

【中繫体字】

留学生のしおり

Study Guidebook



★かならず^よ読んでください。

Make sure to read all of this instructions.

★^{たいせつ}大切に^{ほかん}保管してください。

Please always keep this file while you are in Japan

学籍番号 Student No.	氏名 Name

ABK

在日本生活的注意事項	頁數
1. 在留卡與住民基本台帳制度	1
2. MyNumber (個人號碼) 制度	2
3. 國民健康保險	3
4. 国民年金	4
5. 垃圾的處理方法	4
6. 腳踏車	7
7. 打工	9
8. 銀行賬戶	10
9. 不在連絡票	10
10. 一時回國手續	11
11. 手機	11
12. 飲酒與抽煙	11
13. 緊急情況的處理	11
14. 違禁藥品	12
15. 生活噪音	12
16. 其他	12
入學指導	頁數
1. 學生証	13
2. 出席	13
3. 證明書的發行	14
4. 修了規定	14
5. 獎學金制度	14
6. 學校保險	14
7. 臺風/地震發生時的上課安排	15
8. 禁止上課的傳染病	17
9. 其它	17
登校許可書	19

在日本生活的注意事項

1. 在留卡與住民基本臺帳制度

在留卡(在留カード)

對於中長期僑居日本者的入境許可，在留資格變更，在留期間更新等在留相關證明時會交付在留卡。在留卡在日本是相等於身份證的重要證明。請小心保管。

持有在留卡者有義務履行規定期間內要辦理的各種手續，違反者將有可能承擔 20 萬日元罰款。敬請注意。

在留卡的攜帶義務

有隨身攜帶在留卡的義務。同時，在警察或入管局工作人員要求出示在留卡時出示的義務。不攜帶或拒絕。將會被處以刑事處罰。

遺失在留卡時：

請妥善保管好在留卡，萬一丟失了在留卡，您應當及時報失，申請新的在留卡，具體步驟是：

- ①首先，請到事務所報失。
- ②其次，向警察提出遺失申請並且領取遺失申請號碼。
- ③然後，遺失之日起 14 日內到入國管理局申請補發手續。

取得在留卡或辦理完變更手續後，請務必拿到事務所登記。



住民基本台帳制度

住民基本臺帳制度是日本人和中長期僑居日本者必須辦理的登記手續。須入住之日起 14 天內攜帶本人在留卡至當地政府辦理登記手續。住民基本臺帳有記載姓名，出生年月，性別和住址等，是提供行政服務時事務處理的基礎條件。

搬家時：

①在搬家前，請至居住區的當地政府（區役所）提交“遷出申報（転出届）”，然後領取“遷出證明書（転出証明書）”。

②搬家後在 14 天內，帶好“遷出證明書”至新居附近的當地政府（區役所）辦理處提交“遷入申報（転入届）”。

※辦理住址變更手續時，請務必攜帶在留卡至當地政府（區役所）。

※搬家到國外/回國時，必須前往居住區的當地政府（區役所）提交“遷出申報”。

※忘記申報或作虛假申報將承擔處 20 萬日元罰款等法律責任，敬請注意。

凡偽造塗改在留卡、使用偽造在留卡，向他人索取偽造在留卡或攜帶偽造在留卡、策劃偽造在留卡等一切將會被處罰。又或者，將自己名義的在留卡更改成他人名義的在留卡然後藉給友人、或轉讓他人等一切時都要接受處罰條例。以上這些行為違法者、唆使者、組織團體都會成為被強制遞解出境的對象。

所屬單位變更時：

從學校畢業或退學時，有向入境管理局(非區役所)呈報之義務。

屆時會發放呈報所需之資料，請至事務所領取。

2. My Number (個人號碼) 制度

包括外國留學生在內所有持有住民票的住民均是一人持有一個個人號碼。

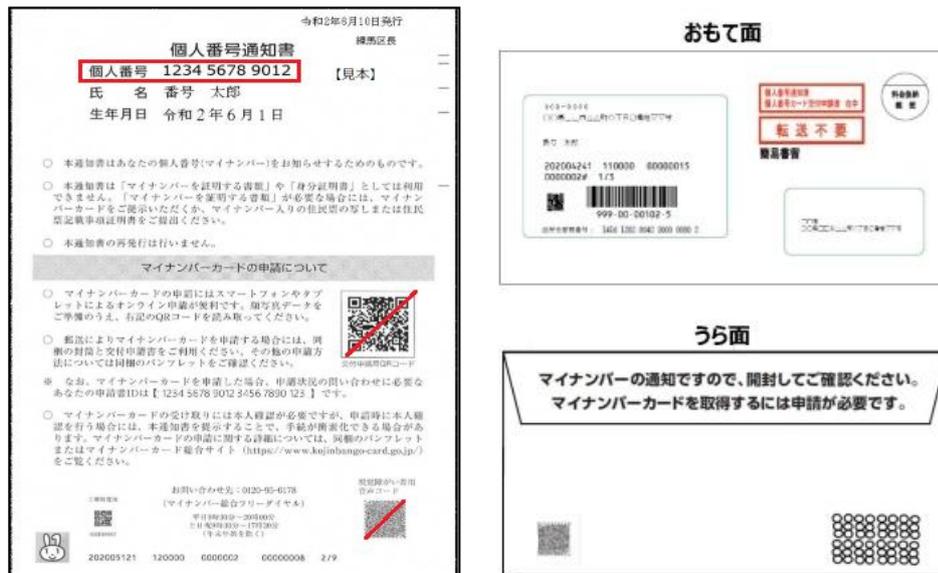
My Number 的通知

“個人號碼通知書”是指：居民在完成基本總賬登記後，依次從市、區政府機關用簡易掛號信郵寄給每個居民通知其“個人號碼”的文書。

個人號碼是在日本生活中和護照及在留卡一樣重要的文件。

收到“個人號碼通知書”後，請妥善保管以免丟失。

【個人番号通知書（“個人號碼通知書”）】



需要 My Number 的情況

由於是國家法令所規定的手續，所以需要向市區釘村的相關部門以及民間企業告知本人的個人號碼。若是學生則有必要向打工的單位告知本人的個人號碼。

另外，個人號碼是非常重要的個人信息。不得將自己的個人號碼告知給友人或者認識的人，以防個人號碼被不正當利用。

「My Number Card」

My Number Card 是附有照片的卡。除了可用於本人身份確認之外，還能用於自治體的各項服務。和「個人號碼通知書」一同郵寄過來的還有「個人號碼卡交付申請書」，可以通過填寫申請書來申請個人號碼卡。但是，申請個人號碼卡並非義務。若沒有必要可以不用申請個人號碼。



