する日の3ヶ月前から申請をすることができません。
- (2) 更新手続きに必要な書類  
在留資格「留学」の場合は以下のとおりです。
- ① 在留期間更新許可申請書（5枚）、提出書類一覧及び別紙（各種確認書）  
（出入国在留管理庁のホームページからダウンロードします）  
※在留期間更新許可申請書5枚のうち「所属機関等作成用」の申請書2枚については、国際課で作成します。必要な方は国際課ホームページで確認の上、国際課に申し込んでください。
  - ② 証明写真1枚（3cm x 4cm）
  - ③ 旅券（パスポート）
  - ④ 在留カード
  - ⑤ 在学証明書（学部・大学院生）／研究従事証明書（研究生）
  - ⑥ 成績証明書（学部・大学院）及び卒業証明書、出席証明書
  - ⑤⑥※直近の在留申請以降在籍した全ての教育機関に係わるもの
  - ⑦ 滞在費支弁に関する書類（奨学金受給証明書など）
  - ⑦ケースごとに異なりますので、詳細は「提出書類一覧表」を参照すること
  - ⑧ 手数料6,000円
- ※また、上記以外の書類を求められる場合があります。（指導教員の推薦状等）
- (3) 申請にあたっての注意事項
- ① 外国語により作成されたものは、日本語訳を添付する必要があります。
  - ② 日本で発行される証明書は発行日から3ヶ月以内のものが必須です。
  - ③ 「資格外活動許可」の申請も同時に行うことをお勧めします。「資格外活動許可」の期限は在留資格の期限と同じです。
- (4) 国民健康保険、銀行口座、マイナンバーカードの更新について  
出入国在留管理局へ申請後、新しい在留カードが交付される前に現在の在留期限が切れそうな時は、国民健康保険、国内の銀行口座、マイナンバーカードの一時延長手続きをしてください。
- (5) 新しい在留カードが交付されたら3日以内にSpeedVisaの情報を更新してください。Speed Visaにログインし、「在留カード情報の変更」から在留カード情報の登録を完了させてください。

ログイン：<https://s-visa.com/signin>

## 4 一時帰国

### (1) 再入国許可

有効な旅券及び在留カードを所持する外国人の方が出国する際、出国後1年以内に本邦での活動を継続するために再入国する場合は、原則として再入国許可を受ける必要はありません（この制度を「みなし再入国許可」といいます。）。出国する際に、有効なパスポートと在留カードを必ず提示してください。

みなし再入国許可により出国した方は、その有効期間を海外で延長することはできません。出国後1年以内に再入国しないと在留資格が失われることとなりますので、注意してください。

\* 在留期限が出国後1年未満に到来する場合は、その在留期限までに再入国してください。

### (2) 大学への届け出

一時帰国や海外旅行を予定している方は、指導教員へ申し出るとともに、国際課へ「一時帰国・外国旅行届出書」を必ず提出してください。また再入国後は、指導教員・国際課にお知らせください。

## 5 出入国在留管理局について

### (1) 東京出入国在留管理局

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

アクセス：JR品川駅からバスで約13分

窓口受付時間：9時～16時（土・日曜日、休日を除く、年末年始閉庁日あり）

### (2) 東京出入国在留管理局 立川出張所（東京都、神奈川県相模原市に居住地がある場合）

アクセス：JR立川駅からバス「多摩車検場」バス停下車 徒歩5分

窓口受付時間：9時～16時（土・日曜日、休日を除く、年末年始閉庁日あり）

### (3) 横浜支局（神奈川県に居住地がある場合）

<https://www.moj.go.jp/isa/about/region/yokohama/>

アクセス：JR根岸線・横浜シーサイドライン新杉田駅からバスで約14分

窓口受付時間：9時～16時（土・日曜日、休日を除く、年末年始閉庁日あり）

# VIII 参考資料

## 1 各種相談機関

(1) 外国人留学生を対象とする相談窓口  
 民間の機関として、次の窓口があります。

機関名	住所 (最寄駅)	電話	相談時間
しんじゆく多文化共生プラザ	〒160-0021 新宿区歌舞伎町 2-44-1 ハイジア11階 JR 新宿駅 東口 徒歩10分	03-5291-5171	げつ 月～金 (第2、4水曜日、祝日 年末 ねんし 年始は休み) 9:00～21:00 曜日 によって対応できる言語が異なるため詳細要確認 ※外国人相談コーナー(窓口での相談および電話相談) 10:00～12:00, 13:00～17:00

(2) 外国人の暮らしについての相談窓口

日本に住む外国人は、言葉の問題に加えて、日本と母国の習慣、法律、社会制度、文化の違いなどから、日常生活を送るうえでいろいろな問題に直面します。こうした問題の解決に少しでも役立てるよう、東京都では「外国人相談窓口」があります。

※主な相談内容：医療・教育・仕事上のことなど、日常生活に関する問題

※不当請求、アパート賃貸借契約等、消費生活に関する相談窓口も案内してもらえます。

区・市	相談言語	相談日	時間	電話	最寄り駅
東京都 (都庁 第一本庁舎 3F 都民の声総合窓口の外国人相談)	英語	げつ 月～金	9:30～12:00 13:00～17:00	03-5320-7744	新宿駅 都庁前駅
	中国語	か 火・金		03-5320-7766	
	韓国語	すい 水	03-5320-7700		
荒川区 (荒川区役所)	英語・中国語・韓国語	でんわ 電話にて ようかくにん 要確認	8:30～17:15	03-3802-3111	JR三河島駅から バスまたは都電 「荒川区役所前」
日野市 (多摩平の森ふれあい館2F 平和と人権課)	ほんやくき 翻訳機を使った ぼこくご 母国語	げつ 月～金 でんわ 電話かメールで要予約)	8:45～17:00	042-843-4044 (heiwa@city.hino.lg.jp)	JR豊田駅から徒歩 8分

<p>はちおうじし <b>八王子市</b> はちおうじ (八王子スク エアビル11F はちおうじ 国際 八王子 国際 きょうかい 協会)</p>	<p>えいご ちゅうごくご 英語・中国語・ かんこくご 韓国語・タガログ ごなど 語等 ※相談内容により対応 かのうげんご こと 可能言語が異なる。 くわ 詳しくはHPにて <a href="http://hia855.com/supp&lt;br/&gt;ortdesk/">http://hia855.com/supp ortdesk/</a></p>	<p>げつ ど 月～土</p>	<p>10:00～17:00</p>	<p>042-642-7091</p>	<p>はちおうじ えき きたぐち JR 八王子 駅 北口 と ほ ぶん 徒歩1分</p>
--	--	---------------------	--------------------	---------------------	--

(3) その他の相談機関

	そ  う  だ  ん  げ  ん  ご 相  談  言  語	そ  う  だ  ん  び 相  談  日	そ  う  だ  ん  じ  か  ん 相  談  時  間	で  ん  わ 電  話	も  よ  え  き 最  寄  り  駅
<p>がいこくじんざいりゆうそうごう 外国人在留総合 インフォメーションセ ンター (出入国在留管理庁)</p>	<p>えいご ちゅうごくご 英語・中国語・ かんこくご 韓国語・スペイ ごなど ン語等</p>	<p>げつ きん 月～金</p>	<p>8:30～17:15</p>	<p>ナビダイヤル 0570-013-904 もしくは 03-5796-7112</p>	<p>しながわえき JR品川駅よりバスまたは とうきょう 東京モノレール・りんかい せん てんのうず 線「天王洲アイル」</p>
<p>がいこくじんざいりゆうしえん 外国人在留支援セン ター (出入国在留管理庁) <a href="https://www.moj.go.jp/isa/support/fresc/fresc01.html">https://www.moj.go.jp/isa/support/fresc/fresc01.html</a></p>	<p>くわ 詳しくはHPにて</p>	<p>げつ きん 月～金</p>	<p>9:00～17:00</p>	<p>ナビダイヤル 0570-011-000</p>	<p>よつやえき とほぶん JR 四ツ谷駅 徒歩1分 とうきょう 東京メトロ四ツ谷駅徒歩 1分～3分</p>
<p>TOKYO ENGLISH LIFE LINE(東京英語いのち の電話) <a href="https://telljp.com/">https://telljp.com/</a></p>	<p>えいご 英語</p>	<p>ど もく 土～木 きん 金</p>	<p>9:00～23:00 9:00～2:00</p>	<p>03-5774-0992</p>	<p>でんわ 電話・オンライン</p>
<p>がいこくじんかんじやむ いりょう 外国人患者向け医療 じょうほう 情報サービス(東京都 ほけんいりょうきょく 保険医療局)</p>	<p>えいご ちゅうごくご 英語・中国語・ かんこくご 韓国語・タイ語 ご ・スペイン語</p>	<p>まいにち 毎日</p>	<p>9:00～20:00</p>	<p>03-5285-8181</p>	<p>でんわ 電話のみ</p>
<p>AMDAMDA国際医療情報セ ンター <a href="https://www.amdamedicalcenter.com/">https://www.amdamedicalcenter.com/</a></p>	<p>えいご ちゅうごくご 英語・中国語・ かんこくご 韓国語・スペイ ン語・ポルトガ ル語・フィリピ ン語・タイ語・ ベトナム語 (曜日による)</p>	<p>げつ きん 月～金</p>	<p>10:00～16:00</p>	<p>03-6233-9266 (電話医療相談)</p>	<p>でんわ 電話のみ</p>
		<p>げつ きん 月～金</p>	<p>10:00～15:00</p>	<p>050-3405-0397 (遠隔医療通訳)</p>	

## 2 国際空港の電話番号

とうきょうこくさいくうこう (はねだ) テレフォンセンター 03-5757-8111  
しんとうきょうこくさいくうこう (なりた) インフォメーション 0476-34-8000

## 3 緊急事態のとき

きんきゅうれんらく (ねんじゅうむきゅうで24時間サービス)

- けい さつ 警 察 1 1 0
- しょう ぼう 消 防 1 1 9
- きゅう きゅう しや 救 急 車 1 1 9

- とうきょうしょうぼうちよう 東京消防庁テレホンサービス

(やかん・にちよう・しゆくじつ ひら きゅうきゅうびよういん あんないなど)  
(夜間や日曜・祝日も開いている救急病院の案内等)

とうきょう くない 東京23区内: ☎03-3212-2323

たまたちく 多摩地区: ☎042-521-2323

けいたいでんわ・PHS・プッシュ回線 携帯電話・PHS・プッシュ回線 #7119

**ENGLISH VERSION**

---

# PREFACE

This handbook is meant to be a clear and practical guide to your life at Tokyo Metropolitan University. Should you have any questions or need further clarification regarding the information provided and details of the procedures, contact the relevant offices mentioned in the handbook.

