



一橋大学 学務部
国際教育交流センター

参考資料の紹介



留学生・海外留学相談室

International Student & Study Abroad Advising



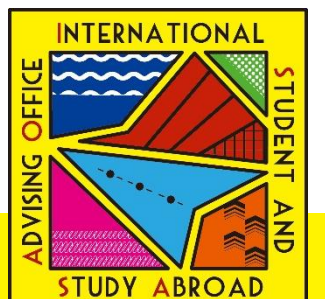
相談室へようこそ	相談室長挨拶	留学生支援 窓口紹介	留学 プランニング
来談者の声	FAQ	日本語添削	オリエンテーション

オンラインで一部サービスを提供しています

!

URLリストからご確認ください

STUDENT LIFE ORIENTATION FOR INTERNATIONAL STUDENTS



学生生活オリエンテーション

1

はじめての手続き

(1)市役所での手続き（生活面） (2)大学での手続き（学生生活）

2

生活に関する基本ルール

3

留学生支援体制について

4

学生コミュニティ

1 はじめての手続き：(1)市役所での手続き（生活面）

3つの手続き

①
転入手続き

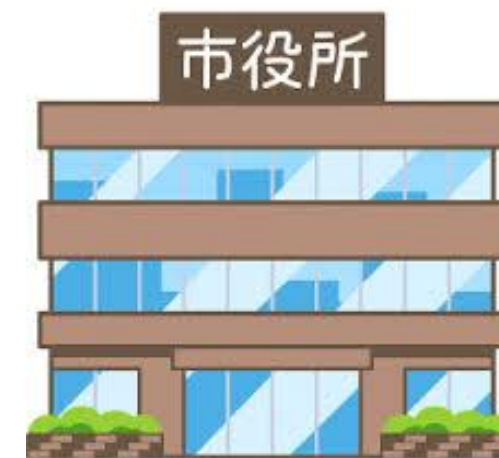
②
国民健康保険の
加入

③
国民年金の
加入・免除申請

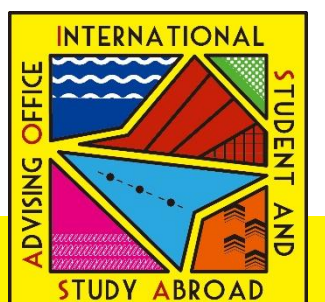
持ち物



- ① 在留カード
- ② パスポート
- ③ 学生証
- ④ マイナンバーカード（持っている場合のみ）
- ⑤ 転出届（国内からの転入のみ）



学生証を
受け取ったら
すぐに
行きましょう！



1 はじめての手続き：(1)市役所での手続き（生活面）

①転入手続き

在留カードの裏面に、住所のスタンプが押されます。
スタンプが押されていないと、在留資格取り消しの対象になります。

The image shows the back of a Japanese Residence Card (Zairyu Card) with a red stamp indicating the address. The stamp is a rectangular box containing the following information:

届出年月日	住所	記載者印
2014年12月1日	東京都港区港南5丁目5番30号	東京都港区長

Below the stamp, there are two sections:

- 資格外活動許可欄 (Permission for activities outside the status): 許可: 原則週 28 時間以内・風俗営業等の従事を除く (Permission:原则上 28 小时以内・除从事风俗营业等)
- 在留資格変更許可申請欄 (Residence Status Change Permission Application): 在留資格変更許可申請中 (Residence status change permission application in progress)



最新情報は、URLリストからご確認ください

1 はじめての手続き：(1)市役所での手続き（生活面）

②国民健康保険の加入

- ① 医療費の70%が負担されます。
- ② 郵送される振込用紙を使ってコンビニで支払います。
（「簡易申告書」提出した場合、毎月1,000円程度）



健康保険 被保険者証	本人（被保険者）	平成 年 月 日交付
	記号 12345678	番号 90
氏名	スミス ジョン リー	
生年月日	昭和 59 年 1 月 2 日	
性別	男	
資格取得年月日	平成 年 月 日	
事業所名称	株式会社 Company Name	
保険者番号	1 2 3 4 5 6 7 8	
保険者名称		
保険者所在地		



最新情報は、URLリストからご確認ください

1 はじめての手続き：(1)市役所での手続き（生活面）

③国民年金の加入・免除申請

学生は支払いの免除を受けることができます。

※全額免除の場合
毎月約17,000円が免除

MONEY SAVING



!

