



2023
Fall

交換学生ハンドブック



Exchange Student Handbook



関西学院大学現代日本プログラム
Kwansei Gakuin University
Contemporary Japan Program

関西学院大学国際教育・協力センター

Center for International Education and Cooperation (CIEC)

目次 Contents

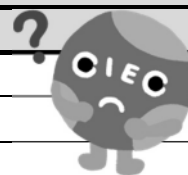
| | | Page |
|--|--|-----------|
| 履修編 | Academic | 7 |
| 授業・行事スケジュール | Class and Event Schedule | 8 |
| 2023 年度 秋学期 | 2023 Fall Semester | 8 |
| 2024 年度 春学期（予定） | 2024 Spring Semester (Tentative) | 9 |
| 2023 年度 秋学期 授業日程 | 2023 Fall Semester Class Schedule | 9 |
| 2023 年度 秋学期 履修登録スケジュール | 2023 Fall Semester Course Registration Schedule | 10 |
| 現代日本プログラム | Contemporary Japan Program (CJP) | 11 |
| 交換学生の履修単位と授業時間数 | Course Load (minimum and maximum) | 11 |
| 日本語専攻 | Japanese Language Track (JLT) | 11 |
| 現代日本専攻 | Modern Japan Track (MJT) | 11 |
| 専攻の変更 | Changing Study Track | 11 |
| 提供科目 | Offered Courses for Exchange Students | 12 |
| 日本語学習科目 | Japanese Language Courses (JLC) | 12 |
| ■日本語のレベルについて | ■About Japanese Language Level | 12 |
| ■必修科目（日本語専攻のみ） | ■Mandatory Courses (JLT only) | 12 |
| ■選択科目（現代日本専攻のみ） | ■Elective Courses (MJT only) | 12 |
| ■選択科目（両専攻履修可） | ■Elective Courses (Both Tracks) | 12 |
| ■日本語学習科目（漢字・語彙）／日本語学習科目（表現法）の初回お試し授業について | ■JLC (Kanji and Vocabulary) and JLC (Japanese Usage) Trial Classes | 12-13 |
| 総合日本学習科目（現代日本演習） | JSC (Modern Japan Seminar) | 13 |
| 英語開講選択科目 | Elective Courses taught in English | 13-14 |
| 日本語開講選択科目 | Elective Courses taught in Japanese | 14 |
| 一般授業科目 | Regular University Courses | 14 |
| 授業科目の履修にあたって | Course Rules | 15 |
| 一般的注意事項 | General Note | 15 |
| 学生証 | Student ID Card | 15 |
| マスクの着用について | Wearing a mask | 15 |
| 授業形態について | Course Implementation Formats | 15 |
| 授業内での飲食について | Food and Drink Rule | 15 |
| 授業に関するお知らせ | Class Announcement | 15 |
| 授業支援・配慮 | Academic Support | 16 |
| 気象警報による休講 | Class Cancellation Due to Inclement Weather | 16 |
| 交通機関の運行遅延・停止が発生した場合あるいは運行停止が予告された場合 | In case a delay/cancellation of a public transportation service is announced | 17 |
| 補講 | Make-up Classes | 17 |
| 授業の欠席 | Class Absence | 17 |

| | | Page |
|--|---------------------|---|
| 学校感染症への対応について | | About the university response to School Infectious diseases 18 |
| 写真・ビデオ映像等の個人情報利用 | | Use of Personal Information, Photographs, and Videos 18 |
| 日本語学習科目のクラスルール (必修科目・選択科目共通) | | Japanese Language Courses Class Rules (Mandatory & Elective) 19 |
| Ⅰ．授業に関する注意事項 | | I. Course Rules 19 |
| 1)出席のルール | | 1)Attendance Rules 19 |
| 2)欠席回数による不合格 | | 2)Course Failure due to Poor Attendance 19 |
| 3)試験・クイズについて | | 3)Examinations and Quizzes 19 |
| Ⅱ．やむを得ない事情による欠席に関する取扱い | | II. Absence Rule for Unavoidable Reasons 19-20 |
| 1)病気・忌引きによる授業欠席について | | 1)Class Absence Due to Illness/Mourning 19 |
| 2)試験・クイズの追試について | | 2)Make-up Examination or Quizzes 19-20 |
| JSC (Modern Japan Seminar) Class Rules | | 21 |
| I. General Rules | | 21 |
| II. Attendance | | 21 |
| III. Missing Class | | 21 |
| その他の重要事項 | | Other Important Points 22 |
| シラバスの閲覧方法 | | How to View Syllabi 22 |
| 成績評価 | | Grade Evaluation 22 |
| 評価と設定基準 | | Evaluation and Grading 22 |
| 成績証明書 | | Grade Transcript 23 |
| 成績疑義申し立て | | Grade Investigation 23 |
| 在籍証明書・その他証明書 | | Enrollment Certificate & Other Certificate 23 |
| 授業時間割 | | Class Timetable 23 |
| 学部 | | Undergraduate 23 |
| ポータルサイト・学習者支援システム・メールシステム | | Portal Site・Learning Management System・KG Mail 24 |
| kwic（ポータルサイト） | | kwic (Portal Site) 24 |
| LUNA（学習者支援システム） | | LUNA (Learning Management System) 24 |
| KG メール（メールシステム） | | KG Mail (Mail System) 24 |
| メモ | | memo 25 |
| 生活編 | | Life in Japan 27 |
| 重要な日程 | | Important Dates 28 |
| 1 | 交換学生の受け入れ期間 | Length of Stay 28 |
| 2 | KG が用意する宿舍の退去日について | Moving-out Date from KGU-Arranged Accommodation 28 |
| 3 | プログラム修了者へのオリエンテーション | Program Completion Orientation 28 |
| 4 | 継続オリエンテーションについて | Continuing Student Orientation 28 |
| 5 | 修了式について | Closing Ceremony 28 |

| | | Page |
|----------------------------|-------------------------|---|
| キャンパスライフ | | Campus Life |
| | | 29 |
| 事務室について | | Office Information |
| | | 29 |
| 学内の主要施設 | | Major Facilities on Campus |
| | | 29 |
| 1 | 国際協力・教育センター(CIEC) | Center for International Education and Cooperation |
| | | 29 |
| 2 | 保健館 | Health Care Center |
| | | 30 |
| 3 | 学生課 | Student Affairs Section |
| | | 30 |
| 4 | 情報環境機構 | IT Support Center |
| | | 30 |
| 5 | 学生会館 | Student Union Building |
| | | 30 |
| 6 | 関西学院会館 | Kwansei Gakuin Kaikan |
| | | 31 |
| その他の施設 | | Other Facilities |
| | | 31 |
| キャンパス生協・店・サービス | | Campus Co-op, Shop and Service |
| | | 32-33 |
| 1 | 西宮上ヶ原キャンパス | Nishinomiya Uegahara Campus |
| | | 32-33 |
| 2 | 神戸三田キャンパス | Kobe Sanda Campus |
| | | 32-33 |
| 日本での必要な手続き | | Necessary Procedure for Living in Japan |
| | | 34 |
| いつも持っておくもの | | Things you should always have on you |
| | | 34 |
| 交換学生の市役所での手続き | | Procedure for Exchange Students |
| | | 34 |
| 1 | 転入手続き(住民登録) | Registering Your Address (Jumin Toroku) |
| | | 34 |
| 2 | 国民健康保険への加入と簡易申告 | Enrollment in Japan National Health Insurance |
| | | 34-35 |
| 3 | 国民年金の加入と保険料免除・納付猶予制度の申請 | National Pension and National Pension Exemption |
| | | 35 |
| 個人番号、個人番号通知書とマイナンバーカードについて | | About the Individual Number Notice and My Number Card |
| | | 36 |
| 阪急電車の通学定期券購入方法 | | How to Purchase Hankyu Student Commuter Pass |
| | | 37 |
| 1 | 手続きに必要なもの | What to Bring to Buy Student Commuter Pass |
| | | 37 |
| 2 | 購入方法 | Where to Buy Your Student Commuter Pass |
| | | 37 |
| 3 | 定期区間について | Commuter Pass Distance Limits |
| | | 37 |
| 4 | 定期券の有効期限が切れた場合 | When a Student Commuter Pass Expires |
| | | 37 |
| 届出・提出物について | | Documents to Submit |
| | | 38 |
| 在留カードのコピー提出 | | Residence Card Copy Submission |
| | | 38 |
| 国民健康保険証のコピー提出 | | National Health Insurance Card Copy Submission |
| | | 38 |
| 外泊届 | | Overnight Stay Notice |
| | | 38 |
| 出国日届の提出 | | Departure Date Notification Form |
| | | 38 |
| アルバイト状況報告書(対象者のみ) | | Part-time Work Notification Form (if applicable) |
| | | 38 |
| サポートサービスパック | | Support Service Pack |
| | | 39 |
| GTN アシスタント | | GTN Assistants |
| | | 39 |
| GTN モバイル | | GTN Mobile |
| | | 40 |
| インバウンドメディカルアシスタントサービス | | Inbound Medical Assistance Service |
| | | 41 |
| 1 | サービス内容 | Service Contents |
| | | 41 |
| 2 | 対応言語とサービス時間 | Languages and Service Hours |
| | | 41 |
| 3 | 電話番号 | Phone Number |
| | | 41 |
| 4 | 注意事項 | Notes |
| | | 41 |

| | | Page |
|---------------------|---|-----------|
| 医療について | Medical Information | 42 |
| 外国語で受診できる病院 | Hospitals with Foreign Languages Support Available | 42 |
| 処方箋について | Medication and Prescription | 42 |
| 関西学院大学保健館の診療について | KGU Health Center Schedule | 42 |
| 総合病院での一般的な診療の流れ | General Outpatient Procedure at Hospital | 43 |
| 病気や怪我の場合 | Sickness and Injury | 44 |
| 日本の法律と生活注意事項 | Japanese Laws and Regulations in Everyday Life | 45 |
| 飲酒・喫煙可能年齢 | Drinking and Smoking Age | 45 |
| 麻薬について | Illegal Drugs | 45 |
| 自転車使用時の注意点 | Rules When Using a Bicycle in Japan | 45-46 |
| 車の運転について | Driving a Car | 46 |
| 忘れ物、落とし物をした時 | If you forget or lose something | 46 |
| その他 | Other Regulations | 46 |
| KGU が用意する宿舎編 | KGU Arranged Accommodation | 47 |
| 重要な日程 | Important Dates | 48 |
| 交換学生の退去日について | Moving-out Date | 48 |
| 届出・提出物について | Documents to Submit | 48 |
| 退去日の届け出 | Leaving Date Notification Form | 48 |
| 外泊届 | Overnight Stay Notice | 48 |
| ホームステイについて | Homestay | 48 |
| ホームステイで提供されるもの | Your Host Family Provides | 48 |
| ホームステイ費に含まれないもの | Your Host Family Does NOT Provide | 48-49 |
| ホストファミリーとの生活上の約束 | Promises to Your Host Family | 49-50 |
| その他 | Others | 50 |
| 寮の滞在について | Dorm Life | 51 |
| ルールについて | Rules | 51 |
| その他 | Others | 52 |
| 参考情報 | Useful Information | 53 |
| 出入国情報 | Immigration Information | 54 |
| 在留カード | Residence Card | 54 |
| 住民票 | Certificate of Residence | 54 |
| 転居 | Changing Your Address | 54-55 |
| 市役所一覧 | City Hall List | 56 |
| 出国時の注意 | When Exiting Japan | 57 |
| 在留カードを紛失した時 | When You Lose Your Residence Card | 58 |
| 帰国前 | Before Leaving Japan | 58 |

| | | Page |
|-------------------------|--|-----------|
| お金と銀行 | Money and Banking | 58 |
| 銀行 | Bank | 58 |
| キャンパス内の ATM | ATMs on Campus | 59 |
| 口座開設について | Opening a Bank Account | 59 |
| 大学最寄りのゆうちょ銀行 | Japan Post Bank (Yucho) Near Campus | 59 |
| お金の送金と受取 | Sending and Receiving Money | 60 |
| 日本の祝日 | National Holiday Calendar | 60 |
| 資格外活動(アルバイト)について | Working Part – Time and Stamp of Approval | 61 |
| 手続きに必要なもの | What you will need | 61 |
| 申請の方法 | How to apply | 61 |
| アルバイトのできる時間数 | Permitted Working Hours | 61 |
| アルバイトの範囲 | Part-Time Work | 61 |
| 郵便とインターネット | Postal System and Internet | 62 |
| 荷物の送り方 | Sending Mail and Packages | 62 |
| インターネットの利用 | Internet Access | 62 |
| 住居と電気・水道・ガスについて | Accommodations and Utilities | 63 |
| 電気 | Electricity | 63 |
| 水 | Water | 63 |
| ガスと灯油 | Gas and Kerosene | 63 |
| 交通機関 | Transportation and Traveling | 64 |
| 電車 | Railway | 64-65 |
| バス | Bus | 65-66 |
| タクシー | Taxi | 67 |
| 飛行機 | Airline | 67 |
| フェリー | Ferry | 67 |
| 自然災害 - 地震 | Natural Disaster – Earthquake | 68 |
| 日本と地震 | Earthquake and Japan | 68 |
| 地震が起きた時に注意すること | Caution Required During Earthquake | 68 |
| 地震についての情報を収集する | Where to Get Information on Earthquake | 68 |
| 自然災害 - 台風 | Natural Disaster – Typhoon | 69 |
| 台風とは | What is a Typhoon? | 69 |
| 台風が来た時に注意すること | Caution Required During Typhoon | 69 |
| 台風についての情報を収集する | Where to Get Information on Typhoon | 69 |
| 災害対策 | Disaster Preparedness | 70 |
| 資料 | Appendix | 71 |
| 関西学院大学へのアクセス | Access to KGU | 71 |
| 阪急線路線図 | Hankyu Line Route Map | 72 |
| トレーニングセンター情報 | Training Center Information | 73-76 |
| 追試験願 | Request for Make-up Examination / Quiz | 77 |
| 西宮上ヶ原キャンパスマップ | Map of Nishinomiya-Uegahara Campus | 78 |





履修編

Academic



授業・行事スケジュール

Class and Event Schedule

2023 年度 秋学期

2023 Fall Semester

※履修登録スケジュール p.10 参照

※Refer to p.10 for Course Registration Schedule.

※経営戦略研究科の授業スケジュールは異なりますのでご注意ください。

※The class and event schedule for courses offered by the Institute of Business and Accounting is different from the one below.

| 月 Month | 日 Date | 行事 | Event |
|--------------------------------|--|---|---|
| 9 月 Sep. | 20(水/Wed) | 秋学期・第3クォーター授業開始 | First Day of Fall Semester and 3rd Quarter |
| | 28(木・創立記念日/ Thu, KG Foundation Day) | 授業実施日 | Regular Class Day |
| 10 月 Oct. | 9(月・祝/Mon, National Holiday) | 授業実施日 | Regular Class Day |
| | 19(木/Thu)、20(金/Fri) | 秋季・大学合同チャペル【授業短縮】 上ヶ原: 第1時限終了 午前 10 時 15 分 第2時限開始 午前 11 時 15 分 三 田: 第1時限終了 午前 10 時 25 分 第2時限開始 午前 11 時 25 分 | University-wide Chapel in Fall [Class Time Change] Uegahara Campus: Period 1 ~ 10:15 am / Period 2 11:15 am ~ Kobe Sanda Campus: Period 1 ~ 10:25 am / Period 2 11:25 am ~ |
| | 21(土/Sat)、22(日/Sun) | 大学祭(神戸三田キャンパス) | University Festival at Kobe Sanda Campus |
| 11 月 Nov. | 3(金・祝/Fri, National Holiday) | 授業実施日 | Regular Class Day |
| | 4(土/Sat)、5(日/Sun) | 大学祭(西宮上ヶ原キャンパス) | University Festival at Nishinomiya Uegahara Campus |
| | 7(火/Tue) | 第3クォーター授業終了 | Last Day of 3rd Quarter |
| | 8(水/Wed) | 第4クォーター授業開始 | First Day of 4th Quarter |
| | 11(土/Sat)、12(日/Sun) | 大学祭(西宮聖和キャンパス) | University Festival at Nishinomiya Seiwa Campus |
| 12 月 Dec. | 11(月) | 大学合同アドベントチャペル【授業短縮】 上ヶ原: 第1時限終了 午前 10 時 15 分 第2時限開始 午前 11 時 15 分 三 田: 第1時限終了 午前 10 時 25 分 第2時限開始 午前 11 時 25 分 | Christmas University-wide Chapel [Class Time Change] Nishinomiya Uegahara Campus: Period 1 ~ 10:15 am / Period 2 11:15 am ~ Kobe Sanda Campus: Period 1 ~ 10:25 am / Period 2 11:25 am ~ |
| | 23(土/Sat) | 冬季休業前授業終了 | Last Day of Class Before Winter Break |
| | 24(日/Sun)~1/5(金/Fri) | 冬季休業 | Winter Break |
| 2024 年 1 月 Jan., 2024 | 6(土/Sat) | 冬季休業明け授業開始 | First Day of Class After Winter Break |
| | 9(火/Tue) | 授業実施なし ※1 月 8 日に遠方で行われる成人の日式典出席者に配慮し授業実施なし | No Classes *No classes will be conducted considering students attending Coming - of - Age Ceremony held in distant places on Jan. 8. |
| | 10(水/Wed) | 秋学期補講・試験日(水曜日分) | Make-up Class and Examination Day for Fall Semester (for Wednesday class) |
| | 12(金/Fri) | 秋学期補講・試験日(金曜日分) | Make-up Class and Examination Day for Fall Semester (for Friday class) |
| | 16(火/Tue) | 秋学期・第4クォーター授業終了 ※水曜日授業は12月20日、金曜日授業は12月22日に終了 | Last Day of Fall Semester and 4 th Quarter *Wednesday class will end on Dec. 20 and Friday class will end on Dec. 22. |
| | 17(水/Wed) | 秋学期補講・試験日(月曜日分) | Make-up Class and Examination Day for Fall Semester (for Monday class) |
| | 18(木/Thu) | 秋学期補講・試験日(木曜日分) | Make-up Class and Examination Day for Fall Semester (for Thursday class) |
| | 19(金/Fri) | 秋学期補講・試験日(火曜日分) | Make-up Class and Examination Day for Fall Semester (for Tuesday class) |
| | 20(土/Sat)~27(土/ Sat) | 秋学期定期試験 | Fall Final Examination Days |
| | 29(月/Mon) | 秋学期定期試験予備日 | Optional Extra Day for Fall Final Examination |
| | 30(火/Tue)~2/28(水/Wed) | 冬季集中講義 | Winter Intensive Period |
| 3 月 Mar. | 中~下旬 Mid~Late | 2024 年春学期日本語プレイスメントテスト | 2024 Spring Semester Japanese Placement Test |
| | 中~下旬 Mid~Late | 日本語レベル変更コンサル | Consultation of Japanese Level Change |

| 2024 年度 春学期(予定) | 2024 Fall Semester (Tentative) |
|---------------------------------------|--|
| ※経営戦略研究科の授業スケジュールは異なりますので ご注意ください。 | ※The class and event schedule for courses offered by the Institute of Business and Accounting is different from the one below. |

| 月 Month | 日 Date | 行事 | Event |
|-------------|---------------------------------|---|--|
| 4 月 Apr. | 8 日(月/Mon) | 春学期・第1クォーター授業開始 | First Day of Spring Semester and 1st Quarter |
| 5 月 May | 28 日(火/Tue) | 第2クォーター授業開始 ※月曜日授業は6月3日、金曜日授業は6月7日に開始 | First Day of 2nd Quarter * Monday class will start on Jun.3, Friday class will start on Jun. 7. |
| | 31 日(金/Fri) | 第1クォーター授業終了 ※火曜日授業は5月21日、水曜日授業は5月22日、木曜日授業は5月23日に終了 | Last Day of 1st Quarter * Tuesday class will end on May 21, Wednesday class will end on May 22, Thursday class will end on May 23 |
| 7 月 Jul. | 15 日(月・祝/Mon, National Holiday) | 授業実施日 | Regular Class Day |
| | 16 日(火/Tue) | 春学期補講・試験日(火曜日分) | Make-up Class and Examination Day for Spring Semester (for Tuesday class) |
| | 17 日(水/Wed) | 春学期補講・試験日(水曜日分) | Make-up Class and Examination Day for Spring Semester (for Wednesday class) |
| | 18 日(木/Thu) | 春学期補講・試験日(木曜日分) | Make-up Class and Examination Day for Spring Semester (for Thursday class) |
| | 19 日(金/Fri) | 春学期・第2クォーター授業終了 ※火曜日授業は7月9日、水曜日授業は7月10日、木曜日授業は7月11日に終了 | Last Day of Spring Semester and 2nd Quarter * Tuesday class will end on Jul. 9, Wednesday class will end on Jul. 10, Thursday class will end on July. 11. |
| | 22 日(月/Mon) | 春学期補講・試験日(月曜日分) | Make-up Class and Examination Day for Spring Semester (for Monday class) |
| | 23 日(火/Tue) | 春学期補講・試験日(金曜日分) | Make-up Class and Examination Day for Spring Semester (for Friday class) |
| | 24 日(水/Wed)~31 日(水/Wed) | 春学期定期試験・中間試験 | Spring Semester Final and Intermediate Examination Days |
| 8 月 Aug. | 1(木/Thu) | 春学期定期試験・中間試験予備日 | Optional Extra Day for Spring Semester Final and Intermediate Examination |

| 2023 年度 秋学期 授業日程 | Class Schedule for 2023 Fall Semester |
|-------------------------------|--|
| ※経営戦略研究科の授業日程は異なりますのでご注意ください。 | ※The class schedule for courses offered by the Institute of Business and Accounting is different from the one below. |

| 秋学期 FALL | | 月曜日 Mon | 火曜日 Tue | 水曜日 Wed | 木曜日 Thu | 金曜日 Fri |
|-------------|-----------------------------|--|---------------|----------------------|------------------------------------|---------------------------------|
| | 9 月 September | 25 | 26 | 20,27 | 21,28(創立記念日 KG- Foundation Day) | 22,29 |
| | 10 月 October | 2,9(スポーツの日 Sports Day), 16,23,30 | 3,10,17,24,31 | 4,11,18,25 | 5,12,19,26 | 6,13,20,27 |
| | 11 月 November | 6,13,20,27 | 7,14,21,28 | 1,8,15,22,29 | 2,9,16,30 | 3(文化の日 Culture Day),10,17,24 |
| | 12 月 December | 4,11,18 | 5,12,19 | 6,13,20 | 7,14,21 | 1,8,15,22 |
| | 2024 年 1 月 January, 2024 | 15 | 16 | (授業無し No Classes) | 11 | (授業無し No Classes) |
| | 授業回数 Total Sessions | 14 回 | 14 回 | 14 回 | 14 回 | 14 回 |

| 2023 年度 秋学期 履修登録スケジュール | | 2023 Fall Semester Course Registration Schedule | |
|--|---------------------|--|---|
| 履修登録は以下のスケジュールで行います。それ以外の期間での履修科目の修正・変更は認めません。必ず決められた期間に必要な手続きを行ってください。 | | The course registration schedule is as follows. Students cannot add or drop courses outside of those periods. Students should register their courses using the dedicated procedure during the below schedule. | |
| Step 1 | 履修登録 | Step 1 | Courses Registration |
| <全員必須> @オンラインフォーム 9月8日(金)12:00~11日(月)16:50 | | <Mandatory> @Online Form Sep 8 (Fri) 12:00 – 11 (Mon) 16:50 | |
| Step 2 | 履修登録科目確認表の受取 | Step 2 | Course Registration Confirmation Pick-up |
| <全員必須> @G102 9月19日(火)10:00~10:45 | | <Mandatory> @G102 Sep 19 (Tue) 10:00 – 10:45 | |
| Step 3 | 履修修正 | Step 3 | Adding/Dropping Courses |
| <希望者のみ> @オンラインフォーム 9月28日(木)9:00~9月29日(金)16:50 | | <Optional> @Online Form September 28 (Thu) 9:00 – September 29 (Fri) 16:50 | |
| 履修科目の変更を希望する場合は、必ず上記期間に登録科目の修正手続きを行ってください。上記期間以外での変更(追加)は全て認めませんので注意してください。 | | Students wishing to add new courses or drop registered courses should complete the dedicated procedures within the above period. This is the last chance for students to add new courses. | |
| 日本語レベルに関する面談申し込み (p.12 参照) | | Japanese Level Consultation (refer to p.12) | |
| 面談実施可能: 9月27日(水)9:30~11:30 9月28日(木)11:00~11:30、12:30~14:30 9月29日(金)9:30~11:30、12:30~16:30 *面談希望日前日 16:00 まで予約受付可 @CIEC | | Available dates/times: September 27 (Wed) 9:30 – 11:30 September 28 (Thu) 11:00 – 11:30 and 12:30 – 14:30 September 29 (Fri) 9:30 – 11:30 and 12:30 – 16:30 *Make a reservation by previous day 16:00 @CIEC | |
| Step 4 | 履修登録科目確認表の受取 | Step 4 | Course Confirmation Sheet Pick-up |
| <履修科目の変更をした学生のみ> @CIEC 10月3日(火) 開室時間内 | | <Students who added/dropped courses> @CIEC October 3 (Tue) during business hours | |
| 履修科目を変更した場合は、申請通りに変更されているか確認するために必ず期間内に CIEC まで来てください。期間内にサインしない場合、登録内容に間違いがあったとしても一切対応しません。 | | Students who added or dropped courses during the Adding/Dropping Period should come to CIEC during the above period in order to sign off on and pick up their confirmation sheet. Request of changes outside of this period will not be accepted, regardless of the reason. | |
| Step 5 | 履修中止 | Step 5 | Final Course Cancellation |
| <希望者のみ> @オンラインフォーム 11月15日(水)9:00~21日(火)16:50 | | <Optional> @Online Form November 15 (Wed) 9:00 – 21 (Tue) 16:50 | |
| 履修の中止を希望する場合、上記期間内において履修を中止することができます。ただし、履修登録科目の合計週授業コマ数が 7 コマを下回る場合は、履修中止することはできません。上記期間以降、履修中止は一切できませんので、注意してください。 | | Students wishing to drop registered courses should complete the dedicated procedures within the above period. If dropping a course brings the student's total number of courses to less than 7 classes per week, the drop will not be processed. This is the last chance for students to drop registered courses. | |
| Step 6 | 履修登録科目確認表の受取 | Step 6 | Course Confirmation Sheet Pick-up |
| <履修中止した学生のみ> @CIEC 11月28日(火) 開室時間内 | | <Students who cancelled course only> @CIEC November 28 (Tue) during business hours | |
| 履修科目を中止した場合は、申請通りに変更されているか確認するために必ず期間内に CIEC まで来てください。期間内にサインしない場合、登録内容に間違いがあったとしても一切対応しません。 | | Students who dropped courses during the Final Course Cancellation Period should come to CIEC during the above period in order to sign off on and pick up their confirmation sheet. Request of changes outside of this period will not be accepted, regardless of the reason. | |

現代日本プログラム

Contemporary Japan Program

交換学生の履修単位と授業時間数

交換学生は 1 週間に最低7コマの授業を履修しなければなりません。

関西学院大学では、交換学生に対して 1 週間に 7 コマ～9 コマの履修を薦めています。

24 単位を超えて履修することはできません。

Course Load (minimum and maximum)

Exchange students must register at least 7 classes per week.

We advise exchange students to take between 7 and 9 classes per week.

It is not possible to register more than **24 credits** per semester.

日本語専攻

日本語専攻は日本語を集中的に学ぶコースです。

一週間 5 コマの必修科目(5 単位)の履修が課せられます。必修の日本語科目を除いて、日本語専攻の学生は最低 2 コマの授業を履修する必要があります。選択科目については、別途配付する科目一覧表を確認してください。

Japanese Language Track (JLT)

The Japanese Language Track is for students who want to focus on their Japanese language studies. Students are required to take 5 mandatory classes per week (5 credits).