We sincerely hope that your stay at TMU will be fruitful and memorable.

**General Office for TMU International Students**

**International Student Exchange Section  
International Affairs Office**

(1F, International House, Minami-Osawa Campus)

1-1 Minami-Osawa, Hachioji-City Tokyo 192-0397 Japan  
Tel: 042-677-2030 (direct line)

This handbook is intended for international students studying at the Minami-Osawa Campus. International students studying at other Campus below should contact their Office for inquiries and information.

Hino Campus	042-585-8611 (direct)
Arakawa Campus	03-3819-7124 (direct)

Information for newly enrolled students is posted on the following website.  
[http://www.ic.tmu.ac.jp/english/study\\_abroad/for\\_incoming\\_students.html](http://www.ic.tmu.ac.jp/english/study_abroad/for_incoming_students.html)  
Make sure you check the information that will be updated as needed.

# CONTENTS

## I. Annual Schedule for International Students

1. Annual Schedule for International Students .....40

## II. University Office Services

1. Offices .....42
2. Bulletin Boards ..... 43
3. Issuance of Certificates .....43
4. Registration of the Certificate.....45
5. Graduation, Course Completion, Leave of Absence  
and Re-enrollment ..... 45

## III. Studying

1. Academic Affairs Consulting Offices.....47
2. Course Registration .....47
3. Cancellation of Classes.....47
4. Japanese Language Courses .....48
5. Japanese Academic Writing Support.....49
6. International Student Navigators .....50
7. Tutoring Program ..... .50

## IV. Living

1. Tuition Exemption, Reduction and Installment  
Payment ..... .51
2. Accommodation .....54
3. Comprehensive Renter’s Insurance for  
International Students.....55
4. Necessary Procedures When You Change Address...55
5. Scholarships.....56
6. Part-time Jobs .....59
7. Bicycle and Motor-bike Registration..... 60
8. How to Use TMU Temporary Day-Care Facility ..... 60
9. When an Earthquake Occurs ..... 61

## V. Health Services

1. Medical Expenses..... 62
2. Insurances..... 63

## VI. Advising & Counseling Services

1. International Student Advising Office..... 65
2. Other Counseling Rooms ..... 65

## VII. Status of Residence


1. Notification to the Municipal  
Office of Your Residence ..... 68
2. Notification to the Immigration  
Bureau..... 69
3. Extension of Your Stay ..... 70
4. Notification of Temporary Return to Home Country  
and Travel Abroad..... 71
5. Main branch offices of Immigration Services  
Bureau of Japan ..... 72

## VIII. Reference Materials

1. Counseling and Information Services..... 73
2. International Airport Contacts ..... 74
3. In Emergencies ..... 75

## I. Annual Schedule for International Students

### 1. Annual Schedule for International Students

Events & Activities	Schedule	Detail
Orientation for incoming international students ➤ campus tour ➤ welcome party	Twice a year: early Apr. (planned) & early Oct. (planned)	Explaining life and studying at TMU to new international students including the information of the cross-cultural understanding seminar.
Pre-Registration for Scholarship Application	New students: Once a year (early Apr. & late Sept. or early Oct.)  Current students: Once a year (mid-Mar. and late Sept. or early Oct.)  	International students requiring University' recommendation need to apply for Pre-registration. You can apply for Pre-registration only once a year, depending on the time of enrollment and advancement to the following academic year. Be sure to visit websites, or you will miss the opportunity to apply for scholarships.  <a href="#">Scholarships   TMU International Center International Affairs Office</a>
TMU International Café	Undecided (to be announced on the website of the International Center)	Enjoy a lunch while chatting with foreign students with various cultural backgrounds and TMU students during lunchtime break. While being exposed to different languages, customs, and food cultures, you will build new friendships and enjoy campus life even more. Delicious coffee and sweets will be served after lunch.
TMU campus festival	Once a year: early Nov.	International students are encouraged to take part in the festival for enjoyable campus life. Note: To set up a food stand in the festival, students are required to attend the “University Festival Participation Meetings” to register participation. Pay attention to the information posted on the bulletin boards around May.
Career guidance for	Once or twice a year:	The Career Guidance is held to provide

international students seeking a job in Japan	(The dates are not determined yet)	international students with information on the environment of employment and instructions on how to write job applications and how to prepare for interviews.
---	------------------------------------	---

In addition to the above, various interesting events and activities take place all year round. The information about these will be posted on the International Affairs Office's bulletin board.



## II. University Office Services

### 1. Offices

From admission to graduation, students need to go through various procedures. Below is the guideline showing which office you should visit, depending on the procedure you need.

Office & Location	Office Hours (Monday – Friday)	Services
<p>Respective faculty/graduate school offices            ※ 1st-year and 2nd-year (in the case of Faculty of Health Science, 1st-year students only) undergraduate students should go to Academic Affairs Division:            Undergraduate students in their 3rd year or above (in the case of Faculty of Health Science, 2nd year or above), research students and graduate students should go to their faculty/graduate school office.            Non-degree students, except for research students, should go to the International Affairs Office.</p>	<p>【Minami-Osawa campus】            8:30 – 17:15            【Hino campus】            8:45 – 17:30            【Arakawa campus】            8:30 – 17:00            (18:45 during class period)            (Closed 12:30–13:30)</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>-University-wide academic affairs</li> <li>-Student registry related procedures (withdrawal, leave of absence, re-enrollment)</li> <li>-Reissuance of student ID cards</li> <li>-Change of address for guarantor or contact person living in Japan</li> <li>-Registration for commuting bikes</li> </ul>
<p>Student Affairs Division            Location: Bldg. 1, 1F</p>	<p>8:30 – 17:15            (Closed 12:30–13:30)</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>-Application for full/half tuition exemption &amp; installment payment</li> <li>-Application for student dormitories</li> <li>-Reporting lost &amp; found items</li> <li>-Application for Personal Accident Insurance for Students Pursuing Education and Research (PAS), and Liability Insurance coupled with PAS</li> <li>-Registration of commuting motor bikes (See “Bicycle and Motor-bike Registration” on page 59)</li> <li>-Application for use of campus facilities and equipment</li> </ul>
<p>International Affairs Office            Location:            International House, 1F</p>	<p>9:00 – 17:45            (Closed 12:30 –13:30)</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>-Application for documents related to status of residence</li> <li>-Application for scholarships</li> <li>-Issuance of Scholarship Recipient Certificates</li> <li>-Organizing events for international students</li> <li>-Tutor related services</li> <li>-Management of the International Exchange Room</li> <li>-Management of Japanese language classes / Japanese academic writing support</li> </ul>

		-Personal consulting services for international students -Application for Comprehensive Renter's Insurance for International Students -Application for International House -Other general services for international students
Career Support Division Location: Bldg. 7, 1F	8:30 – 17:15	- Career consulting (career development & job placement) Reference materials on internship / job placement (Career Reference Room) - Supportive events for career development / job hunting - Applications for internships - Part-time job information, etc.

## 2. Bulletin Boards

Remember that failure to check information on the bulletin boards may result in your disadvantage. Be sure to check the relevant bulletin boards every time you arrive at the campus.

- (1) Bulletin boards for international students: in front of the International Affairs Office, International House 1F, and Information Gallery
- (2) Bulletin board for all students: Information Gallery, notice by kibaco
- (3) Faculty / grad. school bulletin boards: faculty / department buildings and Information Gallery
- (4) CAMPUSSQUARE

To log in the student site on the official TMU website (Japanese Page). You can change your contact changes (after log-in, HOME > Students' Information > Contact changes), as well as other convenient functions.

- (5) Notice by Kibaco

Log in to the TMUNER user menu or use the URL( <https://kibaco-d.tmu.ac.jp/login>) or QR code. You can view and download class materials, check cancellation of classes, notices from Academic Affairs Division, etc.



## 3. Issuance of Certificates

- (1) **Certificate of Enrollment (or Certificate of Engaging in Research for research students) and Official Transcript**

Certificate and transcript of degree students can be issued by automated issuing machine.

Research students should ask their Academic Affairs Section to get a proof of the engagement in research.

Non-degree students, except for research students, should contact International Affairs Office.

- (2) **Certificate of (prospective) Graduation / Course Completion:**

Your faculty / department office issues those certificates for free, but issuance of the certificates after graduation / course completion will be charged.

\*The certificates of (prospective) graduation / course completion can be obtained through the

automated issuing machine in your final year of study.

\*For more details, ask your faculty / department office.

### (3) Student Discount Voucher & Student Commuter Pass

#### 1) JR Student Discount Voucher

##### A) What is the JR student discount?

It is a special rate given to students of the schools designated by the Japan Railways Group (JR-Group) when they travel on the JR train for more than 100 operating kilometers in one direction. This student discount voucher can be used only for traveling on the JR lines. The student discount services offered by other railway companies vary depending on each company's operational regulation. As for their student discount services, ask the station office of each railway company before buying a ticket.