3. 國民健康保險

國民健康保險要求全員加入

辦理完登錄住民基本臺帳手續後，請至同一所當地政府內的國民健康保險課辦理加入《國民健康保險》。日本是實施“全民皆保險制度”的國家。保險費是根據加入者的收入來計算的互助制度。另外，提出變更，或延長簽證的申請時，需提交至入國管理局。

注意：如果在日本的家屬已經加入社會保險時，請到事務所洽談。

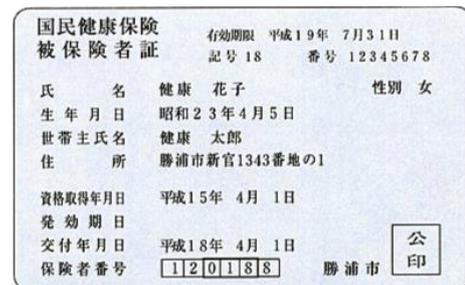
健康保險是生病時的保障

如果沒有加入健康保險，即使像闌尾炎這種比較輕微的病狀，住院一周及手術等的費用，也要花費幾十萬日圓。對於留學生來說，承擔住院，療養的費用，將有可能嚴重影響到留學生活。因此，健康保險制度是可以在生病時讓經濟負擔降到最低限度的保障制度。

加入方法

登錄場所：居住地之區、市役所內的國民健康保險課

所需：①在留卡
②護照



保險費的減額

去年沒有收入的人，可以辦理保險費的減免。請在加入國民健康保險時到相關窗口提出減免申請。另外，明年的保險費會根據今年的收入而有所更改。就算持續沒有收入的情況下每年都必需向當地政府的稅務課提出無收入之申告。

保險費

繳費單是一年寄發一次（文京區是於7月中旬）。繳款期限內可至銀行，郵局，區市役所的窗口或便利店繳付。另外，保險費的金額因地區而異，在可以減額的情況下，一年約花費 12,000 日圓左右。如不繳納保險費，將有可能無法取得新的保險證，或是被縮短保險證的有效期限。在申請在留資格變更許可與在留期間更新許可時可能會要求出示保險證。

保險的使用方法

因病受診時，請務必向醫院窗口出示國民健康保險證。醫療費的 70%是由國民健康保險負擔，30%由本人負擔。



搬家時：

- ①辦理“遷出申報”時返還舊保險證。
- ②辦理“遷入申報”時領取新保險證。

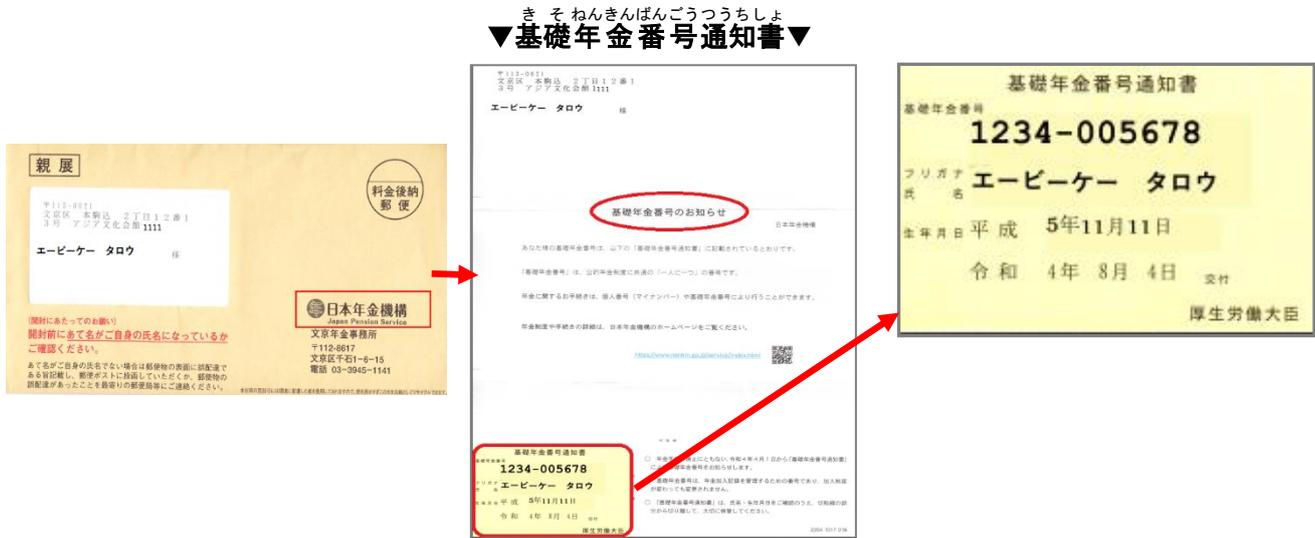
取得國民健康保險證，或辦理完變更、更新手續後，請務必拿到事務所登記。

回國時：

回國前，必須辦理國民健康保險退保手續，並繳清保險費用(短期回國者則毋需辦理此手續)。手續程序因居住地區而有所不同，請向所居住地區之國民健康保險課做詳細確認。

4. 國民年金

國民年金，是保障老年人和殘障人士等能安定生活的社會福利制度。年滿 20 歲時，會收到住址所在區・市役所寄發的通知「基礎年金番號通知書」，請妥善保管。留學生或可以辦理減免費用手續。年金費用的免除或減免申請方式因人而異，拿到國民年金的通通知或「基礎年金番號通知書」后請馬上通知事務所。



5. 垃圾的處理方法

來日外國人與周圍鄰居很容易因垃圾的處理問題而產生糾紛。也許有人會認為「垃圾怎麼丟都是一樣的」，但是在東京，家庭垃圾全部要按規定的方式分類，並於指定的時間內放在指定的地方。否則，垃圾車拒絕將垃圾收走。遵守這項規定，是在日本都市生活的第壹步。

5-1. 校內的垃圾分類

ABK 校內目前正以以下方式分類垃圾。在校內丟棄垃圾時，請將垃圾正確的分類後再丟進適當的垃圾桶內。請別將垃圾遺留在廁所或教室等地方。

- ① 可燃垃圾→紙類垃圾（紙屑，塑料覆膜紙，面紙，剩飯，一次性筷子，牙簽，紙質容器，紙碟・紙杯，茶渣・茶包，照片）

<p>かみ紙</p>	<p>ビニールコート紙</p>	<p>かみざら かみ紙 紙皿・紙コップ・紙容器</p> <p>プラスチック・発泡スチロール容器はプラスチックごみ</p>
<p>わりばし 割箸・つまようじ</p>	<p>ざんぱん 残飯</p>	<p>ちやがら 茶殻・ティーバッグ</p>