最新情報は、URLリストからご確認ください

1 はじめての手続き：(1)市役所での手続き（生活面）

マイナンバー

- ① 「マイナンバー（個人番号）」が記載された「個人番号通知書」が郵送されます。
「マイナンバー」はアルバイト先に聞かれることがあります。
- ② 申請をすれば、顔写真付きの「マイナンバーカード」をもらうことができます。



最新情報は、URLリストからご確認ください

学生生活オリエンテーション

1

はじめての手続き

(1)市役所での手続き（生活面） (2)大学での手続き（学生生活）

2

生活に関する基本ルール

3

留学生支援体制について

4

学生コミュニティ

1 はじめての手続き：(2)大学での手続き（学生生活）

D.授業料免除申請について

対象者	私費留学生（大学院生のみ）
担当部署	学生支援課 奨学事業係（西キャンパス本館 1 階）
申請期間	2025年9月18日～30日（ https://www.hit-u.ac.jp/shien/fee/exemption.html ）
申請方法	郵送（学生支援課 奨学事業係宛て）



最新情報は、URLリストからご確認ください

1 はじめての手続き：(2)大学での手続き（学生生活）

万が一の時のために、
損害・傷害保険に
入りましょう。



寮に入居する方…火災保険として

！ 加入推奨

学研災 + インバウンド付帯学総（Bタイプ）

料 金：1年間で約6,000円

加入方法：パンフレットの振込用紙を記入 → 郵便局ATMで支払い

！

最新情報は、URLリストからご確認ください

1 はじめての手続き: (2) 大学での手続き (学生生活)

小平寮～一橋大学の通学オプション (4回/週)

期間	運賃 (¥648/往復)	通学定期券*
1か月	¥10,368 (¥648 x 16)	¥4,240
3か月	¥31,304 (¥648 x 48)	¥12,100
6か月	¥62,608 (¥648 x 96)	¥22,920
通学用の低価格の自転車を購入した場合: ¥16,000-20,000		



クリーム[cream]
Cream City (クリーム シティ)
BAA260-O 26インチ 変速なし
ダイナモライト シティサイクル
ママチャリ 自転車
¥16,345 (税抜)
¥17,979 (税込)

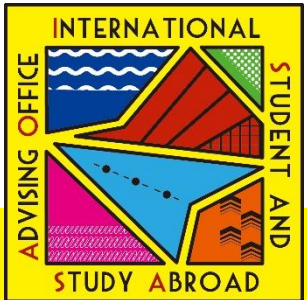


クリーム[cream]
Cream City (クリーム シティ)
BAA266-O 26インチ 外装6段変
速 ダイナモライト シティサイク
ル ママチャリ 自転車
¥19,073 (税抜)
¥20,980 (税込)

!

*通学定期券に関するルール

- 通学定期証明書を利用すると、自宅最寄駅～大学最寄駅の**1, 3, 6か月**定期券を割引価格で購入できます。
- 通学定期証明書は、**JASSO規定により**、正規生・交流学生のみ対象です。
日研生(日本語・日本文化研修留学生)・研究生は対象外となります。



1 はじめての手続き: (2) 大学での手続き (学生生活)

通学定期券購入の手順

教務課留学支援係（受入担当）窓口で学生証を受け取るように指示を出された学部生・院生

- <https://wuke.jp/app-international/entries/add/85>から通学定期証明書を申請する
- 申請した日から5営業日以降に、教務課留学支援係（受入担当）の窓口で通学定期証明書を受け取る



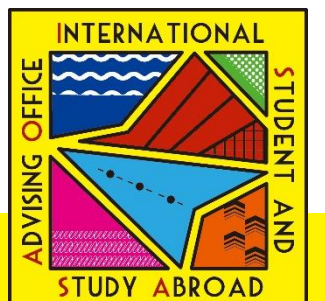
大学院事務室で学生証を受け取るように指示を出された院生・研究生

- 大学院事務室で「通学定期乗車券発行控」シールを申請する

正規学部生

- 教務課教務係（学務担当）の窓口で「通学定期乗車券発行控」シールを申請する

「通学定期乗車券発行控」シールを貼った学生証、もしくは通学定期証明書を最寄りの駅へ持参し、通学定期券を購入する。



1 はじめての手続き: (2) 大学での手続き (学生生活)

その他の割引: JR学割

! * JR学割に関する注意

1. JR学割を利用すると、片道100kmを超える場合、JRの普通運賃が2割引になります。
2. 帰省（日本国内）、学校活動、就職面接などの使用目的が対象です。**私的な旅行には使用できません。**
3. 正規生（学部生・院生）は、西本館1階の証明書発行機で「学割証」を発行してください。
4. 交流学生（学部生・院生）は、西本館1階の教務課教務係（学務担当）で「学割証」を申請してください。
5. 日研生(日本語・日本文化研修留学生)・研究生は**JASSO規定により**対象外です。