##### B) Where to be issued

It is issued by the automated ticketing machine in a station.

#### 2) Student commuter pass

##### A) What is the student commuter pass?

It is a kind of discounted pass offered by railway companies to degree students to commute via the shortest route between the stations nearest to the university and their home. Note that non-degree students, i.e. exchange students, research students and credit students, are not eligible to purchase commuter passes.

##### B) How to purchase

Write your registered address and commuting route in the sticker attached on the back of your student ID card and have your faculty / department office put a confirmation seal on it. By showing your student ID card with the confirmation seal on, you can purchase a student commuter pass over the counter of a railway company. **It is prohibited to change the route for any other purposes, such as going to part-time work, extracurricular activities or any other destinations.**

##### C) When you have changed your address

Change immediately the information in the "Student Information" section of the CAMPUSSQUARE and get a new sticker to be attached on the back of your student ID card. (However, 1st-year and 2nd-year undergraduate students should go to Academic Affairs Division ; 3rd-year and 4th-year undergraduate, and graduate students should go to their faculty /grad. school office.)

And also, if your guarantor or contact person living in Japan has changed the address, notify Academic Affairs Division of this change.

**Do not misuse your commuter pass by changing the registered contents printed on the sticker or making an unauthorized copy of it.**

##### D) Misuse of a JR student discount voucher and student commuter pass

The student discount voucher and student commuter pass should not be used by any person other than the owner. If any misuse is found, the railway company may suspend the discount benefit for all TMU students, using student commuter pass. Should you have any questions regarding the student discount voucher or commuter pass, please ask your faculty / grad. Academic Affairs Section.

#### **(4) Certificates of Scholarship Recipient**

The certificates of the following scholarship recipient will be issued by the International Affairs Office. Japanese Government Scholarship, the Honors Scholarship for privately financed international students, TMU Scholarship for Privately Finance International Students, Tokyo Global Partner Scholarship.

(Note) Issuance of the certificates takes about a week.

#### **(5) Health Certificate**

Those students who received a health check-up conducted by the University can obtain a health certificate through the automated issuing machine (degree students only).

### **4. Register of Residence Status**

Universities accepting international students have to administrate their residence status, and report time to time, according to Immigration Control and Refugee Recognition Act.

TMU uses SpeedVisa, online system, to administrate residence status of international students.

Therefore, all international students have to register their residence status in the SpeedVisa.

#### **(1) Registration Procedure**

Log in SpeedVisa to go a menu of "Change of Residence Status" and complete your registration.

Log In : <https://s-visa.com/signin>

Initial setting is required to use the system. Details will be explained to students at the time of enrollment.

#### **(2) Initial Registration and Update the Status**

At the time of enrollment, in April or October, all new international students will get details for their registration.

Once you complete to extend the period of stay, update information in the SpeedVisa, within 3 days you receive a renewed Residence Card.

Same procedures are required when you get changes on your Residence Card, due to address change and so on.

### **5. Graduation, Course Completion, Leave of Absence and Re-enrollment**

#### **(1) When you have graduated or completed your course**

Submit your future plans after graduation or completion of your studies using CAMPUS-SQUARE to the Career Support Division.

CAMPUSSQUARE : <https://jjh.tmu.ac.jp>

※ After logging in, click "Menu > Employment and Career Record > Career Path Decision Entry".

For research students, we will send you an e-mail to explain the procedure of their career path report, in August or February.

**(2) Notification to The Immigration Bureau**

Submit Notification of the Accepting Organization to Immigration Bureau.

<Notification of Leaving the Accepting Organization>

Visit Immigration Bureau's web site for details.

[https://www.moj.go.jp/isa/applications/procedures/nyuukokukanri10\\_00014.html](https://www.moj.go.jp/isa/applications/procedures/nyuukokukanri10_00014.html)

Immigration Bureau accepts application by postal mail, online and at their office.

Complete this within 14 days of leaving your organization.

**(3) When you take a leave of absence or re-enroll in the university**

Read the course manual carefully and submit a request to your faculty / grad. Academic Affairs Division.. And also, notify the International Affairs Office of this request

A. 1st-year and 2nd-year undergraduate students (in the case of Faculty of Health Science, only 1st-year students): Academic Affairs Division.

B. 3rd- & 4th-year undergraduate (in the case of Faculty of Health Science, above 2nd-year students), graduate and research students: their faculty / department office

※ Your status of residence during a leave of absence:

Your status of residence as "Student" becomes invalid when you take a leave of absence.

International students having residence status of "Student" need to leave Japan without delay, if they don't attend classes or do research activities for more than 3 months, due to leave of absence etc. In this case, you need to give up the rest of valid period of your stay.

Your residence status will be cancelled, if you stay in Japan without attending classes.

If you need to stay in Japan, change your residence status of "Student" to another appropriate one. Part time job is prohibited in Japan, during leave of absence.

※Re-Enrollment to the University

You need to obtain Certificate of Eligibility and apply for VISA at Embassy of Japan in your home country, before returning to Japan. International Affairs Office will help you to apply for Certificate of Eligibility. Contact Academic Affairs Division 3-4 months prior to your re-enrollment, because you need Approval of Request for Re-enrollment. In addition to this, ask Academic Affairs Division for Student VISA application agency service.

### III. Studying

#### 1. Academic Affairs Consulting Offices

Offices in charge of course registration, credit acquisition, receipt of assigned papers and other academic affairs are as follows (Note: Research students are not eligible to acquire credits):

- (1) 1st-year & 2nd-year undergraduate students: Academic Affairs Division (2<sup>nd</sup>-year undergraduates in the Faculty of Health Sciences: their faculty offices)
- (2) 3rd- & 4th-year undergraduate, graduate and research students: their faculty / department offices

#### 2. Course Registration

As a rule, course registration should be completed online. However, some courses require permission from the lecturer. Please note that the course registration period varies depending on the course. Details will be posted on the Academic Affairs Division website, the bulletin board of your faculty/department office, and the University’s website. Be sure to read the “Course Registration Guide” for details and attend the undergraduate course consulting session at the beginning of each semester.

#### 3. Cancellation of Classes

Classes may be cancelled when train services are disrupted due to snow, storms, floods, accidents, and strikes, etc. or lecturers’ inevitable reasons.

- (1) When train services are suspended, the class schedule will be changed as shown in the chart below.

This chart is for Minami-Osawa Campus only.

For the classes at the Hino / Arakawa Campus, contact the respective campus offices.

Transportation	Service Conditions	Class Cancellation
<ul style="list-style-type: none"> <li><input type="radio"/> Keio Sagami-hara Line</li> <li><input type="radio"/> Keio Line</li> <li><input type="radio"/> JR Yokohama Line</li> <li><input type="radio"/> Odakyu Odawara Line</li> <li><input checked="" type="radio"/> Odakyu Tama Line</li> <li><input checked="" type="radio"/> JR Nanbu Line</li> <li><input checked="" type="radio"/> JR Chuo Line</li> <li><input checked="" type="radio"/> JR Yamanote Line</li> <li><input checked="" type="radio"/> Tama City Monorail</li> </ul>	Any of <input type="radio"/> lines is entirely suspended <u>as of 6:00 a.m.</u>	[Classes in the 1st- & 2nd-periods will be cancelled.]
	Any of <input type="radio"/> / <input checked="" type="radio"/> lines is entirely or partially suspended, to affect significantly for commuting to the University.	[Cancellation of classes in the 1st- & 2nd-periods] * Will be decided by <u>6:00 a.m.</u>
		[Cancellation of classes in the 3rd- & 4th-periods] * Will be decided by <u>10:00 a.m.</u>
		[Cancellation of classes in the 5th- & 6th-periods] * Will be decided by <u>1:00 p.m.</u>

(2) Notification of class cancellation

Class cancellations are announced on the University's official X (formerly Twitter) account and the official website.

For details, ask the Academic Affairs Division. (Bdg.1 1F) or your faculty / department office.

(Note) Other than Minami-Osawa campus, ask your faculty / department office.

#### 4. Japanese Language Courses

TMU welcomes students from all over the world. Our program includes a diverse selection of courses with a focus on the Japanese language, along with courses enhancing your understanding of Japanese culture and society.

(1) Course Levels and Overviews

Below are the levels and overviews of the Japanese courses available for international students.

For more information, refer to the Course Guide and Syllabi of Japanese Language.

[http://www.ic.tmu.ac.jp/english/study\\_abroad/jpclass.html](http://www.ic.tmu.ac.jp/english/study_abroad/jpclass.html)



Japanese Course	Level / Learning Goal	Overview
Practical Japanese	CEFR A1 Starter Level	This course is intended for total beginners learning Japanese for the first time. Students will acquire simple expressions and phrases for everyday use and will be able to engage in basic conversations, including self-introductions and shopping.
	CEFR A2 (A2.1/A2.2) Elementary Level	To be able to understand simple expressions and phrases used in daily life, to read simple texts, and to write simple letters. Level A2.2 is higher than A2.1.
	CEFR B1 Intermediate Level	To be able to understand expressions and phrases used in daily life, to hold simple conversations and discussions, to read simple documents, and to write their own comments.
	CEFR B2 Upper-intermediate Level	To be able to engage in complex conversations and discussions, to read texts from newspapers and magazines, and to write one's own opinions.
	CEFR C1 Advanced Level	To be able to engage in professional conversations and discussions, to read complex texts in newspapers and magazines, and to write down one's own opinions in detail.