② 塑料垃圾→便當盒・托盤，塑料袋，杯面容器，零食袋，寶特瓶標籤，瓶蓋，塑料制文具用品，吸管，海綿，泡沫塑料，塑料容器 【注意】便利店便當的剩飯是可燃垃圾，而便當盒是塑料垃圾。請分類處理。

<p>弁当箱・トレイ</p> 	<p>ビニール袋</p> 	<p>カップ麺容器</p> 	<p>菓子袋</p> 
<p>ペットボトルラベル</p> 	<p>キャップ・ふた</p> 	<p>プラスチック製文具</p> 	<p>使い捨てスプーン</p> 
<p>ストロー</p> 	<p>ウレタン・スポンジ</p> 	<p>発泡スチロール</p> 	<p>プラスチック・ビニール製 容器</p> 

③ 不可燃垃圾→橡膠、金屬類、玻璃、陶瓷類、皮革製品、鋁箔材料、C D・D V D

<p>ゴム</p> 	<p>金属類</p> 	<p>ガラス</p> 	<p>陶磁器</p> 
<p>皮革製品</p> 	<p>アルミホイル</p> 	<p>CD、DVD</p> 	

- ④ 寶特瓶→將瓶子的內容物在廁所或水槽處倒掉，將其完全清空。請在撕下標籤及拿下瓶蓋後把寶特瓶丟入寶特瓶專用垃圾桶。
- ⑤ 金屬罐→將瓶子的內容物在廁所或水槽處倒掉，將其完全清空。
- ⑥ 玻璃瓶→將瓶子的內容物在廁所或水槽處倒掉，將其完全清空。再將金屬制的瓶蓋丟入不可燃垃圾的垃圾桶。

<u>ビン</u>	<u>カン</u>	<u>ペットボトル</u>
		

キャップ・ラベルはプラスチックごみ

5-2.家庭垃圾的分類

家庭垃圾的分類會根據所在地區而稍有不同。以下是文京區的家庭垃圾分類方式。

- ① 可燃垃圾→可以焚燒的垃圾（生活垃圾，紙類，衣類，塑料，玻璃紙，塑料袋，橡皮制品等）。東京都要求將垃圾裝進透明或半透明的口袋並紮緊袋口以後提出。
- ② 不可燃垃圾→不適合焚燒的垃圾（玻璃制品，陶器，燈泡等）。沒有危險的物品請裝入可以看得清內容物的透明度高的袋子裏提出。
- ③ 粗大垃圾→要處理大件垃圾（家具，自行車等）時，需要打電話至清掃事務所申請。處理大件垃圾是需要收費的。
- ④ 資源垃圾→可以回收利用的垃圾（報紙，玻璃瓶，金屬罐等）。報紙用繩子紮緊，玻璃瓶，金屬罐放入指定的容器裏。

文京区

○请确认好回收日。
○回收日和回收方法会有所变更，请留意确认。
○文京区专用收费处理券（贴纸）在标有“文京区收费（大件）垃圾处理券经销处”的商店、清扫事务所等均有出售。其他区的处理券不能在文京区使用，购买时请注意。