Apart from the mandatory Japanese Language Courses, JLT students must take at least 2 classes per week.

For details, refer to attached course list.

◆必修科目(週 5 コマ)

◆選択科目(最低週 2 コマ)

◆Mandatory Courses (5 classes per week)

◆Elective Courses (at least 2 classes per week)

現代日本専攻

現代日本専攻は、現代日本への理解を深めるためのコースです。

現代日本についての総理解を深めるための一週間 1 コマの必修科目(2 単位)が課せられます。

必修科目の総合日本学習科目(現代日本演習)を除いて、現代日本専攻の学生は一週間当たり、最低 6 コマの選択科目を履修する必要があります。

Modern Japan Track (MJT)

The Modern Japan Track is for students who want to learn more about contemporary Japan.

Students are required to take a mandatory 2 credit course (once a week) focusing on studying and understanding contemporary Japan.

Apart from the mandatory Modern Japan Seminar Course, MJT students must take at least 6 classes per week from a wide pool of elective courses.

For details, refer to attached course list.

◆必修科目(週 1 コマ)

◆選択科目(最低週 6 コマ)

◆Mandatory Courses (1 class per week)

◆Elective Courses (at least 6 classes per week)

専攻の変更

来日後、専攻を変更することはできません。

ただし、2セメスター在籍する学生は、一定の要件を満たせば、第二セメスターの開始前に専攻を変更することができます。詳細については、別途お知らせします。

Changing Study Track

In principle, students are not able to change their study track after arriving in Japan.

Full year students will have an opportunity to change study track before their second semester, as long as they meet certain requirements. Details will be announced at a later date.

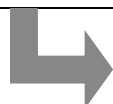
| 提供科目 | Courses Offered to Exchange Students |
|---|--|
| 日本語学習科目 | Japanese Language Courses (JLC) |
| <p>■日本語のレベルについて</p> <p>プレイスメントテストの結果に応じて、8段階の日本語レベルに分けられます。</p> <p>プレイスメントテストにより指定されたレベルは原則変更することができません。</p> <p>もし日本語の必修科目のレベルに不安がある場合、まずは自身のレベルの必修クラスの先生に相談してください。その上で、レベルの変更を希望する場合は、日本語コーディネーターと面談をしてください。(面談の予約方法、面談日時は、p.10を参照)</p> <p>レベル変更の必要性について、コーディネーターと一緒に考えます。</p> <p>必ずレベル変更の希望が通るわけではありませのでご理解ください。</p> <p>また、これ以降は、いかなる理由があっても日本語科目のレベル変更は一切受け付けません。</p> | <p>■About Japanese Language Level</p> <p>Students will be placed into 8 Japanese language levels according to the results of the Japanese Placement Test. In principle, students cannot change their level after the Japanese placement test.</p> <p>Students wishing to request for a level change should first talk to their current level teacher. If they still wish to change level, <u>students should then sign up at CIEC</u> for an interview with the Japanese Language coordinator. (Refer to p.10 for details about the procedure.)</p> <p>During the interview, the student and the Japanese Language coordinator will discuss regarding the reasons for the level change request and the current level of the student.</p> <p>Not all level change requests will be granted.</p> <p>Japanese language level change requests submitted after the deadline will not be considered, regardless of the reason.</p> |
| <p>■必修科目(日本語専攻のみ)</p> <p>日本語専攻の学生は、日本語の必修科目(週 5 コマ)を必ず履修しなければいけません。</p> <p>必修科目のクラス・曜日時限は該当レベルの学生の属性や人数バランスを考慮して決定されます。選択・変更することはできません。</p> <p>ただし、クラスのスケジュールによって留学プランに大きく影響が生じる場合は、CIECに相談してください。</p> | <p>■Mandatory Courses (JLT Only)</p> <p>JLT students are required to take 5 classes of Japanese Mandatory Courses per week.</p> <p>When there are more than one class per level, students will be placed in a class based on various criteria. In principle cannot request a change.</p> <p>However, in cases where the class schedule may cause major influence on the student's study plan at KGU, they should consult CIEC staff as soon as possible.</p> |
| <p>■選択科目(現代日本専攻のみ)</p> <p>現代日本専攻の学生は、日本語の履修は必須ではありませんが、希望する場合は現代日本専攻の学生向けに開講される総合的に日本語を学習する選択科目を履修することができます。</p> | <p>■Elective Courses (MJT Only)</p> <p>Taking Japanese classes is not mandatory for MJT students, but they are able to take elective comprehensive Japanese courses for MJT students if they so desire.</p> |
| <p>■選択科目(両専攻履修可)</p> <p>日本語専攻の学生も、現代日本専攻の学生も日本語学習科目(選択科目)を自由に履修することができます。</p> <p>ただし、日本語のレベルによって履修することができる科目が異なりますので、履修登録する前に履修科目確認表に記載されている自分の日本語レベルをよく確認してください。</p> | <p>■Elective Courses (Both Tracks)</p> <p>Students are able to take elective Japanese Language courses regardless of their study track.</p> <p>The elective Japanese Language courses available to a student differ depending on their Japanese language level. Students should check the Japanese level listed on their Course Confirmation Sheet before registering.</p> |
| <p>■日本語学習科目(漢字・語彙)／日本語学習科目(表現法)の初回お試し授業について</p> <p>日本語学習科目(漢字・語彙)と日本語学習科目(表現法)については、9月20日(水)の初回授業が以下のとおり前半と後半、同じ内容で実施されます。</p> <p>前半と後半で違うレベルの授業に出席し、どちらのレベルのクラスを受講するか決めてください。</p> <p>※日本語学習科目(漢字・語彙)のみ、自分のレベルより1つ上もしくは1つ下のレベルの履修が可能です。</p> | <p>■JLC (Kanji and Vocabulary) and JLC (Japanese Usage) Trial Classes</p> <p>The first classes of JLC (Kanji and Vocabulary) and JLC (Japanese Usage) are trial classes and will be held as follows on September 20 (Wed). The content of the first and second half of each class will be identical.</p> <p>Students can therefore attend 2 different level classes and decide which one is more suited to their needs.</p> <p>※Students can register for their current level, one level under or one level above for the JLC (Kanji and Vocabulary) course.</p> |

| 科目名 | Course Name |
|----------------------|------------------------------------|
| 日本語学習科目(漢字・語彙(レベル1)) | JLC Kanji and Vocabulary (Level 1) |
| 日本語学習科目(漢字・語彙(レベル2)) | JLC Kanji and Vocabulary (Level 2) |
| 日本語学習科目(漢字・語彙(レベル3)) | JLC Kanji and Vocabulary (Level 3) |
| 日本語学習科目(漢字・語彙(レベル4)) | JLC Kanji and Vocabulary (Level 4) |
| 日本語学習科目(漢字・語彙(レベル5)) | JLC Kanji and Vocabulary (Level 5) |
| 日本語学習科目(漢字・語彙(レベル6)) | JLC Kanji and Vocabulary (Level 6) |
| 日本語学習科目(漢字・語彙(レベル7)) | JLC Kanji and Vocabulary (Level 7) |

| 科目名 | Course Name |
|----------------------|--------------------------------|
| 日本語学習科目(表現法(レベル3-5)) | JLC Japanese Usage (Level 3-5) |
| 日本語学習科目(表現法(レベル4-7)) | JLC Japanese Usage (Level 4-7) |
| 日本語学習科目(表現法(レベル5-8)) | JLC Japanese Usage (Level 5-8) |

初回お試し授業／Trial Classes on September 20

| 100 分 タイムスケジュール 100 min Time Schedule | | |
|---|--|--|
| 40 分(前半の授業) 40 min (First half of class) | 20 分(教室移動時間) 20 min (Time for moving) | 40 分(後半の授業) 40 min (Second half of class) |



前半に参加したクラスのレベル・内容に満足すれば、後半そのクラスに参加する必要はありません。前半の授業のみで2時限目は終了となります。
If you are satisfied with the level/contents of the first half of class, you do not need to attend another level class during the second half class.

| 総合日本学習科目(現代日本演習) | JSC (Modern Japan Seminar) |
|---|--|
| 現代日本専攻の学生は、総合日本学習科目(現代日本演習)を必ず履修しなければいけません。 現代日本についての理解を深めるための1コマの授業です。 必修科目である現代日本演習は、水曜日の1限目、木曜日の1限目に1クラスずつ開講されます。 受講するクラスについては自動的に振り分けられ、原則クラスを変更することはできません。 ただし、クラスのスケジュールによって留学プランに大きく影響が生じる場合は、CIECに相談してください。 | MJT students are required to take the mandatory Modern Japan Seminar. This course consist of one class per week focusing on studying and understanding contemporary Japan. The Modern Japan Seminar is offered on Wednesday 1st period and on Thursday 1st period. Students are automatically assigned to one class and in principle cannot request a change. However, in cases where the class schedule may cause major influence on the student study plan at KGU, they should consult CIEC staff as soon as possible. |

| 英語開講選択科目 | Elective Courses taught in English |
|---|--|
| 交換学生は関西学院大学で英語で開講される下記科目を履修することができます。下記科目は、一般の関西学院大学の学生も履修できる科目です。 - 総合日本学習科目 - カナダ研究科目 - 国際学部／経済学部／人間福祉学部／社会学部科目(学部生のみ) - 総合政策学部科目(学部生のみ) - 経営戦略研究科科目(大学院生のみ) | Exchange students can also choose from a selection of other English-taught courses offered by KGU. The courses listed below are also offered to KGU students. - Japan Studies Courses - Canadian Studies Courses - School of International Studies (SIS) / School of Economics (SE) / School of Human Welfare Studies (SHWS) / School of Sociology (SS) Courses (Undergraduates Only) - School of Policy Studies (SPS) Courses (Undergraduates Only) - Institute of Business and Accounting (IBA) Courses (Graduates Only) |

神戸三田キャンパス開講

Kobe-Sanda Campus (KSC)

<注意>

※履修している必修科目と時間割が重複する場合は履修することができません。

※国際学部科目、経済学部科目、人間福祉学部科目、社会学部科目、総合政策学部科目や経営戦略研究科科目については、秋学期授業最終日以降にある定期試験期間中に期末試験が実施される可能性があるため、履修を希望する場合はあらかじめ科目のシラバスをよく確認してください。

※国際学部科目、経済学部科目、人間福祉学部、総合政策学部科目は学部生のみ、経営戦略研究科科目は大学院生のみが履修することができます。

※経営戦略研究科科目には、大阪梅田キャンパス(OUC)で開講される科目があります。

総合政策学部科目はすべて神戸三田キャンパス(KSC)で開講されます。

キャンパス間移動が可能かどうかに関わらず、異なるキャンパスで開講される科目を2コマ連続して履修登録することができません。

上記の2キャンパスへの移動は西宮上ヶ原キャンパスから約60分かかります。交通手段(電車またはシャトルバス)についてはp.64、またp.66を参照してください。

※学部／大学院の違い、キャンパスの違いにより、授業時間帯が異なります。履修登録をする前に必ず確認してください。

<Note>

※Students cannot take an elective course if it overlaps with their mandatory course(s).

※Some of SIS, SE, SHWS, SS, SPS and IBA courses may have examinations that will be conducted during the Regular Examination Period. Student can check the course syllabus for details.

※Only undergraduate students can take courses offered at SIS, SE, SHWS and SPS. Only graduate students can take courses offered at IBA.

※Some IBA courses may be offered at KGU's **Osaka Umeda Campus (OUC)**.

All SPS courses are offered at **Kobe Sanda Campus (KSC)**.

The KGU course registration system will not allow classes held at different campuses to be registered in consecutive periods, regardless if one can physically make it to the other campus in time.

It will take approximately 60 minutes from NUC to both campus above. Details about inter-campus transportation can be found on p.64 and p.66.

※Class schedules vary depending on schools and campus. Students should check the syllabus before course registration.

日本語開講選択科目

交換学生は関西学院大学で日本語で開講される下記科目を履修することができます。下記科目は、一般の関西学院大学の学生も履修できる科目です。

この科目は定員および日本語レベルの条件があり、履修修正・中止はできません。

-多文化共修科目

Elective Courses taught in Japanese

Exchange students can also choose from a selection of other Japanese-taught courses offered by KGU. The courses listed below are also offered to KGU students. These courses have a limited exchange student quota, a required Japanese level, and cannot be added or dropped after initial Course Registration.

- Intercultural Collaborative Learning Courses

一般授業科目

関西学院大学の日本語で開講される一般授業を履修するためには、高い日本語運用能力が求められます。来日前に日本語能力試験「N1」に合格している場合、もしくはブレイスメントテストで一般授業科目を履修するために十分な得点を取った学生のみ日本語で開講される一般授業の履修が許可されます。

一般授業を履修する JLT の学生は必修科目として日本語学習科目(アカデミック日本語(レベル8))(2コマ)を履修する必要があります。

一般授業を履修する MJT の学生は必修の総合日本学習科目(現代日本演習)(1 コマ)とあわせて、日本語学習科目(アカデミック日本語(レベル8))(2コマ)を履修する必要があります。

一般授業の受講対象者となったが、一般授業の受講は希望しない場合は、日本語学習科目(アカデミック日本語(レベル8))を履修することはできません。

<注意>

※学部生は学部科目のみ、大学院生は大学院科目のみ受けられます。

Regular University Courses

In order to take Regular University Courses, an extremely high level of Japanese ability is required. Only students who can submit proof of having passed Japanese Language Proficiency Test N1 before arriving in Japan, or who took scores that are high enough to do so in the placement test will be able to enroll in regular university courses held in Japanese.

JLT students enrolled in Regular University Courses must register for:

・JLC (Academic Japanese (Level 8))
(2 classes per week).

MJT students enrolled in Regular University Courses must register for the:

・JSC (Modern Japan Seminar) (1 class per week)
・JLC (Academic Japanese (Level 8))
(2 classes per week).

Student who are qualified, but do not intend to take regular university courses, are not able to take JLC Academic Japanese (Level 8).

<Note>

※Only undergraduate students can take courses offered at the undergraduate level. Only graduate students can take courses offered at the graduate level.

授業科目の履修にあたって

Course Rules

一般的注意事項

General Note

学生証

Student ID Card

学生証は関西学院大学の学生としての身分を保証するもので、大学図書館への入館の際に使います。学生証は常に携帯してください。定期試験の受験や証明書発行依頼、通学定期や学割を使用して電車に乗る場合は学生証の提示が求められる場合がありますので、その際は必ず提示してください。

The student identification (ID) card verifies a student's status in KGU and is used to enter the university library or training center. All students must carry their student ID card wherever they go. When taking regular examinations, applying for issuance of certificates, or boarding a train using a student commuter pass or fare discount certificate, if requested, students must show their student ID card.

マスクの着用について

Wearing a mask

授業内外でのマスクの着用は個人の判断に委ねます。ただし、混雑した電車・バスや保健館ではマスク着用が推奨されるため、登校時には各自マスクを携帯してください。

The wearing of a mask inside and outside of the classroom is up to the individual's decision. However, students are encouraged to wear masks on crowded trains/buses and in the Health Care Center. Student should make sure to have a mask on their person when coming to school just in case.

授業形態について

Course Implementation Formats

本学には、次の4つの授業形態があり、②～④がオンライン授業に該当します。

The University offers the following four types of course implementation formats, where ② through ④ correspond to online classes.

- ①対面授業
- ②同時双方向型オンライン 授業
- ③オンデマンド A 型オンライン授業 時間割設定あり
- ④オンデマンド B 型オンライン授業 時間割設定なし

- ①Face to face format
- ②Online format: Simultaneous and two way
- ③Online format: On demand A type (with timetable)
- ④Online format: On demand B type (w/o timetable)

※授業形態はシラバスの「授業形態」欄に記載されています。

※ The course implementation format is listed in the "Course Implementation Format" field of the syllabus.

※履修登録にあたっては必ず事前にシラバスの「授業形態」を確認してください。

※When registering for a course, students should check the Course Implementation Format listed on the syllabus in advance.

※上記①～③について、一部をオンラインで実施する対面授業や、一部を対面で実施するオンライン授業があります。各回の授業形態は、シラバスの「授業計画」欄に記載されています。

※In ① through ③ above, some face to face classes are conducted partially online and some online classes are conducted partially in person. The type of class for each session is listed in the "Topic" field of the syllabus.

授業内での飲食について

Food and Drink Rule

授業中に食べ物を食べることは認められません。ガムやキャンディーを食べることも控えましょう。飲み物は飲んでも問題ありませんが、PC 教室など、飲み物を飲んではいけない教室もありますので、各教室のルールに従ってください。

Students should refrain from eating food or chewing gum in class.

Drinks in class are allowed in principle, but there are some classrooms, such as PC rooms which prohibit beverages. Students are to follow the rules in each room.

授業に関するお知らせ

Class Announcements

休講・補講・教室変更は kwic でお知らせします。授業前に必ず確認してください。

Announcements for class cancellations, make-up classes, and classroom changes will be posted via the online platform kwic. Students should check kwic every day before going to class.

また、授業に関する連絡や呼び出しを KG メールで行うことがあります。CIEC や授業担当者から KG メールが届いたら、必ず内容を確認してください。

CIEC academic affairs and instructors may contact students via KG email regarding meetings or classes.

kwic や KG メールを確認しなかった結果、皆さんに不利益が生じて CIEC では一切責任をとりません。

Students are responsible for checking both kwic and their KG email regularly. CIEC will not be held responsible for any trouble that may occur.

| 授業支援・配慮 | Academic Accommodation |
|--|--|
| 授業を受ける時に授業内でのサポートやテスト時間の延長など、さまざまな支援や配慮が必要な場合は、必ず事前に CIEC 教務担当者に相談してください。相談の際は、所属大学で行われている配慮内容を証明する書類を提出してください。 テストのときに急に時間延長を希望しても認められません。 | Students in need of special support during classes such as extended examination time should consult with CIEC academic affairs staff beforehand and submit official documentation from their home university. Advance notice is required. |

| 気象警報による休講 | Class Cancellation Due to Inclement Weather |
|--|---|
| 暴風警報、暴風雪警報、特別警報(大雨、暴風、高潮、波浪、暴風雪、大雪)が出た場合は休講になる場合があります。 暴風警報、暴風雪警報、特別警報が表1のいずれかの地域、市町村に出ている場合、警報の解除状況によって下記のとおり対応となります。 休講は kwic で確認してください。 (p.24 参照) 授業・試験実施キャンパス(上ヶ原・聖和キャンパス) | Classes may be cancelled if either a Storm Warning, a Snow Storm Warning or an Emergency Warning (for heavy rain, storm, storm surge, high waves, snow storm or heavy snow) is issued. If a Storm Warning, a Snow Storm Warning or Emergency Warning is issued in any of the areas and municipalities in table 1, class cancellation may occur according to the time the warning is lifted. Class cancellation will be announced via kwic. Refer p.24 Courses and Final Examination held at NUC & NSC |

| 警報の解除時間 | 授業実施 | Warning Lifted | Class Cancellation |
|-------------------|--------------|-------------------------|--|
| 6:00 まで解除 | 1 時限目から授業実施。 | By 6:00 AM | All classes held as usual |
| 8:00 までに解除 | 2 時限目から授業実施。 | By 8:00 AM | 1st period cancelled 2nd-5th period held as usual |
| 10:30 までに解除 | 3 時限目から授業実施。 | By 10:30 AM | 1st & 2nd period cancelled 3rd-5th period held as usual |
| 12:00 までに解除 | 4 時限目から授業実施。 | By 12:00 PM | 1st-3rd period cancelled 4th & 5th period held as usual |
| 12:00 を過ぎても解除されない | 全日休講 | Any time after 12:00 PM | All classes cancelled |

| 警報の解除時間 | 授業実施 | Warning Lifted | Class Cancellation |
|-----------------|------|-----------------------|-----------------------|
| 午前 6 時までに解除されない | 全日休講 | Any time after 6:00AM | All classes cancelled |

| | |
|--|---|
| 翌日の6:00以降の暴風警報、暴風雪警報、特別警報の発令が見込まれる場合は、学長の判断により、上記に準じて休講・試験中止とする時限を決定することがあります。 特別警報に位置付ける警報(津波、火山、地震(地震動))が発令された場合は学長の判断によります。 <表 1> ■兵庫県 【阪神】神戸市、尼崎市、西宮市、芦屋市、伊丹市、宝塚市、川西市、三田市、猪名川町 【北播丹波】西脇市、丹波篠山市、丹波市、多可町 【播磨南東部】明石市、加古川市、三木市、高砂市、小野市、加西市、加東市、稲美町、播磨町 ■大阪府 【大阪府】大阪市 【北大阪】豊中市、池田市、吹田市、高槻市、茨木市、箕面市、摂津市、島本町、豊能町、能勢町 【東部大阪】守口市、枚方市、八尾市、寝屋川市、大東市、柏原市、門真市、東大阪市、四條畷市、交野市 | If there is a prediction that a Storm Warning, a Snow Storm Warning or Emergency Warning will be issued after 6 am in the next morning, decisions regarding the operation of classes and examinations will be made by the president according to the above rules. If a warning has been issued (for tsunami, volcanic mountain, and ground motion); which can be considered as equivalent to a special warning, the operation of classes and examinations will be made at the discretion of the president. < Table 1 > ■Hyogo 【Hanshin】Kobe, Amagasaki, Nishinomiya, Ashiya, Itami, Takarazuka, Kawanishi, Sanda, Inagawa 【Hokubantanba】Nishiwaki, Tanbasasayama, Tanba, Taka-cho 【Harimanantobu】Akashi, Kakogawa, Miki, Takasago, Ono, Kasai, Kato, Inami-cho, Harima-cho ■Osaka 【Osaka】Osaka 【Kita Osaka】Toyonaka, Ikeda, Suita, Takatsuki, Ibaraki, Mino, Settsu, Nose-cho, Shimamoto-cho, Toyono-cho 【Tobu Osaka】Moriguchi, Hirakata, Yao, Neyagawa, Daito, Kashiwara, Kadoma, Higashi-Osaka, Shijonawate, Katano |
|--|---|

【南河内】富田林市、河内長野市、松原市、羽曳野市、藤井寺市、大阪狭山市、太子町、河南町、千早赤阪村
 【泉州】堺市、岸和田市、泉大津市、貝塚市、泉佐野市、和泉市、高石市、泉南市、阪南市、忠岡町、熊取町、田尻町、岬町

[Minami Kawachi] Tondabayashi, Kawachinagano, Matsubara, Habikino, Fujiidera, Osakasayama, Taishi-cho, Kanan-cho, Chihayaakasaka-mura
[Senshu] Sakai, Kishiwada, Izuminotsu, Kaizuka, Izumisano, Izumi, Takaishi, Sennan, Hannan, Tadaoka-cho, Kumatori-cho, Tajiri-cho, Misaki-cho

交通機関の運行遅延・停止が発生した場合あるいは運行停止が予告された場合

対象の路線、運行開始予定時刻等を考慮のうえ、措置するキャンパスを含めた対応が学長の判断により決定されます。kwic のお知らせを確認してください。

In case a delay/cancellation of a public transportation service is announced

The KGU president will determine the validity of such while taking into consideration the scheduled train times of the railroad in question.
 Details will be posted on the kwic platform when needed.

補講

授業が休講になった場合に補講が行われることがあります。授業によっては通常授業期間に補講を実施し、他の授業と同じ時間になってしまう場合があります。その場合は補講を実施する授業の担当者に相談の上、必ず通常授業に出席してください。

また、授業時間外で実施されるフィールドトリップは補講と同じ扱いです。他の授業と同じ時間になった場合は、通常の授業に出席するようにしてください。

Make-up Classes

If a class is cancelled, a make-up class may be held. Make-up classes may be held on weekdays during the regular semester and might fall on the same day/period as regularly scheduled classes. If this happens, students should consult with the teacher and attend their regular class.

Field trips which are held outside regular class hours are treated as make-up classes. If a field trip conflicts with a regularly scheduled class, students should prioritize their regular class.

授業の欠席

本学には「公欠」の制度はありません。

《注意》

※学校感染症に関するものは、「学校感染症への対応について」(p.18)を参照してください。

病気欠席は、欠席を自動的に「出席扱い」にする理由とはなりません。また、日本語学習科目のように授業ルールで欠席に関する取扱いが示されている科目については授業ルールが優先されます。(p.19-21)
 その他の科目については、事前(不可能であれば事後)に直接授業担当者に相談してください。

ただし、欠席理由が下記の(a)~(b)の場合、CIEC から欠席理由を授業担当者の先生に伝えますので必ず報告してください。(E-mail: exchangestudent@kwansei.ac.jp)

Class Absence

KGU doesn't have an official absence policy.

《Notice》

※ For information on school infectious disease, students should refer to "Response to School Infectious Disease" (p.18).

An absence due to illness does not automatically excuse an absence. If there are different rules regarding class absence in a particular class, those rules will be given preference (p.19-21).

For absences from any other courses, students should consult with the instructor in charge of the course prior to the absence.

Although KGU doesn't have an official absence policy, students should inform CIEC (exchangestudent@kwansei.ac.jp) when they are absent for the following reasons (a) - (b).
 The course instructor will be contacted when deemed necessary.

《証明書の提出が必要になります》

(a)本人の病気(学校感染症以外)で、1週間以上の欠席が必要な場合

(b)両親・祖父母・兄弟の葬式出席のために帰国する場合

葬式を含む国での滞在3日と、移動にかかる日数が追試対象となります。滞在4日以上は追試の対象外です。

《A Certificate is required in the following cases》

(a) When a student is absent from classes more than a week due to illness (apart from school designated infectious disease)

(b) When a student has to go back to his/her home country in order to attend a funeral for a parent, grand parent, or sibling.

A student may be granted a leave as follows:

- Special consideration will be given for up to 3 days in home country (no special consideration will be given when student stays longer in home country)
- Special consideration will be given for traveling days, from and to Japan.

| | |
|---|---|
| 学校感染症への対応について | About the university response to School Infectious diseases |
| <p><u>次に該当する場合は、登校せず、登校停止の申請手続きを行ってください。</u></p> | <p><u>If any of the following applies, students should not come to school and carry out the application procedures for suspension of attendance.</u></p> |
| <p>学校感染症</p> | <p>1) School infectious diseases</p> |
| <p>新型コロナウイルス感染症またはそれ以外の学校感染症（※）と診断された。※インフルエンザ、はしか、風しん、水ぼうそう、結核等。</p> | <p>A student has been diagnosed with COVID-19 or a designated school infectious disease (*). *Influenza, measles, rubella, chicken pox, tuberculosis, etc.</p> |
| <p>なお、教務上の配慮を受けるための手続きについて、授業によっては異なる方法となる場合があります。その場合は、授業担当者の指示に従ってください。</p> | <p>The procedures for receiving academic consideration may differ depending on the class. The student should follow the instructions of each of their instructors.</p> |
| <p><u>上記の詳細は、kwicを確認してください。</u></p> | <p><u>For details above, students should check kwic</u></p> |
| <p>URL (日本語版) https://kwic.kwansei.ac.jp/cabinet/area/detail?areald=941&directLink=1</p>  | <p>URL (English version) https://kwic.kwansei.ac.jp/cabinet/area/detail?areald=2879</p>  |
| <p>※登校停止期間解除後、3 開室日以内に CIEC に登校停止の解除に必要な届出用紙を提出してください。</p> | <p>A student should submit the notification form necessary to lift the Suspension of Attendance to CIEC within 3 business days after the suspension period has ended.</p> |
| <p>学生からの申請を確認した CIEC は、当該学生が履修する科目の授業担当者に連絡し、教務上の配慮について依頼します。</p> | <p>Once CIEC has confirmed the details of the notification from a student, CIEC will contact the instructors in charge of the courses and request academic consideration.</p> |
| 写真・ビデオ映像等の個人情報利用 | Use of Personal Information, Photographs, and Videos |
| <p>授業やイベントなどCIECプログラムで撮影した写真やビデオ映像、皆さんの氏名や大学名をCIECや関西学院大学の広報で利用する場合があります。皆さんの個人情報を広報で利用することについて許可しない場合は、CIECに各学期の授業が始まるまでに必ず連絡してください。</p> | <p>Kwansei Gakuin University sometimes takes photograph and videos during classes and other events that are published in KGU materials. Students who do not want KGU to publish your personal information or photographs, etc. in university publications should tell the CIEC before the first day of each semester.</p> |
| <p>なお、連絡がない場合は個人情報の利用を許可したものと扱い、CIECや関西学院大学の広報で利用する場合がありますので、ご了承ください。</p> | <p>Those who do not do so have implicitly agreed to share their personal information and images.</p> |

日本語学習科目のクラスルール
(必修科目・選択科目共通)

Japanese Language Courses Class Rules
(Mandatory & Electives)

I. 授業に関する注意事項

I. Course Rules

1) 出席のルール

履修登録した授業には、きちんと出席してください。
下記の1～3の場合、欠席として扱います。欠席による不合格の回数に含まれますので、注意してください。

- 1) 11 分以上の遅刻
- 2) 11 分以上の早退
- 3) 授業中に 11 分以上教室を出た場合

また、欠席と上記の1～3は、最終成績から減点されます。

1) Attendance Rules

Students are expected to attend all their registered classes.

