



## 到着後の確認事項

現地に到着しましたら、まずは親御さんに電話にて連絡を入れましょう。みなさんのことを心配しています。JSAF からは下記メールが届きます。必ず各項目（1～5）について報告してください。

### 1) 滞在先インフォメーションの確認

・ 事前に受け取っていたホームステイ先（住所、電話番号、家族構成、ペットの有無など）または寮情報（ホール名・部屋番号）について、何か変更はありませんか？

### 2) 在留届（日本国籍の方のみ）の提出と I-94（出入国記録/アメリカ派遣生のみ）のプリントアウト

・ 今回の留学生活では長期間日本を離れることとなりますので、在留届の提出が必要です。

在留届は、**到着後 2 週間以内**に下記のサイトから提出を済ませて下さい。

[www.ezairyu.mofa.go.jp/](http://www.ezairyu.mofa.go.jp/)

※帰国時には、帰国届を提出します。その際、在留届提出時に作成したパスワードが必要になりますので、必ずパスワードを控えておいてください。

#### ※アメリカ派遣生の場合：

同じく、米国税関・国境取締局 Customs and Border Protection (CBP) の下記サイトにアクセスし、ご自分の電子 **I-94（出入国）記録** をプリントアウトして手元に持っておいて下さい。

<https://i94.cbp.dhs.gov/I94/request.html>

### 3) 初日の印象について（街の様子、大学、ホームステイでの生活等）

### 4) 何か分からない事や困っている事（あれば）

### 5) オリエンテーション後、クラスレベルが決定したら詳細を報告して下さい。

## ■ 定期連絡【重要】 ■

最初の 4 週間は毎週、その後は月に 1 回、JSAF より定期確認メールをお送りしますので、必ず確認の上、返信をして下さい。

安否確認を兼ねていますので、何も問題がない場合もご返信下さい。

## ■緊急連絡先について■

出発前にお渡しした緊急連絡カードを財布などに入れて常に携帯して下さい。

緊急時（病気、怪我、事故、盗難や犯罪に巻き込まれた時など）は、まずアイラック安心サポートに連絡をしてください。

状況が落ち着きましたら、JSAF へも連絡をしてください。

週末・時間外を含め、下記のアドレスが JSAF の連絡先となります。

[flap@japanstudyabroad.org](mailto:flap@japanstudyabroad.org)

## ■気を付けよう！LINE を使ったコミュニケーション■

インターネットの普及に伴い、場所や距離を問わず気軽に連絡を取ることができるようになりました。

特に LINE などのネットツールは、操作も手軽で、迅速にコミュニケーションを取ることができます。

ただ、それらに頼り過ぎてしまうと、現地滞在中も日本語の環境から抜け出せず思いのほか英語力が伸びない、日本の友達や親御さんとの連絡に時間を取られるあまり、現地のお友達がなかなか増えない、自立のチャンスを逃してしまうなど、問題もたくさん出てきます。

日本にいる親御さんは、皆さんが想像している以上に、皆さんのことを心配されています。

「今日は疲れた」、「英語が通じなくて落ち込んでいる」など、何気なく送った一言が、親御さんを過剰に心配させてしまう危険性もあります。

せっかくの語学研修ですから、日本のご家族やお友達との連絡は最小限に抑え、目の前にある環境を楽しみ、英語を使う機会を増やしていくように心がけましょう。

※1 日に日本語を使う時間帯や回数を限定する、ご家族とは週に 1、2 回、決まった時間に連絡を取る、など、自主的なルール作りが大切です。

たとえ英語圏で生活していても、自然と英語力が伸びることはありません。

皆さんの努力や、小さな心掛の積み重ねが、英語力 UP やご自身の成長に繋がっていきます。

現地での貴重な時間を無駄にしないためにも、そのことを意識しながら生活しましょう。

## ■安全についての心構え■

### 【緊急事態発生時の心得】

留学中、テロ、天災など何もないのが一番ですが、万が一緊急事態が発生した場合は、以下の流れに沿って行動してください。

#### 【1】学校の指示に従う

学校から、安否確認、緊急集合場所、緊急連絡先などの指示がありますので、それに従ってください。

決して物見遊山で災害現場などを訪れてはいけません。

#### 【2】日本のご家族に連絡する

① 携帯電話は、緊急時に回線がパンクしたり、警察当局の治安上の理由等から管理したりして、使えなくなります。硬貨や国際電話カード(持参している場合)を使用して、公衆電話又はホームステイ先から、ご家族へ連絡をしてください。

② 世界で何か事件が起こった時は、滞在先の国や地域に関することでも、無事の連絡をするようにしてください。ご家族は心配しています。

### 【3】落ち着いたら JSAF にメールで連絡する

JSAF は学校を通して皆さんの安全を確認いたしますが、皆さんからも連絡をしてください。

※外出先などで緊急事態（事故、災害、病気、盗難など）が発生した時は、まず[アイラック安心サポートデスク](#)に連絡をして下さい。

### 【日常の心がけ】

以下の項目を、あわせてチェックしておきましょう。

- ・ [外務省 海外安全ホームページ](#)

<http://www.anzen.mofa.go.jp/>

- ・ [在留邦人向け安全の手引き（国別）](#)

<http://www.anzen.mofa.go.jp/manual/index.html>

- ・ [海外安全劇場—なぜ君が狙われるのか](#)

<http://www.anzen.mofa.go.jp/video/video01.html>

- ・ [一般社団法人海外邦人安全協会 海外安全マニュアル](#)

<http://www.josa.or.jp/travel/manual/index.html>

- ・ [トラブル事例と対策](#)

<http://www.josa.or.jp/travel/manual/case/index.html>

海外では、留学生が被害者となる事件が多く起きています。特に英語でうまく対応できないと、危険度もより高くなります。

このような事件に巻き込まれるのは、「非白人の未成年」が多いとの研究結果も出ています。

日本人は欧米人に比べて若く見えるため、男女問わず注意を払って行動してください。

「自分がいるのは日本ではない」という認識を強く持って生活するようにしましょう。

これからいよいよ留學生活が始まります。

思いがけない事故や犯罪に巻き込まれる可能性があることを、常に想定して行動しましょう。

海外では、『自分の身は自分で守る』ことが求められます。

いつも安全への意識は忘れないようにして下さいね。

何よりも皆さんが無事で帰ってくることが、ご家族をはじめ、私達の一番の願いです。

安全かつ充実した留學生活となりますように。