垃圾和资源的分类和倒出方法

请将垃圾在规定日期的早晨8点以前送到规定地点。

<div style="background-color: #f44336; color: white; padding: 5px; text-align: center;"> 可燃垃圾 每周2次（星期·） </div> <p style="text-align: center; font-size: small;">倒出时，要把垃圾安放在透明或半透明的塑料袋内。</p> <div style="display: flex; justify-content: space-around; font-size: x-small;"> 塑料・树脂制品 橡胶制品・皮革制品 </div> <div style="display: flex; justify-content: space-around; font-size: x-small;"> 不可再生的纸 少量枝叶（切断成50cm以下，请装进袋子里再扔。） </div> <div style="display: flex; justify-content: space-around; font-size: x-small;"> 生活垃圾、贝壳（要除去水份。） 衣服类・布类（请除去污物。） 纸尿布（请除去污物。） 废食用油（用报纸和布擦干或用滤网过滤。） </div>	<div style="background-color: #4caf50; color: white; padding: 5px; text-align: center;"> 资源 每周1次（星期） </div> <p style="text-align: center; font-size: small;">请分类捆好。</p> <div style="display: flex; justify-content: space-around; font-size: x-small;"> 报纸 杂志・废纸 瓦楞纸 </div> <p style="font-size: x-small;">不能作为资源回收的物品 纸杯、复印纸、感压纸、感热纸（收据）、卫生纸、压接明信片、带窗信封、塑料袋等</p> <p style="text-align: center; font-size: small;">请用水轻轻清洗后，分类放进回收箱内。</p> <div style="display: flex; justify-content: space-around; font-size: x-small;"> 食品和饮料用瓶・ 化妆品瓶 食品和饮料用罐 喷雾空罐 塑料瓶 </div> <p style="font-size: x-small;">不能作为资源回收的物品 玻璃、破了的瓶子、被油等弄脏的瓶罐。</p>
<div style="background-color: #00bcd4; color: white; padding: 5px; text-align: center;"> 不可燃垃圾 每月两次（第·第个星期） </div> <p style="text-align: center; font-size: small;">倒出时，要把垃圾安放在透明或半透明的塑料袋内。</p> <div style="display: flex; justify-content: space-around; font-size: x-small;"> 油漆的瓶罐、玻璃、陶瓷器 小型家电・金属类 电灯泡 一次性打火机 </div> <p style="font-size: x-small;">※玻璃、针、刀具等锋利的物品请用坚固的容器或报纸等包起来并写明“危险”字样后倒出。</p>	<div style="background-color: #00bcd4; color: white; padding: 5px; text-align: center;"> 商用垃圾和资源（收费） </div> <p style="font-size: x-small;">■经营者有责任自行处理垃圾。 ■处理方法有两种：委托经有关部门批准的废弃物处理单位进行收集搬运处理或亲自带到设施处理。 ■区里的业务通常是回收家庭垃圾和资源物资，在不影响正常业务的前提下可一并回收商业垃圾和资源。请倒出在垃圾堆放地点。 ■倒出时，请贴上文京区商业类收费垃圾券，并写上店铺和公司名字。</p> <div style="display: flex; justify-content: space-around; font-size: x-small;"> <div> <p>资源</p> <div style="display: flex; justify-content: space-around;"> <div style="text-align: center;"> <p>报纸・杂志・废纸</p> <p>○倒出时，高度每10cm贴上一张10公升的贴纸。</p> </div> <div style="text-align: center;"> <p>瓦楞纸</p> <p>○倒出时，每2张要贴上一张10公升的贴纸。</p> </div> <div style="text-align: center;"> <p>瓶・罐・塑料瓶</p> <p>每袋要以种类类别。</p> </div> </div> <p style="text-align: center; font-size: x-small;">放在容器内倒出</p> <div style="display: flex; justify-content: space-around;"> <div style="text-align: center;"> <p>可燃垃圾</p> <p>○贴上与垃圾容量相同的贴纸。</p> </div> <div style="text-align: center;"> <p>不可燃垃圾</p> <p>○按垃圾袋的容量贴上相同的贴纸。</p> </div> </div> </div> </div>
<div style="background-color: #00bcd4; color: white; padding: 5px; text-align: center;"> 大件垃圾（收费） 预约申请制（自家门口前回收。） </div> <p style="font-size: x-small;">■边长约超过30cm以上的物品。 ■电视机、洗衣机、衣服烘干机、空调、冰箱、冷冻柜、电脑等不能作为大件垃圾回收。 （受理中心）电话 03-5296-7000 请贴上收费大件垃圾处理券。 受理时间：上午8点～下午7点（除星期日・年末年初）</p>	<div style="background-color: #00bcd4; color: white; padding: 5px; text-align: center;"> 电视机、洗衣机、衣服烘干机、空调、冰箱、冷冻柜（收费） </div> <p style="font-size: x-small;">①请委托该商品购买商店或购买新商品的商店处理。 ②若不知道是在哪家商店购买时，请与“家电循环使用受理中心”联系。 电话 03-5296-7200 ■不可作为大件垃圾回收。 ■回收时，要缴付循环使用费和回收搬运费。</p>
<div style="background-color: #00bcd4; color: white; padding: 5px; text-align: center;"> 电脑（收费） </div> <p style="font-size: x-small;">电脑在区内无法回收。 回收方法以及有关费用请与厂家咨询。 ※“电脑3R推进协会”网站上登录有各厂商的受理窗口一览。 http://www.pc3r.jp/</p>	<div style="background-color: #00bcd4; color: white; padding: 5px; text-align: center;"> 临时垃圾（收费） </div> <p style="font-size: x-small;">搬家、大扫除、植木的枝叶（大约45ℓ袋5袋）等一次性丢弃大量垃圾时要收费。请事先与清扫事务所咨询。</p>
<div style="background-color: #00bcd4; color: white; padding: 5px; text-align: center;"> 动物尸体（收费） </div> <p style="font-size: x-small;">狗、猫等小动物的尸体的处理要收费（一只动物2,600日元，仅限不满25kg的动物）。具体情况请向清扫事务所咨询。</p>	<div style="background-color: #f44336; color: white; padding: 5px; text-align: center;"> 清扫事务所无法收集的物品 </div> <div style="display: flex; justify-content: space-between; font-size: x-small;"> <ul style="list-style-type: none"> ★ 有害物品 ★ 易燃品 ★ 危险物品 ★ 发恶臭的物品 <ul style="list-style-type: none"> [例] 石油类（汽油、轻油、灯油、稀释剂等）、涂料、药品类 印刷用油墨、电池、灭火器 汽车、摩托车、轮胎、钢琴、土・石・砂等 ※ 详情请与清扫事务所咨询。 </div>

询问处

文京清扫事务所 电话：03-3813-6661 文京区网站 <http://www.city.bunkyo.lg.jp/>

丢垃圾的方法

丢垃圾的日期・時間・場所根據地域不同有所不同。請查看所在地域的垃圾收集處的看板，或者詢問鄰居。

☆注意

日本有「家電回收利用法」。這是指，欲丟棄的冷氣機、電視、冰箱、洗衣機等舊家電，將由購買時的店家回收處理。如果忘記或不知道商店名稱時，請與地域的清掃事務所聯系，處理這些舊電器。回收費用例，電視機壹臺約 2800 日圓（搬運費另計）。

請大家不要輕易接受友人轉讓的舊電器。看到路邊放置的被丟棄但可能還可以使用的電器，也請不要隨意帶走(就算是廢棄物品也在「家電回收利用法」的規制範圍內)。請勿任意帶走垃圾集中場內所丟棄的物品，有可能會被當偷竊起訴。

6. 腳踏車

若想使用學校腳踏車停放處同學，請到事務所登記。基於停放處面積有限，若有意者多的情況下本校將會以抽籤方式來決定停放者。沒有被抽中的同學請將腳踏車停放於文京區合法的收費停車場。同時，在設施周邊隨意停放腳踏車將會給他人帶來不便，請勿亂停放腳踏車。

禁止隨意使用停放在路邊的腳踏車

在車站前或路旁，經常會看到還可以使用但卻被閑置多天的腳踏車。切記這些腳踏車是不能任意帶走使用的。在日本，為防止腳踏車遭竊，採取了腳踏車防盜登錄制度。若被警察查出這是撿來的腳踏車，將會被視為竊賊。

購買腳踏車

購買腳踏車后在商店辦理防盜登錄手續。

接受轉讓的腳踏車時

接受朋友贈予的腳踏車時，請確認是否已做了防盜登錄的手續，並取得自行車原有主人的轉讓書憑證與防盜登錄的收據。

轉讓書範本

讓渡書
20 年 月 日
私は_____さんに自転車を譲渡します。
登録番号_____
讓渡者氏名：_____
住所：_____
被讓渡者氏名：_____
住所：_____