The following behaviour will be counted as an absence so please avoid them:

- 1) Joining class more than 11 minutes late
- 2) Leaving class more than 11 minutes early
- 3) Leaving for more than 11 minutes during class

This behaviour will also contribute to deductions on final grades.

2) 欠席回数による不合格

授業日数の 1/3 以上欠席した場合、自動的に不合格になります。病気やけがによる欠席も、特別扱いせず、欠席として扱います。

2) Course Failure due to Poor Attendance

If students are absent one third of their classes or more, they will automatically fail the course. Absence due to sickness or injury will be counted as absent.

3) 試験・クイズについて

中間試験や期末試験、クイズの日程は、学生の都合で変更することはできません。やむを得ない理由で試験に出席できない場合は、事前に CIEC に相談してください。

3) Examinations and Quizzes

Announced schedule for mid-term, final examination and quizzes will not be changed due to student's personal reasons. If students cannot attend an examination or quiz time for unavoidable reasons, they should notify CIEC prior to the examination.

II. やむを得ない事情による欠席に関する取扱い

II. Absence Rule for Unavoidable Reasons

1) 病気・忌引きによる授業欠席について

取扱いは「授業の欠席」(p.17-18)を確認してください。

1) Class Absence Due to Illness/Mourning

See page 17-18.

2) 試験・クイズの追試について

2) Make-up Examination or Quizzes

a. 学校感染症と診断された場合

a. If you have been diagnosed with a School Infectious Disease

試験・クイズともに以下の手続きをとれば追試が認められます。

When a student misses an examination or a quiz due to a School Infectious Disease, the student should follow the following procedure to apply for a Make-up Examination / Quiz.

■「登校停止の解除に必要な届出用紙」と「追試受験願」を、登校停止期間が解除された後、3開室日以内に CIEC に提出する。

■ Submit the necessary documents to submit for lifting your prohibition on school attendance and the "Request for Make-up Examination / Quiz" within three business days after the prohibition period has been lifted.

URL (日本語版)

<https://kwic.kwansei.ac.jp/cabinet/area/detail?areald=941>



URL (English version)

<https://kwic.kwansei.ac.jp/cabinet/area/detail?areald=2879>



★ 試験・クイズの追試が行われた場合、試験成績の 100% で評価します。

★ Students who followed this procedure may receive 100% of their grade earned during the make-up examination / quiz.

| | |
|---|--|
| b. 忌引きによる一時帰国 | c. Leaving Japan due to mourning |
| <p>両親・祖父母・兄弟の葬式出席のために帰国する場合、試験・クイズともに以下の手続きをとれば追試が認められることがあります。</p> | <p>When a student is to miss a mid-term, final examination or quiz due to attendance of a funeral for a parent, grand parent or sibling, the student should follow the following procedure to apply for a Make-up Examination / Quiz.</p> |
| <p>① 葬式の日程がわかる書類を持って、CIEC に出国前に相談する。</p> <p>② 帰国後 3 開室日以内に「帰りの航空券の半券」と「追試受験願」を提出する。</p> | <p>① Consult with CIEC prior to departure with document that shows the dates of the funeral.</p> <p>② Submit the following documents to CIEC within 3 business days following return to Japan: a copy of boarding pass as well as a “Request for Make-up Examination / Quiz”.</p> |
| <p>[注意！] 休暇は以下のとおり取り扱われます。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・ 配慮される期間は本国での滞在期間 3 日までです(それ以上滞在した場合は配慮の対象とはなりません)。 ・ 本国および日本への移動にかかる日数は配慮の対象となります。 <p>★ 試験・クイズの追試が行われた場合、試験成績の 100% で評価します。</p> | <p>[Caution!] A student may be granted a leave as follows:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Special consideration will be given for up to 3 days in home country (no special consideration will be given when student stays longer in home country) - Special consideration will be given for traveling days, from and to Japan. <p>★ Students who followed this procedure may receive 100% of their grade during the make-up examination.</p> |
| c. 公共交通機関の遅延 | d. Due to public transportation delays |
| <p>通学に用いる電車の遅延で試験が受けられなかった場合、試験のみ以下の手続きをとれば追試が認められることがあります。</p> <p>※クイズは追試の対象外です。</p> <p>■ 公共交通機関が発行している「遅延証明書」と「追試受験願」を大学到着後すぐに CIEC に提出する。</p> | <p>When a student misses a mid-term or final examination due to public transportation (only train) delays, the student should follow the following procedure to apply for a Make-up Examination</p> <p>※Quizzes are not covered by this provision.</p> <p>■ Submit a “Delay Certificate” issued by public transportation company and “Request for Make-up Examination / Quiz” to CIEC on the day.</p> |
| <p>[注意！] 飛行機やバスの遅延は追試の対象外です。</p> <p>★ 試験の追試が行われた場合、試験成績の 100% で評価します。</p> | <p>[Caution!] Flight or bus delays are not covered by this provision.</p> <p>★ Students who followed this procedure may receive 100% of their grade during the make-up examination.</p> |
| d. 上記 a、b 以外の病気を理由とする場合 | e. Due to other illnesses (not listed in a or b) |
| <p>試験のみ以下の手続きをとれば追試が認められることがあります。</p> <p>※クイズは追試の対象外です。</p> | <p>When a student misses a mid-term or final examination due to other illnesses, the student should follow the following procedure to apply for a Make-up Examination.</p> <p>※Quizzes are not covered by this provision.</p> |
| <p>■ 試験日当日に受験が不可能であることを証明できる医師の「診断書」と「追試受験願」を CIEC に提出する。</p> | <p>■ Submit a “medical certificate” in which a doctor confirms the impossibility to take the test on the day and a “Request for Make-up Examination / Quiz” to CIEC.</p> |
| <p>[注意！] 体調が回復してから 3 開室日以内に提出してください。</p> <p>★ 試験の追試が行われた場合、追試は試験成績の 80% で評価します。</p> | <p>[Caution!] Please submit the documents within 3 business days after your health condition recovers.</p> <p>★ Students who followed this procedure may receive 80% of their grade during the make-up examination.</p> |

JSC (Modern Japan Seminar) Class Rules

I . General Rules

1. Announcements for class cancellations, make-up classes, and classroom changes will be posted on kwic.
 2. Students are expected to attend all their registered classes.
The following behaviour will be counted as an absence so please avoid it:
 - 1) Joining class more than 10 minutes late
 - 2) Leaving class more than 10 minutes early
 - 3) Leaving for more than 10 minutes during classIf a noticeable number of students are regularly tardy, the regulations will become stricter.
 3. Homework and other assignments should be turned in by the assigned due dates. Late submissions may be counted as not submitted or will result in a point deduction.
-

II . Attendance

1. Students should attend class with a sincere attitude.
 2. Absence can affect student's participation mark, e.g. if students are unable to participate in class discussions due to non-attendance or tardiness.
Please refer to "Class Absence" (p.17-19).
 3. In the case of missed/delayed trains, in principle, the lecturer will not give special consideration to students.
However, an exception can be made if KGU can confirm the reason for the delay. In this case, students should make sure to get an official certificate which confirms the delay and submit it to the lecturer.
 4. Students should contact the instructor in charge of the course prior to the absence.
-

III . Missing Class

1. If a student is absent or more than 10 minutes late to class 3 times, they will be required to meet with the lecturer.
2. If a student is absent or more than 10 minutes late to class in a row, they will be required to meet with the lecturer.
3. If a student is absent or more than 10 minutes late to class 5 times without valid reason, they will automatically fail this course.

その他の重要事項

Other Important Points

シラバスの閲覧方法

How to View Syllabi

履修登録する前に、必ずシラバスを確認してください。シラバスには、講義目的・到達目標、各回の授業内容、成績評価方法・基準、準備学習などが書かれています。Webサイト上のシラバスは誰でもアクセスすることができます。

▶オンライン・シラバス・ツール

Online Syllabus Tool:

<https://syllabus.kwansei.ac.jp>



Students should check the syllabus of a course before registering. Information such as Course Objectives, Attainment Objectives, Overall Class Plan, Evaluation Criteria/Method and Preparatory Reading are available on the syllabus. Anyone can access the online syllabus. Please refer to the URL and the QR code left side.

▶シラバス閲覧マニュアル

Manual for Browsing Syllabus:

<https://kwic.kwansei.ac.jp/cabinet/area/detail?searchFlag=1&areald=946&directLink=1&directLink=1>



成績評価

Grade Evaluation

履修した授業は、授業担当者の教育方針や評価方針にもとづいて試験や平常評価などによって成績評価が行われます。各授業の成績評価についてはシラバスや授業ルール等を確認してください。

成績評価の種別が「定期試験」となっている科目は定期試験期間中に試験が実施されます。定期試験は通常授業と時間や教室が異なることがあります。必ず試験前に開講学部事務室で確認してください。

There are circumstances in which times and/or classrooms for normal classes will be changed for mid-term and final examination. Students should confirm details with the department office in charge of their courses before the examination.

The final examination for courses for which evaluation is defined as "Regular Examination" will be held during the Final Examination Period. Those are usually held during different time and in different classrooms. Students should confirm the location and date of final examination at the faculty office in charge of courses.

評価と設定基準

Evaluation and Grading

成績評価は原則として素点(100点満点)で行います。単位取得対象の最低点は60点です。

The highest obtainable mark is 100 and the lowest passing mark is 60.

| 素点 Score | 評価 Letter Grade | Pass/Fail | 合格／不合格 |
|----------|-----------------|-----------|--------|
| 90 - 100 | S | Pass | 合格 |
| 85 - 89 | A ⁺ | | |
| 80 - 84 | A | | |
| 75 - 79 | B ⁺ | | |
| 70 - 74 | B | | |
| 65 - 69 | C ⁺ | | |
| 60 - 64 | C | Fail | 不合格 |
| 0 - 59 | F | | |

| 成績証明書 | Grade Transcript |
|--|--|
| <p>秋学期および春学期の成績証明書は CIEC から所属大学または派遣機関に 2 部送りますので、大学あるいは派遣機関より成績証明書を受け取ってください。</p> <p>春学期の成績証明書は 9 月上旬、秋学期の成績証明書は 3 月上旬に送ります。</p> <p>2 セメスター在籍する学生の最初のセメスターの成績は CIEC より学生に 1 部、所属大学または派遣機関に 1 部渡します。</p> | <p>KGU will send two official grade transcripts for each semester to students' home universities or sending institutions. Students should pick up their own copy at their home university study abroad office.</p> <p>Grades for the Spring Semester will be sent out around the early September. Grades for the Fall Semester will be sent out around early March.</p> <p>Full year students will receive their first semester transcript at CIEC. Another transcript will be sent to their home university or sending institution.</p> |

| 成績疑義申し立て | Grade Investigation |
|---|--|
| <p>成績評価について(質問)疑義がある場合は各学期の授業終了日より 2 カ月以内に下記アドレスに連絡してください。</p> <p>成績疑義調査期間終了後はいかなる理由があっても対応することはできません。授業担当者に直接連絡してはいけません。(Mail: exchangestudent@kwansei.ac.jp)</p> | <p>Students who have any questions or doubts about their grades should consult directly with, or send an email to KGU Incoming Team (exchangestudent@kwansei.ac.jp) within two months starting from the last day of class in order to request a grade investigation.</p> <p>Grade investigation will not be accepted after the end of this period, regardless of the reason. Students should not contact teachers directly with questions about grades.</p> |

| 在籍証明書・その他証明書 | Enrollment Certificates & Other Certificates |
|---|---|
| <p>履修証明書、在籍証明書などの各種証明書が必要な場合は CIEC へ申し出てください。</p> <p>証明書の当日発行はできません。証明書の発行には時間がかかりますので、必要な場合は早めに申し出てください。</p> | <p>Students who need documents such as Certificate of Registered Courses, Certificate of Enrollment should come to CIEC.</p> <p>CIEC cannot issue the certificate on the day and it might take a few days to issue the certificate. Students should make sure to allow ample time before a submission deadline.</p> |

| 授業時間割 | Class Timetable |
|--|-----------------------------|
| 学部 | Undergraduate |
| 西宮上ヶ原キャンパス Nishinomiya-Uegahara Campus 西宮聖和キャンパス Nishinomiya-Seiwa Campus | 神戸三田キャンパス Kobe-Sanda Campus |
| 1 時限/1 st period | 08:50~10:30 |
| チャペルアワー/ Chapel Hour | 10:30~11:00 |
| 2 時限/2 nd period | 11:00~12:40 |
| 昼休み/ Lunch Break | 12:40~13:20 |
| 3 時限/3 rd period | 13:20~15:00 |
| 4 時限/4 th period | 15:10~16:50 |
| 5 時限/5 th period | 17:00~18:40 |
| 1 時限/1 st period | 09:00~10:40 |
| チャペルアワー/ Chapel Hour | 10:40~11:10 |
| 2 時限/2 nd period | 11:10~12:50 |
| 昼休み/ Lunch Break | 12:50~13:30 |
| 3 時限/3 rd period | 13:30~15:10 |
| 4 時限/4 th period | 15:20~17:00 |
| 5 時限/5 th period | 17:05~18:45 |

- ・授業時間 1 時限(コマ)につき 100 分 / The duration of all classes will be 100 minutes (per period)
- ・経営戦略研究科の授業時間割は異なりますのでご注意ください。 / Note that the class schedule for the Institute of Business and Accounting is different.

ポータルサイト・学習者支援システム・

Portal Site・Learning

メールシステム

Management System・KG Mail

kwic（ポータルサイト）

kwic (kwansei web information concourse)は、関西学院のポータルサイトです。
LUNA やシラバスなどの学内サイトにアクセスできるだけでなく、学校からのお知らせやキャビネットにある資料を確認できます。

kwic では、休講・補講・教室変更情報確認、お知らせ閲覧、個人呼び出し確認等を行うシステムです。

大切な情報が発信されますので、こまめに確認してください。

※利用には、関学システム利用 ID、パスワードが必要です。

▶kwic:

<https://kwic.kwansei.ac.jp/portal/home>



kwic (Portal Site)

kwic (kwansei web information concourse) is the portal site of Kwansei Gakuin.

From the portal, students can not only access LUNA, syllabuses, and other services in the University site but also check notifications from the University or check files in cabinets.

Using kwic, students can check information about cancelled classes, make-up classes, and classroom changes, view announcements, and check personal call messages.

Students should check the kwic frequently as important information will be sent out.

※Kwansei Gakuin System ID and password are required to access this system.

▶kwic マニュアル(要ログイン)

kwic User Manual (Login required):

<https://kwic.kwansei.ac.jp/cabinet/area/detail?areaid=748&directLink=1>



LUNA（学習者支援システム）

LUNA は、学生の日々の学習を支援するシステムです。
履修科目や所属のコミュニティにおいて、教員からのお知らせを確認したり、教材を閲覧したり、レポートを提出したり、テストを受けたり、教員や他の履修者とコミュニケーションしたりするなど、様々な学習活動に利用できます。

▶LUNA:

<https://luna.kwansei.ac.jp/>



LUNA (Learning Management System)

LUNA is a system that supports students' daily learning. Students can use LUNA for a variety of learning activities, such as checking announcements from instructors, viewing course materials, submitting reports, taking tests, and communicating with instructors and other students in their courses and communities.

▶LUNA 学生マニュアル(要ログイン)

LUNA Student Manual (Login required):

<https://kwic.kwansei.ac.jp/cabinet/area/detail?areaid=4423&directLink=1>



KG メール（メールシステム）

KG メールを利用することができます。

留学期間中は基本的に KG メール宛に連絡しますので、毎日確認するようにしてください。

メールアプリからアクセスできます。マニュアルを確認ください。

▶KG メールマニュアル

KG Mail Manual:

<https://ict.kwansei.ac.jp/guide/communication/1906266/>



KG Mail (Mail System)

Students can use KG Mail.

During their study abroad period, students will in principle be contacted by KG Mail, and should make sure to check it daily.

KG Mail can also be accessed from a Mail application from a smartphone. Setup manual below.

▶KG メールアプリ設定

KG Mail App Setup

<https://ict.kwansei.ac.jp/guide/communication/1906323/>



MEMO





生活編

Life in Japan



重要な日程

Important Dates

1. 交換学生の受け入れ期間

Length of Stay

交換学生は授業・試験期間が終了したら、速やかに帰国しなければなりません。

在留カードに記載されている在留期間が残っていても、速やかに帰国してください。

授業・試験終了後にアルバイトをすることは認められません。

Exchange students are asked to leave the country in a timely manner after program completion.

Exchange students should prepare to go back to their home countries even if there is still time until the expiration date of their Residence Card.

Exchange students are not permitted to work part-time after completion of their program.

2. KG が用意する宿舎の退去日について

Moving-out Date from KGU-Arranged Accommodation

寮やホームステイからは決められた日程までに退去し、帰国してください。

(P.48 参照)

Exchange students should leave their KGU arranged accommodation by the determined date.

(See P.48 for details)

3. プログラム修了者へのオリエンテーション

Program Completion Orientation

●秋学期プログラム修了者へのオリエンテーション

開催日①

日時： 2023 年 11 月 10 日(金)17:10-18:40

場所： G-IS 号館 106

開催日②

日時： 2023 年 11 月 15 日(水)17:10-18:40

場所： G-IS 号館 106

●Fall Semester Program Completion Orientation

Session ①

Date: Friday, November 10, 2023. 17:10-18:40

Place: G-IS 106

Session ②

Date: Wednesday, November 15, 2023. 17:10-18:40

Place: G-IS 106

●春学期プログラム修了者へのオリエンテーション

開催日①

日時： 2024 年 5 月 24 日(金)17:10-18:40

場所： 未定

開催日②

日時： 2024 年 5 月 29 日(水)17:10-18:40

場所： 未定

〈予定〉

●Spring Semester Program Completion Orientation

Session ①

Date: Friday, May 24, 2024. 17:10-18:40

Place: TBA

Session ②

Date: Wednesday, May 29, 2024. 17:10-18:40

Place: TBA

〈Tentative〉

4. 継続オリエンテーションについて

Continuing Student Orientation

開催日

日時： 2023 年 11 月 29 日(水)17:10-18:40

場所： 未定

Session

Date: Wednesday, November 29, 2023. 17:10-18:40

Place: TBA

5. 修了式について

Closing Ceremony

●秋学期交換学生修了式

日時： 2024 年 1 月 19 日(金)

場所： 未定

●Spring Semester Closing Ceremony

Date: Friday, January 19, 2024

Place: TBA

●春学期交換学生修了式

日時： 2024 年 7 月中下旬

場所： 未定

〈予定〉

●Fall Semester Closing Ceremony

Date: Mid to late July, 2024

Place: TBA

〈Tentative〉

| 事務室について | | Office Information | |
|--------------------------------------|-------------------------|---|-------------------------|
| 大学の事務室の開室時間は以下のとおりです。 | | University office open hour is as below. | |
| 大学事務室開室時間 | | University Office Hours | |
| 通常期 | | Regular Office Hours | |
| 月～金 | 8:50-11:30, 12:30-16:50 | Monday - Friday | 8:50-11:30, 12:30-16:50 |
| 土・日・祝 | 閉室 | Sat., Sun & National Holidays | Closed |
| サマータイム 8月1日～9月10日 | | Summer Office Hours August 1-September 10 | |
| 月～金 | 9:00-11:30, 12:30-16:00 | Monday – Friday | 9:00-11:30, 12:30-16:00 |
| 土・日・祝 | 閉室 | Sat., Sun & National Holidays | Closed |
| 1. 祝日は閉室していますが、授業実施日の祝日は通常通り開室しています。 | | 1. KGU offices will be closed on Japanese National Holidays, excluding Japanese National Holidays in which classes are conducted. | |

| 事務室閉室期間 | | Office Closures | |
|---------|-------------|------------------------------|-------------------------|
| 夏季休業 | 8月13日～21日 | Summer Break | August 13 – 21 |
| 冬季休業 | 12月24日～1月5日 | New Year Holiday | December 24 – January 5 |
| 一般入試期間 | 2月1日～2月7日 | General Entrance Examination | February 1 – February 7 |

| 学内の主要施設 | Major Facilities on Campus |
|---------|----------------------------|
|---------|----------------------------|

| 1. 国際教育・協力センター | Center for International Education and Cooperation |
|---|--|
| 国際教育・協力センターは、学生や教職員の海外からの受入、並びに海外への派遣のコーディネートをしています。大学の国際化を推進する部署として、優秀な学者や政策担当者を招待した様々な講座やセミナーの実施や、国連などの国際機関との連携の強化に努めています。特に、国連とは関係が深く、日本で初めて、国連ボランティア計画との協定を結び、開発途上国に学生ボランティアを派遣しています。国際教育・協力センターはG号館の1階にあります。交換学生の受入事務全般は国際教育・協力センターで執り行われます。 | The Center for International Education and Cooperation (CIEC) is the central coordinating office for all students, faculty, and staff coming to KGU and going abroad. In the promotion of international education for the university, the CIEC office sponsors various lectures, seminars, and international conferences to which distinguished scholars, policy-makers and legislators are invited as speakers. CIEC also promotes cooperation with international organizations such as the United Nations Volunteers which sends student volunteers each year to developing countries in order to support development in various areas. Kwansei Gakuin University is the first university in Japan to carry out this project. The CIEC office is located on the first floor (ground floor) of Building G. All administrative matters applicable to exchange students are dealt with through the CIEC office. |

| CIEC 連絡先 | CIEC Contact Information | |
|---|---|--------------------|
| | 国内から Inside Japan | 海外から Outside Japan |
| 電話 Telephone | 0798-51-0952 | (+81)798-51-0952 |
| 携帯電話（緊急時のみ） Mobile Phone (emergency only) | 090-2288-8029 | (+81)90-2288-8029 |
| FAX | 0798-51-0954 | (+81)798-51-0954 |
| E-mail | exchangestudent@kwansei.ac.jp | |
| CIEC 住所 | CIEC Mailing Address | |
| 〒662-8501 兵庫県西宮市上ヶ原一番町 1-155 関西学院大学 国際教育・協力センター | Center for International Education and Cooperation, Kwansei Gakuin University 1-155 Uegahara Ichiban-cho, Nishinomiya, Hyogo 662-8501 | |

| 2. 保健館 | Health Care Center | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
|---|---|--|--|--------|---|------------|---|------------|------------|------|------------|------------|--|-----|---------------|------------------------------------|-------------|--------------|--------------|------|--------------|--------------|-----------------|--------------|--------------|
| 西宮上ヶ原キャンパスと神戸三田キャンパスには保健館があり、毎日さまざまな診療科の担当医が診察を行っています。上ヶ原キャンパスの診療については 42 ページを参照してください。 | The Nishinomiya Uegahara and Kobe Sanda Health Care Centers are staffed by various specialists at different times of the week. For a detailed examination schedule at NUC campus, please see page 42. | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| Kwic Cabinet Direct Link: https://bit.ly/3zhogpk | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 3. 学生課 | Student Affairs Section | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 学生課では学生生活にとって便利な情報を学生に提供しています。落とし物をした場合、現金、貴重品、個人情報の入ったものなどは学生課にて保管されます。JR の学生割引乗車券も取り扱っています。 | The Student Affairs Section provides useful information for all students. The Lost and Found is in this office. Students can also obtain a JR Student Discount slip there. | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 4. 情報化推進機構 | Organization for Information Strategies (IT Support Center) | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 情報環境機構はメディア棟の 1 階にあります。システムID・パスワードの再発行や学内 Wi-Fi の登録サポートをしています。 | The IT Support Center is located on the first floor of the Media Building. Students can get help with their KG System ID and password reissued. Students can also get help to connect to the university Wi-Fi. | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| https://ict.kwansei.ac.jp/ | https://ict.kwansei.ac.jp/en/ | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 5. 学生会館 | Student Union Building | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 学生会館は新学生会館と旧学生会館の2棟があります。カフェテリアやレストラン、学生のクラブ活動の部屋がここにあります。学生会館の利用時間は次のとおりです。 | The Student Union Building is composed of two sections; the Student Union New Building, and the Student Union Old Building. Cafeterias, restaurants, and student club rooms are located in these buildings. The operating hours of the Student Union Buildings are as follow. | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| <table><tr><th>曜日</th><th>開館時間</th><th>サマータイム (7月31日～9月15日)</th></tr><tr><td>月～金</td><td>8:00-21:00</td><td>9:00-19:00</td></tr><tr><td>土</td><td>8:00-21:00</td><td>9:00-19:00</td></tr><tr><td>日・祝日</td><td>8:00-21:00</td><td>9:00-19:00</td></tr></table> | 曜日 | 開館時間 | サマータイム (7月31日～9月15日) | 月～金 | 8:00-21:00 | 9:00-19:00 | 土 | 8:00-21:00 | 9:00-19:00 | 日・祝日 | 8:00-21:00 | 9:00-19:00 | <table><tr><th>Day</th><th>Regular Hours</th><th>Summer Hours (July 31 - Sep 15)</th></tr><tr><td>Mon. - Fri.</td><td>8:00 - 21:00</td><td>9:00 - 19:00</td></tr><tr><td>Sat.</td><td>8:00 - 21:00</td><td>9:00 - 19:00</td></tr><tr><td>Sun. & Holidays</td><td>8:00 - 21:00</td><td>9:00 - 19:00</td></tr></table> | Day | Regular Hours | Summer Hours (July 31 - Sep 15) | Mon. - Fri. | 8:00 - 21:00 | 9:00 - 19:00 | Sat. | 8:00 - 21:00 | 9:00 - 19:00 | Sun. & Holidays | 8:00 - 21:00 | 9:00 - 19:00 |
| 曜日 | 開館時間 | サマータイム (7月31日～9月15日) | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 月～金 | 8:00-21:00 | 9:00-19:00 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 土 | 8:00-21:00 | 9:00-19:00 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 日・祝日 | 8:00-21:00 | 9:00-19:00 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| Day | Regular Hours | Summer Hours (July 31 - Sep 15) | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| Mon. - Fri. | 8:00 - 21:00 | 9:00 - 19:00 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| Sat. | 8:00 - 21:00 | 9:00 - 19:00 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| Sun. & Holidays | 8:00 - 21:00 | 9:00 - 19:00 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| <table><tr><th>閉館</th></tr><tr><td>- 毎月第 4 日曜、1 月・2 月の第 1・第 2 日曜日 - 夏季休業期間: 8 月 13 日～17 日 - 冬季休業期間: 12 月 27 日～1 月 5 日 - その他学院が定めた日</td></tr></table> | 閉館 | - 毎月第 4 日曜、1 月・2 月の第 1・第 2 日曜日 - 夏季休業期間: 8 月 13 日～17 日 - 冬季休業期間: 12 月 27 日～1 月 5 日 - その他学院が定めた日 | <table><tr><th>Closed</th></tr><tr><td>- 4th Sunday of each month and the 1st and 2nd Sunday of January and February - Summer holiday: August 13 – 17 - Winter holiday: December 27 – January 5 - Other days designated by the University</td></tr></table> | Closed | - 4 th Sunday of each month and the 1 st and 2 nd Sunday of January and February - Summer holiday: August 13 – 17 - Winter holiday: December 27 – January 5 - Other days designated by the University | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 閉館 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| - 毎月第 4 日曜、1 月・2 月の第 1・第 2 日曜日 - 夏季休業期間: 8 月 13 日～17 日 - 冬季休業期間: 12 月 27 日～1 月 5 日 - その他学院が定めた日 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| Closed | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| - 4 th Sunday of each month and the 1 st and 2 nd Sunday of January and February - Summer holiday: August 13 – 17 - Winter holiday: December 27 – January 5 - Other days designated by the University | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| <table><tr><th>注意</th></tr><tr><td>※カフェテリア、レストランの営業時間は異なります。関学生協のホームページを確認してください。</td></tr></table> | 注意 | ※カフェテリア、レストランの営業時間は異なります。関学生協のホームページを確認してください。 | <table><tr><th>Notice</th></tr><tr><td>※Opening hours for cafeteria and restaurants differ from above. Please refer to KG Co-op webpage.</td></tr></table> | Notice | ※Opening hours for cafeteria and restaurants differ from above. Please refer to KG Co-op webpage. | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 注意 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| ※カフェテリア、レストランの営業時間は異なります。関学生協のホームページを確認してください。 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| Notice | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| ※Opening hours for cafeteria and restaurants differ from above. Please refer to KG Co-op webpage. | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 学 生 会 館 / Student Union Building https://bit.ly/3yXiFCW (Japanese Only) | URL: 関学生協 / KG Co-op URL: http://www.kgcoop.jp (Japanese Only) | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |



6. 関西学院会館

1999 年秋にオープンしたこの施設は、レセプションホール、フォーマルレストラン、会議室、セミナー室、ラウンジ、ベーツチャペルがあります。

レストラン「ポプラ」では、ヘルシーでモダンアップデートされたアメリカ料理のコース料理などを提供しています。





コーヒーアワーなどのイベントを実施します。

Kwansei Gakuin Kaikan

Opened in the fall of 1999, this facility houses a reception hall, a formal restaurant, a conference room, seminar rooms, a lounge, and the Bates Chapel.