	CEFR C2 Super-advanced Level	To be able to use the same level of sophisticated Japanese as native Japanese university students. Currently no class is available.
Japanese I	Japanese Proficiency Test Level N1	Students will learn basic academic Japanese.
Japanese II	Japanese Proficiency Test Level N1 or higher	Students will learn comprehensive academic Japanese.
Japanese for living and working in Japan (Online Japanese)	CEFR A1/A2.1/A2.2/B1 Starter to Intermediate Level	We have four levels in this category. Refer to the description of the levels for “Practical Japanese” above. This course is offered online.

CEFR: <https://www.coe.int/en/web/common-european-framework-reference-languages/level-descriptions>

JLPT: <https://www.jlpt.jp/e/about/levelsummary.html>

## (2) Course registration & credit acquisition

Course	Eligible Students	Course Registration & Credit
Practical Japanese	Exchange students	Students will use <u>Japanese Proficiency Self-Assessment Tool</u> to evaluate their own Japanese language ability, and then select and register courses to match their levels. Credits can be awarded as the international exchange course.
	Graduate students Research students	Credits not awarded Course registration not required
Japanese I & II	Undergraduate students	Course registration required Credits awarded
Japanese for living and working in Japan	Exchange students Graduate students Research students	Students will use <u>Japanese Proficiency Self-Assessment Tool</u> to evaluate their own Japanese language ability, and then select and register courses to match their levels. Credits not awarded

Japanese Proficiency Self-Assessment Tool: <https://www.nihongo-check.bunka.go.jp/>

## (3) Class Attendance

- Credit won't be awarded, if you are absent from your class 4 times and more.
- It will be treated as an absence, if you are late for your class for 30 minutes and more.

## 5. Japanese Academic Writing Support



### (1) Outline of Support

We offer personalized assistance for writing reports and papers in Japanese. In each 50-minute session, you'll collaborate with a graduate student staff member to refine your thesis construction, select appropriate words and phrases, and more. This one-on-one approach ensures tailored strategies to enhance your writing.

### (2) Venue

Meeting Room, 2nd Floor, Central Library at Minami-Osawa Campus, and Online via Zoom

### (3) Days and Hours, and How to Get the Support

Reservations are required.

If there is a session available, we can also accept walk-ins.

For details, refer to our website.

[http://www.ic.tmu.ac.jp/english/study\\_abroad/jpacademic.html](http://www.ic.tmu.ac.jp/english/study_abroad/jpacademic.html)

## **6. International Student Navigators**

### (1) Outline of Support

Graduate students specializing in Japanese-language education support international students as Navigators, helping them with their Japanese-language studies.

### (2) Venue

International Huse 2F, Room 232 at Minami-Osawa Campus

### (3) Days and Hours, and How to Get the Support

Reservations are not required.

For details, refer to our website below.

[https://www.ic.tmu.ac.jp/english/study\\_abroad/exchange\\_navigator.html](https://www.ic.tmu.ac.jp/english/study_abroad/exchange_navigator.html)

## **7. Tutoring Program**



### (1) What is a tutoring program?

As international students, you may face various difficulties when studying with Japanese students in class, such as language barriers. You need to make a lot of effort to understand what a lecturer says in your class.

TMU therefore offers a tutoring program to international students. Tutors, who are TMU regular degree students, help international students to improve not only their Japanese skills but also, their study, research and daily life individually.

### (2) Eligible Students

In principle, a tutor is assigned to an international student who is in the first year of study and meets the requirements. Your academic supervisor determines whether you need a tutor. Usually, a tutor is selected from among graduate students in a field of study relevant to yours, based on your academic supervisor's recommendation.

## IV. Living

### 1. Tuition Exemption, Reduction and Installment Payment

#### (1) What is the tuition exemption, reduction and installment payment?

As financial support for international students with excellent academic achievement, the University offers the tuition reduction/exemption program, and for students in difficulty in paying the semester tuition in lump sum the installment payment program.

In the 2026 academic year, the applicable programs differ between new students and current students.

#### (2) Eligibility

Full-time students in the undergraduate and graduate programs are eligible to apply. (Non-degree students including research students are ineligible). TMU reviews applications and selects successful applicants.

※ For the 2026 academic year, applications for tuition reduction/exemption program are limited to students (undergraduate and graduate) who hold the residence status of ‘Student.’ There are no residence status requirements for applications for the installment payment program. This restriction applies only to new students.

#### (3) Application period and where to submit your application

Current students (Students who enrolled prior to April 2026)

	First Semester	Where to submit your application	Second Semester	Where to submit your application
Current students (Undergraduate and graduate)	Applicable program: Tuition reduction/exemption program and installment payment program Application period: Early April	Student Affairs Division	Applicable program: Tuition reduction/exemption program and installment payment program Application period: July to around September (tentative)	Student Affairs Division

New students enrolled in the 2026 academic year

	First Semester	Where to submit your application	Second Semester	Where to submit your application
New undergraduate students (with the residence status of 'Student')	Applicable program: Installment payment program Application period: Early April	Student Affairs Division	Applicable program: Tuition reduction/exemption program for both the 1st and the 2nd semester and installment payment program Application period: July to around September(tentative)	International Affairs Office
New graduate Students (with the residence status of 'Student')	Applicable program: Installment payment program Application period: Early April	Student Affairs Division	Applicable program: Tuition reduction/exemption program for both the 1st and the 2nd semester and installment payment program Application period: July to around September(tentative)	Student Affairs Division
New undergraduate and graduate students (with the residence status other than 'Student')	Applicable program: Installment payment program Application period: Early April	Student Affairs Division	Applicable program: Installment payment program Application period: July to around September (tentative)	Student Affairs Division

※ Applications will be accepted only during the designated date and time, and no applications will be accepted after that.

※ If your application is found to be incomplete, you will be notified via your personal kibaco message board. Please be sure to respond to all messages from the University.

**(4) How to apply**

For details regarding the application procedures, please contact the office mentioned in ‘Where to submit your application’ in the above ‘(3) Application period and where to submit your application.’

International Affairs Office URL: [https://www.ic.tmu.ac.jp/english/study\\_abroad/exemption.html](https://www.ic.tmu.ac.jp/english/study_abroad/exemption.html)

Student Affairs Division URL: <https://gs.tmu.ac.jp/exemption/>

**(5) Results of review of applicants**

The results for the first semester will be sent to the person responsible for the payment of tuition fees in mid-June, and those for the second semester will be sent in mid-November.

**(6) Notes for tuition payment**

Tuition payment will be deferred to the students who have applied for reduction/exemption or installment payment program. In case a tuition fee direct debit notice or a tuition payment slip arrives in mid-May or mid-October, you should contact the Student Affairs Division without paying the tuition.

Prepare for the payment of tuition, just in case, as your application may not be accepted.

※ Research students whose period of study is for the first half-year, or one-year must pay their tuition in April, and students whose period of study is only for the second half-year must pay their tuition in October. Research students who fail to pay tuition by due date shall not be admitted to TMU. For the details of the amount of tuition and due date, please contact your faculty/department office.

## 2. Accommodations

### (1) University accommodations

Detailed information on application for the accommodations is available at the Student Affairs Division , on the bulletin boards and the TMU website. Students seeking accommodation are encouraged to check information periodically. Note that not all applicants can secure accommodation on campus because of the limited number of rooms.

On Campus Accommodation	Eligibility	Number of Rooms	Application Period	Occupancy Period
International House	Privately financed International Graduate students	Approx. 20	Current students: around October	Within 2 years (depends on applicants' grades and room availability)
Dormitory	Undergraduate & graduate students	10-15 (depends on the year)	Current students: Nov. – Dec. Incoming students: Jan. – Feb.	2 years (within the designated period of a degree program)

[Where to contact and apply]

A. International House: International Affairs Office

B. Dormitory: Student Affairs Division.

TMU International Student House, which we call Global House Chofu, is designed to deepen cross-cultural understanding through communal life among international students and TMU regular students. They have chances to participate in the local events , as well as to contribute to global human resources development. This will also help the globalization of TMU.

Name of Accommodation	Address	Eligibility
International Student House Global House Chofu	6-33-1 Tamagawa, Chofu-City, Tokyo	※For details, contact International Affairs Office.  <a href="mailto:ishouse@jmi.tmu.ac.jp">ishouse@jmi.tmu.ac.jp</a>
International Student Dormitory	--- Tentative --- 612 Otsuka, Hachioji-City, Tokyo	Move in might start in October, 2026, Details undecided.

## **(2) Off-campus accommodation applied through TMU**

### **A. House of International Students**

Name of Accommodation	Address	Eligibility
Inter-University Seminar House's House of International Students	1987-1 Shimoyugi, Hachioji-City, Tokyo	Single

B. Application information: Contact the International Affairs Office.

## **(3) Other accommodations**

### **A. Accommodations directly applied by students.**

Information on accommodation availability will be posted on the bulletin board of the International Affairs Office. You can also contact directly to other international student houses, since they have accommodation available from time to time.

### **B. Private apartments**

You can find an apartment through real estate agents, housing information magazines, the Internet and the University campus store.

## **3. Comprehensive Renter's Insurance for International Students**

### **(1) Comprehensive Renter's Insurance for International Students and a co-signer**

The comprehensive Renter's Insurance for International Students by Japan Educational Exchange and Services (JEES) is designed to protect insured students against possible accidents such as a fire. To rent a private apartment room in Japan, a co-signer is generally required to share liabilities. When regular students cannot find a co-signer the University can serve as an institutional co-signer for them on the condition that they are covered by this Comprehensive Renter's Insurance. For more details, contact the International Affairs Office.

Students will be covered by this insurance for their enrollment period, and from admission to graduation.

For general information, visit <http://www.jees.or.jp/crifs/>

### **(2) Where to apply**

International Affairs Office

## **4. Necessary Procedures When You Change Address**

It is prerequisite that international students submit information promptly to the University in order to study at TMU. It is mandatory that your address is accurately registered at the following offices.