腳踏車事故的增加

ABK 的腳踏車事故有所增加。

不管是事故的受害者還是肇事者都會給留學生活帶來不良的影響。請充分理解在東京都市內騎乘腳踏車的危險性後，再使用腳踏車。

腳踏車雙載，夜間行走沒開燈，撐傘騎車，邊講電話邊騎車等，是違反交通規則的危險行為。違反交通規則時，即使是受害者也會被追究違反交通規則的相關責任。

腳踏車的行駛規則例

① 自転車は、車道が原則、歩道は例外

道路交通法上、自転車は軽車両と位置付けられています。したがって、歩道と車道の区別のあるところは車道通行が原則です。

【罰 則】 3カ月以下の懲役又は5万円以下の罰金



② 車道は左側を通行

【罰 則】 3カ月以下の懲役又は6万円以下の罰金



自転車は道路の左端に寄って通行しなければなりません。

③ 歩道は歩行者優先で、車道寄りも徐行

歩道では、すぐに停止できる速度で、歩行者の通行を妨げる場合は一時停止しなければなりません。

【罰 則】 2万円以下の罰金又は科料



④ 安全ルールを守る

■ 飲酒運転は禁止

自転車も飲酒運転は禁止。

【罰 則】 5年以下の懲役又は100万円以下の罰金
※原に酔った状態で運転した場合



■ 二人乗りは禁止

6歳未満の子どものみを1人乗せるなどの場合を除き、二人乗り禁止。

【罰 則】 2万円以下の罰金又は科料



■ 並進は禁止

「並進可」標識のある場所以外では、並進禁止。

【罰 則】 2万円以下の罰金又は科料



■ 夜間はライトを点灯

夜間は、前照灯及び尾灯（又は反射器材）をつける。

【罰 則】 5万円以下の罰金



■ 信号を守る

信号を必ず守る。「歩行者・自転車専用」信号機のある場合は、その信号に従う。

【罰 則】 3カ月以下の懲役又は5万円以下の罰金



■ 交差点での一時停止と安全確認

一時停止の標識を守り、狭い道から広い道に出るときは徐行。安全確認を忘れずに。

【罰 則】 3カ月以下の懲役又は5万円以下の罰金



請勿在騎乘腳踏車時邊使用手機或是撐傘騎車，這是非常危險的行為。

[處罰] 5 萬円以下の罰款



7.打工

打工需要入國管理局的許可

持有「留學」或「家族滞在」簽證，原則是屬於禁止打工的在留資格。若計劃打工，必須向入國管理局申請，並取得《資格外活動許可》。入日本國境時沒有在機場辦理《資格外活動許可》的同學請前往入國管理局申請。開始打工之前，請務必到事務所提交《打工許可申請》。須獲班級導師許可。



申請方法

申請地点：入国管理局

所需：①資格外活動許可申請書 ②護照 ③在留卡 ④學生證

在入國管理局取得在留卡背面的「資格外活動許可」印章和護照上的「資格外活動許可」貼紙以後，請拿到事務所進行復印存檔。

「打工報告書」 <https://forms.gle/JHkcG1dbxpFJbUpJ6> (← GoogleForm →)



打工開始後，務必至事務所領取「打工報告書」並提出。

為能管理勤務時數，並不建議兼職數份打工，若有兼職數份打工之情況下，

需將所有打工資訊填入「打工報告書」並至事務所提出。

如打工資訊有變更之情況，亦須向事務所提交新的報告書。

★兼職兩份打工以上者，一周合計時間不得超過 28 小時！

打工時間的限制

持有「留學」簽證者被許可的許可的資格外活動(打工)為一周 28 小時以內

(暑假・寒假・春假期間，時限是一天 8 小時以內)。

持有「家族滞在」簽證者，被允許的資格外活動(打工)時數為一周 28 小時內。

(※暑假、寒假、春假等期間亦為一周 28 小時內，一天的工作時數不得超過 8 小時。)

★因影響學業，ABK 禁止學生深夜就業 (22:00~5:00)。

打工的工作內容

★即使在規定的時間以內，也嚴禁在與色情行業有關場所打工。就算只是洗碗、打掃的工作也是禁止的。

★法律規定，留學生不能從事外賣配送 (Uber-Eats、Demaecan 等) 業務。

並無「日薪三萬日圓」、「短時間內可賺取大量金錢」等工作。

東京的打工時薪行情約為 1,100~1,200 日圓。

打工開始時，務必向公司取得「雇用契約書」



超時工作或是在被禁止的場所打工的話

超過規定之時數或從事被禁止之工作時，即便持有「資格外活動許可」，亦是違反法律之行為，根據違反情況不同，則將會被入境管理局管收，並強制遣送回國。在有雇用外國人之情況下，因雇主亦須向政府機關呈報之故，各位的勤務狀況都將會被掌握。入境管理局隨時會確認勤務之狀況。

請務必遵守打工之規則。超時打工將會導致留學計畫中斷。

8. 銀行賬戶

開設銀行賬戶需要本人名印章和印有現住址的在留卡。

需先去區役所辦理住民基本台帳登錄手續，在在留卡上登記現住址後，方可辦理開戶手續，所以請盡早前往區役所。

開設「ゆうちょ銀行」賬戶時，請親自去附近的郵局辦理。



☆有關郵政銀行的海外匯款

從海外的銀行往郵政銀行的綜合賬戶或者轉款賬戶匯款的時候，需要通過郵政銀行指定的中介銀行將海外的貨幣轉換成美元或者歐元之後才可以匯到日本的銀行賬戶上面。另外，根據匯款的銀行以及匯款的內容的不同也有無法匯款的情況，詳細情況請在當地銀行進行確認。

具體情況可在郵政銀行的主頁進行確認。

<郵政銀行主頁>

日語：http://www.jp-bank.japanpost.jp/kojin/sokin/kokusou/kj_sk_ks_gaikoku.html

英語：http://www.jp-bank.japanpost.jp/en/djp/en_djp_index.html

☆有關於印章

在日本不單只是到銀行辦事和收取信件時需要印章，在日常生活和報考大學等時候都需要用到印章。在日本的期間，壹直會需要用到印章，所以請好好保管。

另外，印章必須是用木頭，石頭，塑料等做的，橡膠原料所做成的印章面不可以使用。敬請注意。

9.不在聯絡票

當不在家書信/EMS/物品等抵達的時候，當地郵政局/運輸公司會在收件者的郵箱裏留下壹張[不在聯絡票]（領取物品通知書）後才會離去。若有如下所示(不在票的照片)之招領票在郵箱的話，在掃描 QRcode 後，會有使用網路及使用電話兩種申請再配送之方式，擇一申請後即可再次配送。

在限定期間內沒有領取的話，將會被送返又或者是廢物處理，敬請注意。

對於申請方法有不清楚者，請攜帶不在聯絡票壹起前來事務所，本校會代理申請。

[郵政局的不在聯絡票]



[YAMATO 運輸的不在聯絡票]