The restaurant, "Poplar," offers regularly alternating special main courses with health-conscious modern American dishes.

Events such as Coffee Hour will be held in this location.

| その他の施設 | Other Facilities |
|---|---|
| 図書館 https://library.kwansei.ac.jp/  | University Library https://library.kwansei.ac.jp/e  |
| トレーニングセンター https://www.kwansei.ac.jp/campuslife/training  | Training Center https://ciec.kwansei.ac.jp/study/exchange/studentlife/facilities.html  |
| 競技場とプール https://www.kwansei.ac.jp/nuc/facility/ground_gym/  | Gymnasium and Pool https://ciec.kwansei.ac.jp/study/exchange/studentlife/facilities.html  |
| 総合支援センター(カウンセリング室) https://www.kwansei.ac.jp/about/student_support_center  | Student Support and Counseling Office https://www.kwansei.ac.jp/about/student_support_center (Japanese only)  |

キャンパス生協・店・サービス

1. 西宮上ヶ原キャンパス

| 新学生会館 | | |
|-------------|------|--|
| 名前 | 場所 | 詳細 |
| 食堂 Big Papa | 北側地下 | 大学で一番大きなカフェテリア。アラカルト、セットメニュー、麺類、カレーなど様々なメニューを手頃な価格で提供。 |
| ロビンフッド | 1階西側 | スナック、ランチボックス、ソフトドリンク等を販売。 |
| 三田屋 | 1階東側 | ステーキやハンバーグセット、コーヒーや紅茶を提供。 |
| 東京庵 | 1階東側 | 日本食レストラン。麺類、かつ丼、セットメニューなど様々なメニューを提供。 |
| 書籍 | 1階北側 | 日本語書籍、外国書籍や雑誌を 5～10%オフで販売。年に数回 15%オフの日がある。 |
| 生協フォーラム店 | 1階北側 | 文具、電子機器、食べ物、日用品、コンパクトディスク、機器、服、靴、KG グッズ、国際テレホンカードやスポーツ用品を販売。 |
| 旅行カウンター | 1階北側 | 国内、海外旅行や各種チケットの手配が可能。 |

| 旧学生会館 | | |
|-------------|----|--|
| 名前 | 場所 | 詳細 |
| 食堂 Big Mama | 1階 | 大学で二番目に大きなカフェテリア。アラカルト、セットメニュー、麺類、カレーなど様々なメニューを手頃な価格で提供。 |
| ポケットママ | 1階 | パン、スナック、デザート、お弁当、ソフトドリンクを販売。 |
| コピーコーナー | 1階 | コピー機の利用が可能。 |

| 他の場所 | | |
|---------------|------------|----------------------------------|
| 名前 | 場所 | 詳細 |
| セブンイレブン | G 号館 1 階 | 食べ物や飲み物など、様々な商品を置いているコンビニエンスストア。 |
| スターバックス | G 号館 1 階 | コーヒーショップ。 |
| セントラルポケット | 中央講堂 1 階 | コーヒー、スナック、パン、飲み物などを販売。 |
| ケンタッキーフライドチキン | H 号館 1 階 | フライドチキン専門のファストフード店。 |
| 鉄鍋 Kitchen | H 号館 1 階 | 鉄鍋・鉄板レストラン。 |
| LalaQuinto | 第 5 別館 1 階 | パン、スナック、デザート、お弁当、ソフトドリンクを販売。 |

2. 神戸三田キャンパス

| 第一厚生棟 | | |
|---------|-----|--|
| 名前 | 場所 | 詳細 |
| ランチボックス | 1 階 | 麺類、カレーなど様々なランチセットやアラカルトを販売。 |
| トイボックス | 2 階 | 携帯電話、書籍の販売、文具やパソコン、AV機器、日用品、シャトルバス券を販売。旅行の取扱いあり。 |

| 第二厚生棟 | | |
|-----------|-----|-----------------------------|
| 名前 | 場所 | 詳細 |
| フレッシュボックス | 1 階 | 麺類、カレーなど様々なランチセットやアラカルトを販売。 |
| パンショップ | 2 階 | ソフトドリンク、サンドイッチ、スナックなどを販売。 |

| 第三厚生棟 | | |
|----------|-----|---|
| 名前 | 場所 | 詳細 |
| カラフルボックス | 1 階 | コンビニエンスストア。ソフトドリンク、サンドイッチ、スナックなどの取扱いあり。 |

Campus Co-op, Shops and Service**1. Nishinomiya Uegahara Campus**

| STUDENT UNION NEW BUILDING | | |
|-----------------------------------|-----------------|--|
| Name | Location | Description |
| Big Papa Cafeteria | BF, North Wing | The largest cafeteria on campus, serving food a la carte, set lunches, noodles, curry and various other dishes at inexpensive prices. |
| Robin Hood | 1F West Wing | Snacks, box lunches, and soft-drinks are available for purchase. |
| Sandaya | 1F East Wing | This restaurant serves steak meals, coffee and tea. |
| Tonkin-an | 1F East Wing | This is Japanese style restaurant serving noodles, katsu-don (pork cutlet over rice), set menus and various other foods. |
| Book Store | 1F North Wing | Japanese and a limited selection of foreign books and magazines can be purchased at a 5 –10% percent discount. A few times a year, 15% discount sales for all books are held. |
| Coop Forum Store | 1F North Wing | Stationery, electronics, food, daily necessities, compact disks, appliances, clothes, shoes, KG goods, international telephone cards and sports good are available for purchase. |
| Travel Service Counter | 1F North Wing | Domestic and international travel tickets for various forms of transportation are available. |

| STUDENT UNION OLD BUILDING | | |
|-----------------------------------|-----------------|---|
| Name | Location | Description |
| Big Mama Cafeteria | 1F | Large cafeteria on campus, serving food a la carte, set lunches, noodles, curry and various other dishes at inexpensive prices. |
| Pocket Mama | 1F | Fresh bread and pastries, snacks, deserts, pack lunches, and soft drinks are available at this store. |
| Copy Corner | 1F | Copy machines are available for use. |

| OTHER BUILDINGS | | |
|------------------------|------------------------|---|
| Name | Location | Description |
| 7 -Eleven | Building G, 1F | A convenience selling food, drinks, and various other goods. |
| Starbucks | Building G, 1F | Serves specialty coffee, sandwiches and snacks. |
| Central Pocket | Central Auditorium, 1F | Sells coffee, snacks, bread, pastries, soft drinks, etc. |
| KFC | Building H, 1F | Fast food restaurant that specializes in fried chicken |
| TetsuNabe Kitchen | Building H, 1F | Teppan Restaurant. |
| LalaQuinto | Lecture Hall 5, 1F | Fresh bread and pastries, snacks, deserts, pack lunches, and soft drinks are available at this store. |

2. Kobe Sanda Campus

| STUDENT HALL I | | |
|-----------------------|-----------------|---|
| Name | Location | Description |
| Lunch Box | 1F | Various set lunches and a la carte items, including noodles, curry and rice are served. |
| Toy Box | 2F | This store offers mobile phone services, sales of text books, office and school supplies, personal computers, A/V equipment and everyday items, travel arrangements, campus shuttle bus tickets and various other services. |

| STUDENT HALL II | | |
|------------------------|-----------------|---|
| Name | Location | Description |
| Fresh Box | 1F | Various set lunches and a la carte items, including noodles, sandwiches and snacks are available. |
| Pan Shop | 2F | Soft-drinks, sandwiches, and snacks are available for purchase. |

| STUDENT HALL III | | |
|-------------------------|-----------------|--|
| Name | Location | Description |
| Colorful Box | 1F | Convenience store; soft-drinks, sandwiches, snacks, etc. |

日本で必要な手続き

Necessary Procedures for Living in Japan

いつも持っておくもの

- ① 在留カード
- ② 学生証
- ③ 国民健康保険
- ④ 緊急連絡カード

Things you should always have on you

- ① Residence Card
- ② Student ID
- ③ National Health Insurance Card
- ④ Emergency Contact Card

交換学生の市役所での手続き

オリエンテーションの期間中に、オリエンテーションサポートチームと一緒に市役所に行って下記の手続きを行います。

持参するもの: ① パスポート
② 在留カード
③ 学生証

<日本国籍を有する方>

持参するもの:

- ① パスポート
- ② 戸籍謄本の写し
- ③ 戸籍附票の写し
- ④ 学生証



Procedure for Exchange Students

Exchange students will follow necessary procedures with the assistance of their "Orientation Support Team".

Bring your ① Passport
② Residence Card
③ Student Card

<Japanese Nationals>

Please bring the following items:

- ① Passport
- ② Copy of Family Registry
- ③ Copy of Family Registry Label
- ④ Student Card

1. 転入手続き(住民登録)

交換学生は、住む場所が決まってから 14 日以内に住んでいる市町村に住居地の届出をしなければなりません。市役所では書類に住所などの必要事項を記入して、在留カードに住所を記入してもらいます。

※引っ越しをした場合も 14 日以内に転出・転入手続きが必要です。

※帰国前にも必ず市区役所に行き、転出届を出しましょう。

Registering Your Address (Jumin Toroku)

Exchange students must register their address within 14 days after their place of stay has been decided. You will have to write your address on a registration form so the civil servant can write your address on the back of your Residence Card.

※You must also register your new address within 14 days if you change residencies.

※You must go to the city/district office again to cancel your address registry before you leave Japan.



住民登録をすることで裏面に住所が記載されます。
A civil servant will write your address on the back of your Residence Card.



2. 国民健康保険への加入と簡易申告

国民健康保険は保険料を毎月支払えば、30%負担で治療を受けることができる制度で、日本に3カ月を超えて在留する交換学生は全員加入しなければなりません。加入の際は学生証を提示し、保険料の減免を受けるために「簡易申告手続き」も行ってください。

■国民健康保険証の受け取り

保険証は簡易書留で届きます。(簡易書留の詳細についてはP.35を参照ください。)

Enrolling in Japan National Health Insurance

People living in Japan for more than three months must enroll in Japanese National Health Insurance. Students enrolled will only have to pay 30% of the total cost of medical expenses. Students should make sure to show their student card in order to receive the student discount.

To Receive Your Card

Your National Health Insurance card will be sent by registered mail to your address. (See P. 35 for details about registered mail)

■国民健康保険の使い方

病院で保険証を提示することで診察費の 30%負担で治療を受けることができます。
病院に行く際は必ず保険証を持参しましょう。

■保険料の支払い

保険料の払い込み用紙が自宅に届きますので必ず支払いをしてください。コンビニ、銀行、郵便局、市区役所で払うことができます。(毎月の保険料は、市区町村ごとに異なります。)

保険料は毎月支払うようにしましょう。

まとめて支払ってはいけません。

How to Use the National Health Insurance

By presenting an insurance card at a hospital, you can receive treatment at 30% of the cost of consultation.
Always bring an insurance card when going to a hospital.

How to Pay

A payment slip will arrive in your mailbox. Use the slip to pay at convenience stores, your bank, post office, or at the city/district office. (The amount depends on where you live.)

Pay your health insurance fees every month.

You should not pay for them all at once.



3. 国民年金の加入と保険料免除・納付猶予制度の申請

日本国内に住んでいる 20 歳以上 60 歳未満のすべての人は国民年金の加入者(被保険者)となります。

市役所で初めて手続きをする際、または 20 歳になり日本年金機構より通知を受け取った際は、市役所にて「国民年金保険料免除・納付猶予」の申請手続きをしてください

■国民年金手帳の受取

国民年金手帳は簡易書留で届きますので保管しておいてください。(簡易書留についての詳細は以下を参照してください。)

National Pension and National Pension Exemption

Residents who turn 20 years old while living in Japan receive a notification for National Pension. Those who are 20 years or older and under 60 years old must pay for pension.

Exchange Students should submit the Application for National Pension Contribution Exemption at the City Hall when they first go to register or when they receive notification from National Pension when they turn 20.

To Receive your Pension Book

Your Pension Book will be sent by registered mail to your address. (See below for details about registered mail.)

★簡易書留について

簡易書留は郵便物の引受と配達を記録する郵便です。
この郵便物を受け取る時は印鑑またはフルネームの署名が必要なので、必ず手渡し配達をされます。
不在の場合は不在連絡票がポストに入れられるので、後日配達を依頼するか郵便局に自分で受け取りに行く必要があります。

About Registered Mail

Registered mail is a mail that records delivery of mail.
When you receive a registered mail, you need to sign for it.
In case of absence, it will not be delivered and an Undeliverable Item Notice will be posted. Using the notice, you can request for a redelivery at a later date.
You can also pick it up at a designated post office.

個人番号、個人番号通知書とマイナンバーカードについて

日本に居住しているすべての人に「マイナンバー」と呼ばれている個人番号が付与されます。

個人番号通知書は、市役所の手続き後、しばらくして簡易書留で住民登録している住所に届けられます。

(簡易書留についての詳細はp.35を参照ください)

個人番号通知書は、市役所でのすべての手続きや銀行での手続きに必要になりますので、大切に保管してください。

About the Individual Number Notice and My Number Card

Every citizen in Japan has an Individual Number (called My Number)

You will receive your Individual Number Notice by registered mail to your address shortly after you complete the necessary procedures at City Hall. (See p. 35 for details about registered mail)

You will likely need the Individual Number Notice whenever you do something at the City Hall or at the bank, so make sure that you take proper care of it and keep it in a safe place at all times.

令和 2年 6月 1日発行
（3,334頁）

個人番号通知書

個人番号 0123 4567 8901

氏 名 番号 花子

生年月日 令和 2年 6月 1日

○ 本通知書はあなたの個人番号(マイナンバー)をお知らせするためのものです。

○ 本通知書は「マイナンバーを証明する書類」や「身分証明書」としては利用できません。「マイナンバーを証明する書類」が必要な場合には、マイナンバーカードをご提示いただくか、マイナンバー入りの住民票の写しまたは住民票記載事項証明書をご提出ください。

○ 本通知書の再発行は行いません。

マイナンバーカードの申請について

○ マイナンバーカードの申請にはスマートフォンやタブレットによるオンライン申請が最も簡単で写真データをご準備のうえ、右記のQRコードを照準 بگیریدください。

○ 郵送によるマイナンバーカードを申請する場合には、同額の封筒と送料等をご利用ください。その他の申請方法については、同額のパンフレットをご確認ください。

※ なお、マイナンバーカードを申請した場合、申請状況の問い合わせに必要なあなたの申請書IDは【1234 5678 9012 3456 7890 123】です。

○ マイナンバーカードの受け取りには本人確認が必要ですが、申請時に本人確認を行う場合には、本通知書を提示することで、手紙が簡便化できる場合があります。マイナンバーカードの申請に関する詳細については、同額のパンフレットまたはマイナンバーカード総合サイト (<https://www.kojinbangou-card.go.jp/>) をご覧ください。

3. 申請書ID

お問い合わせ先：0120-95-0178
(マイナンバー総合フリーダイヤル)
平日 9時30分～20時00分
土日祝 9時30分～17時30分
(年末年始を除く)

送達済みの市川
番号コード

202004241 110000 0000002 00000014 2/3

| 阪急電車の通学定期券購入方法 | How to Purchase Hankyu Student Commuter Pass |
|--|---|
| <p>交換学生は、阪急電鉄・阪神電鉄・阪急バスの通学定期を購入することができます。</p> <p>JR やその他のバス・地下鉄等では、通学定期は購入できません。</p> | <p>Exchange students can purchase a student commuter pass for the following companies only: Hankyu Railway, Hanshin Railway, and Hankyu Bus.</p> <p>JR and others are excluded.</p> |
| 1. 手続きに必要なもの | What to Bring to Buy Student Commuter Pass |
| <p>① 学生証</p> <p>② 在学確認票・通学定期券発行控 (※必ず現住所および通学区間を記入したもの)</p> <p>③ 通学証明書(通学定期券購入書)</p> <p>④ 現金またはクレジットカード</p> | <p>① Student Card</p> <p>② Student Enrolment Confirmation and Commuter Pass Purchase Record</p> <p>③ Student Commuter Pass Certificate</p> <p>④ Cash or a credit card</p> |
| 2. 購入方法 | Where to Buy your Student Commuter Pass? |
| <p>阪急西宮北口駅の定期券販売窓口で購入してください。</p> <p>現金またはクレジットカードで購入できます。(3000 円～10,000 円/3 か月)</p> | <p>Please buy your Student Commuter Pass at the window ticket counter at Nishinomiya-Kitaguchi Station.</p> <p>Make sure to bring cash or a credit card. (3,000 ~ 10,000 JPY/ 3 months commuter pass)</p> |
| 3. 定期区間について | Commuter Pass Distance Limits |
| <p>定期区間は以下の通り設定されます。</p> <p>阪急宝塚→甲東園駅</p> <p>西宮北口方面→仁川駅</p> <p>この区間は事前に報告されていた滞在先をもとに決められています。</p> | <p>Upon arrival, your Commuter pass will be set as follows:</p> <p>Hankyu Takarazuka => Kotoen</p> <p>Nishinomiya-Kitaguchi => Nigawa</p> <p>The limits for your pass have already been set in accordance with the location of your accommodation.</p> |
| <p>定期券の区間を変更することは、引っ越しを除いて原則できません。</p> <p>引っ越しなどで定期券の区間変更が必要になる場合は、早めに CIEC まで相談してください。学生課で手続き・申請して、承認がおりるまで約 2 週間かかります。</p> | <p>The departure and arrival locations for your Student Commuter Pass can only be changed if your address changes.</p> <p>If you are planning on moving, please contact CIEC in advance to begin the process by first filling out an application. After applying it takes approximately two weeks for official approval.</p> |
| 4. 定期券の有効期限が切れた場合 | When A Student Commuter Pass Expires |
| <p>定期券の有効期限を迎える前に阪急西宮北口駅の定期券窓口または阪急電鉄の駅構内にある赤色の券売機で購入できます。</p> <p>通学証明書(通学定期券購入書)の書き方が不安な場合は CIEC に相談に来てください。</p> | <p>Before your Student Commuter Pass expires, please purchase a new commuter pass from the Nishinomiya-Kitaguchi Station Commuter Pass Window or use a red Ticket Vending Machine located inside a Hankyu train station.</p> <p>If you are not sure how to fill out the Student Commuter Pass Certificate, please come to CIEC.</p> |

届出・提出物について

Documents to Submit

在留カードのコピー提出

Residence Card Copy Submission

住民登録完了後の在留カードの写真を提出してください。



Please submit a picture of your Residence Card after you have gone to the City Hall to register your address.

期限: ★秋学期受入交換学生 2023 年 9 月 18 日

Deadline: ★Fall intake students

September 18, 2023

(提出フォーム/ Submission form)

<https://forms.office.com/r/KJx6MGSM6>

国民健康保険証のコピー提出

National Health Insurance Card Copy Submission

加入を確認しますので写真を CIEC に提出してください。



Please submit a picture of your National Health Insurance Card.

期限: ★秋学期受入交換学生 2023 年 9 月 27 日

Deadline: ★Fall intake students

September 27, 2023

(提出フォーム/ Submission form)

<https://forms.office.com/r/UWYkZL0mBN>

外泊届

Overnight Stay Notice

本学に届け出ている居住地と異なる場所に宿泊する場合は、下記リンクから「外泊届」を提出してください。



Exchange students going on a trip for at least one (1) night should submit an "Overnight Stay Notice" prior to departure. Please use the link below for submission.

(提出フォーム/ Submission form)

<https://ws.formzu.net/sfgen/S906810273/>

出国日届の提出

Departure Date Notification Form

出国日届は修了者オリエンテーションの際に渡します。
このフォームには、退去日 (KGU が用意した寮に滞在している場合) と日本からの出国日を記入する必要があります。

The Departure Date Notification Form will be handed out to students during the Completion Orientation. In this form, you will have to notify us of your moving-out day (if living in a KGU-Arranged Accommodation) and your departure date from Japan.

提出期限:

Submission Deadline:

★秋学期修了の交換学生

2023 年 12 月 17 日

★Students finishing in Fall

December 17, 2023

★春学期修了の交換学生

2024 年 6 月下旬

★Students finishing in Spring

Late June, 2024

アルバイト状況報告書(対象者のみ)

Part-time Work Notification Form (if applicable)

交換学生は留学期間開始から 2 か月経過すれば、勉学の妨げにならないという範囲内でアルバイトをすることができます。

KGU requires exchange students to wait two months before doing any type of part-time work.

資格外活動の許可をもらってアルバイトをしている交換学生はアルバイト状況報告書を CIEC に提出しなければいけません。

Exchange students who received a work permit and are working part time have to submit the Part-time Work Notification Form to CIEC.

資格外活動(アルバイト)については p. 61 を参照ください。

For details about work permit, refer to p.61.



(提出フォーム/ Submission Form)

<https://forms.office.com/r/s9MHtWaaa9>

サポートサービスパック

Support Service Pack

GTN アシスタント

多言語対応で、交換学生の生活相談/住まいのトラブル/医療情報提供・医療通訳等をチャットや電話でサポートします。

GTN アシスタントズでできること

- ✓ 専用アプリのチャット機能を使って気軽に相談！
- ✓ 24 時間 365 日緊急時の対応可能
- ✓ 3 者間通話を使い、様々な場面での多言語通訳
- ✓ 日常生活に役立つ情報や非常時の災害情報の確認

GTN Assistants

外国人支援クラウド - GTNアシスタント for Biz -

GTN Assistants

Multilingual interpretation support for life support / hospital introduction / housing problems / medical consultation by chat or phone

Feature of GTN Assistants!

- ✓ You can request lifestyle support and medical interpretation via chat or call.
- ✓ Available 24 hours
- ✓ Multilingual interpretation in a variety of settings using 3-way calls.
- ✓ You can find useful tips for everyday life and disaster information in case of emergency and get notifications of earthquake alerts.

チャット機能

- アプリ内の「相談する」ボタンをクリックし、「チャット」を選択
- 利用可能時間: 10:00-21:00
- 21 ヶ国語でサポート

Chat Service

- Click the GET HELP button inside the app and select CHAT
- 10:00~21:00
- Support available in 21 languages

緊急電話

- アプリ内の「相談する」ボタンをクリックし、「お電話」を選択するか、03-6670-3613 まで電話をかけてください。
- 利用可能時間: 24 時間 365 日
- 時間帯により対応言語が異なる場合があります。

Emergency Call Center

- Click the GET HELP button inside the app and select CALL or call 03-6670-3613.
- Available 24/7
- Supported languages may vary depending on time of the day.

相談事例

◇ ○○を買えるところを教えてください

◇ Shopping tips

◇ 財布を落としてしまった

◇ Lost my wallet

◇ 鍵を失ってしまった

◇ Lost keys

◇ 国際郵便を送りたい

◇ How to use international postal service

その他サービス

- Kusury: ドラッグストアで販売されている市販薬の成分・効能の詳細説明
- 地震速報: 震度3以上の場合、多言語で速報を通知

Other services offered

- **Kusury:** Detailed description of substances and effectiveness of over-the-counter drugs sold at drugstores, etc.
- **Earth Quake Early Warning:** Multilingual alerts for seismic intensity 3 or higher.



GTN モバイル

大学が契約している SIM カードの情報は以下のとおりです。

株式会社グローバルトラストネットワークス

ホームページ: <https://www.gtn.co.jp/>

GTN Mobile

The SIM card contract that we have prepared for exchange students is with the following company.

Global Trust Networks Co., Ltd.

