

2024 年春入学



正規生外国人留学生向け
ジェネラルインフォメーション

目次

<来日後の必要手続き>

	項目名	ページ
I	MyWaseda	P2
II	役所や大学での手続き	P2
III	在留資格関連	P4

<生活面での注意点>

	項目名	ページ
I	銀行口座の開設	P5
II	部屋を借りた場合の注意点	P6
III	ストレスケアについて	P6
IV	学生定期健康診断	P7
V	学内の各種相談先	P7
VI	図書館	P10
VII	その他	P10

<来日後の必要手続き>

I. MyWaseda

- MyWaseda とは、早稲田大学のポータルサイトの名称です。大学からのお知らせ、email、科目登録、成績確認、住所や銀行口座の登録などの重要な手続きは、いずれもこのサイトにログインして行います。
- MyWaseda のログイン ID・パスワードや操作方法については、所属学部・研究科のオリエンテーション等で詳しい説明があります。
- MyWaseda 以外にも、各学部・研究科の建物には壁に貼られた掲示板があります。奨学金や試験日程など、掲示板を通じて連絡がある場合もありますので、こまめにチェックするようにしてください。

II. 役所や大学での手続き

1. 在留カード

- 在留カードは、入国の際に空港で、上陸許可に伴って交付されます（一部空港を除く）。
- 在留カードは日本の法律で、常に携行することが義務付けられています。日本滞在中の身分証明書となるので、常に持っていてください。携行していなかった場合、罰金等に処せられることがあります。

The image shows a sample of a Japanese Residence Card (Zairyu Card) for a foreign national. The card is issued by the Government of Japan. The cardholder's name is TURNER ELIZABETH. The date of birth is 1985年12月31日. The sex is female (女). The nationality is American (米国). The address is 東京都千代田区霞が関1丁目1番1号霞が関ハイム202号. The status of residence is 留学 (College Student). The period of stay is 4年3月 (2018年10月20日). The card is valid until 2018年10月20日. The card is issued by the Ministry of Justice (MOJ). The card is valid for 2018年10月20日まで有効.

ADDRESS (When you change your address, new address will be written on the back side of the card.)

STATUS OF RESIDENCE

PERIOD OF STAY (DATE OF EXPIRATION)

PERIOD OF VALIDITY OF THIS CARD

2. 住民登録

- 在留カードを取得したら、住居地を定めてから 14 日以内に居住地の区役所/市役所（新宿区なら新宿区役所）の「住民課」に行き、「住民登録」を行なってください。下のサンプルのように、「住民登録」が完了すると、在留カードの裏面に住所が印刷されます。

The image shows the back of a Japanese Residence Card. It contains the address registration information. The address is 東京都港区港南5丁目5番30号. The card is issued by the Ministry of Justice (MOJ). The card is valid for 2018年10月20日まで有効.

見本 Sample
在留カード裏面

3. Residency Check Form の回答

- 住民登録完了後、留学センターからの案内メールに従い、Residency Check Form から在留資格の情報を大学に提出してください。



The screenshot shows the 'New Residency Check Form' interface. At the top, there is a blue header with the title 'New Residency Check Form' and a subtitle '新 在留資格確認フォーム'. To the right of the title, there is a language dropdown menu set to '日本語' (Japanese) and a print icon. Below the header, a light blue box contains a greeting: 'こんにちは、Mami。このフォームを送信すると、所有者に名前とメールアドレスが表示されます。' (Hello, Mami. When you send this form, your name and email address will be displayed to the owner.). Below this, there is a section titled '注意事項' (Important Notice) with a print icon. The notice text reads: 'Please choose the language (Japanese or English) from the dropdown list at the top right of the form. 早稲田大学は、出入国管理及び難民認定法第十九条の一七に基づき、外国人学生の在留資格を管理しています。本フォームを用いて証明書等をアップロードしてください。 ※在留期間更新および資格変更の場合は、新しい在留カードの交付から14日以内に申請してください。' (Waseda University manages the residence status of foreign students based on Article 19-17 of the Immigration Control and Refugee Recognition Act. Please use this form to upload certificates, etc. *In the case of renewal of the period of residence or change of status, please apply within 14 days from the issuance of the new residence card.).