10.一時歸國手續

短期離開日本時

留學期間，利用假期等回國短期離開日本時，若持有有效的護照及在留卡，可再入境。同時，在出境後的1年內，或在留期限之前務必再入境日本。入境時，原則上沒有必要辦理再入國許可（這制度稱為“視同再入國許可”）。出境時請務必給海關工作人員出示日本在留卡。

在留期限內必須再入境

如果不在指定的在留期限內返回日本的話，簽證將會變成「無效」，敬請注意！

另外，沒有特別的理由的話，不允許曠課回國

若有特殊理由的話，在得到班級老師的許可後，父母需要用學校規定的格式書寫理由書並提交。若想了解更多詳情，請翻看入學指導「2. 出席」之項目。

11.手機

在日本，多數人為方便聯絡而購入手機。但是，也會有並無想像中的頻繁使用卻被征收高額通信費的例子。造成高額的通信費的原因，有國際電話、上網閱覽、下載音樂、遊戲檔案等等。另外，根據不同的手機型號也會有自動接收等其它附加機能。雖然是「免費軟件」，但在下載的過程中將會被另計通信費用。請在使用時，詳細閱讀契約內容並確認資費方案。

請避免將手機隨意轉讓給他人或是出借名義給他人購買手機，有可能會因此被卷入犯罪事件中。

另，回國前(不包括短期回國)請勿忘記辦理手機解約的手續。

12.飲酒與抽煙

依據日本法律規定，未滿20歲者是禁止飲酒與抽煙。就算滿20歲以上可以飲酒與抽煙者，也請在可飲酒與吸煙的地方飲酒吸煙，以免造成他人的困擾。

煙蒂或香煙空殼請勿亂丟，請勿將香煙空殼丟在煙灰缸內。

13.緊急情況的處理

遇到緊急情況時，請速與事務所或本校會館櫃臺取得聯繫！

遇到事故或是突然生病時，馬上和事務所或會館前臺聯繫！

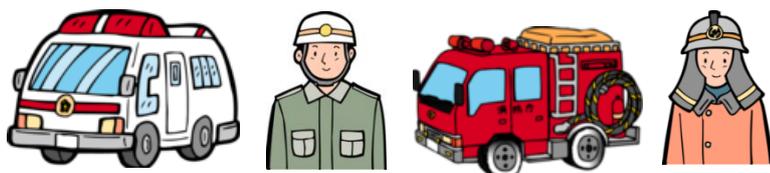
公益財團亞洲學生文化協會日本語課程事務所 03-3946-2171 (9:00~17:00) (周六, 日及公假除外)

ABK COLLEGE 事務所 03-6912-0756 (9:00~17:00) (周六, 日及公假除外)

會館前臺 ①03-3946-4121 (平日 9:00~19:00 週六 9:00~17:00)

②090-8729-9354 (上記時間外, 僅限緊急情況時)

救護車・消防車【119】



警察局【110】



14. 違禁藥品

大家都知道濫用藥物是違法的行為，並深知其危險性。所謂的違禁藥品包括興奮劑，大麻，非法麻藥等危險毒品。現今，非法藥物比以往更加容易取得，受影響的年齡層有擴大並有低齡化的趨勢。

請壹定不要被甜言蜜語誘惑或被欺瞞，而輕易嘗試毒品。僅僅因為持有違禁藥物即是違法行為。違禁藥品亦是造成大家來日本留學目標迷失的元兇。請各位千萬不要碰觸毒品。



15. 生活噪音

学生宿舍，綜合住宅，自己房間的聲音會傳到上下樓和隔壁。多少的生活噪音可以相互忍讓，嚴重的噪音會造成鄰里糾紛。一般在晚上 9 點以後，就盡量不要發出噪音。朋友聚在一起談笑，不知不覺就會變大聲說話，這樣會給周圍鄰居造成困擾。另外，電視機的音量，吸塵器等的声音也要注意。特別是開窗多的夏季，注意不要給鄰居造成困擾。

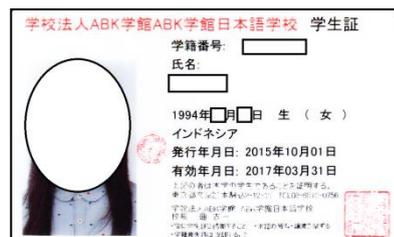
16. 其他

在 ABK 周圍，有學校，公園，公司等眾多公共設施，且居民較多。為了能夠安全舒適地生活，上學，放學，外出購物等途中，行走時請注意不要對其他行人造成影響。比如與同學，朋友等間隔較大卻並排行走等都會對其他行人帶來不便。

入学指导

1. 學生証

學生證是用來證明為本校學生的證件。請與在留卡壹起隨身攜帶，並妥善保管切勿遺失（住在亞細亞學生文化會館的學生也是壹樣要隨身攜帶）。在考試，發行證明書時，或是在其它須要證明本人的時候都需要用到學生證。如果遺失，證件破損，或是記載事項有變更時，請到事務所辦理補發手續。



2. 出席

出席率

學生的出勤記錄，每天每節課班級老師都會記錄。

出席率低的學生，不僅會影響自身的學習，本校也將不給予辦理專門學校・大學等畢業後升學的相關保證。出席率差的學生，將給予處罰。另，考取大學後，在辦理簽證有效期更新時，有可能需要提交在ABK時的出席證明書作為審查資料。如出席率情況不好，更新簽證有可能不被認可。

注意！根據 2016 年最新實施的法律規定，入國管理局對學生出席率的管理將會更加嚴格。日本語學校有義務將每個月出席率低的學生報告給入國管理局，請大家務必引起充分的注意。

全勤獎・精勤獎

年間完全無缺課記錄的學生將給予全勤獎，缺課少的學生為精勤獎，於結業式時進行表彰。

需要出席率的場合

- ①報考大學，大學院，專門學校時
- ②推薦入學的申請（出席率未滿 95%的學生無法申請）
- ③獎學金的申請（出席率未滿 95%的學生無法申請）
- ④簽證的延長或變更
- ⑤其他

年間出席率的計算方法

$(\text{年間上課小時間數} - \text{年間缺席時間數}) \div \text{年間上課小時間數} \times 100$

遲到・早退

遲到或早退三次就算是曠課一節。

遲到時間達 20 分鐘以上則視為曠課。

缺席時，早上（9:00～9:30）務必打電話至事務所告知。無法取得聯繫時，第二天也必須告知並說明理由。如是①的狀況，請事先向班老師提出「公假」申請，公假並不算是缺課。「公假單」請向班級老師索取。