学生生活オリエンテーション

1

はじめての手続き

(1)市役所での手続き（生活面） (2)大学での手続き（学生生活）

2

生活に関する基本ルール

3

留学生支援体制について

4

学生コミュニティ

2 生活に関する基本ルール

キャンパス内における喫煙について



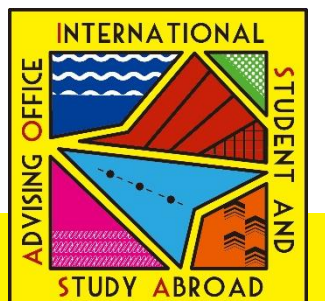
キャンパス内での喫煙

屋外の指定された
喫煙場所（2箇所）のみ



厳禁

- 指定場所以外
- 歩行中の喫煙
- 吸い殻の投げ捨て

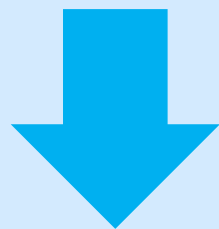


2 生活に関する基本ルール

キャンパス内における飲酒について

日本のルール

未成年者
(20歳未満)



飲酒を
法律で禁止

一橋生の基本ルール

キャンパス内 飲酒禁止

※教員監督下や、特別に許可された場合を除く

<http://www.hit-u.ac.jp/shien/campuslife/pdf/insyuseiyakusyo.pdf>

国際学生宿舎ルール

個室以外は原則飲酒禁止

※大学が特別に認めた場合を除く

「一橋大学国際学生宿舎における飲酒に関する取り決め(2020.11.20)」



大学や寮の
規定に基づき

処分



最新情報は、URLリストからご確認ください

2 生活に関する基本ルール

日本における薬物の所持と使用について

日本のルール



厳しい法的制裁

大麻の所持だけでも
所持量にかかわらず懲役5年



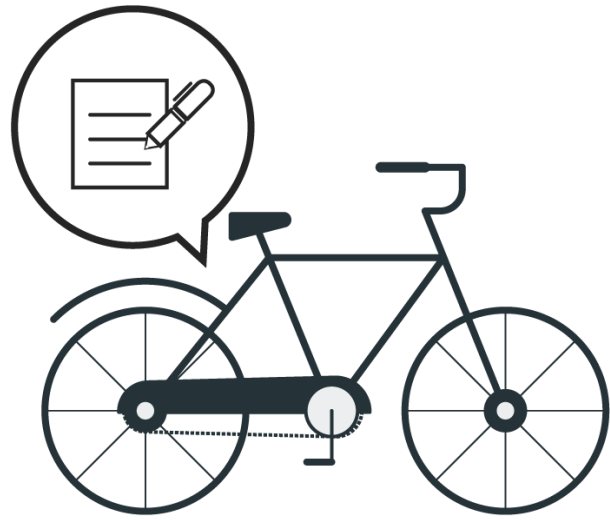
社会的インパクト



最新情報は、URLリストからご確認ください

2 生活に関する基本ルール

自転車利用安全ルール（ハンドブックP.7）

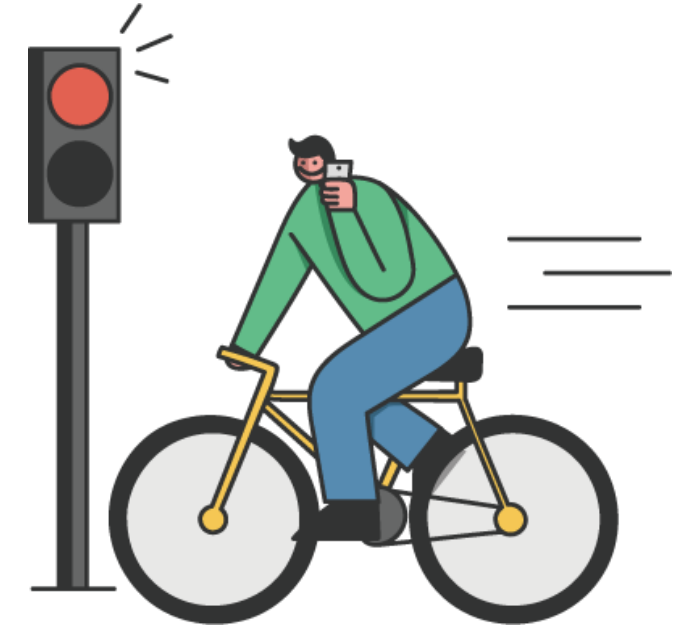


YES

- 防犯登録
- 左側通行
- 夜間はライトを点灯

NO

- 二人乗り
- 飲酒運転
- ○○しながら運転



【交通安全ビデオでルールを学ぼう】

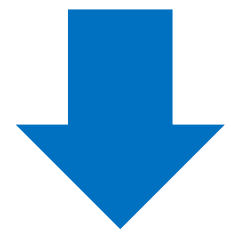
https://www.youtube.com/watch?v=A_8EITiJitM