**(1) Municipal Office:** Procedures regarding Resident Card, National Health Insurance, National Pension, and My Number Card etc.

- A. Move-out notification at the municipal office of your old address (from 14 days before the move-out day)
- B. Move-in notification at the municipal office of your new address (within 14 days after the move-in day)

\*Even if you change your address within the same city, you need to submit a change of address notification at the municipal office.

You will find the detailed explanation about “My Number Card” in the section of VII Status of Residence.

## **(2) Post Office**

You need to submit a request for mail forwarding service in order to get your mails sent to your old address. Obtain a forwarding service request form from the post office, write your new address on the form and drop it into a post.

## **(3) Bank**

If you have a Japanese bank account, you need to notify them of your new address via Internet or at a counter of your bank. For the details, check the bank’s website.

## **(4) University**

- A. Promptly change the information in the "Student Information" section of the CAMPUSSQUARE. You also need to notify when your guarantor or contact person in Japan change the address.
  - 1. 1st-year and 2nd-year students: Academic Affairs Division.
  - 2. 3rd-year, 4th-year students, graduate students, research students: Respective Academic Affairs Sections, faculty / department offices
  - 3. All students: Library
- B. Register a copy of your updated Residence Card in the system of SpeedVISA in page 7. Log in : <https://s-visa.com/signin>
- C. Non-degree students (exchange students, research students, and credited students) need to bring their student ID card to the library.

Note that delayed notifications without legitimate reasons or false registration may cause you penalties and disadvantages. You may be disqualified for university recommendation for a scholarship, for example, as such acts are regarded inappropriate as a student. If you have any questions about the procedures, contact the International Affairs Office.

## **5. Scholarships**

### **(1) Types of Scholarships**

We have two kinds of Scholarships.

Scholarships requiring application through the university

Scholarships requiring direct application by the student.

Types of Scholarships	Details	Scholarships Application Pre-Registration
Scholarships requiring application through the university		
A) Scholarships requiring university recommendation	When receiving an application offer from a scholarship foundation, the university calls for applications from students. The university selects applicants to be recommended through the university's screening. The university submits an application to the foundation only for the recommended applicants. Currently 20 foundations designate TMU as recommended applicant.	Required
B) Scholarships requiring collective application by the university	When receiving an application offer from a scholarship foundation, the university calls for applications. The university collects applications of all eligible applicants and submits them to the foundation. Currently 7 foundations designate TMU for as recommended applicant.	Required
C) Honors Scholarship for Privately Financed International Students	This scholarship is administered by the Japan Student Services Organization (JASSO) for privately financed international students. TMU selects applicants to be recommended for this scholarship through its internal selection.	Required
Scholarships requiring direct application by the student		
D) Scholarships requiring direct application	These Scholarships require each applicant to submit an application directly to the scholarship foundations. For a list of such foundations, see JASSO's pamphlet "Scholarships for International Students in Japan." The pamphlet on PDF can be downloaded from JASSO's website.	Not required
University's original scholarship		
E) Tokyo Metropolitan University for Privately Financed International Students Visit International Affairs Office website, for details <a href="https://www.ic.tmu.ac.jp/study_abroad/scholarship_pv_tmu.html">https://www.ic.tmu.ac.jp/study_abroad/scholarship_pv_tmu.html</a>		Not required

## (2) Scholarships Application Pre-Registration

Those students wishing to apply for scholarships are required to complete the Scholarship Applications Pre-Registration.

Your Pre-Registration remains effective for one year.

Note that the International Affairs Office accepts applications for the Pre-Registration submitted through Forms of Microsoft M365.

[Application Period for Academic Year 2026 ]

Current Students: Tuesday, March 10 – Monday, March 16, 2026 at 9:00am

Newly enrolled students: Wednesday, April 1 – Monday, April 6, 2026 at 9:00

\*The information for October-enrolled students will be notified separately.

Note that if you miss the Pre-registration, you are not eligible to apply for one year for any scholarships which require the Pre-registration.

For the required documents and the application process, see the website of the International Affairs Office.

[https://www.ic.tmu.ac.jp/english/study\\_abroad/scholarship\\_preregistration.html](https://www.ic.tmu.ac.jp/english/study_abroad/scholarship_preregistration.html)

### **(3) Information on Scholarships**

TMU will send updated Information on scholarships by e-mail to those students who have completed the Pre-Registration.

It is also posted on the website of the International Affairs Office.

[Scholarships](#) | [TMU International Center International Affairs Office](#)

### **(4) Notes on Scholarship Application Procedures**

- A) If you want to apply for scholarships for international students, you have to hold the status of residence of “Student.”
- B) To apply for scholarships requiring university recommendation, you need to have the Scholarships Pre-Registration.
- C) Some scholarships require applicants to submit a medical certificate. Those students who have received an annual health check-up on campus can obtain a medical certificate through the certificate-issuing machine (regular degree students only.)
- D) Some scholarships require applicants to submit official transcripts or certificates of graduation issued in their home countries. It is, therefore, recommended to keep extra documents on hand. When you submit an official transcript in a foreign language, such as English, you need to attach a Japanese translation to it.
- E) False information in the application documents will result in cancellation of recommendation or termination of scholarship.

## 6. Part-time Jobs

International students with the status of residence of “Student” can work part-time, to the extent not affecting their studies, by obtaining the “Permission to Engage in Activity Other than Status Qualification”, from Immigration Services Bureau.

### (1) Application for the “Permission to Engage in Activity Other than Status Qualification”

You can apply for permission at the Regional Immigration Services Bureau with the following required documents.

- a. Application form Can be downloaded from the Immigration Bureau’s website
- b. Passport
- c. Resident Card



### (2) Rules on part-time jobs and working hours

Working hours are limited to 28 hours a week during the semester and to 8 hours a day during a long break.

Academic Calendar

[https://www.tmu.ac.jp/for\\_students/programs/class/academic-calendar.html](https://www.tmu.ac.jp/for_students/programs/class/academic-calendar.html)

### (3) Notes

- a. It is prohibited to work at adult entertainment or related businesses.
- b. The “Permission to Engage in Activity Other than Status Qualification” is not required for working part-time in research and education, such as a teaching assistant or research assistant, at an enrolled university.
- c. International students need to carry their Resident Card with them all the time.

### (4) Support Students to Find Part-time job

TMU is a member of “*albeit* (part-time jobs) information network for students” to help students for part-time job search.

[Baitnet on TMU official website] <https://www.aines.net/tmu>

If you register, you can browse part-time job listings anytime, anywhere from your PC or cell phone.

If you have any questions about using this network system, please contact the Careers Support Division at 042-677-1140.

Obviously, part-time job is not students’ main focus during you stay at TMU. It is important to do a reasonable part-time job with wise management of your time, not to affect your study.

If you have problems about the actual job conditions which are not the same as offered, consult the Careers Support Division immediately.

## 7. Bicycle and Motor-bike Registration

Students need to register Bicycles and motor-bikes for parking on campus. Commuting by car is not allowed with some exceptions.



### (1) Commuting by bicycle

#### a. Where to register

Students enrolled in the Minami-Osawa campus need to register the bicycle with the Academic Affairs section, their faculty / department office by presenting their student ID card or research student card (1st & 2nd-year undergraduates of the Faculty of Systems Design and 1st-year undergraduates of the Faculty of Health Sciences should register with the Student Affairs Office in the Student Support Center.)

#### b. Entry permit sticker

On completion of the registration, you will receive an entry permit sticker attached to your bicycle. All unregistered bicycles, or bicycles without the entry permit sticker, parked on the campus should be removed. Bicycles need to be parked only within the designated parking area, not to stand in the way of emergency evacuation routes.

### (2) Commuting by motorbike

#### a. Where to register

Register your motorbike with the Student Affairs Division., Student Support Center, when entering the Minami-Osawa Campus.

#### b. Parking permit certificate and entry permit sticker

Affix an entry permit sticker onto the rear tire cover or mudguard of your motorbike. Unregistered bicycles and motorbikes are not allowed to enter the campus.

#### c. Eligible Students

Those who live in an area of 1 kilometer or more away from the Minami-Osawa campus in a straight line.

### (3) Commuting by car

Commuting by car is not allowed. Exceptions are granted only for students with compelling reasons, such as physically weak or challenged. For inquiries, contact the Student Affairs Division..

## 8. How to Use TMU Temporary Day-Care Facility

In an effort to support students and staff of TMU, we have set up a temporary day care facility, called “Toritsudai Kids” near the Minami-Osawa campus. They accept 57-day old babies to 6-year-old

children.

If you want to use this facility, you need to register. For details, contact the Diversity Promotion Office or check the following URL.

<https://diversity.fpark.tmu.ac.jp/>

Contact: TMU Diversity Promotion Office (location: 1<sup>st</sup> F, Minami-Osawa Campus, Main Library)

Tel: 042-677-1337 (direct), 2571(ext.)

## **9. When an earthquake occurs**

Japan is prone to natural disasters. Earthquakes can occur very frequently at different magnitudes and places. It is very difficult to predict when and where it will occur, but it takes a very long time to recover. Keep the following tips all the time in mind, and don't panic during an actual earthquake, to protect your life.

### **Daily tips for earthquakes**

- Stock up on some water and food, a flashlight, batteries and other items you need.
- Anchor heavy and tall furniture to the wall or floor to prevent them from turning over.
- Check the evacuation sites and routes of the apartment, campus and community.

### **What you should do when an earthquake occurs**

- If you are inside the building, duck yourself under the sturdy table.
- Do not panic, do not rush out of the building.
- Open a door and a window to secure the exit.
- Extinguish flames if you are using the stove or kitchen stove.
- Stay out of the large furniture when you are in the room, and easy-to-topple objects such as walls and vending machines when you are outside.