Homepage: <https://www.gtn.co.jp/>



| サービス内容 | | Service Contents | |
|---------|---|--------------------|---|
| 国内電話 | 1 回 10 分以内であれば、無料でかけられます。 ※ナビダイヤル(0570 から始まる電話番号)については、有料 | Domestic Call | Calls up to 10 minutes are free *Charges apply for Navi Dial (phone numbers starting with 0570). |
| 国際電話 | かけられません。 | International Call | Not available. |
| SMS | 受信のみ可 | SMS | Only receiving SMS is available. |
| データ通信容量 | (S23) 7 ギガ/月 (F23)10 ギガ/月 ※規定のデータを超えた場合は、通信速度制限がかかります。 | Data | (S23) 7GB per month (F23) 10GB per month ※Data speed will be limited once over the limit. |
| 注意事項 | 交換学生の契約については、KGU が一括で行っています。交換学生自身で契約内容の変更はできません。契約内容に関するお問い合わせがあれば、必ず KGU(exchangestudent@kwansei.ac.jp)までご相談ください。 | Notice | KGU handles all contracts for exchange students. Exchange students are not allowed to change the contract by themselves. Please contact KGU (exchangestudent@kwansei.ac.jp) for any inquiries regarding the contract. |



| インバウンドメディカルアシスタントサービス | | Inbound Medical Assistance Service | |
|--|--|--|--|
| 「インバウンドメディカルアシスタントサービス」は、交換学生が日本で生活する間に病気やけがで困ったときに使うサービスです。交換学生は、「インバウンドメディカルアシスタントサービス」の会員ですので、このサービスを使うことができます。 | | The "Inbound Medical Assistance Service" is a service for international students in Japan. As an exchange student, you are enrolled in the "Inbound Medical Assistance Service". | |
| 1. サービス内容 | | Service Contents | |
| 1. 病院紹介: 風邪などで近くの病院を知りたいとき、電話で病院を紹介します。希望すれば予約もします。 | | 1. Referral: Referral to an appropriate health institutions (clinic and hospital) | |
| 2. 通訳: 病院に行く場合や診察を受けているとき、またタクシーで病院へ行くときなど日本語で会話が難しいとき、電話で通訳します。(医師が電話通訳サービスの利用を許可した場合) | | 2. Interpretation: Interpretation service provided over the phone during transportation or while in clinic/hospital (doctor's permission necessary) | |
| 2. 対応言語とサービス時間 | | Languages and Service Hours | |
| 対応言語: 英語・中国語・日本語・韓国語* | | Language: English/Chinese/Japanese/Korean* | |
| サービス時間: 24 時間 365 日 | | Service Time: 24hrs, 365 days | |
| ※韓国語については時間帯によって対応できない場合があります。 | | ※Interpretation in Korean may be available depending on time and days. | |
| 3. 電話番号 | | Phone Number | |
| 『インバウンドメディカルアシスタントサービス』を使うときは、次の番号へ電話してください。 | | Call the number below when you need to use the above services. | |
| <div> 会員専用電話番号(フリーダイヤルではありません) For members only (This is not a toll-free number) </div> | | <div> 03-3811-8124 </div> | |
| ※電話をかけると「日本エマージェンシーアシスタンスです」とコールセンターの係の人が電話に出ます。自分の名前と関西学院大学の学生だと伝えてください。 | | ※The operator will say "Nihon Emergency Assistance". Please give them your name and state that you are a student from Kwansei Gakuin University. | |
| ※「会員番号を教えてください」と言われたら、関西学院大学での学生番号を伝えてください。 | | ※If asked for your contract number, please give your KGU student number. | |
| 4. 注意事項 | | Notes | |
| ① サービスの使える人: 会員本人のみサービスを使うことができます | | ① Who can use this service: All exchange students enrolled in the CJP Program | |
| ② サービスの提供機関: 指定来日日から退去日まで | | ② When/where can you use this service: From the designated arrival day to moving out day | |
| ③ サービスが受けられない場合: ゼネラルストライキ、交通ストライキ、天災、戦争、内乱、テロ、暴動、反乱、報復、交通・輸送制限、爆発、原子力事故などが起きた場合。 | | ③ This service cannot be used in case of: Strikes, natural disaster, riot, terrorist attack, war, nuclear incident, traffic/transport restraint | |

医療について

Medical Information

外国語で受診できる病院

西宮市や西宮周辺には外国語で受診ができる病院があります。詳細は下記のリンクで調べてください。

Hospital with Foreign Languages Service Available

There are a number of medical facilities and clinics in Nishinomiya and the surrounding area which are equipped to provide service in foreign languages. For a detailed list of institutions, please refer to the following link.

兵庫国際交流協会 < Hyogo International Association >

<https://www.hyogo-ip.or.jp/en/kurashi/byoki.html>

処方箋について

日本では医者が出した処方箋によって薬局で薬を調合してもらいます。薬局で処方箋が出されることはありません。日本国外で処方された処方箋が日本で通用するとは思わないでください。

通常、医者は薬を処方する前に診察をします。薬の強さは欧米のものとは異なります。ほかの国で容易に手に入る薬も、医者や病院の薬局でしか入手できないかもしれません。持病があり、市販薬を服用する場合、まず医者に服用前に確認しましょう。

Medication and Prescription

It is customary in Japan for prescription drugs to be dispensed by a physician at their office or at a pharmacy of their choice. Written prescriptions to be filled at ordinary pharmacies are not as common. Do not expect to be able to renew drug prescriptions issued by a physician outside Japan.

Generally a physician will require examination before prescribing medication. Drug strengths sometimes differ from Western countries. Some pharmaceuticals readily available over the counter in another country might only be available from a doctor or hospital pharmacy. If you have chronic medical problems, you should first check with your physician before taking any non-prescription drugs.

関西学院大学保健館の診療について

KGU Health Care Center

西宮上ヶ原キャンパス保健館 Nishinomiya Uegahara Campus Health Care Center Tel. 0798-54-6023

| 専門 Specialty | 月曜日 Mon. | 火曜日 Tue. | 水曜日 Wed. | 木曜日 Thu. | 金曜日 Fri. |
|----------------------------|---------------------------------|---------------|---------------|---------------|--------------------------------|
| 内科 Internal Medicine | 9:00 - 11:00 *2 佐藤 (Sato) 先生 | 9:00 - 11:00 | 9:00 - 11:00 | 9:00 - 11:00 | 9:00 - 11:00 |
| | *1 13:00 - 15:45 | 13:00 - 15:45 | 13:00 - 15:45 | 13:00 - 15:45 | 13:00-15:45 *2 佐藤 (Sato) 先生 |
| 精神科 Psychiatry | | | 9:15-11:30 | 13:30-15:45 | 9:15-11:30 |
| | | | 13:30-15:45 | | |

診療時間は変わる可能性がありますので、保健館または CIEC 事務室で最新の診療時間を確認してください。

*1. 要予約 *2. 英語対応の医者勤務中

The Health Center schedules are subject to change. Please check with the Health Care Center or the CIEC office for the most up to date schedule.

*1. Appointment only *2. English speaking doctor available (Dr. Sato)

総合病院での一般的な診療の流れ

総合病院で初めて診察を受けるときの流れを紹介します。

初めて病院に行く際は、必ず国民健康保険証を持参してください。(保険契約者であっても保険証を提示しなければ、最初に治療費を全額支払う必要があります。)受付窓口では、身分証明書の提示が求められます。もし他の医師より紹介状をもらっている場合は、それを持って行きましょう。

総合病院では、初診外来窓口、各科の窓口、精算窓口など、手続きに応じて受付窓口が分かれています。小さな病院では、受付から精算までが一つの窓口で行われます。

General Outpatient Procedure at Hospital

Below is the general flow of a visit to a medical facility.

Please be sure to bring your Japan National Insurance card on your first visit. (Even if you are a policyholder, if you don't show the insurance card, you will first have to pay all the cost by yourself.) You may also be asked to show your ID at the reception desk. Bring a reference from another doctor if you have one.

Large medical facilities will have various counters such as reception, bill recovery and special counters for each specialty however small medical facilities may only have one counter.

| | |
|---|--|
| 1. 外来患者用の申込用紙(診察申込書)への記入 | 1. Fill out the registration form for outpatient |
| 2. 初診外来者用の窓口にて(受付窓口) 申込書に記入し、保険証を提出します。それによって、あなた個人のカルテと診察券が準備されます。 | 2. At the reception desk for first visit outpatient Submit the registration form and your insurance card. Your medical chart and patient ID card will then be prepared. |
| 3. 診察を受ける部門の受付窓口にて あなたのカルテと診察券を提出します。問診票に記入し、記入し終わったら看護師あるいは窓口のスタッフに提出しましょう。 | 3. At the reception desk of the relevant department Submit your medical chart and patient ID card. Fill out a medical questionnaire and submit it to the nurse or secretary. |
| 4. 診察 問診票を提出したら、あなたの名前が呼ばれるまで待ちます。医師が必要と診断した場合はいくつかの検査を受ける可能性があります(血液検査、尿検査、X線検査など) | 4. Consultation Submit the medical questionnaire and wait until you are called. Several examinations will be done if necessary. (Blood test, urine test, X-ray etc.) |
| 5. 診察が終了したら 必要であれば再来の予約を取ります。請求書と診察券を受け取りましょう。 | 5. When consultation is over Make an appointment for the return visit if necessary. Collect your bills and patient ID card. |
| 6. 計算カウンター 請求書を提出します。 | 6. Calculation counter Submit your bills. |
| 7. 支払 名前を呼ばれたら、料金を支払います。領収書と診察券、処方箋を受け取りましょう。 | 7. Cashier Pay the fees when you are called. Receive the receipt, your patient ID card and coupon for medicine. |
| 8. 薬局 処方箋を提出します。名前を呼ばれたら薬を受け取りましょう。 | 8. Pharmacy Submit the coupon for medicine. Receive your medicine when you are called. |

| 病気や怪我の場合 | Sickness or Injury |
|---|--|
| <ul style="list-style-type: none"> ● 病気などで授業を欠席する場合は、必ず CIEC に連絡しましょう。 ● 病気などで入院をする場合は、すぐに CIEC に相談しましょう。 ● 感染症の疑いのある場合は、必ず病院を受診して診断を受ける必要があります。(P.18参照) ● 感染症であると診断された場合は、できるだけ人との接触を避けましょう。自分の部屋で安静にして、他の人に感染が広がらないように注意しましょう。 ● 病院には各自で行きましょう。 ● 日本では薬をもらうだけでも診察を受ける必要があります。 | <ul style="list-style-type: none"> ● If you are to miss class due to a sickness or an injury, please contact CIEC as soon as possible. ● If you are hospitalized due to a sickness or on injury, please contact CIEC as soon as possible. ● If you think you may have an infectious disease, you need to be seen by a doctor. (Refer to p.18) ● If you are diagnosed with an infectious disease, avoid contact with other people as much as possible. Stay at home in your own room to rest and be careful not to spread your sickness. ● Make your own way to the hospital/clinic. ● If you would like to receive medication from a Japanese health practitioner, you will have to be examined. |

日本の法律と生活注意事項

Japanese Laws and Regulations

飲酒・喫煙可能年齢について

飲酒、喫煙は 20 歳からです。



Drinking and Smoking Age

The minimum age for drinking and smoking is 20 years old.

麻薬について

近年日本では、薬物問題が大きく取り上げられています。また、薬物乱用にはとても厳しい法律があります。

マリファナを含む薬物所持は、国外退去や懲役などにより罰せられます

Illegal Drugs

Drug abuse is becoming more of a problem in recent years in Japan and there are very strict laws with regards to drug abuse.

Possession of even a small amount of any drugs; including marijuana, will result in either imprisonment or immediate expulsion from Japan.

自転車使用時の注意点

Rules When Using a Bicycle in Japan

1. 防犯登録

自転車を買った場合は、必ず防犯登録をしてください。自転車販売店で防犯登録できます。友人・知人などから中古の自転車を譲り受けたときは、必ず領収証や説明書、防犯登録カードも一緒に受け取ってください。



Security Registration

If you buy a bicycle, make sure you get the necessary security registration card from the shop. You can register at a bicycle shop. If you get a hand-me-down bicycle from a friend, or buy a used bicycle, be sure to receive the purchase receipt, user's manual, and the security registration card.

放置自転車について

置いてある自転車に勝手に乗ってはいけません。放置してある自転車であっても勝手に使うと罰せられます。

Abandoned bicycles

Do not ride a bicycle that appears abandoned. You can get arrested or even deported for using or stealing abandoned bicycles.

交通ルールについて

交通ルールに違反したら、罰金が科される場合があります。

- 自転車は自転車専用レーン、または車道左側一列走行です。
- 自転車は一般的に歩道を走ることはできません。
- 夜は必ずライトをつけましょう。
- 携帯電話でテキストを打ったり、使ったり、電話をしたりしながら運転してはいけません。
- ヘッドホンやイヤホンで音楽を聴きながら自転車に乗ってはいけません。
- 飲酒をしたら、自転車には乗れません。
- 二人乗りはしてはいけません。



Rules of the road

You will be fined for breaking the below rules.

- Bicycles are to be ridden in designated bicycle lanes or on the left side of the road (with traffic).
- In general, bicycles are not allowed to be ridden on sidewalks.
- Always turn on your light at night.
- Do not text, use, or make phone calls with your phone while riding.
- Do not wear earphones or headphones and listen to music while riding.
- Do not ride a bicycle under the influence of alcohol.
- Only ride your bicycle with one person at a time.

- 交通事故をさけるために、ルールは守り、無理な運転は避けましょう。交差点ではいったん停止や安全確認といった交通ルールを守りましょう。



車の運転について

交換学生の車やオートバイの運転は禁止です。

- Please use your common sense and follow traffic patterns to avoid an accident. Follow stop signs, traffic lights, etc.



Driving a Car

You are not allowed to operate cars or mopeds/scooters.

忘れ物、落とし物をした時

- キャンパス内で忘れ物や落とし物をした場合、各号館の管理人室、もしくは学生課(P.30 また P.78 参照)へ照会して下さい。
- キャンパス外で忘れ物や落とし物をした場合、最寄りの交番や警察署へ行き、遺失物届を提出して下さい。落とし物センターに届いているか、確認してもらえます。届いていない場合には、提出した遺失物届を基に、後日発見された場合に、警察より連絡がもらえます。
- 定期券を失くした場合は、各号館の管理人室、学生課の他、最寄り駅にも照会して下さい。届いている場合があります。

If you forget or lose something

- If you forget or lose something on campus, go to managers' office of each building, or Student Affairs office (see P.24 or P.78).
- If you forget or lose something off campus, go to the nearest police station or police office and submit Lost and Found Report. Police officer may check Lost & Found Center to see if your item has been reported. Once your item has been reported to Lost & Found Center, the police office will contact you.
- If you lose your commuter pass, go to managers' office of the building where you most likely lose your item and Student Affairs office, as well as the nearest train station. They may keep your commuter pass.

その他

- 女性専用列車があるので、注意しましょう。
- ゴミは分別収集されています。
- 他人名義の通学定期券や USJ のパスポートなどを使うことは違法です。

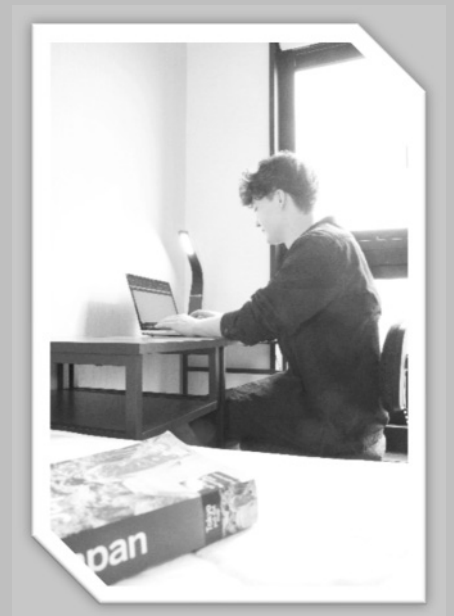
Other Regulations

- There is a train car designated for women only. Be careful.
- Trash is divided and collected separately.
- It is illegal to use a commuter pass or a USJ passport in the name of another person.



KGU が用意する宿舎編

About KGU-Arranged Accommodation



重要な日程

Important Dates

交換学生の退去日について

Moving-out Date

交換学生は速やかに決められた日までに退去してください

Exchange students should leave their KGU arranged accommodation by the determined date.

| 学期 | 最終退去日 | Semester | Final Moving-out Date |
|-----------|---------------|----------------------|-----------------------------|
| 2023 年秋学期 | 2024年1月31日(水) | 2023 Fall Semester | Wednesday, January 31, 2024 |
| 2024年春学期 | 2024 年8月4日(日) | 2024 Spring Semester | Sunday, August 4, 2024 |

届出・提出物について

Documents to Submit

退去日の届け出

Leaving Date Notification Form

退去日は出国日届に記入して提出してください。

Fill out the Departure Date Notification Form to inform us of your moving out date.

詳細は P.38 参照

Please refer to page 38 for details.

外泊届

Overnight Stay Notice

住所登録をした居住地以外のところに宿泊する場合は、宿泊期間を問わず、必ず届出をしてください。

Even if it is only one night, please submit the form attached when you will be spending the night out.

詳細は P.38 参照

Please refer to page 38 for details.

ホームステイについて

Homestay



ホームステイで提供されるもの

Your Host Family Provides

▶ 食事

平日 2 食(朝夜)

土日祝日 3 食(朝昼夜)

▶ Meals

Weekdays: Breakfast + Dinner

Weekends/National holidays: Breakfast + Lunch + Dinner

▶ 個室

個室(寝具、机、椅子、収納スペース、エアコン)

▶ Private Room

A private room with a bed (or futon), a desk/chair, storage space, A/C unit

▶ インターネット (Wi-Fi)

インターネット(Wi-Fi)の接続できる環境

▶ Internet (Wi-Fi)

A Wi-Fi connection to internet (speed not guaranteed)

ホームステイ費に含まれないもの

Your Host Family Does NOT Provide

▶ 平日(長い休みの間を含む)のお昼ご飯

長期の休みの場合も平日の昼食は自分で用意しましょう。

▶ Lunch on Weekdays

You are to make or buy your own lunch on weekdays including during long-term breaks.

▶ 外出費用

ホストファミリーと一緒に出かけた際の費用はホームステイ費には含まれていません。

▶ 生活費

電話代、クリーニング代、日用品(シャンプー・リンス・石鹸・箸)などは自分で買しましょう。

※万一、ホストファミリーの電話を借りる場合は、コンビニエンスストアなどで販売されている国際・国内用プリペイド電話カードを使用しましょう。

▶ Outing Money

The cost of going out with the host family is not included in the homestay fee.

▶ General Living costs

Please pay for your own phone bills, dry cleaning and other daily necessities, etc.

※If you need to borrow your host family's phone, please buy a pre-paid international/domestic phone card at a convenience store and use it to make the call.

ホストファミリーとの生活上の約束

- 外食などでご飯が要らないときは必ず連絡しましょう。
- お金を借りたり、貸したりしないようにしましょう。
- 床や壁を傷つけたり、汚したりした場合は、すぐにホストファミリーに話しましょう。黙っていたり隠したりすると、後でトラブルのもとになります。
- 携帯電話などの保証人になってもらってはいけません。

Promises to Your Host Family

- Please contact your host family when you will not be eating with them or if you are going to be out late.
- It is best that you do not lend or borrow money from or to your host family.
- If you scratch the floor, spill something, or damage something, let your host family know immediately. Withholding information will likely cause problems later.
- You must not have a host family member be your guarantor for things such as cell phone contracts, etc.

▶ 日本人と生活するなら

- 必ず毎日お風呂(シャワー)に入り、身体を清潔に保ちましょう。
- 小まめに(1週間に1回以上)洗濯しましょう。
- 病気の時は感染症の可能性もあるので必ず病院に行きましょう。そしてマスクをするなど家族にうつさないように配慮しましょう。
- お布団は時々干し、部屋をきれいにしましょう。
- 「おはよう」「いってきます」「ただいま」「いただきます」などの挨拶をしましょう。また「ありがとう」「ごめんなさい」をきっちりいうことも日本の生活ではとても重要です。
- 最低限自分のことは自分でしましょう。自分の食べた後の食器を下げるなど、家族の生活に協力しましょう。



▶ When You Live With a Japanese Person

- Take a shower or bath every day, and maintain personal hygiene.
- Frequently do your laundry (more than once a week).
- Go to see a doctor when you are sick as it could be infectious. Wear a mask when around your host family so they do not get sick too.
- Occasionally hang your sheets, bedding, etc., and keep a tidy room.
- “Ohayo!” “Tadaima!” Always remember to greet your host family (when entering a room or coming back from outside, etc.). This is very important for Japanese people.
- Let's manage your own things and cooperate with family life, such as clearing the dishes after eating.

▶ 時間について

- 門限、シャワーの時間などの生活上のルールは、ホストファミリーと最初に決めましょう。
- 外出、旅行の際は、行き先、帰宅時間、日程を知らせてから出かけましょう。

▶ Curfew, Trips, etc.

- Please follow the curfew, preferred shower time limit, etc. of your host family.
- Please let your host family know when you go out, go on a trip, what time you're coming home (or not coming home) every time.

| <p>▶ 電気代について</p> <ul style="list-style-type: none"> ● 日本の光熱費はとても高いです。部屋の電気やエアコンは使わないときは消しましょう。 ● エアコンの電気代が高くならないように、服などで調整しましょう。 | <p>▶ Electric Bill</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Utilities are very expensive in Japan. If you are not going to be in a room, don't neglect to turn off appliances such as air conditioner, heater, or any kind of electronic device. ● Please do your best to save electricity and if you feel hot or cold, add or remove layers of clothing. |
|--|--|
| <p>▶ 友人を招く場合</p> <ul style="list-style-type: none"> ● 友人を家に連れて行く場合は、必ずその前にホストファミリーに相談しましょう。 ● 自分の部屋に異性の友人を入れることは禁止しています。 ● 家族や友人が来日する場合は、ホテルなど別の宿泊施設を利用するようにしましょう。 | <p>▶ Having friends</p> <ul style="list-style-type: none"> ● If you would like to invite your friend over to your host family's house, please make sure to ask your host family every time in advance. ● Do not bring friends of the opposite sex into your room. ● If your friends and family come to Japan for a visit, please have them stay in a hotel or other similar facilities. |
| <p>▶ SNSについて</p> <ul style="list-style-type: none"> ● 家族や部屋の写真を Instagram などに載せるときは、必ずホストファミリーに確認しましょう。 | <p>▶ Social Networking Services</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Receive permission from your host family before posting any pictures of their house, them, or their children before posting it on social media. |
| その他 | Others |
| <ul style="list-style-type: none"> ● ホームステイで何か問題が起こった際は、まずファミリーとよく話し合しましょう。解決できないと思ったらレジデンスセンターに相談してください。 ● ホストファミリーの都合で家に泊まれないときは、レジデンスセンターに相談しましょう。 ● ホストファミリーの家を出る場合は、1 カ月前にはレジデンスセンターに連絡しましょう。 ● 滞在費を支払っているとは言え、ホストファミリーの部屋を借りています。整理整頓を心掛け、部屋をきれいに保つよう心がけましょう。そして、ホストファミリーの家のものや鍵などは大切にしましょう。 ● 自転車など大きなものを購入する場合は、事前に必ずホストファミリーに相談しましょう。 ● ホストファミリーのプライベートの空間に入らないようにしましょう。 ● ホームステイ先での貴重品管理は自己責任になります。鍵のついたスーツケースなどで保管しましょう。 | <ul style="list-style-type: none"> ● When something goes wrong with homestay, let's talk to the family first. If you think you can't solve it, please consult Residence Center. ● If your host family cannot host you for a few days due to personal matters, please contact Residence Center. ● If you would like/are going to leave your host family, please notify Residence Center at least one month in advance. ● Even though you pay for your homestay, you rent a room from your host family. Keep your room organized and tidy. Also, please take care of your host family's belongings and possessions, and do not lose your key. ● Please let your host family know ahead of time if you will purchase a bicycle, or something large. ● Please refrain from entering rooms and areas that are reserved to your host family. ● Valuables management at homestay is your responsibility. Please make sure to keep your valuables in a suitcase with a key. |

寮の滞在について

Dorm Life

| ルールについて | Rules |
|---|---|
| ▶ 居室状況について | ▶ Room Condition |
| 入寮の際に居室状況確認書を使って備品などのチェックをしましょう。不足、不具合がある場合は早めにレジデンスセンターに知らせてください。 | Please use the Room Condition Report to check that you received all the items upon arrival. If you are missing something, or find broken items, notify Residence Center as soon as possible. |
| 後日、室内設備の不具合や備品の不足について申し出があった場合、費用を請求することがあります。 | Late notifications of missing or broken items will not be accepted and you may be billed to replace the items. |
| ▶ 退寮について | ▶ Leaving the dorm |
| 途中退寮する際は必ずレジデンスセンターに1カ月前までに退去日を連絡してください。 | If you are to leave/want to leave the dorm, notify Residence Center at least one month in advance. |
| ▶ 喫煙について | ▶ Smoking |
| 決められた場所でのみ喫煙可能です。 | Please always smoke in the designated smoking areas. |
| ▶ 訪問者について | ▶ Visitors |
| 寮の訪問者の対応は寮によって異なります。寮のルールを守りましょう。 | Each dorm has its rules about visitors. Please make yourself familiar with your dorm's rules. |
| ▶ 請求について | ▶ Dorm Fee Bills |
| 毎月 20 日頃請求書が郵便で届きます。コンビニエンスストアで支払ってください。 | Monthly bills are sent to your dormitory mailbox around the 20th of every month. Payments are due at the end of the month. Please make payments at a convenience store. |
| ※電気料金、水道料金、給湯料金(実費)などは利用月翌月の請求です。 | *Utility fees such as electricity fee, water fee and hot water supply fee (excessive amount used) are billed on actual expenses in the following month. |
| (例)11 月に請求される費目 | e.g.) Items to be billed in November |
| ①12 月分の舎費、諸費 ②10月分の水光熱費 | ①Rent for December ②Electricity fee, water fee and hot water supply fee (excessive amount used) for October. |
| ▶ 門限について | ▶ Curfew |
| 門限は寮によって異なります。それぞれの寮の門限は必ず守りましょう。 | Each dorm has its curfews. Please obey the curfew. |
| ▶ ごみ出しのルールについて | ▶ Garbage disposal |
| 市町村によってゴミだしのルールが異なります。決められたルールに従って、燃えるゴミ、燃えないゴミ、ビン、カン、ペットボトル等に分別して、館内の指定場所へ出してください。 | Depending on what area/city you live in, the rules for separating garbage differ. Please follow the separating rules for burnable, non-burnable, bottles, cans, etc. and put your garbage out in the designated area. |

粗大ゴミを捨てる際は管理人に連絡して下さい。(ゴミの大きさによってお金がかかります。)また、粗大ゴミを勝手に捨てる事は法律で禁止されているので、注意してください。

Please inform your dorm manager if you need to dispose of large items as you may need to pay a fee. Please note that discarding bulky garbage without following the rule and paying the designated fee is prohibited by law.

| その他 | Others |
|--|--|
| <ul style="list-style-type: none"> ● ほかの部屋の人の迷惑にならないように、音には気を付けましょう。 ● 勝手に人の部屋に入らないでください。 ● 出かけるときはカギをかけてください。 ● 異性の部屋に入ることは禁止しています。 ● 玄関の暗証番号は絶対に他人に知らせてはいけません。 ● 日本の家屋はカビが生えやすいので、こまめに換気するよう心がけましょう。 ● 床や壁を傷つけたり、汚したりした場合は、すぐにレジデンスセンターに知らせましょう。(黙っていたり、隠したりすると、後でトラブルのもとになります) ● ノラ猫にエサをやったり、部屋の中に入れたりしてはいけません。 ● 寮の天井は低いので、注意してください。 ● 汚したり、壊したりした場合は、費用を請求する場合があります。 ● 寮の規則が守れない場合は、退去を命じることがあります。 | <ul style="list-style-type: none"> ● Do not be a nuisance to other residents and be aware of your noise level, especially during quiet hours. ● Do not enter someone else's room without their permission. ● Always lock your door. ● Members of the opposite sex are not allowed to enter each other's rooms. ● Do not tell non-residents the combination code on the dorm entrance door lock. ● Japanese houses/rooms and furniture become moldy quickly, so please keep your room well-ventilated. ● If you scratch the floor, spill something, or damage something in your room/dormitory, let Residence Center know immediately. It may cause a problem if you don't report it to Residence Center. ● Do not feed or let in the wild cats living in the neighborhood. ● Beware of the low ceilings. ● In the event that something has been broken or soiled, you may be responsible for repairs or cleaning expenses. ● If you fail to follow these rules, you may be removed from the dorm. |



参考情報

Useful Information



出入国情報

Immigration Information

在留カード

Residence Card

日本の法律で、日本国籍以外の外国人は、身分証明書を常に携帯しておく必要があります。日本に 90 日以上滞在する人には、写真が表示された在留カードが発行されますので、常時携帯しておいてください。

日本に到着後 14 日以内に居住地の市区役所で住居地を届けなければいけません。

在留資格や在留期間、国籍、名前の変更などがあつた場合は、14 日以内に入国管理局に行き変更の届け出を行わなければいけません。

All non-Japanese nationals are required by Japanese law to carry proper identification at all times. Those who reside in Japan for longer than 90 days will be issued a "Residence Card" in the form of a photo I.D. card, and must carry this card with them at all times. You must register your address at the local municipal office or one of its branches within 14 days after arriving in Japan. Changes to visa status, authorized period of stay, nationality or name must be reported to the appropriate Immigration Bureau within 14 days.