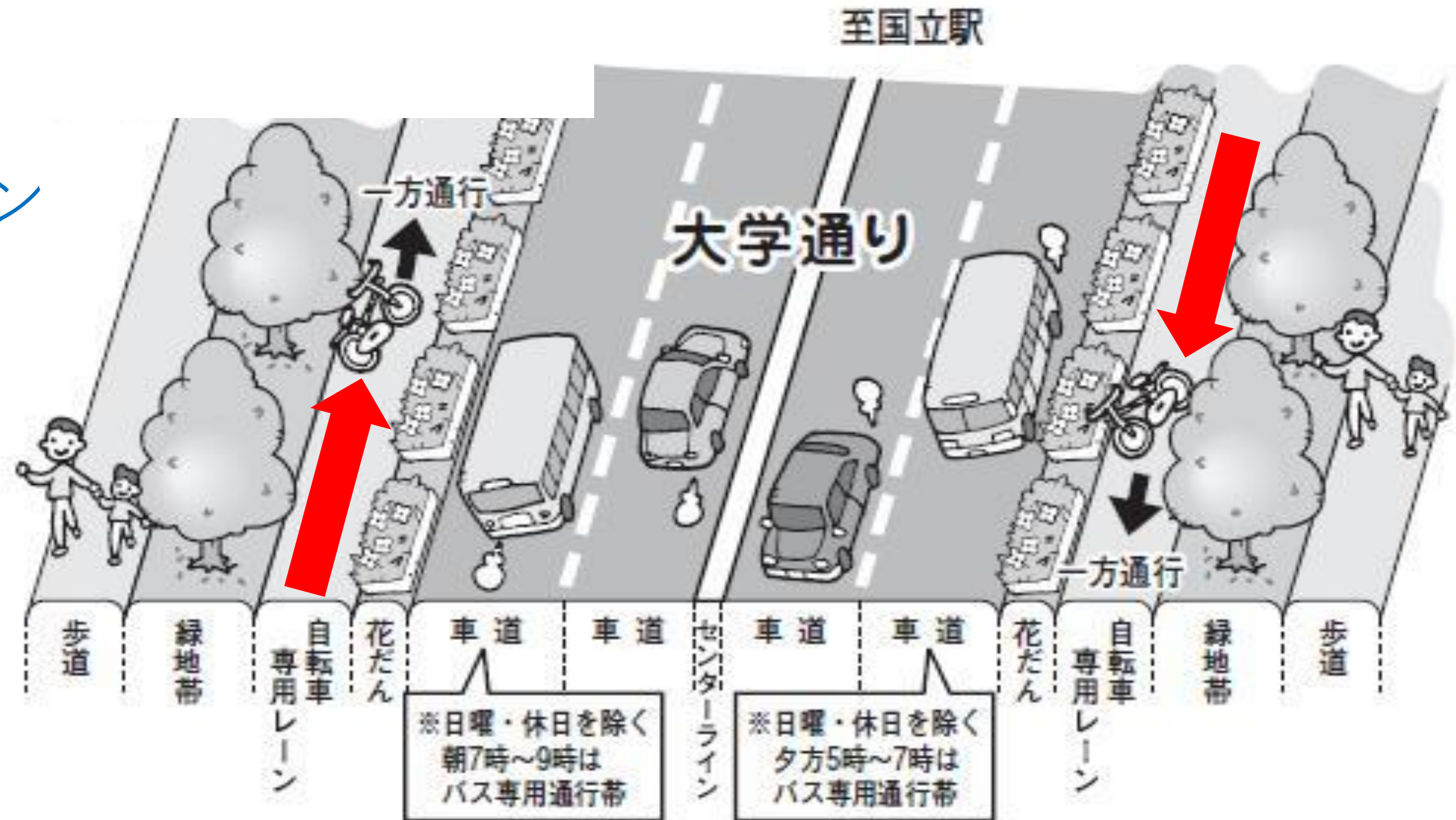
最新情報は、URLリストからご確認ください

2 生活に関する基本ルール

大学通りの
自転車専用レーン



左側通行
一方通行



自転車の逆走や対象外の方の歩道の走行は、衝突事故の原因となり大変危険です。

学生生活オリエンテーション

1

はじめての手続き

(1)市役所での手続き（生活面） (2)大学での手続き（学生生活）

2

生活に関する基本ルール

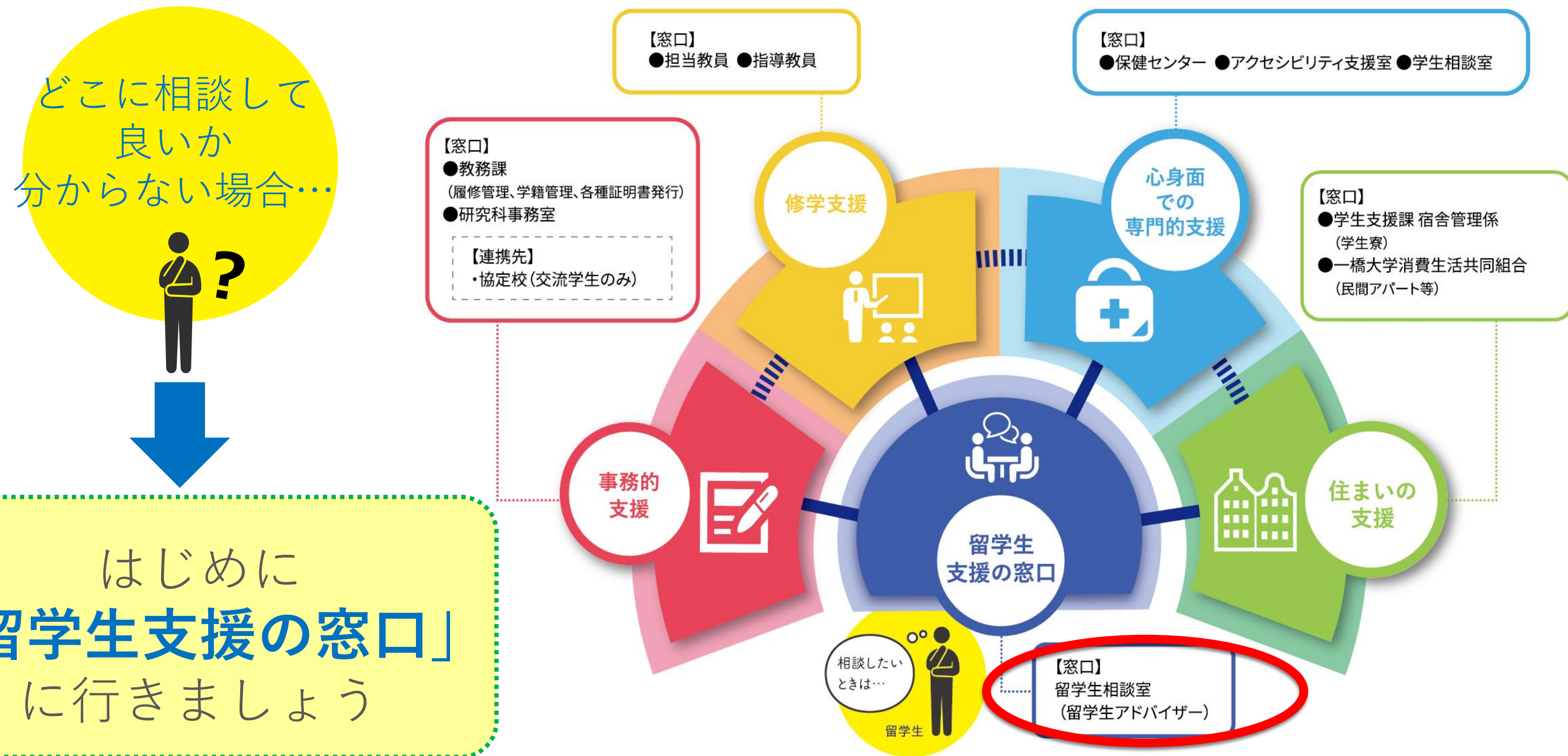