4. 国民健康保険の加入

- 在留期間が3か月を超える場合は、外国籍でも加入が必須となります。
- 日本では治療費が比較的高額ですが、国民健康保険に加入すれば、自己負担額が30%に抑えられます。例えば、治療費が一万円の場合、加入者の負担額は3,000円だけとなります。ただし、出産、交通事故、健康診断、美容整形等一部保険対象外の治療もありますのでご注意ください。
- 手続き場所は住民登録と同じく、居住地の市・区役所です。住民登録の手続きの際に、一緒に申し込んでください。ただし、先に住民登録を行う必要があります。
- 国民健康保険には有効期限があります。有効期間外に受診すると、受診料すべてが自己負担となりますのでご注意ください。

5. MyWaseda の住所更新

- Residency Check Form に在留カードのデータをアップしたら、すぐに MyWaseda の住所更新も行ってください（MyWaseda にログイン後、左メニューの「個人情報照会・変更」 - 「学生基本情報変更」から申請）。

6. 学生証の裏面シール貼付

- MyWaseda に住所を登録して一定の期間経過後、所属学部の事務所から学生証の裏面シール発行の連絡が届きます。それを窓口で受け取り、学生証の裏面に貼付してください（新住所が印字されています）。
- 学生証裏面に正しい住所が記載されていないと、学生証が証明書として使えない場合があります。そのため、この登録作業は新住所決定後、速やかに行うようにしてください。

1. 在留期間更新

- 在留資格には一定の有効期間があり、一日でも過ぎたら不法滞在になります。在留カードにこの「在留期間」が記載されていますので、いつまで滞在が許可されているのか、よく確認してください。
- 在留期間は、期間が切れる 3 カ月前から延長の申請が可能です。必ず余裕を持って更新手続きを行ってください。
- 手続き方法については、まず[留学センターの WEB サイト](#)（以下の QR コードからもアクセス可能）をよくご確認ください。



- 留学期間中の成績が悪いと、期間更新の申請が通らない可能性がありますのでご注意ください。
- 在留期間が更新された場合・在留資格を変更した場合の手続きに関しても、留学センターの WEB サイトをよくご確認ください。そのうえでご不明な点は、留学センターの在留チームまでお問い合わせください。

<留学センター在留チーム>

◇所在：早稲田キャンパス 22 号館 4 階

◇Email：cie-zairyu@list.waseda.jp

2. 一時的に出国する場合

- 日本滞在中、一時帰国や海外旅行などで日本を一時的に離れることがあるかもしれません。その際には、出国時に ED カードの「一時的な出国であり、再入国する予定です」に必ずチェックをしてください。以下の URL から、詳細の情報が確認可能です。

<http://www.cie-waseda.jp/visastatus/jp/current/templeavejapan.html>



新様式の再入国出国記録

外国人用 (再入国)		再入国入国記録 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	生年月日 Date of Birth	Day Month Year	生年月日 Date of Birth	Day Month Year
以下の質問について、該当するものに必ず記入し、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?		2 「再入国許可」の有効期間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.	
1 はい Yes □ いいえ No		□ はい Yes □ いいえ No		□ 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 あなたは、現在、大麻、大麻、あへん若しくは覚せい剤の所持品又は銃、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, a sword, explosives or other such items?		□ はい Yes □ いいえ No		□ 2. 「再入国許可」の有効期間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.	
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	

● 再入国入国記録(再入国)は、再入国入国記録(再入国)に記入するものです。
● 再入国入国記録(再入国)は、再入国入国記録(再入国)に記入するものです。
● 再入国入国記録(再入国)は、再入国入国記録(再入国)に記入するものです。
● 再入国入国記録(再入国)は、再入国入国記録(再入国)に記入するものです。

出国予定期間のいずれかに必ず☑して下さい。

3. アルバイト（資格外活動）

- 留学期間中にアルバイトをするには、「資格外活動許可申請」が必要です。
- アルバイトができる時間は 28 時間/週までです。（夏季・冬季・春季休暇中は 1 日 8 時間以内、週 40 時間以内）
- 風俗営業に従事することは禁じられています。風俗営業が行われる場所での皿洗いや掃除なども禁止です。