住民票

Certificate of Residence

市区役所では住民票の写しを発行できます。銀行口座の開設や携帯電話の契約、住居を借りるときなどに必要になることがあります。住民票の写しは 1 枚 300 円で発行してもらえますので、必要な場合は在留カードを持参し、市区役所に行きましょう。

マイナンバーが書かれている住民票の写しを発行することも可能です。銀行口座を開設する際に、必要になります。

Your local municipal office can issue a copy of your Certificate of Residence (Juminhyo). This might be needed for opening a bank account, renting an apartment, etc. Bring your Residence Card and 300 JPY for each copy you require.

You can ask for your "My Number" to be listed on the document. You will need one when opening a bank account.

転居

Changing Your Address

◆同じ市内・区内で引っ越しをするとき

◆If you move within the same municipality

在留カード、国民健康保険証、個人番号通知書またはマイナンバーカードを持って市区役所に行き、住所変更してください。

Bring your Residence Card, National Health Insurance Card, and Individual Number Notice or My Number Card to the city office and apply for a "Change of Address" (Jusho Henko).

◆他の市や区に引っ越しをするとき

◆If you move to a different municipality

1. 引っ越しをする前に今住んでいる市区役所に行き、転出届を出し、転出証明書を受け取ってください。転出届を出すときに国民健康保険の保険証の返却が必要です。

1. Before moving, go to your current municipal office and submit a Notice of Change of Address (Tenshutsu Todoke) before the date of moving and receive a Change of Address Certificate (Tenshutsu Shomeisho). At that time, you must also turn in your National Health Insurance card and My Number Card for any necessary procedures.

持参するもの

- ・在留カード
- ・個人番号通知書またはマイナンバーカード
- ・国民健康保険証

What to Bring

- ・Residence Card
- ・Individual Number Notice or My Number Card
- ・National Health Insurance Card

2. 引っ越しをしてから **14 日以内**に、新しい市区役所に転入届を提出してください。また引っ越し先で再び、国民健康保険の加入手続きが必要になります。

2. Go to the municipal office in your new location **within 14 days** after moving-out from your old location and submit a Move-in Notification (Tennyu Todoke). At the same time, re-enroll in National Health Insurance in the municipal office of your new location.

持参するもの

- ・在留カード
- ・個人番号通知書またはマイナンバーカード
- ・転出証明書

What to Bring

- ・Residence Card
- ・Individual Number Notice or My Number Card
- ・Change of Address Certificate (Tenshutsu Shomeisho)

◆各種住所変更**◆Notification of changing address**

1. 引っ越しをして住所が変わった場合、以下の提出フォームより新しい住所と在留カードのコピー（両面）を速やかに CIEC へ提出して下さい。

<https://forms.office.com/r/EdFNGu9zCF>



2. お近くの郵便局へ行き、「転居届」を提出して下さい。転居届を提出してから 1 年間、前の住所宛に届いた郵便物を新しい住所へ配達してくれます。（持ち物）在留カード
3. 家族や友人に、手紙等は新しい住所に送るよう連絡して下さい。
4. 自分で契約しているサービスがある場合、新しい住所に郵便物を送るよう、新しい住所を連絡して下さい。

1. If you move-in to the new location and changed your address, please Notify CIEC using the below form immediately.

<https://forms.office.com/r/EdFNGu9zCF>



2. Go to the nearest post office and submit Relocation Notification. This way the post office will deliver your mail or package sent to your old address to your new address for a year.
(What you will need) Residence Card
3. Inform your family and friends of your new address so that they can send a letter/package to your new address.
4. If you have a service that you subscribe to, contact your new address to send mail to the new address.

◆定期券**◆Commuter Pass**

1. 古い住所の時に使っていた定期券の有効期限が 1 ヶ月以上ある場合、その分を払い戻すことができますので、定期券を発行している駅へ行き、払い戻して下さい。（払い戻し手数料が 220 円かかります）
2. 新しい住所までの定期券が必要な場合、CIEC へ速やかに相談して下さい。CIEC より学生課に依頼し、手続きを行います。

1. If your commuter pass in your old address remains valid more than one month, you can get a refund. Please go to the nearest station that may issue commuter pass.
(A refund fee of 220 yen will be charged)
2. If you need a new commuter pass to your new address, please consult CIEC immediately. CIEC will then work with Student Affairs office to do paperwork and apply for Student Discount slip.

| 市役所一覧 | City Hall List | |
|--|--|---|
| ※宝塚市 - 宝塚市役所 宝塚市東洋町 1 番 1 号 https://goo.gl/maps/8cZNtyWF1bPrykGJ9 | Takarazuka City – Takarazuka City Hall Toyocho 1-1, Takarazuka City |  |
| ※西宮市 - 甲東支所 西宮市甲東園 3 丁目 2 番 29 号 アプリ甲東 3 階 https://goo.gl/maps/ubZ1jRx7PjUrU2wf8 | Nishinomiya City – Koto Branch 3F, Apuli Koto, Kotoen 3-2-29, Nishinomiya City |  |
| ※西宮市 - アクタ西宮ステーション 西宮市北口町 1-1 アクタ西宮 西館 5 階 https://goo.gl/maps/JYTnXMiSvyTS9nSU6 | Nishinomiya City - ACTA Nishinomiya Station 5F, West Wing, ACTA Nishinomiya, Kitaguchi-cho 1-1, Nishinomiya City |  |
| ※伊丹市 - 伊丹市役所 伊丹市千僧1丁目1 https://goo.gl/maps/4zxK72gQ2jQdk9Vr6 | Itami City – Itami City Hall Senzo 1-1, Itami City |  |
| ※尼崎市 - 尼崎市役所 阪急塚口サービスセンター 尼崎市南塚口町2丁目1-1 塚口さんさんタウン 1 番館 4F https://goo.gl/maps/H1dKKBLZ2yDWs1GbA | Amagasaki City – Amagasaki City Hall Hankyu Tsukaguchi Service Station 4F Tsukaguchi Sun Sun Town 1, Minami Tsukaguchi-cho 2-1-1, Amagasaki City |  |
| ※芦屋市 - 芦屋役所 芦屋市精道町 7 番 6 号 https://goo.gl/maps/UxPUcuwzLt113ojR8 | Ashiya City – Ashiya City Hall Seidocho 7-6, Ashiya City |  |
| ※神戸市 - 東灘区役所 神戸市東灘区住吉東町5丁目2-1 https://goo.gl/maps/egWbHJVagsEyboXs6 | ※Kobe City – Higashi Nada-Ku Ward Office Sumiyoshi Higashi-cho 5-2-1, Higashi Nada-ku, Kobe City |  |
| ※神戸市 - 灘区役所 神戸市灘区桜口町4丁目2-1 https://goo.gl/maps/8bbyfPks3UVVUJpT7 | ※Kobe City –Nada-Ku Ward Office Sakuraguchi-cho 4-2-1, Nada-ku, Kobe City |  |

出国時の注意

When Exiting Japan

旅行や一時帰国などで一時的に日本を離れる場合、「みなし再入国許可」での出入国となります。下記を参照してください。

When leaving Japan for the purpose of vacation in a foreign country or for a visit to your home country, please make sure to do the following steps.

①再入国出国記録(再入国EDカード)の再入国許可による出国を希望する欄をチェックしてください。(再入国 ED カードは、出国ゲートにあります)

①Fill out an Embarkation and Disembarkation Card for Re-entrants. Don't forget to tick the "I am leaving Japan temporarily and will return" box. (This document can be found at the airport/port, right before going through Immigration).

②入国審査官に在留カードと再入国 ED カードを提示して、再入国許可による出国を希望する旨を伝えてください。

② Present your Residence Card and a filled-out Embarkation and Disembarkation Card for Re-entrants to the Immigration Officer.

※手続きを間違えると留学ビザが無効にされます。



※Failing to do so will result in your "Student" visa being voided.

<みなし再入国許可について>

みなし再入国許可制度とは、有効なパスポートと在留カードを所持している外国人は、出国の日から一年以内に再入国する場合は、原則として通常の再入国許可の取得を不要とするものです。

<Special Re-entry Permit System>

With the new "Special Re-entry Permit System", foreign nationals with a valid passport and Residence Card who plan to re-enter Japan within one year from the date of departure no longer need to obtain the Re-entry Permit in advance, in principle.

| 外国人用 (再入国) | | 再入国出国記録 DESEMBARKATION CARD FOR RE-ENTRANT ② | | 再入国出国記録 EMBARKATION CARD FOR RE-ENTRANT ① | |
|---|---|---|---|---|---|
| | | 【 ARRIVAL 】 | | 【 DEPARTURE 】 | |
| 氏名 Name | Family Name Given Names | 氏名 Name | Family Name Given Names | 氏名 Name | Family Name Given Names |
| 生年月日 Date of Birth | Day Month Year 航空機便名・船名 Air flight no./Vessel | 生年月日 Date of Birth | Day Month Year 航空機便名・船名 Air flight no./Vessel | 生年月日 Date of Birth | Day Month Year 航空機便名・船名 Air flight no./Vessel |
| 以下の質問について、該当するものに☑を記入し、署名して下さい(特別永住者の方は署名のみ)。Please check the applicable items and put your signature. (For special permanent resident, please put your signature only.) | | 以下の質問について、該当するものに☑を記入し、署名して下さい(特別永住者の方は署名のみ)。Please check the applicable items and put your signature. (For special permanent resident, please put your signature only.) | | 以下の質問について、該当するものに☑を記入し、署名して下さい(特別永住者の方は署名のみ)。Please check the applicable items and put your signature. (For special permanent resident, please put your signature only.) | |
| 1 あなたは、日本国又は日本国以外の国において、刑事事件で有罪判決を受けたことがありますか？ Have you ever been found guilty in a criminal case in Japan or another country? | | 1 あなたは、日本国又は日本国以外の国において、刑事事件で有罪判決を受けたことがありますか？ Have you ever been found guilty in a criminal case in Japan or another country? | | 1 あなたは、日本国又は日本国以外の国において、刑事事件で有罪判決を受けたことがありますか？ Have you ever been found guilty in a criminal case in Japan or another country? | |
| □ はい Yes □ いいえ No | | □ はい Yes □ いいえ No | | □ はい Yes □ いいえ No | |
| 2 あなたは、現在、麻薬、大麻、あへん若しくは覚せい剤等の規制薬物又は銃砲、刀剣類若しくは火薬類を所持していますか？ Do you presently have in your possession narcotics, marijuana, opium, stimulants, or other controlled substance, swords, explosives or other such items? | | 2 あなたは、現在、麻薬、大麻、あへん若しくは覚せい剤等の規制薬物又は銃砲、刀剣類若しくは火薬類を所持していますか？ Do you presently have in your possession narcotics, marijuana, opium, stimulants, or other controlled substance, swords, explosives or other such items? | | 2 あなたは、現在、麻薬、大麻、あへん若しくは覚せい剤等の規制薬物又は銃砲、刀剣類若しくは火薬類を所持していますか？ Do you presently have in your possession narcotics, marijuana, opium, stimulants, or other controlled substance, swords, explosives or other such items? | |
| □ はい Yes □ いいえ No | | □ はい Yes □ いいえ No | | □ はい Yes □ いいえ No | |
| 以上の記載内容は事実と相違ありません。 I hereby declare that the statement given above is true and accurate. | | 以上の記載内容は事実と相違ありません。 I hereby declare that the statement given above is true and accurate. | | 以上の記載内容は事実と相違ありません。 I hereby declare that the statement given above is true and accurate. | |
| 署名 Signature | | 署名 Signature | | 署名 Signature | |
| 官用欄 Official Use Only | | 官用欄 Official Use Only | | 官用欄 Official Use Only | |

一年以内にチェック☑を入れてください。
Please check ☑ within one year.

再入国する場合は必ず 1. に☑を入れてください。

Please check 1. ☑ without fail

☒ 1. 一時的な出国であり、再入国する予定です。

I am leaving Japan temporarily and will return.

☐ 2. 「再入国許可」の有効期限内に再入国の予定はありません。

I do not plan to re-enter Japan while my re-entry permit is valid.

在留カードを紛失した時

まず警察署に行き、紛失届を発行してもらいましょう。
次に入国管理局に以下のものを持って行きましょう。

持参するもの

- ・パスポート
- ・紛失届(警察から発行されたもの)
- ・写真 1 枚(4cm×3cm、3 ヶ月以内に撮影されたもの)

When You Lose Your Residence Card

1. Go to the local district police office to get Receipt of Notification of Loss.
2. Take the following three items to the Immigration Bureau to take care of the paperwork.

What to Bring

- ・ Passport
- ・ Receipt of Notification of Loss (issued by police office)
- ・ One ID photo (4cm X 3cm)

<最寄りの警察署>

兵庫県西宮警察署

〒662-0853 兵庫県西宮市津田町3-3

<Police Station near campus>

Hyogoken Nishinomiya Police Station

3-3 Tsuda-cho, Nishinomiya,
Hyogo, 662-0853, Japan



帰国前

市区役所で転出届を提出し、国民健康保険を脱退してください。また支払いをすませていないものの支払いをすませてください。出国時に在留カードを返却する必要があります。

Before Leaving Japan

Cancel your address registry, Japanese national health insurance, internet, and other similar continual contracts. Pay for any outstanding bills that have yet to be paid. You are required to surrender your residence card to the immigration officer at your point of departure.

お金と銀行

Money and Banking

銀行

Banking

現在、銀行の金利は高くありませんが、お金をおろしたり、預金をしたり、海外送金や振替、公共料金の支払いなどに使えます。窓口は通常、土日や祝日は閉まっています。また、平日も15時には閉まります。

Though interest rates are low, opening such an account enables you to deposit and withdraw savings, use a cash card, arrange for foreign remittances or money transfers and pay public utility bills. Banks are normally closed on weekends and national holidays, and on weekdays, they close at 15:00.

外国の銀行カードを使える ATM は限られています。ゆうちょ ATM、主要なコンビニ(セブンイレブン、ファミリーマート、ローソン等)にある ATM が使用できます。日本の ATM は4桁の暗証番号のみ利用可能です。4 桁以上の暗証番号は受け付けられません。Plus や Cirrus のマークのある外国のカードであれば、ATM で使えます。

ATMs which accept foreign bankcards are limited. Only ATMs from the following banks will accept foreign bank cards: Japan Post ATMs and 7-Eleven ATMs located at convenience stores. ATMs in Japan only accept PIN numbers of four digits. Cards with more than 4 digits as a PIN will not be accepted. Only foreign cards bearing the PLUS symbol which is part of the International Cirrus and Plus System can be used with these machines.

ATM を利用する際は、手数料がかかる場合もあり、24 時間使えるわけではありません。銀行によって時間は異なります。銀行の ATM では、1 日の現金の引き出しに上限が設定されています。自分の国で使用している銀行に確認してください。

Furthermore, ATMs are generally not open 24 hours and may charge a service fee for using the ATM at certain hours. Daily withdrawal limits are based on the financial institution where the card was issued and should be confirmed directly with the bank.

| キャンパス内の ATM | ATMs on Campus |
|-------------|----------------|
|-------------|----------------|

| | |
|---|---|
| 西宮上ヶ原キャンパスと神戸三田キャンパスには、三井住友銀行とゆうちょ銀行の ATM があります。ATM が利用できる時間帯は以下のとおりです。 | There are SMBC and Japan Post Bank ATMs located on both the Nishinomiya Uegahara and Kobe Sanda Campuses. The operating hours as follows: |
|---|---|


| ATM 利用可能時間(三井住友銀行、ゆうちょ銀行) | |
|---|----------------|
| ATM Hours of Operation (SMBC and Japan Post ATMs) | |
| 平日 Weekdays | 9:00 – 19:00 |
| 土曜日 Saturdays | 9:00 – 17:00 |
| 日曜・祝日 Sunday & Holidays | 利用不可 Closed |

| 口座開設について | Opening a Bank Account |
|----------|------------------------|
|----------|------------------------|

| | |
|---|---|
| 日本には様々な銀行がありますが、銀行口座の開設を希望する交換学生には「ゆうちょ銀行」がお勧めです。 | There are many banks in Japan but Japan Post Bank (Yucho bank) is recommended for exchange students who wish to make a bank account in Japan. |
|---|---|

| | |
|--|--|
| 口座を開設するには、あらかじめ申し込みに必要な書類をオンラインで作成の上、以下の物を持って「ゆうちょ銀行」の窓口に行き、手続きをする必要があります。 | To open an account, exchange students need to apply online and bring the things below to any JP Bank branches. |
|--|--|

- | | | | |
|---------|---------------------------------|-------------------------------|--|
| - パスポート | - マイナンバーが書かれている住民票の写し(市役所にて入手可) | - Passport | - Application forms |
| - 在留カード | - 印刷をした申込書 | - Residence Card Student Card | - Certificate of Residence with MyNumber listed (can be obtained at City Hall) |

| | |
|---|---|
| ↓ 口座開設の際には必ず以下の手順書に沿って申請してください。 | ↓ Please refer to the below instructions when opening a bank account: |
|  | |

| 大学最寄りのゆうちょ銀行 | Japan Post Bank (Yucho) near Campus |
|--------------|-------------------------------------|
|--------------|-------------------------------------|

| | | |
|---|------------------------------|---|
| ① | 関西学院前郵便局 西宮市上甲東園 3-9-5 | Kwansei Gakuin Mae Post Office 3-9-5 Kamikotoen, Nishinomiya |
| ② | 西宮甲東園郵便局 兵庫県西宮市甲東園 1-2-12 | Nishinomiya Kotoen Post Office 1-2-12 Kotoen, Nishinomiya |
| ③ | 三田けやき台郵便局 三田市けやき台 1-10 | Sanda Keyaki Dai Post Office 1-10 Keyaki Dai, Sanda |
| ④ | 宝塚駅郵便局 宝塚市栄町 2 丁目 8-1 | Takarazuka Station Post Office 2-8-1 Sakae-cho, Takarazuka |

| 営業時間 Banking Hours | | ATM利用可能時間 ATM Operating Hours | |
|------------------------------------|--------------|----------------------------------|--------------|
| 平日 Weekdays | 9:00 – 16:00 | 月～土曜日 Weekdays & Saturdays | 9:00 – 19:00 |
| 土日祝 Sat., Sun. & National holidays | Closed | 日曜日 Sundays | 9:00 – 17:00 |

お金の送金と受取

小切手や銀行手形は日本ではほとんど使われません。また、それらを現金に変えるためには、とても長い時間と多額の手数料がかかる可能性が高いです。現金を手紙で送ることはできません。海外から日本に送金する場合、銀行口座への電子振込が便利です。送金する場合は次のものが必要になります。

・銀行名 ・支店名 ・支店番号 ・口座番号
・名義 ・SWIFT/BIC コード

日本から送金する場合は、電信為替や郵便送金やマネーオーダーなどがあります。銀行か郵便局で送金できます。送金する場合、マイナンバーカードが必要になる場合があります。詳しくは銀行か郵便局で確認してください。

海外の銀行などからお金を受け取るとき、送金理由が必要になります。銀行に電話をするか、銀行に直接行き、理由を説明する必要があります。

Sending and Receiving Money

Personal checks and bank drafts are rarely used in Japan and may have large fees and take a long time to cash. Don't send money through the mail. Electronic transfers are a convenient way to remit money from a bank abroad to your bank account in Japan. The following information is required to complete a bank transfer:

・ Bank Name ・ Branch Name & Number
・ Account Number & Name ・ SWIFT/BIC Code

Sending Money from Japan can be done through methods such as Telegraphic Transfer, Mail Transfer, and International Money Order. These methods can be done through either the post office or directly through banks. When sending money, your My Number Card will be required. For specific information, please check directly with the bank or post office.

When receiving money from an international institution or bank outside of Japan, a reason needs to be provided for the transfer. You can either call your bank, or go to it directly to state your reason.

日本の祝日

National Holiday Calendar

2023

| | | | |
|--------|--------|--------|--------------------------|
| 04月29日 | 昭和の日 | Apr 29 | Showa Day |
| 05月03日 | 憲法記念日 | May 3 | Constitution Day |
| 05月04日 | みどりの日 | May 4 | Greenery Day |
| 05月05日 | こどもの日 | May 5 | Children's Day |
| 07月17日 | 海の日 | Jul 17 | Marine Day |
| 08月11日 | 山の日 | Aug 11 | Mountain Day |
| 09月18日 | 敬老の日 | Sep 18 | Respect for the Aged Day |
| 09月23日 | 秋分の日 | Sep 23 | Autumnal Equinox Day |
| 10月09日 | スポーツの日 | Oct 9 | Sports Day |
| 11月03日 | 文化の日 | Nov 3 | Culture Day |
| 11月23日 | 勤労感謝の日 | Nov 23 | Labour Thanksgiving Day |

2024

| | | | |
|--------|--------|--------|-------------------------|
| 01月01日 | 元日 | Jan 1 | New Years' Day |
| 01月08日 | 成人の日 | Jan 8 | Coming of Age Day |
| 02月11日 | 建国記念の日 | Feb 11 | National Foundation Day |
| 02月12日 | 振替休日 | Jan 12 | Substitute Holiday |
| 02月23日 | 天皇誕生日 | Feb 23 | Emperor's Birthday |
| 03月20日 | 春分の日 | Mar 20 | Vernal Equinox |

*祝日に授業がある場合もあります。

Note: Classes may be conducted on some of the Japanese national holidays.

資格外活動(アルバイト)について

在留資格「留学」では働くことは認められません。アルバイトを希望するときは、事前に入国管理局で資格外活動の許可を受けなければいけません。この許可無しにアルバイトをしたり、許可された範囲を超えたアルバイトをしたりすると処罰の対象となります。場合によっては、強制退去の対象ともなりますので、十分注意してください。関西学院大学では留学の期間開始から 2 カ月を経過すれば、勉強の妨げにならないという範囲内でアルバイトを認めています。

Working Part – Time and Stamp of Approval

Under a “Student” visa status, you are not allowed to be employed. If you wish to do a part-time job, you must first apply for a work permit from the immigration office. Working without a permit, working outside the jobs permitted by the permit, is illegal and could result in deportation.

Due to the need felt by KGU for students to get properly accustomed to student life in Japan, we require students to wait two months before doing any part-time work.

手続きに必要なもの

1. 資格外活動許可申請書(CIEC にあります)
2. パスポート
3. 在留カード

What you will need

1. Application for Permission to Engage in Activity other than that Permitted under the Status of Residence Previously Granted (available at CIEC).
2. Passport
3. Residence Card

申請の方法

1. 必要書類を準備して入国管理局に提出する。
2. 当日に資格外活動許可証印シールが交付される
3. アルバイトを始めたら、アルバイト状況報告書を提出する。
(38 ページ参照)

How to apply

1. Apply at local immigration office
2. Receive the stamp of approval on your residence card and passport.
3. Fill out the Part-Time Notification Form (link on p.38).

アルバイトのできる時間数

1 週当たり 28 時間まで働くことができます。
大学の夏季・冬季・春季休暇に限り、1 日 8 時間まで働くことができます。
休暇期間：大学の学則に則って予め設定されています。
2023/2024 冬季休暇期間：12 月 24 日～1 月 5 日
2024 春季休暇期間：2 月 16 日～3 月 31 日
冬期集中期間を除く
2024 夏季休暇期間：8 月 8 日～9 月 19 日
※プログラム修了後(授業・試験終了後)は在留期間が残っていてもアルバイトはできません。

Permitted Working Hours

You may work up to 28 hours per week.
During the university's summer, winter and spring vacations, you may work up to 8 hours per day.
University vacations (according to university regulations):
2023/2024 Winter vacation: Dec 24 to Jan 5
2024 Spring vacation: Feb 16 to Mar 31
(Winter Intensive Period excluded)
2024 Summer vacation: Aug 8 to Sep 19
※You are not allowed to work after the completion of your program.

アルバイトの範囲

交換学生が行えるアルバイトは社会道徳に反するものであってはなりません。風俗営業、風俗関連営業が行われる場所でのアルバイトは禁止されています。例えば、バー、キャバレー、パチンコ、麻雀店などは、仕事の内容に関わらず働くことが禁止されています。
雇い主には資格外活動許可を提示し、働くことのできる時間数や職種を知ってもらいましょう。

<注意>

アルバイトをする場合は CIEC に届け出が必要です。アルバイトの内容等が不適切であると判断した場合、アルバイトを辞めてもらう場合があります。アルバイトを決める前に必ず CIEC に相談して下さい。

Part-Time Work

Exchange students may not engage in immoral activities as part-time work. Working at adult entertainment establishments or establishments where adult entertainment is held is prohibited. Regardless of the content of your job, you cannot work at bars, cabarets, pachinko parlors, and other such establishments.
Please show your employer your approved residence card so that they can create a proper work schedule for you.

<Note>

If your part-time job is found to be improper, CIEC might ask you to quit said improper job. Please talk with a CIEC staff before choosing your place of work.

郵便とインターネット

郵便を送ったり、受け取ったりする場合は、日本郵便が一番早く、効率的です。

関西学院前郵便局は、西宮上ヶ原キャンパスの正門近くにあり、月曜から金曜の午前 9 時から午後 5 時まで開いています。

神戸三田キャンパスの場合は、三田けやき台郵便局がウッディ中央駅近くにあります。午前 9 時から午後 5 時まで開いています。

Postal System and Internet

The Japanese postal system is a fast and efficient way to send and receive mail.

The Kwansei Gakuin Mae Post Office is located across the street from the Nishinomiya Uegahara Campus main gates and operates from 9:00-17:00 Monday to Friday.

For the Kobe Sanda Campus, the Sanda Keyaki Dai Post Office is located outside of the Woody Chu-o train station and operates from 9:00-17:00.

荷物の送り方

日本国内、もしくは海外へ荷物を送る場合、色々な方法がありますが、日数によって値段が変わります。普通郵便や EMS が一般的です。荷物を海外に送る場合、エアメール、SAL 便や船便などがあります。

詳しい情報については、下記のリンクを参照してください。

| | | |
|-------|---------------------------|---|
| 日本郵便 | Japan Post | http://post.japanpost.jp/english/index.html |
| FedEx | FedEx | http://www.fedex.com/jp |
| ヤマト運輸 | Yamato Transport Co., LTD | http://www.kuronekoyamato.co.jp/ |
| 日本通運 | Nippon Express | http://www.nipponexpress.com/ |
| DHL | DHL | http://www.dhl.com/ |
| 佐川急便 | Sagawa Express | http://www.sagawa-exp.co.jp/english/ |

Sending Mail and Packages

There are various ways to send mail both within Japan and abroad which vary in speed and cost. Standard mail and EMS are the most common. For sending packages abroad methods such as airmail, SAL (Sea, Air, and Land), or by ship are among the most common methods to send postage.

For more specific information please see the following link:

インターネットの利用

キャンパスでは学校が提供しているインターネットに接続することができます。PCは大学図書館やメディア研究棟などで利用できます。無線接続が使用できる個人のコンピューターをもっている場合、キャンパス内で使用できます。

Internet Access

All students, faculty, and staff are permitted to use the school computers which have internet access. Computers are available in the University Library, the Media Research Building and various other locations throughout campus. Students who have wireless capability on their personal computers are able to use wireless internet available on the Nishinomiya Uegahara Campus.

URL：情報化推進機構〈Organization for Information Strategies (IT Support Center)〉<http://ict.kwansei.ac.jp/>

住居と電気・水道・ガスについて

Accommodations and Utilities

電気

Electricity

日本の電圧は 100 ボルトです。また、西宮を含む西日本の電気の周波数は 60 ヘルツ、東日本は 50 ヘルツです。使用する前に機器が日本で使用できるものかどうか必ず確認してください。

Electricity in Japan runs on 100 Volts. Nishinomiya and the remainder of western Japan have a cycle of 60 Hertz and Eastern Japan is on a cycle of 50 Hertz. Please ensure that your electronic devices are suited for Japanese circuits before using them.

水

Water

日本では水道水を飲むことができます。各地方の水道局が上下水道を管理し、塩素殺菌処理をしているため、水道水や下水として使用することができます。

Tap water in Japan is drinkable. The municipal water department controls both the upper water lines, used for chlorinated tap water from filtration plants and lower water lines used for sewage.