3

留学生支援体制について

4

学生コミュニティ

3 留学生支援体制について



3 留学生支援体制について

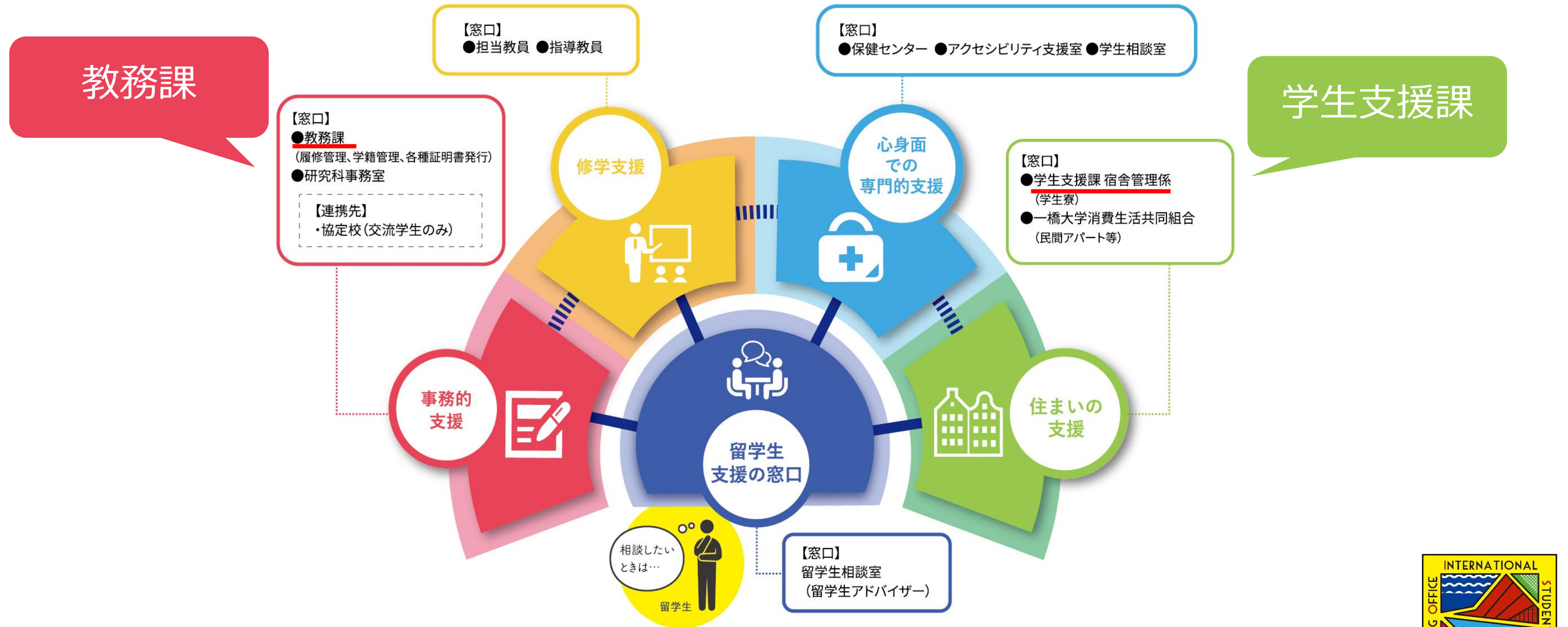
留学生・海外留学相談室（ハンドブックP.3）

場所	東キャンパス 国際研究館 2F
開室日	月～金曜日 【午前】 対面（予約不要）……………10:15～13:15 【午後】 オンライン（ 要予約 ）…14:30～17:15
URL	https://international.hit-u.ac.jp/jp/cgee/advising/



最新情報は、URLリストからご確認ください

3 留学生支援体制について



3 留学生支援体制について

教務課・学生支援課（ハンドブックP.3）

場所	西キャンパス 本館 1F
開室日	月～金曜日 8:30～17:15
URL	【教務課】 履修手続、交流学生手続 https://www.hit-u.ac.jp/kyomu/info/news.html 【学生支援課】 宿舎手続、正規学生奨学金 https://www.hit-u.ac.jp/shien/campuslife/info.html