①公假

- ・接受研究所的指導教授的面試
- ・大學、大學院、專門學校、就職等測驗
- ・辦理簽證期間延長或資格變更手續
- ・辦理在留卡的手續
- ・獎學金的面試
- ・喪假（要提出證明文書）
- ・校長特別認可的特殊情況（如參加出身學校畢業典禮等）

②不屬於缺課的狀況

- ・因交通的延誤而導致缺席、遲到（請向交通機關索取延遲證明書）
- ・因感染法定傳染病而無法出席的詳細內容請參照「8. 禁止上課的傳染病」之項目。



③缺課的狀況

- ・生病，分娩
- ・辦理資格外活動許可的手續
- ・參觀大學，研究所，專門學校等，領取報名簡章
- ・其它

3. 證明書的發行

在事務所可以發行各種證明書。填寫申請表，並取得班級老師的簽章後才向事務所提出。具體請諮詢事務所。



4. 修了規定

要修滿 ABK 所規定課程，必須全部達到以下規定。

- ① 必須參加全部的定期考試。
- ② 必須參加修了試驗。
- ③ 年出席率必須在規定出席率以上。

關於 ABK 日本語課程『大學進學準備課程 (Prep. course 2)』的修了

在 ABK 『大學進學準備課程 (Prep. Course 2)』就學的學生，有予定要考大學學部 (Bachelor Degree) 或專門學校 (Professional training college) 升學者，必須要修滿「大學進學準備課程的相關課程。為了達到修滿要求，必須滿足以下條件。

- ① 必須參加全部的定期考試。
- ② 必須參加修了試驗。
- ③ 年間出席率必須在規定出席率以上。
- ④ 修完課程中所規定的必修基礎科目。
- ⑤ 成績在規定的基準以上。

若未達到修滿條件者，將不發予「大學進學準備課程修了證書」。就算曾經在該課程在籍，也會被預考的大學或專門學校認定為「沒有入學資格」，所以將無法進入該校就讀。

另外，在課程中因出席狀況等原因而被認定為未達修滿條件者，也將無法發給「修了預定證明書」。同樣會被報考的大學或專門學校認定為「沒有報考資格」，也將無法接受該校的入學考試。所以，請維持規律的出席率與學習以狀態以免給將來的進學造成阻礙。

5. 獎學金制度

學校有多項獎學金項目，申請時間，條件等都有所不同。到時會發布通知或張貼在揭示板上。

6. 學校保險

☆ 注意：是不同於國民健康保險的保險。遇到事故時請速與學校取得聯繫

ABK 學校有加入學校保險制度。大家如果在以下的學校管轄範圍內發生事故或是被害事故（賠償事故）時，將支付所規定之保險金額。若遇到事故時請速與學校取得聯繫。

補償內容	保險金額・添補金額 (最高限度)
救援者費用保險金(支付保險金額限度)	1,000,000 円
死亡・後遺癥保險金(最高金額)	1,000,000 円
賠償責任保險金(一件事務限度額)	50,000,000 円

☆ 注意：

- ① 於國民健康保險和社會保險是不同類的保險。雖然有加入日本語學校保險，學生同樣必須加入國民健康保險或是社會保險，缺一不可。
- ② 遇到事故（賠償事故）時，請務必要報警並速與學校取得聯繫。

7. 臺風/地震發生時的上課安排

7-1. 臺風並發布暴風警報時的安排

由於臺風向東京靠近，氣象廳向東京 23 區（東京 23 區東部及 23 區西部等也壹様）發布暴風警報時，上課時間安排如下。

請在當天早上通過氣象廳主頁（<http://www.jma.go.jp/jma/index.html>）或電視報道來確認。

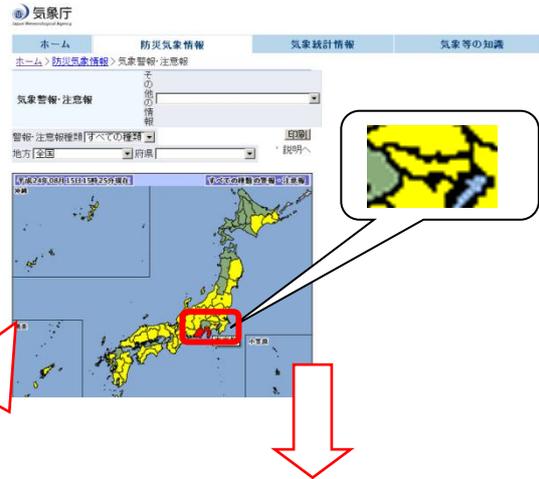
- 早上 7 點發布了『暴風警報』的情況→上午停課
- 早上 10 點『暴風警報』仍未解除並繼續發布的情況→下午也停課

[網頁查詢方法]