ガスと灯油

Gas and Kerosene

大阪ガス株式会社が、関西圏の液化天然ガスを供給しています。日本の多くの家庭では、料理や暖房にガスを使い、冬の暖房に灯油を使います。

The Osaka Gas Company provides the Kansai Region with liquefied natural gas. Many Japanese homes use gas for cooking, heating, and kerosene for heating in the winter.

特に冬の空気が乾燥している時期に、これらの器具を使うときは、注意してください。日本の家は、木でできていることが多く、また密接に建てられているので、火が燃えやすく広がります。寝る前や家を出るときには下記のことに気を付けてください。



1. ガスの元栓を閉める
2. 暖房やアイロンなどの電源を切る
3. タバコやキャンドルなどの火を必ず消す

Please take the utmost care when using such equipment; especially in the winter when the air is drier. Japanese houses are traditionally constructed from wood and built close together and therefore burn fairly easily. Be sure to check appliances and do the following, before going to sleep or leaving the house.

1. Turn off the gas at the stopcock (main valve)
2. Turn off any heater, iron, and other appliances
3. Make sure to extinguish any cigarettes, candles or other sources of fires

<注意>

ガスストーブや灯油ストーブは二酸化炭素を排出するので、気を付けてください。酸素が不足すると一酸化炭素中毒になることがあります。窓を一時間ごとに開けるなどして喚起をし、気を付けてください。

<Warning>

Please be aware that gas stoves or kerosene heaters give off carbon dioxide. If the oxygen in the room becomes insufficient, carbon monoxide will be produced which can lead to carbon monoxide poisoning. To avoid such an occurrence, please ensure to maintain good ventilation by opening windows once every hour or so when using gas or kerosene.

交通機関

Transportation and Travelling

電車

近畿地方は滋賀から京都、大阪、奈良、和歌山、兵庫を含みます。阪急、阪神、近鉄、京阪、南海、JR が主な鉄道会社です。また、大阪、神戸、京都には地下鉄もあります。京阪神エリアのほとんどを電車が走り、電車で通勤・通学する人が多いです。



西宮には、阪急、JR、阪神の 3 路線があります。関西学院大学西宮上ヶ原キャンパスには、阪急甲東園か仁川駅が近いです。また JR 西宮駅からバスで通えます。神戸三田キャンパスは、JR 新三田駅もしくは南ウッディタウン駅から神姫バスで通えます。



●ICOCA について

「ICOCA(イコカ)」は、電子マネー機能付きの IC カード乗車券です。

乗車時に改札口でカードリーダーにタッチすれば、下車時に自動的に運賃を計算してくれます。発券機で乗車券を買う必要はありません。もし料金が不足していれば、乗り越し精算機で ICOCA にお金をチャージしてください。



また、ICOCA 加盟店(Suica 加盟店)ではリーダーライトにタッチすれば買い物することもできます。

●長距離旅行のためのチケット予約について

通常、券売機は 100 キロ未満の切符を販売しています。しかし、「JR みどりの発券機」では現金またはクレジットカードで高速列車(新幹線)や特急の電車の切符を買うことができます。みどりの券売機は JR の券売機や「みどりの窓口」の近くにあります。田舎の駅では券売機がないことが多いので、注意してください。さらに、これらの切符は「みどりの窓口」でも買うことができます。もし日本語が話せないのであれば、スムーズに切符を購入するためにも目的地等を紙に書いて係員に見せることをお勧めします。近鉄や南海電車でも長距離の特急券や座席の予約ができます。

Railways

In the Kinki District roughly extending from Shiga, near Kyoto, through Hyogo and including Osaka, Nara, and Wakayama, there are six major railroad systems: Hankyu, Hanshin, Kintetsu, Keihan, Nankai, and Japan Rail (JR). There are also three subway systems: Osaka, Kobe, and Kyoto. Train routes are well developed in the cities and suburbs of Keihanshin which covers Kyoto-Osaka-Kobe, and many people commute by train.

Nishinomiya has three railroad systems: Hankyu, JR, and Hanshin. In the Kwansei Gakuin Nishinomiya-Uegahara Campus area, you will probably ride the Hankyu trains to Kotoen or Nigawa station; however, it is also possible to commute to JR Nishinomiya Station and then take a bus to Nishinomiya Uegahara. For the Kobe-Sanda area, you will most likely use JR and the Shinkai Bus system to get from the JR Shin-Sanda or Minami Woody Station to the Kobe Sanda Campus.

About the ICOCA IC Card

The ICOCA IC Card is a prepaid e-money card for moving around and shopping.

Simply touch the ICOCA card to the reader at the ticket gate when out and about. There is no need to purchase a ticket from a vending machine. The fare is automatically calculated at the station where you get off. When you get off the train or bus, the fare will be calculated at that station. If the balance is insufficient, however, you will need to add more money to your ICOCA.

The ICOCA can be used not only for transportation but for shopping as well. You can use your ICOCA to make purchases for spending at ICOCA/Suica members shops.

Tickets And Reservations for Long Distance Trips

Most regular ticket machines sell tickets for travel of less than 100km. However, you can also purchase bullet train (Shinkansen) tickets and Special Express (Tokkyu) train tickets from the JR ticket machines by cash or credit card. The JR ticket machines can be found in most train stations near ticket machines and the JR ticket counter. Please note that some rural stations have no ticket machines. Moreover, you can also purchase these tickets from the JR ticket counter. If you do not speak Japanese it is recommended that you write the data on a piece of paper and present it to the salesperson at the ticket counter in order to make the purchasing process smoother. Please note that Tokkyu "Special Express" train tickets and seat reservations for long distance trips are also available from Kintetsu and Nankai.

●JR 学生割引乗車券

利用区間の片道が 101 キロ以上ある場合、運賃が 2 割引になります。手続きは次の通りです。

- ② 学生割引証を学生課で受け取る。
- ② みどりの窓口で学生割引証を見せ、学生割引券を購入する。
- ③ 学生割引のきっぷを利用する際には、必ず学生証を携帯してください。

JR Student Discount

This 20% discount off the regular fare is applicable only to travel of more than 100 km by Japan Rail.

- ① Obtain a student discount slip (gakusei waribiki-sho) at the Student Affairs Section.
- ② Purchase a student discount ticket (gakusei waribiki ken) at a JR Midori no Madoguchi service counter with this slip
- ③ When using a student discount ticket, please be sure to carry your student ID card with you.

●JR 青春 18 切符

JR 青春 18 切符は、有効期限内のうちの 5 日間、JR の普通電車、快速電車が乗り放題の切符です。日本国内を安く旅行したい場合などに使えます。青春 18 切符は 12,050 円で利用期間が限られています。また、他の人と一緒に使うこともできます。詳細は下記のホームページを見てください。

JR Seishun 18 Ticket

The JR Seishun 18 ticket, which gives you unlimited travel for any 5 days within the period of validity on local (futsu) and rapid (kaisoku) JR trains, is ideal for traveling cheaply around Japan. This ticket, which costs 12,050 JPY, is only available seasonally and can be shared by several people.

URL: <https://www.jreast.co.jp/e/pass/seishun18.html> (English only)

バス

Bus

●空港リムジンバス

Airport Limousine Bus

空港リムジンバスは、関西国際空港と大阪伊丹空港への交通手段としてとても便利です。たくさんのルートがありますが、どちらの空港からも西宮北口駅に行く際は、「西宮北口行き」に乗りしてください。バスは最終地点の阪急西宮北口駅に着くまでに、いくつかの停留所で停まります。通常、関西国際空港から片道約 70 分で 1,800 円かかります。往復切符は 3,300 円ですが、有効期限は購入日から 14 日間です。大阪伊丹空港からは約 50 分で片道 730 円です。空港リムジンバスは三田にはありません。空港には電車で行くこともできます。

The airport limousine bus service is a very efficient and convenient way to travel to and from Kansai International Airport and Osaka Itami Airport. Although there are many routes available, students and scholars who are traveling from either airport to Hankyu Nishinomiya-Kitaguchi will catch the bus destined for Nishinomiya. This bus stops at several stations before arriving at the final destination (Hankyu Nishinomiya Kitaguchi). The bus ride will normally take around 70 minutes and costs 1,800 JPY for adults for one-way tickets going to or from Kansai International Airport. Round-trip tickets can be purchased for 3,300 JPY but are only valid for 14 days from the date of purchase. From the Osaka Itami Airport, the journey will normally take around 50 minutes and costs 730 JPY for adults one way. Limousine buses do not run from Sanda City. Both airports are also accessible by trains.

URL: <http://www.okkbus.co.jp/en/>

●路線バス

Local Buses

一般的に住宅街と主要駅の間でバスが運行されています。西宮では阪急バスと阪神バスがあり、頻繁にバスを運行しています。

甲東園から関西学院大学西宮上ヶ原キャンパスへ行くルートは主に 2 本あり、一つは西宮北口駅に行くもので、もう一つは西宮北口駅と市役所を経由して朝風町に行くものです。

Regularly scheduled bus lines serve many areas where trains do not run, such as residential areas between major train stations. In Nishinomiya, the Hankyu and Hanshin companies provide frequent scheduled bus services.

There are two different Hankyu bus routes to Kwansei Gakuin University's Nishinomiya Uegahara Campus from Kotoen station. One goes on to Nishinomiya Kitaguchi station; the other goes on to Asanagi-cho via Nishinomiya Kitaguchi and the City Hall.

URL: <https://www.hankyubus.co.jp/rosen/pole/0491.html> (Japanese Only)

●長距離バス

長距離バスは、JR バスをはじめ、様々な会社が運行しており、安価で旅行したい人におすすめです。夜行バスも運行しており、リクライニング可能な席で、比較的快適です。また、女性専用車があったり、学生割引も使えます。JR 三宮駅、大阪駅、京都駅、なんば駅など大きな駅にはバスターミナルがあります。ウェブサイト上で「夜行バス」などキーワードを使うと詳しい情報が得られます。また、飛行機よりも安い場合や、飛行機や電車で行きにくい場所も、バスで行ける場合があります。

Long-Distance Bus

The cheapest way to travel long distance is to use the night buses operated by JR or various other bus companies. These can be quite comfortable, with amenities on board and with individual wider reclining seats. There are also buses specifically for female passengers. Student discounts are also applicable. These buses depart from many places. Departure points in this area include the JR stations in Sannomiya, Osaka, and Kyoto and from other places such as Namba, Shin-Osaka, and Tennoji. Using the key word "overnight bus"(yako bus) in your search engine can give you access to websites which can provide you with details about long-distance bus trips.

●シャトルバス





関西学院大学では授業期間および試験実施期間中、西宮上ヶ原キャンパスと神戸三田キャンパスを結ぶシャトルバスを運行しています。片道約 60 分で 400 円です。

Intercampus Shuttle Bus

Kwansei Gakuin University provides a shuttle bus (approx. 60 minutes) between the two campuses namely Nishinomiya Uegahara Campus and Kobe Sanda Campus, when classes and exams are in session. It cost 400 JPY.

| 西宮市上ヶ原キャンパス → 神戸三田キャンパス Nishinomiya Uegahara → Kobe Sanda | 神戸三田キャンパス → 西宮市上ヶ原キャンパス Kobe Sanda → Nishinomiya Uegahara |
|--|--|
| 出発時間 Departure Time | 出発時間 Departure Time |
| 07:30 | 09:30 |
| 09:30 | 11:20 |
| 11:20 | 13:40 |
| 13:40 | 15:30 |
| 15:30 | 17:20 |
| 17:20 | 19:00 |

| バス停 Bus Stop Location | | チケット販売場所 Ticket Purchasing Location |
|--|---|--|
| 西宮上ヶ原キャンパス Nishinomiya Uegahara Campus | 新学生会館の北側 A 号館西側 North side of the Student Union Building, West side of Lecture Hall A | 学生会館新館 1 階 関学生協(総合カウンター) 1F Student Union New Building |
| 神戸三田キャンパス Kobe Sanda Campus | バスロータリー Bus Rotary | トイボックス(第一厚生棟)2 階 Toy Box: 2F of Student Hall I カラフルボックス(第三厚生棟 1 階) Colorful Box: 1F of Student Hall III |

| タクシー | Taxi |
|---|---|
| <p>駅やバスターミナルには、タクシー乗り場があります。列に並び、タクシーを待ちましょう。タクシーに乗る際は、左側から乗りましょう。ドアはタクシーの運転手により開閉されますので、気を付けましょう。</p> <p>タクシーの初乗り料金は約 660 円ですが、タクシーの車のサイズや市によって値段が異なります。料金は、距離と時間で加算されていきます。チップの必要はありません。タクシーを降りるときは、ドライバーに料金を支払うとドアを開けてくれます。</p> <p>大通りではタクシーに比較的簡単に乗ることができますが、雨の日や午後 11 時以降、祝日などでは難しい可能性もあります。アプリでタクシーの配車を予約することもできます。</p> <p>・タクシー配車アプリ「GO」（言語：日本語、英語）</p> <div style="display: flex; justify-content: space-around; align-items: center;"> <div style="text-align: center;"> <p>App store</p>  </div> <div style="text-align: center;"> <p>Google Play</p>  </div> </div> <p>タクシーに乗る際は、日本語で書かれた自分の住所や地図を用意しておくとういでしょう。日本の住所は家ごとに番号などが振り分けられていないので、住所から探すことが難しい場合があります。</p> | <p>Many train stations and bus terminals feature a nearby taxi stand with a taxi pool available to take passengers quickly. Wait in line for your turn. Board the taxi from the left side. Stand back until the door, controlled by the driver, is opened. Similarly, the driver will shut the door after you get in.</p> <p>Basic fare begins at about 660 JPY depending on the size of the cab, varying slightly from city to city, and advances by meter at a fixed-rate combination of distance and time. No tipping is required. At your destination, after you have paid, the driver lets you out.</p> <p>Taxis are easily hailed on major streets, though this is harder to do on rainy days, after 23:00, and on some holidays. You may also book a taxi dispatch through the App at a designated time and location. There might be an extra charge for booking a taxi through App.</p> <p>Taxi dispatch App 'GO' (Language:Japanese/English)</p> <div style="display: flex; justify-content: space-around; align-items: center;"> <div style="text-align: center;"> <p>App Store</p>  </div> <div style="text-align: center;"> <p>Google Play</p>  </div> </div> <p>Taxis may be numerous but addresses are hard to find; houses are not numbered consecutively and 'street names' usually represent an asymmetric area of several blocks. It is good to have a map and/or directions in Japanese for your driver, as you may need to provide them with directions.</p> |
| 飛行機 | Airplane |
| <p>日本では、Jetstar や Peach などの LCC の航空会社が就航しています。国内や海外などにセールを利用して安く行くことも可能です。格安航空会社は関西国際空港に多く就航しています。詳しくは各航空会社のホームページを参照してください。</p> | <p>There are a number of Low-Cost Carrier (LCC) operating both domestic and international flights in Japan such as Jetstar and Peach. Those companies often have sales and seasonal discount and are considered safe. Feel free to look for interesting flights on each company's websites.</p> |
| フェリー | Ferry |
| <p>四国、九州、北海道や韓国、中国などには船で行けます。船で行く場合、時間はかかりますが、飛行機やバス、電車などより安く行ける場合が多いです。</p> | <p>Travel to other islands (Shikoku, Kyushu, Okinawa, Hokkaido) is cheapest by ship or ferryboat. Though boat travel is slower, fares are usually one-third to one-half those of trains or buses.</p> |

自然災害 – 地震

Natural Disaster – Earthquake

日本と地震

日本は世界の中で有数の地震大国です。

地震はいつ来るかわかりません。日頃から防災の備えをしておくことが大切です。

Earthquake and Japan

Japan is one of the most earthquake-prone countries in the world.

It is important to be prepared against disasters on a daily basis since earthquakes can occur anytime.

地震が起きた時に注意すること

Caution Required During Earthquake

< 路上では >

- ✓ 公園や広場など、周りに高い建物がない場所に逃げ、座る。その際は地面の割れ目などに注意する。
- ✓ 切れて垂れ下がった電線には触らない。
- ✓ かわらなど落下物に注意する。
- ✓ ブロック塀などから離れる。倒れる危険あり。

< On the street >

- ✓ Stay away from buildings and sit down on the ground. Be careful about cracks occurring in the ground where you are sitting.
- ✓ Beware of falling roof tiles, etc.
- ✓ Do not touch fallen or drooping electric cables.
- ✓ There is danger of block walls collapsing. Keep away from them.

< 屋内では >

- ✓ 机の下に入る、家具から離れる。
- ✓ ふとんやまくらで頭を守り、家具が倒れてこないところに身をふせる。
- ✓ ドアを開け、出入り口の確保
- ✓ 火元を確認、出火していれば初期消火を行う(無理せず安全確保が最優先)。
- ✓ ガスの元栓を閉め、電気のブレーカーを切る。

< Indoors >

- ✓ Get under a desk, get away from furniture.
- ✓ Protect your head with your futon (bed mattress) or pillow. Lie down where furniture won't fall.
- ✓ Open doors, secure an exit
- ✓ Check sources of flame (fire), if a fire has started, try to extinguish it as soon as possible. However, securing your safety comes first.
- ✓ Switch off gas mains and electric circuit breaker

< 海岸では >

- ✓ 海岸の場合は、高台に避難し、津波情報に注意する。
- ✓ がけを背にした家屋では、ただちに外へ避難する。

< Seaside/coastline >

- ✓ If you are near a coastline, evacuate to high ground, pay attention to tsunami information.
- ✓ If you are in a building that is near a cliff, evacuate immediately.

津波などは 10 分から 1 時間以内に発生します。安全が確認されるまでは高台に避難してください。津波が引いたと思っても断続的に来る可能性があります。右下の絵は避難ビルのサインです。



A tsunami or flood may occur within 10 minutes to an hour. Reach and stay on high ground for at least several hours or until it is announced to be safe.

Sometimes tsunamis may seem to recede but may come back in waves. Picture shown in the left is the sign of the building where you can go to evacuate.

地震についての情報を収集する

Where to Get Information on Earthquake

気象庁

<https://www.jma.go.jp/jp/quake/>



Japan Meteorological Agency

<https://www.jma.go.jp/en/quake/>



兵庫防災ネット（申込制）

メールやホームページ機能を利用して、災害発生時等の緊急時に、緊急気象情報（地震、津波、気象警報、特別警報、土砂災害警戒情報、河川洪水予報、竜巻注意情報等）をいち早く県民・市民の方々に発信するシステムです。

詳細は：

<https://bosai.net/>



Hyogo Emergency Net (on subscription needed)

Municipalities in Hyogo Prefecture distribute urgent information and a variety of disaster prevention information including earthquake, tsunami, and weather warnings by email or on website.

For more details:

<https://bosai.net/>



自然災害 – 台風

Natural Disaster – Typhoon

台風とは

日本では夏から秋にかけて台風が多く、強風や豪雨で地滑りや洪水などの被害が発生します。日頃から天気予報に注意して、台風が近づく前に、強風や洪水に備えましょう。

また、日本付近に前線が停滞しているとき(とくに梅雨期の終わり 7月下旬)、集中豪雨による被害が発生しやすくなります。

What is a typhoon?

In Japan, there are many typhoons during summer and autumn. Strong winds and heavy rain cause a lot of damage such as landslides and flooding. Pay attention to weather forecasts regularly and be prepared for strong winds and flooding before typhoons hit the area.

Damage caused by sudden downpours occurs when there are stagnant fronts near Japan (especially at the end of the rainy season in early July).

台風が来た時に注意すること

Caution Required During Typhoons

< 路上では >

- ✓ 強風で看板が飛んだり、街路樹などが倒れたりする危険があるため注意する。
- ✓ 近くの頑丈な建物に避難する。

< On the street >

- ✓ Danger of signboards and trees along the street being blown down.
- ✓ Seek shelter in a strong and sturdy building.

< 屋内では >

- ✓ 風圧や飛ばされた物で窓ガラスが割れ、破片が吹き込む危険があるため注意する。
- ✓ 雨戸、シャッター、カーテンを閉め、風が強いうちは窓に近づかない。
- ✓ できるだけ外に出ない。

< Indoors >

- ✓ Strong winds and flying objects can break windows and cause the glass to fly about.
- ✓ Close storm windows, shutters and curtains and do not go near windows when the wind is strong.
- ✓ Avoid going outside unless absolutely necessary.

< 海岸では >

- ✓ 海への転落や高潮、高波に巻き込まれる危険があるため注意する。
- ✓ 急いで海岸から離れること。

< Seaside/coastline >

- There is a danger of falling into the sea and being washed away by tidal and high waves.
- ✓ Get away from the seaside/coastline as quickly as possible.

台風についての情報を収集する

Where to Get Information on Typhoon

気象庁

<https://www.jma.go.jp/jp/typh/>



Japan Meteorological Agency

<https://www.jma.go.jp/en/typh/>



兵庫防災ネット（申込制）

メールやホームページ機能を利用して、災害発生時等の緊急時に、緊急気象情報（地震、津波、気象警報、特別警報、土砂災害警戒情報、河川洪水予報、竜巻注意情報等）をいち早く県民・市民の方々に発信するシステムです。

詳細は:

<https://bosai.net/>



Hyogo Emergency Net (on subscription needed)

Municipalities in Hyogo Prefecture distribute urgent information and a variety of disaster prevention information including earthquake, tsunami, and weather warnings by email or on website.

For more details:

<https://bosai.net/>



災害対策

Disaster Preparedness

※緊急時に必要なものを以下に挙げています。どこに置いているかを知っておきましょう。

貴重品 :

パスポート、在留カード、銀行通帳や印鑑、健康保険証、現金、携帯電話

非常食 :

シリアル、チョコレート、ペットボトルの水、米(レトルト)、缶詰

非常時グッズ:

救急箱、ラジオ(予備の電池を含む)、懐中電灯(予備の電池を含む)、携帯ガスコンロ(予備の缶を含む)、ヘルメット



※ At the time of emergency, necessary items to have/bring with you are listed below. Please make sure you know where they are.

Valuable Items :

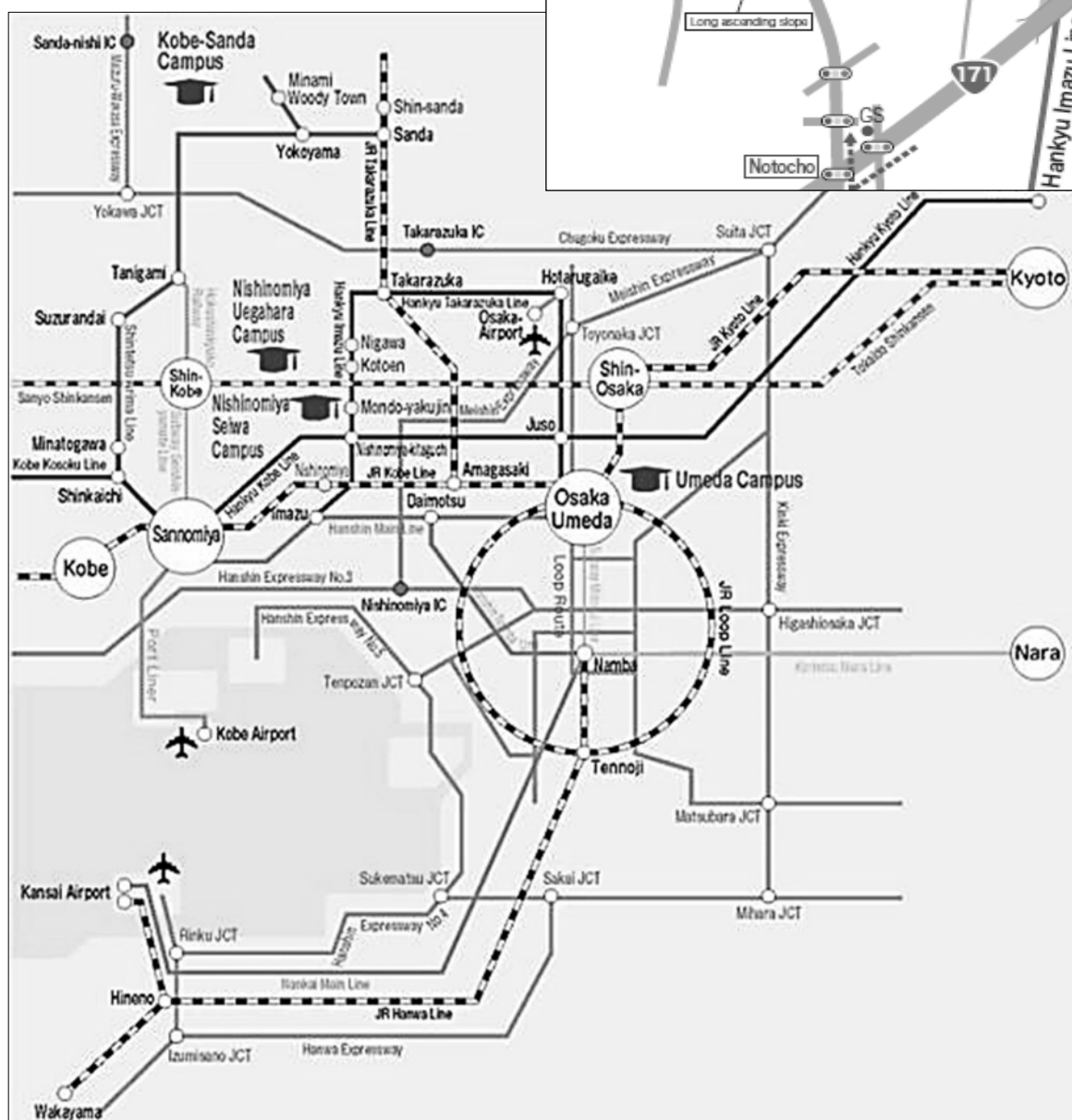
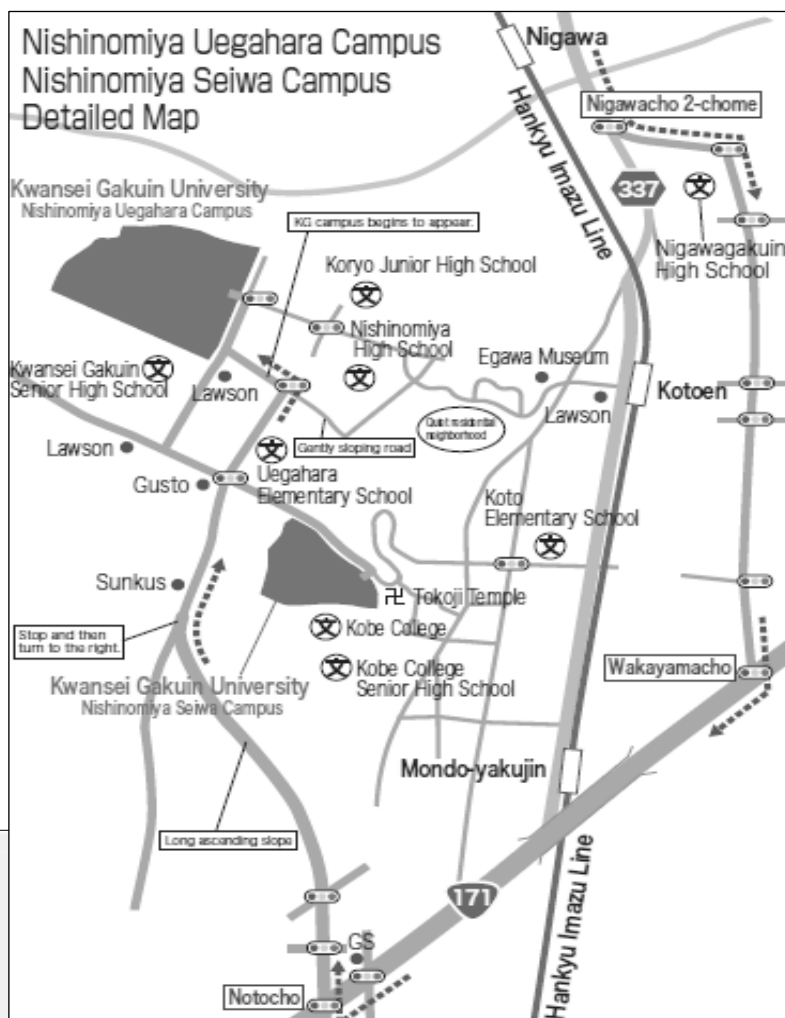
Passport, Residence Card, Seal/Personal Stamp, Bank book, National Health Insurance Card, Cash, Cell Phone