最新情報は、URLリストからご確認ください

3 留学生支援体制について

大学の証明書が必要なとき

在学証明書

成績証明書

卒業／修了
見込証明書

旅客運賃割引
(学割) 証

奨学金
受給証明書

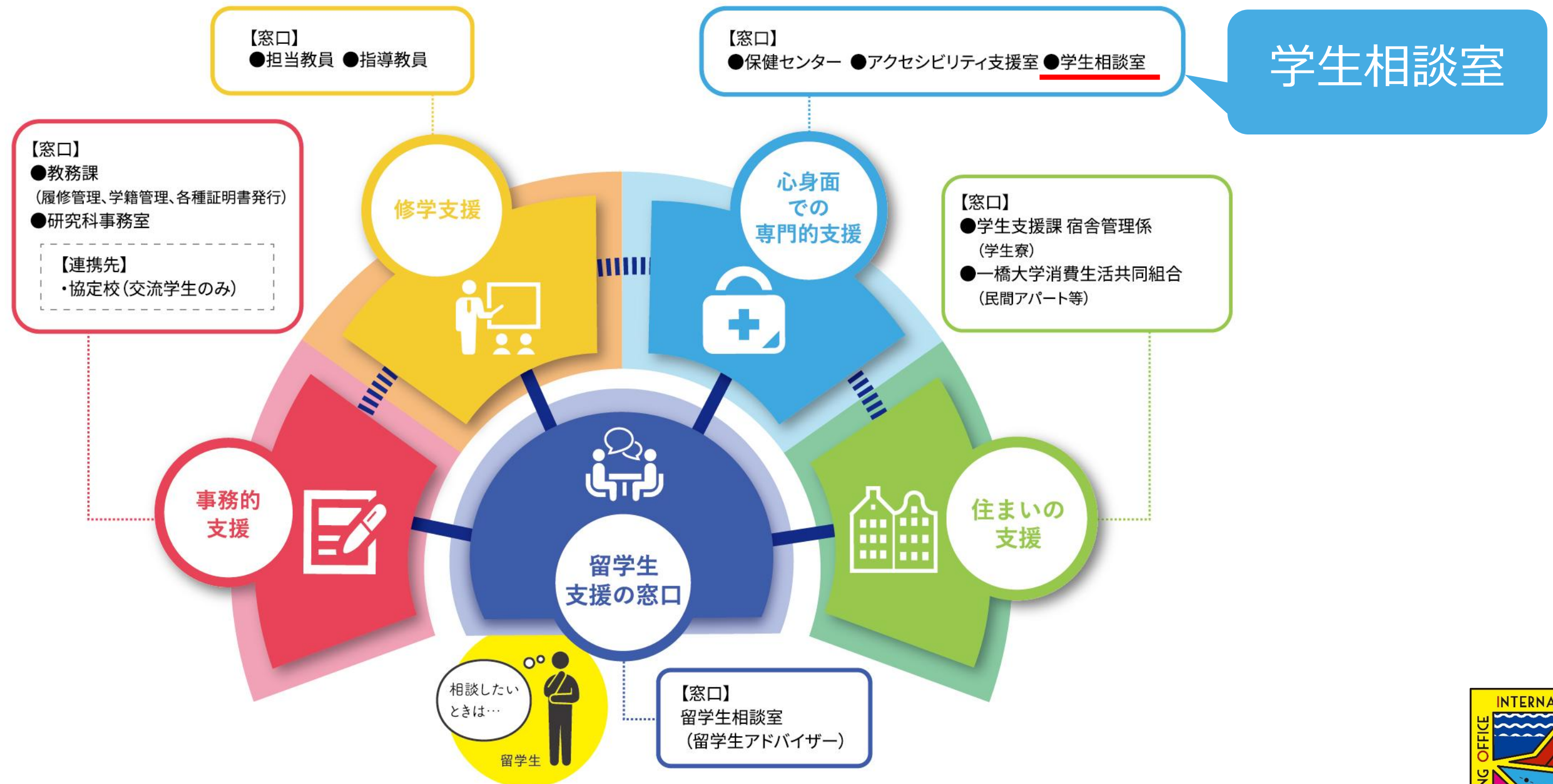
在留資格変更
推薦状

詳しくは…<https://www.hit-u.ac.jp/kyomu/applications/index.html>

!

最新情報は、URLリストからご確認ください

3 留学生支援体制について



3 留学生支援体制について

学生相談室＜原則、日本語対応＞

場所	西キャンパス 第2講義棟1F
開室日	月～金曜日 10:00～17:00 ※要予約（電話、メール）
URL	http://www.hit-u.ac.jp/soudan/counseling/



最新情報は、URLリストからご確認ください

3 留学生支援体制について

保健センター＜日本語・英語対応＞（ハンドブックP.33）

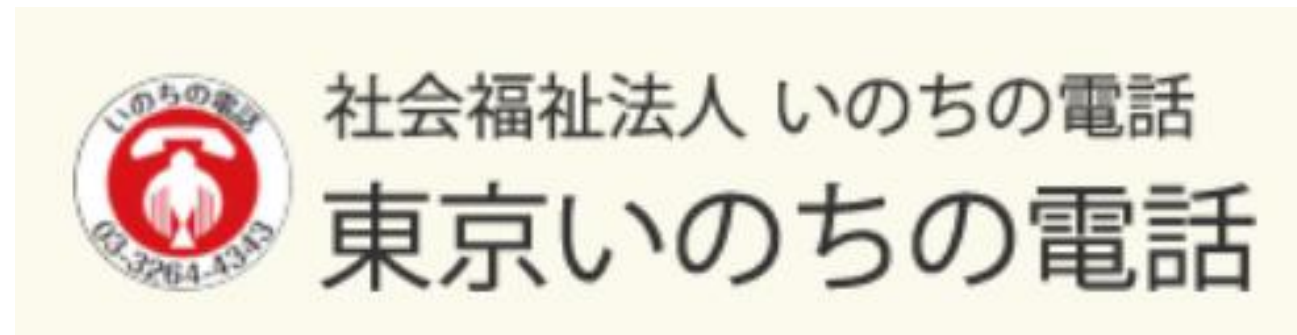
場所	西キャンパス 保健センター
開室日	月～金曜日 8:30～17:00 ※要予約（電話、メール）
URL	http://www.hit-u.ac.jp/hoken/