1. 氣象廳主頁點擊「氣象警報・注意報」



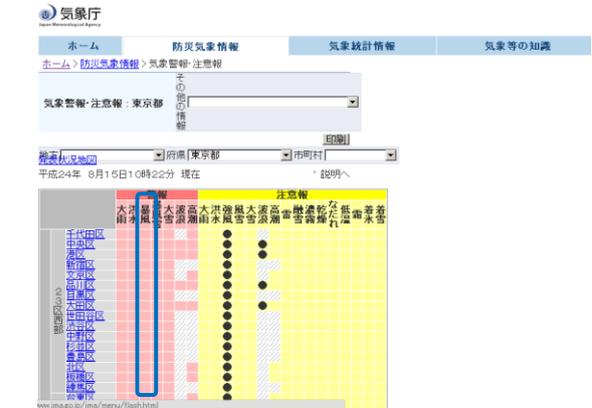
3. 點擊東京都



2. 點擊日本地圖



4. 東京 23 區內的「暴風警報」欄內印有(●)標誌時，即表示發布了「暴風警報」。



☆如果住在東京 23 區以外，該區域發布暴風警報時也請不要勉強來校，需配合以上基準。

7-2. 發生地震時上課的安排

東京 23 區內，發生 5 級（震度 5 弱或 5 強）以上的地震，前壹日下午 5 點至當天上課開始前發生的情況下，當天的上午班，下午班全部停課。

當天早上，氣象廳主頁（<http://www.jma.go.jp/jma/index.html>）或電視報道來確認。

※日本的震度表示請參照以下。

日本的震度表示

在日本國內的 4,300 個觀測地點（2012 年現在）觀測到的 0~7 的震度，用 10 階段來表示。

震度	搖晃的程度
0	人體感覺不到搖晃，但是地震儀有震動記錄。
1	在室內靜止不動的情況下，會有人感覺到壹點晃動。
2	在室內靜止不動的人的大半有震感。處於睡眠狀態的人中有人會醒來。
3	在室內的人基本都會有震感。在步行中的人也會有感覺到搖晃。處於睡眠狀態中的人大半會醒來。
4	多數人會吃驚。步行中的人絕大多數會有震感。處於睡眠狀態中的人基本會醒來。
5 弱	大多數人會感到害怕，有危險。書架等櫃子上東西可能會落下。沒有安定感的物體可能會倒下。沒有固定住的家具可能有移動。
5 強	不抓住支撐物就不能行走，重的家具也可能會倒下。沒有經過加強的牆壁可能會坍塌。
6 弱	站立都會有困難。
6 強	不能站立，只能爬行。被搖晃的不能動，可能會被振飛。
7	不能站立，只能爬行。被搖晃的不能動，可能會被振飛。

8.禁止上课課的傳染病

如患以下傳染病者，根據學校保險法的規定，不得來學校上課。
在學校所定用紙《登校許可書》上由醫生記入許可後，才可出席。
《登校許可書》附於本冊的第 18 頁，請影印後轉交給醫師。

1. 流行性感冒 (發病後 5 天並且退燒後 2 天為止)
2. 百日咳 (在完成 5 天的抗生素療程或特有咳嗽停止為止)
3. 麻疹 (退燒後 3 天為止)
4. 流行性腮腺炎 (發病後 5 天，並且全身癥狀明顯好轉為止)
5. 風疹 (發疹消失為止)
6. 水痘 (全部結痂為止)
7. 咽結膜熱 (主要病狀消失後 2 天為止)
8. 結核，腦膜炎 (醫生判斷不會傳染為止)
9. 其它

9.其它

變更住所

來日本後，因搬家而變更住址者，如《在留卡與住民基本臺帳制度》說明頁所示，再留卡的記載事項和國民健康保險，必須進行變更手續。學生證也要重新辦理，請洽事務所。辦理學生證再發行手續時必須提示住所變更後的在留卡證與國民健康保險證。

除此之外，手機號碼變更或換打工場所，本國住所或聯絡電話號碼有變更時也請務必通知事務所。

PC 角落(電腦利用處)，ABK COLLEGE 的 PC 角落

ABK 的學生及於 ABK 居住者可免費使用。

使用時間為平日 12:00~17:00

在 PC 角禁止飲食與大聲喧嘩。

打印費用為，黑白打印...1 張 10 日元、彩色打印...1 張 50 日元。

所有電腦可以用掃描機。



學籍號碼

學生信息是通過學生證上的學籍號碼來進行管理。證明書的申請，學費的匯款，出席率的查詢等，請使用學籍號碼。

教室

- 上課時請將手機關機。在上課中講電話會影響上課。若被認為妨礙教學行為的學生，將會被沒收手機。
- 最後一位離開教室者，務必將電燈、空調等電源關閉後才離去。請協助節約能源。
- 休息時間也請不要將貴重物品留置在教室內。
- 請將垃圾置於規定的場所。特別是請不要將垃圾留置於桌子的抽屜中。
- 教師內全面禁煙。請在有煙灰缸的場所吸煙。
- 放學後或節假日原則上禁止使用教室。



洗手間

- 本校全部是沖水廁所。使用後請務必沖水。
- 女廁各室內備有垃圾桶。請勿將用過的廁紙丟入垃圾桶，請將廁紙直接丟入馬桶內沖走。

中途退學

如果不得已要中途退學的情況下，請盡早到事務所洽談。

必須辦理的退學手續如下：

- 退還學生證
- 填寫文件郵送單（須另付 1500 日圓）
- 提交《關於活動機關申報》
- 其它

網頁

公益財團法人亞洲學生文化協會官方網 www.abk.or.jp

ABK 學館日本語學校 www.abk.ac.jp

ABK 網頁記載有各方面的信息情報。

事務所

如果遇到困難，不要壹個人煩惱，請隨時來與我們相談。我們會支援大家度過安心充實的留學生活。

	公益財團法人亞洲學生文化協會日本語課程	學校法人 ABK 學館日本語學校
事務所開放時間	平日 9:00~17:00 周六日與例假日除外	平日 9:00~17:00 周六日與例假日除外
電話號碼	03-3946-2171	03-6912-0756
E - m a i l	nihongo@abk.or.jp	info@abk.ac.jp

登校許可書

_____ 殿

クラス _____

氏名 _____

上記の者は、下記の○印の学校伝染病が軽快しかつ学校保健法の基準により、伝染予防上支障がないと認めたので登校を許可します。

記

- 1 . インフルエンザ(発症した後5日を経過し、かつ解熱後2日を経過するまで)
- 2 . 百日咳 (特有の咳が消える、または五日間の抗菌性物質製剤による治療終了まで)
- 3 . 麻疹 (解熱した後3日を経過するまで)
- 4 . 流行性耳下腺炎(腫れが出た後5日を経過し、かつ全身症状が良好になるまで)
- 5 . 風疹 (発疹が消失するまで)
- 6 . 水痘 (すべての発疹が痂皮化するまで)
- 7 . 咽頭結膜熱 (主要症状が消退後2日を経過するまで)
- 8 . 結核、髄膜炎、菌性髄膜炎
(医師によって伝染のおそれがないと認められるまで)
- 9 . その他 ()

登校してはいけない期間 月 日 ~ 月 日

年 月 日

住所

TEL

医師氏名

Ⓢ

ABK防災マップ ABK disaster prevention map

《地震などの災害が授業時間内だった場合》 In case of classhour

- ① 文京グリーンコートに各クラスごとに集合し、点呼
Congregate each class at Bunkyo green court and make a muster
- ② 駕籠町小学校（避難所）に避難 Go to a place of refuge (Kagomachi elementary school)
- ③ 食糧調達が必要になったら、第九中学校（避難所）に移動
If we need foods, change to another place of refuge (Daikyu junior high school)
- ④ 各避難所にいる時に、自治体から火災等による避難勧告が出た場合、六義園（避難場所）に移動 In case that Bunkyo ward advices to go out from a place of refuge because of fire or something else, we go to Rikugien (refuge area).

《地震などの災害が授業時間外だった場合》 In case of after school

上記の①はなしで、②以降へ続く。From ② same as above