Visit Tokyo Intercultural Portal Site below, to learn more about disasters.

<https://tabunka.tokyo-tsunagari.or.jp/useful/guide/disaster/01.html>

## V. Health Services

### 1. Medical Expenses (National Health Insurance)



#### (1) National Health Insurance (NHI)

The National Health Insurance is a medical insurance program designed for enabling Japanese to receive medical treatment at a medical facility without financial concerns, by sharing medical expenses with the Government, municipal governments and individuals. International students are also required to enroll in NHI, which is managed by local municipal governments. As a result, you need to pay only 30% of the total medical expenses. This program is financial support to the patients.

#### (2) How to enroll in NHI

You need to submit an application for enrollment in NHI at the local ward or city office where you have your resident registration.

#### (3) Insurance Premium

The annual premium is around ¥10,000, in the case of an international student with no income during the previous calendar year in Japan. Scholarships are not considered as income. The insurance premium is determined based on income of the previous year in Japan, therefore international students must declare their annual income at the time of enrollment or renewal of NHI.

#### (4) Health Insurance Card

In December 2024, new system was introduced nationwide, which using Individual Number card (so-called My Number Card) as Health Insurance Card. If you don't have My Number Card, Eligibility Confirmation Certificate will be issued by your local ward or city office. When you go to a medial institute, submit this certificate to a reception.

#### (5) When you have moved to another city or ward

Move out

When you submit move out notification to a municipal office for your old address, return old Eligibility Confirmation Certificate to them.

Move in

When you submit a move-in notification to a municipal office for your new address, obtain new Eligibility Confirmation Certificate from them.

You don't need to return your My Number Card but just show it at a municipal office. You can't receive the coverage from National Health Insurance without an important procedure stated above.

## 2. Insurances

The following two insurance plans are available to our students.

Personal Accident Insurance for Students Pursuing Education and Research (Gakkensai)  
Liability Insurance Coupled with (Gakkenbai)

### Why enroll in insurance?

- Accidents involving new students happen frequently in April, May, October, and November. Accidents often occur during welcome parties, physical education classes, and bicycle accidents on and off campus. Staying safe is very important.
- Gakkensai and Gakkenbai are insurance plans that help you in case of an accident.
- If you are not enrolled in the insurance, you will not receive financial compensation for accidents.
- Accidents during commuting or club activities are unpredictable. Enrolling in insurance provides peace of mind.
- Undergraduate students, graduate students, and research students are eligible to enroll.

### (1) About Gakkensai

- This insurance covers medical expenses if you are injured at school.
- It will cover injuries that occur during classes, experiments, school events, club activities, or commuting.
- Students of TMU will be enrolled with a special commuting clause.

#### **Outline of Coverage**

- During classes or experiments
- During school events such as entrance or graduation ceremonies
- While on campus (excluding prohibited areas or activities)
- During club or circle activities authorized by TMU (excluding dangerous sports)
- While commuting to and from school (via a reasonable route)

### (2) About Gakkenbai

- This insurance covers legal liability for damages when you injure someone or damage property.
- It covers not only classes and school events, but also internships and volunteer activities authorized by TMU.
- Coverage includes your travel to and from these activities. Students of TMU will be enrolled in both Gakkensai and Gakkenbai as a single package.

### (3) Sign Up Procedures at Minami-Osawa Campus

- Students who have the account at Japanese bank:

They are required to apply for a bank transfer request form during admission procedure period. Once you get the form, arrange the bank transfer through your bank by yourselves.

If you fail to apply for the request form during the admission period, come to counter No.1 at Student Affairs Division to pick up the form, and arrange the payment as stated above.

- Students who don't have the account at Japanese bank:

They are required to pay by cash, Japanese Yen, in person at the same counter above. Make an appointment by e-mail to [kagai-katsudo@jmi.tmu.ac.jp](mailto:kagai-katsudo@jmi.tmu.ac.jp), stating your plan, date and time, for the payment. **Without the appointment, they won't accept your payment.** Cash payment should be exact change ONLY.

#### Insurance Premium Table (Example for Type & Course):

Insurance Period	Gakkensai Premium	Commuting Special Clause	Liability Premium	Total
1 year	¥650	¥350	¥340	¥1,340
2 years	¥1,200	¥550	¥680	¥2,430
3 years	¥1,800	¥800	¥1,020	¥3,620
4 years	¥2,300	¥1,000	¥1,360	¥4,660

Students need to enroll for a period from admission to graduation. Enrollment of research students is limited to for one year.

For details, check the Japan Student Services Organization (JASSO) website:

<https://www.jees.or.jp/gakkensai/>

## VI. Advising & Counseling Services

We have Advising Staff who provides consultation for international students with troubles or concerns over interpersonal relationship, daily life, health (physical and mental) care, visa and others. Feel free to consult with us about anything that you may be facing in your daily life and any other worries.

### 1. International Student Advising Office

This is the advising office for international students, tutors, laboratory staff and anyone who is associated with international students. For consultation days and hours, see the International Center Website below. Appointments are recommended.

※ Japanese and English are available.

[http://www.ic.tmu.ac.jp/english/study\\_abroad/advisoryoffice.html](http://www.ic.tmu.ac.jp/english/study_abroad/advisoryoffice.html)



Campus	Place
Minami-Osawa	Room 210, 2F, International House Phone number: 5752 (ext.)
Hino	For more information, visit the International Student Advising Office on the International Centre website.
Arakawa	For more information, visit the International Student Advising Office on the International Centre website.

### 2. Other Counseling Rooms

TMU have Student Counseling Room, Career Support Office and Health Support Center, to support our students.



#### (1) Student Counseling Room (available only in Japanese)

The professional psychology counselors conduct the face to face consultation for interpersonal relationships, personality features, adjustment disorder and other various troubles.

Make an appointment prior to the consultation.

Appointment acceptance hours: 10:00 – 17:00, Monday – Friday

Counseling hours: 10:00 – 17:30, Monday – Friday

Place: Student Counselling Room Reception, 2F, Bldg.7

Tel: 2121(ext.) /042-677-2376 (direct line)

Japanese Website [https://gs.tmu.ac.jp/consultation\\_room/guide.html](https://gs.tmu.ac.jp/consultation_room/guide.html)

#### (2) Career Support Division

The professional career consultant provides the services, such as career development and job placement, etc. for students. The Career Support Division offers several events for international

students who wish to have a job in Japan and distributes the “Career Guidebook”.

Our students may have an opportunity to visit companies where university graduates are working for. .

And also, students can read various reference materials in the annexed Career Reference Room. Visit the Career Support Division website for the latest information.

#### Career consulting

① Monday – Friday (appointment necessary, first-come-first-served basis)

② How to apply: Visit the Career Support Office website:

[https://career.tmu.ac.jp/for\\_students/soudan.html](https://career.tmu.ac.jp/for_students/soudan.html)

③ Procedure : If you want to have in person consulting, select a campus among three listed below.

They are not in a position to accept schedule change once you complete an appointment.

For details, check the Career Support Division website.

○In-person: Minami Osawa Campus: Career Support Division, Building No. 7, 1F

Hino Campus: Building 2, 1F, Employment Reference Room

Arakawa Campus: Library Building, 1F, Career Counselling Room

○Online: Microsoft Teams (Online conference system)



#### Events for international students who wish to have a job in Japan :

- Job-search guidance
- Entry sheet writing course
- Job interview preparation course
- Industry research seminars
- Corporate research seminars / On-campus corporate information sessions

\*Other events exclusive for international students are also available in May-June and Oct-Nov.

Check the Career Support Office website for details.

Contact:

The Career Support Division

Tel.: 042-677-1140

Mail: [tmu-career@jmj.tmu.ac.jp](mailto:tmu-career@jmj.tmu.ac.jp)

Website: <https://career.tmu.ac.jp/>

Career Support Division , Building No. 7, 1F	8:30-17:15	<ul style="list-style-type: none"><li>▪ Career counselling (e.g. career and employment counselling)</li><li>▪ Browse materials related to internships and employment (Employment Reference Room).</li><li>▪ Career support events</li><li>▪ Job hunting support events</li><li>▪ Internship applications</li></ul>
--	------------	--

		▪ Information on part-time job
--	--	--------------------------------

**(3) Health Support Center for Students (in Japanese only)**

The Health Support Center helps students for their meaningful life, to stay healthy in mind, body and spirit. The main support services include the first aid, health consultation and providing information about medical facilities in the Minami-Osawa area. They don't have oral medication.



1. Office Hours: Monday – Friday, 9:00 - 17:00

2. Place: 1F, Bldg.7

3. Tel: 042-677-2374 (direct line)

4. Health consultation

Health consultation with a medical doctor is provided for students regularly. Check the consultation schedule on the website before you visit the Center.

5. Annual health checkup

TMU conducts a health checkup twice a year, in April – June and in October (October-enrolled students only). Be sure to receive it.

Check the schedule on the website or on the bulletin board.

Note: This service is available only for regular degree students.

Exchange students and research students are not eligible.

## **VII. Status of Residence**

Under the current residency management system, you are required to notify of any changes in the followings to the Immigration Bureau and a city or ward office. Failure to notify within a designated period of time may result in punitive actions including penalties. An excuse, like “I didn’t know” will never be accepted. It is your responsibility to update information necessary for staying legally in Japan.

### **1. Notification to the municipal office of your residence**

#### **(1) Initial registration**

All foreign nationals entering Japan for the first time receiving a resident card are required to register their address at the municipal office of their residence within 14 days after settling an address in Japan. This applies to those who have a passport stamped "A resident card will be issued later." Registration forms, which vary depending on the municipality where you live. To register your address, you need to show your passport and resident card..