最新情報は、URLリストからご確認ください

3 留学生支援体制について

時間外：緊急時の相談窓口



03-3264-4343

24時間対応

<https://www.indt.jp/>



最新情報は、URLリストからご確認ください

学生生活オリエンテーション

1

はじめての手続き

(1)市役所での手続き（生活面） (2)大学での手続き（学生生活）

2

生活に関する基本ルール

3

留学生支援体制について

4

学生コミュニティ

4 学生コミュニティ

キャンパスで国際交流しよう!

キャンパス内で行われている様々な活動があり、そこに携わる多くの学生が国際交流の場を支えています

Language
Community

語学を学びながら
異文化交流したい

留学生の
日本語学習を
サポート
したい

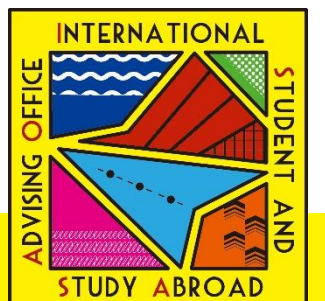
チューター制度

宿舎RA・CA
制度

国際寮で
寮生活の
サポートを
したい

派遣留学の
先輩方と
交流したい

HEPSA



4 学生コミュニティ

宿舎RA / CA制度（ハンドブックP.25）

RA … 大学寮の運営サポート

CA … 入居者の生活サポート

大学生活を
充実させる道が
ある！



国際寮で
寮生活の
サポートを
したい



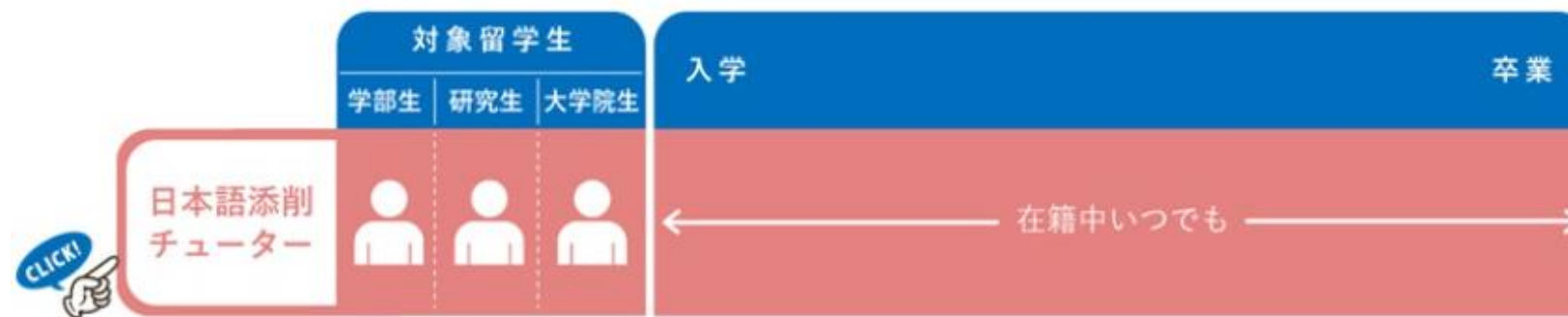
!

最新情報は、URLリストからご確認ください

4 学生コミュニティ

日本語による学習・添削サポート（ハンドブックP.23）

予約制
Online



自分で探す/
マッチング



レポート・レジュメ等の添削
授業内容の復習
1対1の指導

ゼミ等で
自分で探す



論文の日本語添削
(内容・構成の修正はしません)
1対1の指導

!

最新情報は、URLリストからご確認ください

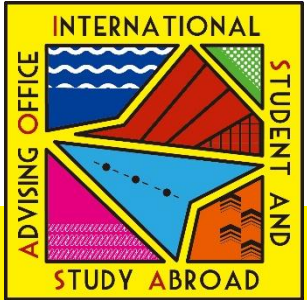
4 学生コミュニティ

ランゲージ・コミュニティ<LC> (ハンドブックP.23)

時間	月、水、金曜日の昼休み（授業期間中）
言語	日本語・英語 （参加者のニーズに応じて中国語・韓国語等も）
場所	国際研究館1階の交流ラウンジ
内容	学生達による多言語による交流イベントの開催



！ 最新情報は、URLリストからご確認ください



4 学生コミュニティ

部活・サークル等に参加する時の確認事項