<生活面での注意点>

I. 銀行口座の開設

1. 口座開設にあたって

- 通常、留学生は入国後 6 カ月経たないと日本の銀行口座開設ができません。ただし、早稲田大学の学生であることを担保に 6 カ月経つ前に開設可能な銀行もあります（ゆうちょ銀行など）。
→ 詳細は所属学部・研究科から、3 月末までにメールで案内がありますので、それまでお待ちください（一部学部・研究科を除く）。
- 開設できた場合でも、入国後 6 カ月経たない間は「非居住者口座」としてインターネットバンキングや海外送受金、クレジットカードの作成などに制限がかかります。なお、銀行によっては入国後 6 カ月経過時点で、「居住者口座」に変更する手続きが発生する場合があります。詳細はご自身でご確認ください。
- 口座開設には学生証が必要となります。学生証は、春学期は 4 月 1 日以降、秋学期は 9 月 21 日以降に所属の学部・研究科で入手できます。それまでは開設手続きはできませんのでご注意ください。

2. 口座を開設した場合

- 銀行口座を開設したら、MyWaseda に登録してください。特に奨学金を受給予定の方は、登録をしないと奨学金が受け取れなくなってしまうのでご注意ください。
- 登録方法は以下リンク先のマニュアルをご参照ください。

<https://waseda.box.com/s/aq3zx2gli1qdszgeni44p0fhhemt3g7h>



- 留学を終えて帰国する際に銀行口座を解約しなかった結果、口座が第三者に悪用されて大きな不利益を被るケースが全国的に発生しています。口座を開設した場合は、帰国時に必ず解約してください。

3. 日本の銀行口座が無い場合の海外からの送金受取

- 「ウェスタンユニオン」の取扱店で受け取りが可能です。事前登録は不要ですが、取扱店は限られているためご注意ください。

<https://www.westernunion.com/jp/ja/receive-money.html>



Ⅱ. 部屋を借りた場合の注意点

【重要】国籍を問わず、非常に多くのトラブルの報告が大学に寄せられています。特にゴミ出しや騒音がトラブルの元になるケースが多く、快適で安全な留学生活のために、日頃より十分にご注意ください。

- ゴミ出しのルールやマナーを厳守してください。特に分別方法・ゴミ出しの曜日・粗大ごみの破棄方法などのトラブルが多いので、十分に気を付けてください。
- 家賃の前払いを忘れず、翌月分の家賃を指定日（前月の終わりまで等）までに必ずに支払ってください。長期休暇で不在にする間も、その期間の家賃支払いを忘れないでください。
- 不在中に友人や知人、他人に部屋を貸すことは、多くの場合禁止されています（Airbnbを含む）。
- 夜遅くまで騒いだり、騒音を出したりしないでください。大きな近所トラブルの原因になっています。
- 契約上 1 人しか住んではいけない住居に複数人で居住しないでください。
- 解約時や契約更新時には契約内容（特に金銭面）をよく確認してください。
- 原状回復（退去の際には入居時と同じ状態に戻すこと）に努めてください。
- 契約期間の途中で引っ越したい時は予め（一般的には遅くとも 1 か月前までに）契約先にご連絡ください。
- 住まいに関する問題は、大家や不動産業者にすぐご相談ください。

Ⅲ. ストレスケアについて

- 留学生は異国で長い間生活をするので、多くの学生が大なり小なり、様々な要素から、何かしらのストレスを感じながら生活を送ることになるかと思いますので、特にご自身のストレスについて注意を払ってください。
- 留学生特有のストレスには、以下のようなものが挙げられます。

① カルチャーショック（言語・生活習慣・宗教観・社会構造）
② 教育システムの違いによる学業面での困難
③ 戦争・政変・経済危機など母国の事件の影響
④ ビザに関する不安
⑤ 指導教員、ルームメイト、家主などとの人間関係からくるストレスの対処
⑥ ホームシックへの対処
⑦ 卒業後・帰国後の進路選択
- 決して一人で悩まないでください！お気軽に学生相談室にお越しください。



Don't suffer alone.
Reach out to us for help.

How to make an appointment.

Please make a reservation through the reservation system of our website.

Counseling rooms at each campus are also available.