#### **(2) When you move out**

When you move into another city or ward in Japan, you need to submit two forms: Move-out form and Move-in form. The move-out form is submitted to the municipal office notifying that you are no longer their resident. They can accept your form 14 days before move out. The move-in form is submitted to the municipal office notifying that you are their new resident. The form needs to be submitted within 14 days of move in.

Even if you move to another place within the same city or ward, you are required to submit a change of address form within 14 days of move in.

To register your new address, you need to show your passport and resident card.

#### **(3) My Number Card for Social Security and Tax Number System**

This system is relatively new here in Japan.

The Social Security and Tax Numbers (Individual Number, nicknamed “My Number”) are 12-digit individual numbers for all the individuals who have a registered residence in Japan., Each individual needs this Number for administrative services related to social security, taxation, disaster response, etc. For example, students are required to give your Individual Number to your part-time employer, and to your university at the time of scholarship application.

After submission of a report of move-in to the municipal office , an Individual Number will be

automatically issued, and a notification card of the Individual Number will be sent to your residence. After you receive your Individual Number, and apply for an Individual Number Card, you will get your My Number Card. This card can be used not only as your ID, but also, to receive public assistance services. My Number Card is not mandatory, however, we recommend that you to have one if you plan to work in Japan, right after graduation.

Furthermore, My Number Card can be used, as a National Health Insurance Card, as well, since they stopped issuing NHI cards a couple of years ago.

For further information and inquiry, visit the following website. They offer multi-lingual pages.

<https://www.kojinbango-card.go.jp/en/>

#### **(4) When you return to your country**

You are also required to submit a moving-out form before returning home. If you fail to submit the form you might be charged the National Health Insurance premiums or other taxes even after you have left Japan. Soon after your departure date is determined, you need to submit the move-out form along with a document showing the departure date, such as air tickets, to the municipal office of your residence. Form is available at your city or ward office. When submitting the move-out form, you need to show your resident card and National Health Insurance card.

## **2. Notification to the Immigration Bureau**

### **(1) Change of your name or nationality**

When you change your name, nationality and / or other personal details due to marriage, etc., you need to file the change to the Immigration Services Bureau within 14 days of the change.

### **(2) Application for re-issuance of resident card**

In case your resident card is lost or stolen, you need to report it to the Immigration Bureau within 14 days after noticing it.. Also, if your resident card is severely damaged or defaced, apply for reissuance at the Immigration Services Bureau as soon as possible.

### **(3) Transferring /Withdrawal from university, Leave of absence**

Students need to submit Notification of the Accepting Organization, to Immigration Service Bureau, within 14 days after they lose the registration at the university, due to graduation, course completion, withdrawal, leave of absence, or transfer to another university.

\* Failure to notify will result in punitive actions.

(Note) Your status of residence during a leave of absence

Your status of residence as “Student” becomes invalid when you take a leave of absence.

**(4) Non-Student Status or Move to another Educational Institute**

You need to submit notifications to Immigration Bureau within 14 days, if you lose student registration, due to graduation, drop out or transfer of school. Submit Notification of Leaving the Accepting Organization to them.

\* Failure to notify will result in punitive actions.

Visit Immigration Bureau’s web site for details.

[https://www.moj.go.jp/isa/applications/procedures/nyuukokukanri10\\_00014.html](https://www.moj.go.jp/isa/applications/procedures/nyuukokukanri10_00014.html)

**3. Extension of your Stay**

**(1) Extension of residence status**

Applications for extension of your stay should be submitted 2 weeks prior to the expiration date at the latest. Applications can be accepted 3 months prior to the expiration date.

**(2) Required documents for extension of your stay**

The documents required for extension of your stay for the status of residence of “student” are listed below.

(a) Completed application form for extension of stay (5 pages), List of the documents and Attachment

(Forms can be obtained from the website of the Ministry of Justice of Japan.)

Note: Two out of the five pages are the “Application Form for Organization.” These two pages need to be entered by the International Affairs Office. The Office will fill out the forms upon your request.

(b) 1 ID photo (3cm x 4cm)

(c) Passport

(d) Resident card

(e) Certificate of enrollment (undergraduate & graduate students)/Certificate of engaging in research work (research students)

(f) University transcript (undergraduate & graduate students), Graduation Certificate/Attendance Certificate

※All certificates from your academic institution after your last application related to residence status

(g) Evidence of financial capability (financial situation): e.g., Certificate of Scholarship Recipient

※Documents required depend on the case.

Refer to the List of the documents mentioned above for details.

(h) Application fee Yen6,000

Note: Additional documents other than those listed above may be required.

(e.g., a letter of recommendation by the academic supervisor)

### **(3) Reminders when applying for extension of your stay**

- (a) Any documents written in a foreign language need to carry a Japanese translation.
- (b) Any Japanese certificates are only valid for three months from the date of issuance.
- (c) We recommend that you submit application for extension of the stay together with the application for the Permission to Engage in Activity Other than Status Qualification. The expiration date of the Permission is the same as Status of Residence's.

### **(4) Extension of your My Number Card**

After you apply for extension of stay, you need to extend the expiration date of My Number Card. Bring the new residence card and visit the municipal office.

### **(5) Notifying to the University**

Once you get your new residence card, log in SpeedVisa to update your information.

<https://s-visa.com/signin>

## **4. Notification of Temporary Return to Home Country and Travel Abroad**

### **(1) Re-entry Permit**

In principle, foreign nationals having a valid passport and residence card are not required to apply for a re-entry permit at the time of departure from Japan, if they re-enter Japan within one year to continue their permitted activities. This is called a special re-entry permit. **Present your valid passport and resident card to Immigration at departure.** Foreign nationals who have departed from Japan on a special re-entry permit will not be able to extend that permitted period while abroad. Note that foreign nationals who fail to re-enter Japan within 1 year shall lose their resident status.

Note: If your residence card expires within one year, never fail to return to Japan before the expiration date.

**(2) Notifying to the University**

If you have a plan to travel overseas or visit your home country, you should notify your academic supervisor of your travel and submit a “Form of Temporary Return to Home Country and Travel Abroad” to the International Affairs Office. When you re-enter to Japan, you need to also notify your return of your academic supervisor and the International Affairs Office.

**5. Main branch offices of Immigration Services Bureau of Japan**

**(1) Tokyo Regional Immigration Service Bureau**

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

**(2) Tokyo Regional Immigration Services Bureau, Tachikawa Branch Office**

For residents in Tokyo Metropolitan area and Sagami-hara -City, Kanagawa Pref.

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

**(3) Yokohama District Immigration Office, Kawasaki Branch Office**

For residents in Kanagawa Pref.

<https://www.moj.go.jp/isa/about/region/yokohama/?hl=en>

## VIII. Reference Materials

### 1. Consulting and Information Services

#### (1) Consulting Services for International Students

Consulting services provided by non-governmental organizations

Name of Organization	Address (Nearest Station)	Telephone	Counseling Hours
Shinjuku Multicultural Plaza	〒160-0021 Haijia Bld. 11F Kabuki-cho 2-44-1, Shinjuku-Ward , Tokyo 7-min walk from (JR) Shinjuku Station	03-5291-5171	Mon - Fri (Closed: 2nd & 4th Wed, holidays, year-end and New Year's holidays) 9:00-21:00 Note: Available languages differ from day to day. Contact for details. *Consulting Service for International students : 10:00-12:00 13:00-17:00 (Telephone consultation is also available.)

#### (2) Consulting Services on Daily Life (Tokyo Metropolitan Government)

Foreign nationals living in Japan may face not only language barrier but also various difficulties in everyday life due to differences in law, culture, custom and social system between Japan and their own countries. The Tokyo Metropolitan Government (TMG) has established a “Foreign Residents’ Advisory Center” to assist them in solving their problems.

\*Consultation : medical services, education, employment, daily life problems, etc.

\*They will help foreign nationals to solve other problems, such as overcharging, lease agreement of an apartment, sales contract and so on.

Place	Language	Day	Hours	Telephone	Nearest Station
<b><u>TOKYO Metropolitan Government</u></b> 3F, North side of TMG No.1 Bldg. (Foreign Residents’ Advisory Center)	English	Mon - Fri	9:30 – 12:00 13:00 – 17:00	03-5320-7744	Shinjuku St. or Tocho-mae St.
	Chinese	Tue & Fri		03-5320-7766	
	Hangul	Wed		03-5320-7700	
<b><u>Arakawa Ward Office</u></b>	English Chinese Hangul	Contact for details.	8:30 – 17:15	03-3802-3111	From JR Mikawashima St. by bus or train to Arakawa Ward Office (Shiyakusho-mae)
<b><u>Hino City</u></b> 2F, Tamadaira no mori fureai kan	Various languages with translation machines	Mon – Fri (Reserve by phone or email)	8:45 – 17:00	042-843-4044 (heiwa@city.hino.lg.jp)	8 min-walk from JR Toyoda Sta.