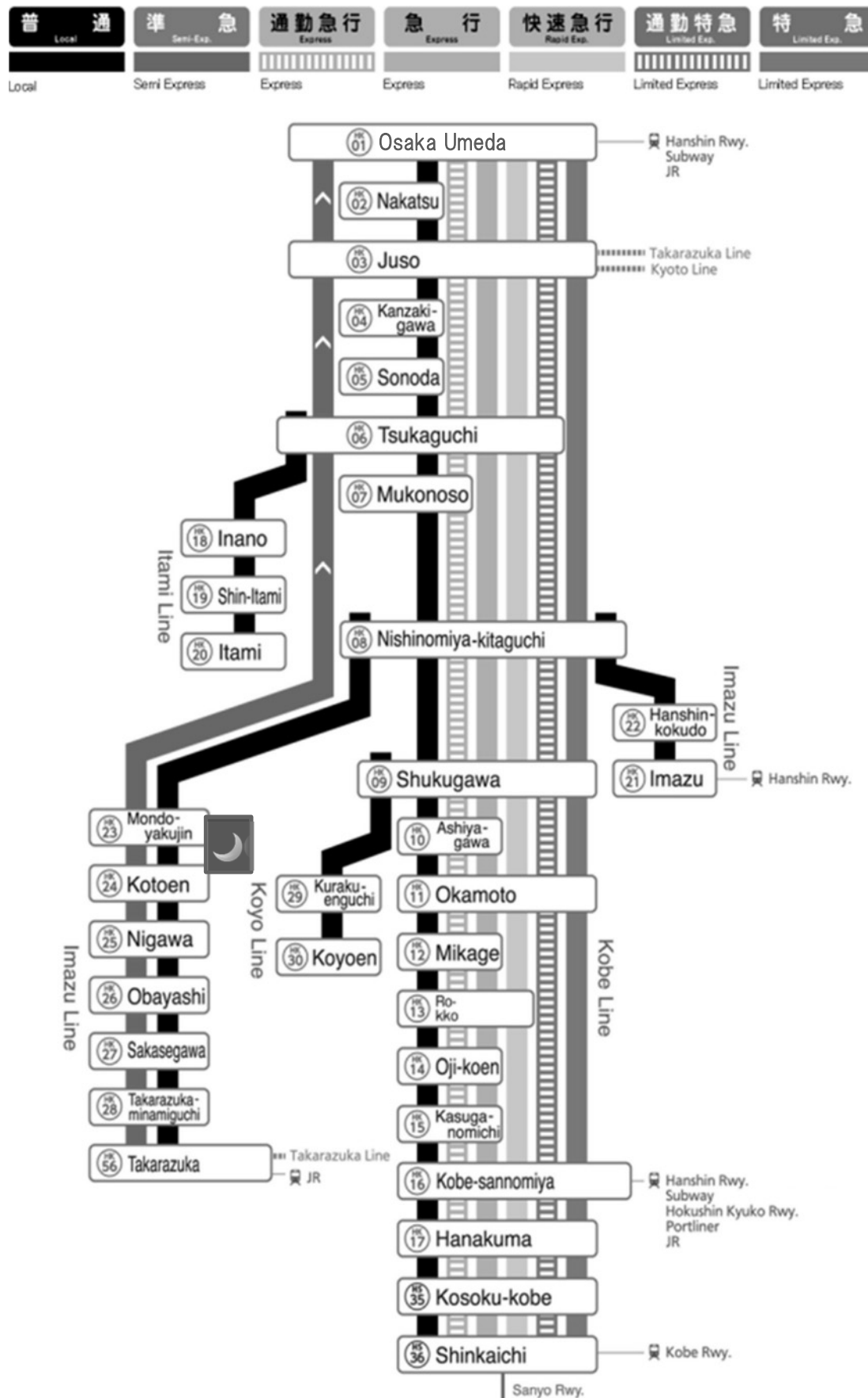
Emergency Food :

Cereal, Chocolate, Bottled water, Rice (boil-in-bag), Canned food

Emergency Equipment :

First-aid box, Portable radio (with spare batteries), Flashlight (with spare batteries), Portable gas stove (with spare gas cartridges), Helmet





Training Center Information

[Open days]

Weekdays (including holidays with class and regular examination days)

10:00 to 20:00

(10:00 to 18:00, July 31 to September 15)

[Closed days]

- Saturdays, Sundays and holidays (however, the center is open on days on which there is class or regular examination.)
- Foundation Day (September 28/ however, the center is open on days on which there is class or regular examination.)
- Summer rest period (August 13 to 21)
- New Year Holidays (December 25 to January 5)

* There are also times when the training center is temporarily closed other than the above (entrance ceremony, graduation ceremony, etc.).

[User registration]

A user has the qualification to use the Training Center for 1 year since the following day of lecture participation. To continue the qualification, he/she must renew the user status. Purchase "Training Center user registration fee (renewal): 1,000 JPY" at the ticket machine and go through the renewal process at Sports and Culture Section. A list of users whose expiration dates are close will be posted on the Training Center bulletin board.

[Outline of facilities]

◆ Strength Room

This room has platforms, combo racks, squat racks, bench presses, smith machines and so forth, mainly from HAMMER STRENGTH. The users can do weight training from basics to highly specialized levels to match the purpose such as hypertrophy, muscle strength improvement, explosive power generation, and muscular endurance improvement. There are also treadmills (room runners), upright bikes and so forth mainly from Life Fitness. Users can do systemic aerobic and anaerobic endurance improvement training.

◆ Conditioning Room

Users can do core training using balance balls, medicine balls, agility discs and so forth, as well as stretches using poles. This room can also be used for injury care and rehabilitation.

[Precautions in using the University Training Center]

Please observe the following rules so that all the users can use the Training Center comfortably:

1. Entry and exit

- Touch your student's identification card on the card reader at entry (also touch for reentry).
- Store the outdoor shoes into specified shoe rack.
- Store personal items in the security box, and do not forget the box number and code number.
- Take your student's identification card with you when exiting the Training Center (when using the bathroom, etc.).
- Do not allow unauthorized entry by lending your student's identification card.

2. Use of dressing rooms

- Be sure to lock the locker and do not forget the locker number and code number.
- Check if you forgot anything after using the locker.

3. Clothing

- Wear appropriate clothing such as training wear when training.
- To prevent injuries, use indoor training shoes.

4. Use of Strength Room

- Please use the training tools properly and carefully.
- When using a barbell, be sure to use the plate equipped with each rack or platform. Do not use the plate for other racks.
- When doing squat or bench press on a rack, set up the J-hook for barbell and the safety rack to an appropriate height. Also return them to the original height (where the sticker is stuck on) after using.
- When using a barbell, be sure to wear a collar (plate fall prevention fitting).
- Be sure to return the used machines, tools, dumbbells, barbells, plates and so forth to the original positions.
- Use a rack in multiples as much as possible.
- Use the training tools only at the Training Center and do not take them out of the Center.
- Use a platform while facing a mirror.
- Do not use plates other than bumper weights on a platform.
- Do not perform free weight training while wearing earphones or headphones.
- Consult a Training Center instructor if you have any questions about how to use the machines or how to do training.

5. Use of Conditioning Room

- When doing athletic rehabilitation or reconditioning, use the small space on the western side with priority (the room with beds and so forth).
- Do not use the bed or table for purposes other than athletic rehabilitation, reconditioning or taping.

6. Manners

- Bring your own towel to wipe yourself off the sweat from training and also off the machines, tools you used as well as the floor.
- Do not use cell phones for purposes other than training (do not distract the concentration of the others).
- Only drinking water can be brought into the Center at any time.
- Have sports drinks, fruit juices, protein and so forth in the lounge space.
- Always consider the other users while training or resting so that all the users can benefit from the effects and joy of training.
- Be careful about safety. If you find abnormality in equipment and so forth, immediately report it to the instructor or administrator.



トレーニングセンター情報

【開館日】

平日（祝日授業実施日および定期試験期間中を含む）
10:00 ～ 20:00
（7月31日～9月15日は10:00 ～ 18:00）

【閉館日】

○土曜日、日曜日、祝日（ただし、授業実施日および定期試験期間中は開館）
○創立記念日（9月28日。ただし、授業実施日の場合は開館）
○夏季休暇期間（8月13日～21日）
○冬季休暇期間（12月25日～1月5日）
＊上記期間以外でも臨時休館日があります。（入学式、卒業式などの行事实施日等）

【利用者登録】

トレーニングセンター使用資格は講習会受講日の翌日から1年間となります。引き続き使用したい場合は、更新手続きを行う必要があります。発券機で「トレーニングセンター使用登録料（更新）1000円」を購入し、スポーツ・文化課で更新手続きを行ってください。なお、有効期限が近い登録者については、トレーニングセンター掲示板にて貼りだします。

【施設概要】

◆ストレングスルーム

HAMMER STRENGTH のマシンを中心にプラットフォーム・コンボラック・スクワットラック・ベンチプレス・スミスマシンなどを設置。筋肥大、筋力向上、爆発的パワー発揮、筋持久力向上など目的に合わせて基礎から専門性の高いレベルまでウェイトトレーニングすることができる。また、Life Fitness 社のマシンを中心にトレッドミル（ルームランナー）・アップライトバイクなどを設置。全身の有酸素・無酸素持久力向上トレーニングをおこなうことができる。

◆コンディショニングルーム

バランスボール・メディシンボール・アジリティーディスクなどを使った体幹トレーニングやボールを使ったストレッチをおこなうことができる。また、怪我のケアやリハビリテーションを行うことができる。

【大学トレーニングセンター利用上の諸注意事項】

以下のようなことに注意して、利用者がお互い気持ちよく利用できるように心がけてください。

1. 入室と退室

- ・入室時は学生証をカードリーダーにタッチすること（再入場の際もタッチすること）
- ・屋外シューズは所定の下駄箱へ入れること
- ・貴重品は貴重品ロッカーに保存し、ロッカー番号、暗証番号を忘れないこと
- ・退室時は学生証を持ち出すこと（トイレ利用時等）
- ・学生証の貸し借りによる不正入室を行わないこと

2. 更衣室の利用について

- ・ロッカーは必ず施錠し、ロッカー番号、暗証番号を忘れないこと
- ・ロッカー使用後は忘れ物がないか確認すること

3. 服装

- ・トレーニングを行う際は、トレーニングウェアなどの適切な服装を着用すること
- ・怪我防止のため、室内用のトレーニングシューズを使用すること

4. ストレングスルームの利用について

- ・トレーニング器具は正しく丁寧に使用すること
- ・バーベルを利用する場合、各ラック、プラットフォームに備え付けられたプレートを使用し、他のラックのプレートを使用しないこと。
- ・ラックでスクワットやベンチプレスを行う場合、バーベル用Jフックとセーフティラックを適切な高さに設定すること。また、使用後は元の高さに戻すこと（シールの高さ）
- ・バーベルを利用する場合は必ずカラー（プレート落下防止金具）を装着すること
- ・使用したマシン、用具、ダンベル、バーベル、プレート等は必ず元の位置に戻すこと。
- ・出来る限り複数人でラックを使用すること。
- ・トレーニング器具はトレーニングセンターのみで使用し、外には持ち出さないこと。
- ・プラットフォームは鏡の方を向いて使用すること
- ・プラットフォームではバンパーウェイト以外のプレートを使用しないこと
- ・マシン使用法やトレーニング方法等でわからないことがあればトレーニングセンター指導員に相談すること

5. コンディショニングルームの使用について

- ・アスレティックリハビリテーション、リコンディショニングを実施する場合は、西側小スペースを優先して使用すること（ベッド等が置いている部屋）
- ・ベッド、テーブルはアスレティックリハビリテーション、リコンディショニング、テーピング以外では使用しないこと。

6. マナー

- ・汗拭きタオルを持参し、トレーニングで出た汗は各自で拭き、またマシンや用具、床に付着した汗も必ず拭き取る
- ・携帯の使用は原則禁止とする。トレーニング目的携帯電話を使用したい場合は、トレーナーに一声かけること。
- ・有酸素運動中のみ、音楽を聞くことができる。
- ・飲料水のみ常時持ち込み可能
- ・スポーツ飲料や果物ジュース、プロテイン等はラウンジスペースで摂取すること
- ・トレーニング中・休憩中にかかわらず他の利用者を思いやり、利用者全員がトレーニングの効果と楽しさを感じられるように配慮すること
- ・安全には十分注意すること。機器等に異常があれば速やかに指導員及び管理人に報告すること



Before Starting Your Training

- The most fundamental rules you should know -

Training = What you do to improve your functions from before.

* The training done at the training center mainly focuses on **weight training**, in which weights are used, including dumbbells, barbells and training machines.

[Effects of weight training on muscles]

| | Ordinary people | Athletes |
|---------------------------|--|--|
| Purpose | To improve health or have the ideal body shape | Performance improvement |
| Hypertrophy | Increase in fat combustion efficiency To achieve the ideal body lines | Power (speed x <u>force</u>) improvement |
| Energy consumption | Improvement in fat burning and basal metabolism | Improvement in agility through weight reduction and so forth |
| Mental effects | Sense of achievement and self-confidence! | |

* People whose main purpose is shape-up shall perform many times with relatively lighter load.

[Why do muscles grow?]

1. Muscle fiber (muscles) becomes damaged as muscular force stronger than one used in daily life is used.
 2. Muscle fiber is repaired.
 3. The repaired muscle fiber is stronger and thicker than before. → **Super compensation**
- * Protein and vitamin B are mainly necessary to repair the muscle fiber.

→ It is difficult for the results to appear unless we are careful about ensuring nutrition and rest after training.

[How often and how much training do we need to do?]

To promote hypertrophy - - -

| Set | Repetition | Rest period (min.) | Frequency (per week) |
|--------|------------|--------------------|----------------------|
| 3 to 4 | 8 to 15 | 1 to 2 | 3 to 4 |

* Reps - - - Maximum Repetition one can perform. One needs to know his or her own limit first.

*** Rest - - - Rest the used muscles for 48 to 72 hours. → To allow super compensation.**

* For the muscles that are constantly used to keep the posture such as neck, abdominal muscle, back muscles and calves, the guideline value is 20 times x 2 sets. In addition, recovery is quicker for abdominal muscle and back muscle than other parts.

[Speed of movements]

(E.g.: Exhaling when pressing → Inhaling when lowering. * Breathing must never be stopped.

| Purpose | Lifting movement | Lowering movement | Change in the speed of movement |
|------------------------|------------------|-------------------|---|
| Mastery of form | 3 seconds | 3 to 4 seconds | Constant speed (with limited acceleration) |
| Hypertrophy | 2 seconds | 2 to 3 seconds | Constant speed (with limited acceleration) |

[It is recommended that training is done by dividing the muscle parts by the day.]

Those who can train 3 days per week - - (E.g.) Monday = Front side of upper body,
Wednesday = Back side of upper body,
Friday = Lower body,

Those who can train 2 days per week - - (E.g.) Tuesday = Upper body,
Friday = Lower body,

* Front side of upper body - - - Bench press, dumbbell fly, etc.
Back side of upper body - - - Lat pull down, iso-lateral row, etc.
Lower body - - -Squat, leg extension, leg curl, etc.
Abdominal muscle and back muscle as necessary.

トレーニングをする前に

～覚えておきたい基礎の基礎～

トレーニング = 以前の自分より機能的に優位になるためにおこなうもの。

※トレーニングセンターで行うものは、ダンベル・バーベル・マシンなどの重りを使うウェイトトレーニングが主。

【ウェイトトレーニングの効用について】筋肥大・・・筋肉が大きくなること。

| | 一般の方 | スポーツプレイヤー |
|---------|-----------------------------|----------------|
| 目的 | 健康のため・理想の体型を作るため | パフォーマンスの向上 |
| 筋肥大 | 脂肪燃焼効率上昇 理想的なボディラインを作るため | パワー（スピード×力）向上 |
| エネルギー消費 | 脂肪燃焼・基礎代謝の向上 | 軽量化による俊敏性などの向上 |
| メンタル | 達成感・自信！ | |

※シェイプアップなどが主目的の人は比較的軽めの負荷で多い回数をこなす。

【なぜ筋肉が大きくなるのか？】

1. 日常生活で使う筋力より強い筋力を使うことで、筋繊維（筋肉）が損傷する。
2. 筋繊維が修復する。
3. 修復した筋繊維は前よりも強く太くなる。→ **超回復**
 ※ 筋繊維が修復するためには主にタンパク質とビタミンBが必要。
 → **トレーニング後の栄養・休息に配慮しなければ結果がでにくい。**

【どれくらいの頻度でどのくらいこなせばいいのか？】

筋肥大をおこさせるには・・・

| セット | 回数（回） | 休憩時間（分） | 頻度（週） |
|-----|-------|---------|-------|
| 3～4 | 8～15 | 1～2 | 3～4 |

※回数・・・自分の限界まであげられる回数。まず自分の限界を知ること。

※休息・・・使った筋肉は48～72時間休ませる。→ 超回復させるため。

※首・腹筋・背筋・ふくらはぎなど姿勢を保つため常に使っている筋肉は20回×2セットを目安で行うとよい。また、腹筋・背筋はその他の部位と比べ回復が早い。

【動作のスピード】

（例・押すときに吐く → 下ろすときに吸う。※呼吸は決してとめてはいけない。

| 目的 | 上げる動作 | 下ろす動作 | 動作スピードの変化 |
|---------|-------|-------|---------------|
| フォームの習得 | 3秒 | 3～4秒 | 一定スピード（加速を制限） |
| 筋肥大 | 2秒 | 2～3秒 | 一定スピード（加速を制限） |

【筋肉の部位を日によって分割して行うことがお勧め】

週3日できる方・・・（例）月曜日＝上半身前面 水曜日＝上半身後面 金＝下半身全体

週2日できる方・・・（例）火曜日＝上半身全体 金＝下半身全体

※上半身前面・・・ベンチプレス・ダンベルフライ etc.

上半身後面・・・ラットプルダウン・アイソラテラル等 etc.

下半身・・・スクワット・レッグエクステンション・レッグカール etc.

腹筋・背筋はその都度。

年 月 日

(yyyy/mm/dd)

国際教育・協力センター長 殿

To the Dean, Center for International Education and Cooperation (CIEC)

追試受験願

Request for Make-up Examination / Quiz

このたび、下記のとおり試験／クイズを欠席いたしましたので、追試験を受験させていただきますようお願い申し上げます。

I hereby submit my request for a make-up examination / quiz as below

I. 学生情報 / Student Information

学籍番号 / Student ID _____

学生氏名 / Student Name _____

KG メールアドレス / KG E-Mail Address _____

(試験に関する連絡をするため、必ず KG メールを確認してください)

(Please make sure to check your KG E-mail address for any updated regarding your request.)

II. 科目 / Course

授業コード / Course Code _____

科目名 / Course Title _____

欠席日 / Missed class _____ 月 _____ 日 (_____ 曜日) _____ 時限

Month day weekday period

担当教員 / Instructor _____

試験種類 / Test Type ☐ 試験 / Examination (midterm・final)

☐ クイズ / Quiz

裏面も記載してください。Please turn and fill out the back.

Ⅲ. 欠席理由/ Reasons for absence

※該当理由の（ ）に「✓」する Please indicate the relevant reason

| | 欠席理由 Reason for Absence | 提出（提示）資料 Documents to submit/show | 提出期限 Deadline | 備考 Remarks | 事務 室欄 |
|-----------------|---|---|--|---|----------|
| a () | 学校感染症と診断された場合 Student has been diagnosed with a School Infectious Disease | <input type="checkbox"/> 追試受験願 <input type="checkbox"/> 登校停止解除に必要な届出用紙 <input type="checkbox"/> Request for Make-up Examination / Quiz <input type="checkbox"/> Necessary documents to submit for lifting your prohibition on school attendance | 登校停止期間が解除された後、3 開室日以内 Within 3 business days after the prohibition period has been lifted | 登校停止期間より前の試験については、追試の対象外 Examinations held prior to the suspension period are not covered by this provision. | |
| b () | 忌引きによる一時帰国 International Travel Due to Mourning | <input type="checkbox"/> 追試受験願 <input type="checkbox"/> 帰りの航空券の半券 <input type="checkbox"/> Request for Make-up Examination / Quiz <input type="checkbox"/> A copy of return flight boarding pass | 帰国日から 3 開室日以内 Must be submitted within 3 business days after return date | 帰国前に事前相談要 Consultation necessary prior to departure | |
| c () | 公共交通機関の遅延【試験のみ】 Public Transportation Delays 【missed examination only】 | <input type="checkbox"/> 追試受験願 <input type="checkbox"/> 公共交通機関が発行している遅延証明書 <input type="checkbox"/> Request for Make-up Examination / Quiz <input type="checkbox"/> A “Delay Certificate” issued by public transportation company | 試験日当日 Must be submitted on the day of the examination | 飛行機、観光等の長距離バスは対象外 Flight or night bus delays are not covered by this provision | |
| d () | 上記 a、b 以外の体調不良【試験のみ】 Due to other illnesses (not listed in a or b) 【missed examination only】 | <input type="checkbox"/> 追試受験願 <input type="checkbox"/> 試験日当日に受験が不可能であることを証明できる医者診断書 <input type="checkbox"/> Request for Make-up Examination / Quiz <input type="checkbox"/> A “medical certificate” in which a doctor confirms the impossibility to take the test on the day | 体調が回復してから 3 開室日以内 Must be submitted within 3 business days after your health condition recovers | | |

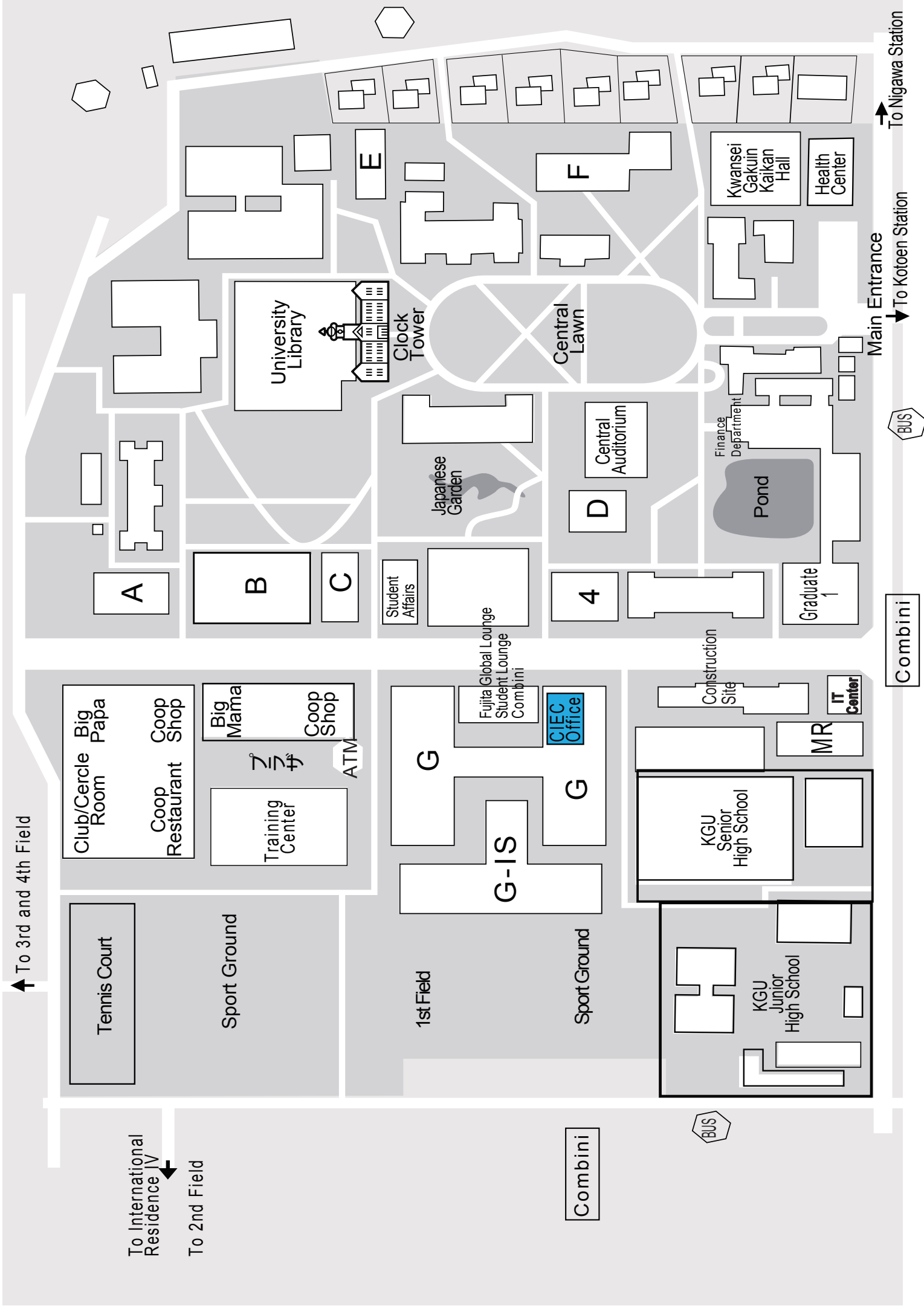
※追試の可否の最終判断、実施の場合の日程については後日 CIEC から連絡します。

CIEC will contact you with the schedule of the Make-Up Examination/Quiz if your request is approved.

【事務室確認】

- ☐ 提出書類が揃っているか、提出期限・備考が合っているか確認する。
- ☐ 忌引きによる一時帰国は、事前に相談した人を確認する。
- ☐ 事務室欄に「✓」する。
- ☐ 受領印を押す。
- ☐ 追試受験願（コピー）を日本語コーディネーターに渡す。

受領印 / Stamp



連絡先 Contact Information

| 国際教育・協力センター Center for International Education and Cooperation | | |
|--|-------------------------------|---|
| Telephone | 0798-51-0952 | |
| E-mail | exchangestudent@kwansei.ac.jp | |
| Business Hours | Weekdays 08:50~16:50 | (from August 1 to September 10 09:00~16:00) |

| レジデンスセンター Residence Center | | |
|----------------------------|-------------------------|---|
| Telephone | 0798-54-6113 | |
| E-mail | dormitory@kwansei.ac.jp | |
| Business Hours | Weekdays 08:50~16:50 | (from August 1 to September 10 09:00~16:00) |

緊急時 In Case of Emergency

| GTN アシスタント GTN Assistants | | |
|-------------------------------------|-----------------------------------|---|
| Telephone | 03-6670-3613 | |
| Note (refer to p.39 for details) | ◇ 医療関連の緊急以外かつ Business Hour 外で使用可 | ◇ For any non-medical emergencies outside of regular contact information business hours |
| | ◇ 24 時間対応可 | ◇ Operating 24/7 |
| | ◇ 22 か国語対応 | ◇ 22 languages |

| エマージェンシー メディカル アシスタンスサービス Emergency Medical Assistance Service | | |
|--|--------------|-------------------------------------|
| Telephone | 03-3811-8124 | |
| Note (refer to p.41 for details) | ◇ 医療関連の緊急時のみ | ◇ In case of medical emergency only |
| | ◇ 24 時間対応可 | ◇ Operating 24/7 |
| | ◇ 日本語、英語、中国語 | ◇ Japanese, English, Chinese |