Apply here ▶


Priority given
to those with
reservations

IV. 学生定期健康診断

- 保健センターでは年1回、無料で学生定期健康診断を行っています。ご自身の健康管理や学内の感染症まん延予防のため健診実施期間中に必ず受診してください。万一未受診の場合は、保健センターおよび所属学部等から連絡する場合があります。
- 学内のトレーニングセンターの利用登録には健康診断結果が必須です。
- <4月学生定期健康診断>
健康診断を受診するには事前手続き（予約・保健調査回答）が必要です。
日時・会場等の詳細は保健センターWEBサイトご確認ください。

V. 学内の各種相談先

1. 保健センター / Health Support Center

概要	心身の健康に関する相談、応急救急対応、英語対応可能な医療機関の紹介等を行っています。
WEB サイト	https://www.waseda.jp/inst/hsc/ 
備考	<保健センター学生相談室> 学生生活のことなら何でも相談できる窓口です。急ぎで心理相談を受けたい方は、外部相談機関“cotree”のオンラインカウンセリングもご利用いただけます。

2. アクセシビリティ支援センター / Accessibility Resource Center

概要	障がい全般、聴覚・言語、視覚、肢体不自由、発達障がいに関する相談を行っています。
WEB サイト	https://www.waseda.jp/inst/dsso/

	
備考	各種配慮措置を受けるにあたっては、出願時点で事前に早稲田に申告している必要がありますのでご注意ください。

3. GS センター/ Gender and Sexuality Center

概要	セクシャリティマイノリティに関する相談を行っています。
WEB サイト	https://www.waseda.jp/inst/gscenter/ 

4. キャリアセンター / Career Center

概要	卒業後の進路や就職活動に関する相談をすることができる部署です。キャリアに関するご相談はこちらをご利用ください。
WEB サイト	https://www.waseda.jp/inst/career/about/careercenter/ 

5. 異文化交流センター/ Intercultural Communication Center (ICC)

概要	ICC はすべての出身地・国籍の人を歓迎し学生同士の交流機会を提供しています。学生が主軸となり年間約 200 のイベントを企画・運営します。世界の文化への理解を深めながら、新たな価値観や文化を生み出すことを目指し活動しています。
WEB サイト	https://www.waseda.jp/inst/icc/ 
備考	◆交流イベント (En)/Events and activities https://www.waseda.jp/inst/icc/en/events/ ◆参加方法 (En)/:How to participate https://www.waseda.jp/inst/icc/en/events/involve/ 

	
--	---

6. トレーニングセンター/Training Center

WEB サイト	https://www.waseda.jp/inst/student/facility/training 
---------	--

7. リフレッシュスタジオ/Refresh Studio

WEB サイト	https://www.waseda.jp/inst/student/facility/refreshstudio 
---------	--

8. ライティングセンター / Writing Center

概要	個別指導により、あなたの日英アカデミック・ライティングをサポートします。
WEB サイト	https://www.waseda.jp/inst/aw/about/what 

9. チューター制度 / Tutorial System

概要	個別指導により、新入生の日本語・専門知識の勉強をサポートします。
WEB サイト	https://www.waseda.jp/inst/cie/life/other 

VI. 図書館

- 早稲田大学には中央図書館と 4 箇所のキャンパス図書館、そして 7 カ所ある各学部の学生読書室があります。詳しくは以下のリンク先をご確認ください。

<https://www.waseda.jp/library/>



- 本を借りるには学生証が必要になります。
- 学部生は 2 週間の期限で 15 冊まで、大学院生：2 週間の期限で 30 冊まで借りることが可能です。
- コピー機、パソコン、Wi-Fi、グループスタディールーム等の利用が可能です。

VII. その他

1. 通学定期

- 定期券は学生証を入手後に購入が可能となります。
- 購入できる区間は、大学と住んでいる場所の最寄り駅の間のみです。
- 既に Pasmo や SUICA を所持している場合は、それを用いて定期券に変えることができます。
- 購入を希望する場合は、学生証をもって乗車駅に行き、申込書を提出してください。支払いは現金またはクレジットカードの利用が可能です。通学定期券はその日のうちに発行されます。Pasmo/SUICA を定期券にすると、表面に駅名や利用期間が印字されます。
- 世界的な半導体不足の影響で定期券以外の交通 IC カードの発行は停止となっていますのでご注意ください。

2. その他

- その他の生活上のトラブルや、履修上の相談などについては、まずは所属学部・研究科の事務所までご相談ください。

以 上