<b>Hachioji City</b> 11F, Hachioji Square Bldg. (Hachioji International Association)	English, Chinese, Hangul, Tagalog etc. For details, visit the website <a href="http://hia855.com/supportdesk/">http://hia855.com/supportdesk/</a>	Mon - Sat	10:00 – 17:00	042-642-7091	1 min-walk from JR Hachioji Sta. North Exit
--	---	-----------	---------------	--------------	---

### (3) Other Professional Consulting Offices

Consulting Service Office	Language	Day	Office Hours	Telephone	Nearest Station
Immigration Information Center, Tokyo (Immigration Service Bureau of Japan)	English Chinese Spanish Hangul etc.	Mon - Fri	8:30 - 17:15	0570-013-904 (‘Navi-dial’) or 03-5796-7112	Bus from JR Shinagawa Sta. or Tennozu Isle Sta. by Monorail/ Rinkai Line
Foreign Residents Support Center (FRESC) (Immigration Service Bureau of Japan) <a href="https://www.moj.go.jp/isa/support/fresc/fresc_2.html?hl=en">https://www.moj.go.jp/isa/support/fresc/fresc_2.html?hl=en</a>	Visit the website for the details	Mon - Fri	9:00 – 17:00	0570-011-000 (‘Navi-dial’)	1 min-walk from JR Yotsuya sta. or 3 min-walk from Tokyo Metro Yotsuya Sta.
Tokyo English Life Line	English	Mon – Thu Fri - Sun	9:00 - 23:00 9:00 – 2:00	03-5774-0992	Telephone • Online
Medical Information Services for Foreign Patients (Bureau of Public Health)	English Chinese Korean Thai Spanish	Available 365 days a year	9:00~20:00	03-5285-8181	Telephone consultation only
AMDA Medical Information Center <a href="https://www.amdamedicalcenter.com/">https://www.amdamedicalcenter.com/</a>	English Chinese Hangul Spanish Portuguese Filipino Thai Vietnamese  depending on the day of the week	Mon - Fri	10:00 - 16:00	03-6233-9266 Medical Information service	Telephone consultation only
		Mon - Fri	10:00 - 15:00	050-3405-0397 Telephone Interpretation at medical sites	

## 2. International Airport Contacts

Tokyo International Airport (Haneda) Telephone Center ..... 03-5757-8111  
 New Tokyo International Airport (Narita) Information ..... 0476-34-8000

### 3. In Emergencies

#### Emergency Call (24/7/365 service)

- Police 110
- Fire Department 119
- Ambulance 119
- Tokyo Municipal Fire Department Telephone Service  
(Information about emergency clinics available at night, weekend and holidays.)
  - 23 wards..... 03-3212-2323
  - Tama districts..... 042-521-2323
  - Cell phone/PHS/push-button phone..... #7119

# 付録 APPENDIX

• てんぎょ きこく さい 転居・帰国の際のチェックリスト

• Checklist for Your Return Home Country

## 4. 転居・帰国のチェックリスト

※日本を出国する前に、必ず下記の手続きを完了してください。(口にチェックを入れながら確認！)

### <学内>

- 図書館への図書返却
- 東京都立大学 学生生活協同組合 (Co-op) の脱退申請 (組合員のみ)
- 学生証の返却 (各部署教務課窓口)

### <学外>

1. 住まいの退去手続き
  - 帰国する少なくとも1ヶ月以上前に、大家さん又は不動産屋に退去予定日を通知してください。  
(注意) 直前に言うと、次の月の家賃を請求されることもあります。
  - 部屋をきれいに掃除し、入居時と同じ状態にしてください。退去する時の部屋の状況 (汚損・破損) によって敷金または保証金から修理代などが引かれます。部屋の状況が極端に悪ければ、追徴されることがあります。
2. 大型ゴミの処理
  - 家具やベッドなどの大型ゴミの処分が必要な場合は、市役所・区役所に問い合わせしてください。
  - テレビ、エアコン、冷蔵庫冷凍庫、洗濯機、パソコンは法律により自治体で回収できません。購入した電器店、回収協力店、または各メーカーに回収を依頼してください。購入した店が不明の場合は、家電リサイクル受付センター (電話: 03-5296-7200) へ問い合わせしてください。リサイクル料金の他に、収集運搬料金が必要になります。
3. 公共料金の使用停止手続き及び精算
  - 電気
  - ガス
  - 水道

退去日の数日前に営業所やサービスセンターに連絡してください。(連絡先は料金請求書に書かれています)。指示に従って、料金の精算や使用停止の手続きをしてください。
4. 通信料金の精算
  - 携帯電話の解約

各携帯電話会社のショップにて、解約手続きをしてください。

- インターネットや一般電話の解約

## 5. 預金口座やクレジットカードの解約

- 預金口座の解約

銀行・郵便局窓口にて、解約手続きを申し出てください。公共料金や携帯電話・インターネット料金を口座自動引き落としにより支払っている場合は、必ず料金の精算が済んだことを確認してから口座を解約してください。

### 【必要書類】

- ・ 在留カードやパスポートなどの身分を証明するもの
- ・ 口座を作った時に使用した印鑑
- ・ 通帳

- クレジットカードの解約

日本でクレジットカードを作った場合は、出国前に解約をしてください。問い合わせ先は、クレジットカードの裏面をご確認ください。

## 6. 市役所・区役所・郵便局での手続き

- 転出届の提出

日本での留学を終えて帰国する場合、出国日が決まったら、居住地区の区役所・市役所へ行って、転出届を必ず提出してください。この手続きをしない場合は、住民税等が課税され続けます。

### 【必要書類】

- ①パスポート ②在留カード（または外国人登録証明書）

- ③国民健康保険証 ④国民年金手帳（国民年金加入者のみ） ⑤印鑑

- 国民健康保険料の精算

日本での留学期間を終えて帰国する場合、保険料の過不足を清算する必要があります。国民健康保険担当窓口で保険料を精算してください。保険証の有効期限が出国日まで

に訂正されるので、出国日まで使えます。

- 国民年金の脱退（加入者のみ）

国民年金担当窓口へ脱退を申し出てください。

- 郵便局への転出届

一週間ぐらい前までに、郵便局へ転出届を提出する。

## 7. 出国時

- 在留カードの返納

卒業や休学により本国に帰国する場合、在留カードは返納しなければなりません。日本を出るときに使う空港で入国審査官に直接返してください。留学生の卒業・修了者

名簿めいぼを出入国在留管理局しゅつにゅうこくざいりゅうかんにきょくへ報告ほうこくしていますので、本学ほんがくを卒業そつぎょう後は、すみやかに本国ほんこくに帰国きこくするか他の在留資格たざいりゅうしかくに変更へんこうしてください。

#### 4. Check List for Relocation and Returning Home

※Complete the following procedures without fail before leaving Japan. And after that, tick the box.

##### <University>

- Return all the books you have borrowed from the libraries.
- Cancel your Co-op membership, if applicable.
- Return your student ID card to the academic affairs office of your faculty/graduate school.

##### <Outside University>

#### 1. Termination of housing agreement

- Inform the landlord or real estate agency of your intended date of move-out at least more than 1 month before departing from Japan.

Note: If you inform on short notice, you may be charged the rent for next month.

- Clean the room and restore it as it was when you moved in. At the move-out inspection, you may be charged for repair or replacement costs depending on the condition of the room, like stained and / or broken. Property restoration costs will be deducted from your security deposit, however if the condition is extremely bad, you may be charged more than the security deposit.

#### 2. Disposal of Bulky Unwanted Items

- For disposal of bulky items including beds and other furniture, contact the municipal office.
- Municipal offices do not collect the waste of electronic items such as TVs, ACs, refrigerators, washing machines and PCs because of the Electronic Appliance Law. Contact the consumer electronics stores from which you bought the item, recycling member stores or relevant manufactures.

If you cannot identify the store, contact the recycling center (phone: 03-5296-7200.) You need to pay a shipping fee besides the mandatory recycling fee.

#### 3. Cancellation of Utilities Services and Settlement of Bills

- Electricity
- Gas
- Sewer and Water

Contact the branch office or service center of the utilities companies several days before you move out. Contact information is printed on the bills to cancel the services and settle the bills.

#### 4. Settlement of Phone Bills

- Cancellation of the mobile phone contract  
Cancel the service at a branch store of your carrier.
- Cancellation of the Internet service and home phone contract, if you have.

#### 5. Close your bank account and credit card

- Close your bank account  
Request cancellation at the bank and or post office.

For the utilities, mobile phone bills, Internet fees and others which are deducted from your bank account, make sure that you have settled all the bills before closing the account.

**【What to bring】**

- Identity documentation such as your resident card or passport
- The name seal (*hanko*) which you used to open the account
- bankbook

Cancellation of Credit Cards

Cancel the credit cards you obtained in Japan, before departing from Japan. For inquiry, contact the number printed on the back of the credit card.

**6. Procedures at City or Ward Office, Post Office**

Notification of Move-Out

Submit a Notification of Move-Out at the city or ward office of your residence when you have finalized the departure date. If you fail to follow this procedure, the local taxes will be imposed on you even after departure from Japan.

**【What to bring】**

- ①Passport ②Residence Card
- ③National Health Insurance Card ④National Pension Book (if applicable) ⑤Name seal

National Health Insurance Premiums

You need to adjust excesses or shortfalls of the premiums you paid under the National Health Insurance Program before departure from Japan. For this procedure, visit the national health insurance section of the city or ward office of your residence. The expiry date will be reset to the date of your departure, so that you can use the insurance up to the date of departure.

Disenrollment in National Health Insurance Program (if applicable)

Apply at the national health insurance section of the city or ward office of your residence.

Request for mail forwarding service

Request mail forwarding service at the post office a week or so before departure from Japan; however, not available to be forwarded outside Japan.

**7. At departure from Japan**

Return of Your Resident Card

If you depart from Japan without intent to come back soon, you must return your Resident Card. All you have to do is to hand over the card to the immigration officer at the air or sea port from which you are departing. To enter Japan soon again for your degree conferment, for instance, please apply for a Special Re-Entry when departing from Japan. However, the period of stay is not the period as printed on the resident card, but the last date of the month in which you will graduate from TMU. TMU shares a list of graduates and/or graduate candidates with the Immigration Bureau.

To stay longer than the date aforesaid, change your status of residence to another one or return to the home country immediately.



TOKYO  
METROPOLITAN  
UNIVERSITY

国際課

International Affairs Office