

4月に初めて渡日した留学生のみなさんへ ：豊橋技術科学大学での生活のヒント ver.1.1

2024/04

豊橋技術科学大学 学生支援統括センター 留学生部門

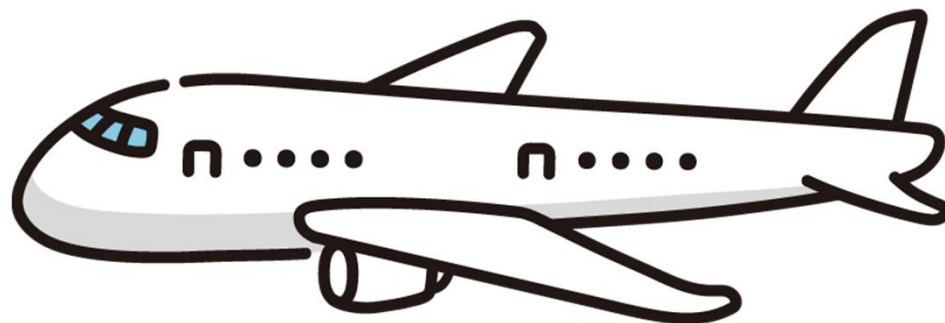


Toyohashi University of Technology
Student Support Center

はじめに：この資料の対象と目的

- この資料は、初めて日本に来た留学生のみなさんを対象にしています。
- この資料は、皆さんに配られた2つの資料の補足を目的にしています。まずはこの2つをしっかりと読みましょう。
 - ✓ 「留学生ガイドブック」
<https://student.office.tut.ac.jp/international/guidebook.html>
 - ✓ 「International Student Guide」 （留学生ガイダンスで配布されました）

0. 留学するということ



新しい挑戦

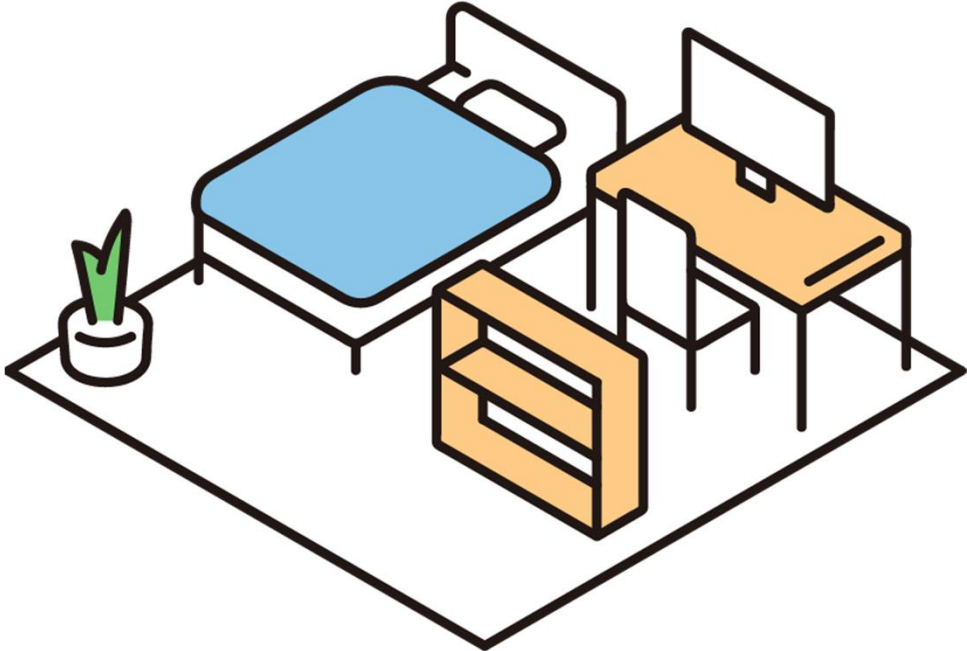
- 異なる国で勉強しようとするあなたの勇気はとても素晴らしいものです。
- 留学は、**あなたが大きく成長する機会**です。
- 専門の学問領域を学ぶだけでなく、日本（TUT）という異文化のなかで生活することにより、たくさんのことが得られるでしょう。



留学を有意義なものにするために

- ただ実際、馴染みのない環境で生活することは、とても大変です。
- 食事、買い物、書類の手続きなど、戸惑うことも多いでしょう。
- 自分ひとりではわからないこと、できないことも出てきます。そんなときは、誰かにたずねたり、手伝ってもらうことが大切です。適度に他者に頼って生活することもまた、重要な能力なのです。

1. 生活



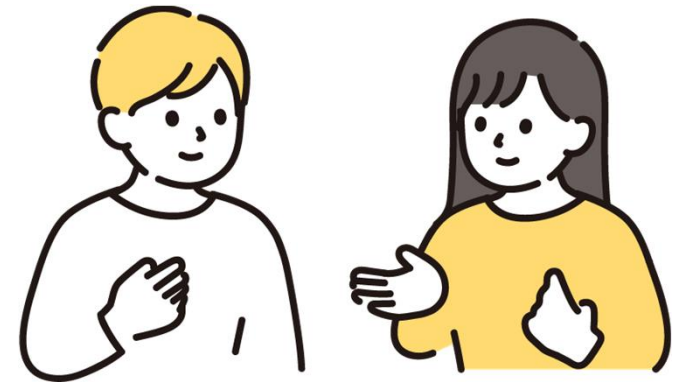
日本語

- 日本では英語を話せる人はまだ少ないです。日本語が話せると日本での生活がより便利になります。
- 日本語がわからないと授業が厳しいものになります。

- **日本語を勉強しましょう。**

- 大学の日本語科目を履修し、しっかり学びましょう。
- 日本語学習アドバイザー制度を利用しましょう。

- ✓ https://las.tut.ac.jp/html_ja/support/j-advisor.html



お金

- 奨学金に応募しましょう

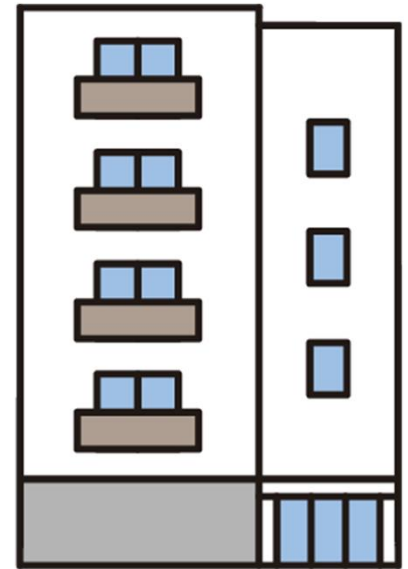
- ✓ 学生課留学生係 <https://student.office.tut.ac.jp/international/>

- アルバイトをしたい場合

- 見つけかた： 友達に紹介してもらう、ネットでさがす、など
 - 注意点1： 奨学金によってはアルバイトできない場合があります。また、留学ビザでアルバイトできる時間は、週に**28時間**までです。
 - 注意点2： 深夜遅くまでアルバイトをすると朝に起きられず、授業に出られなくなることがあります。

アパート（宿舎）

- 日本人はうるさい音を嫌います。隣に住む人に迷惑をかけないようにしましょう。
- 騒ぎたいときは、場所を選びましょう。
- 毎月の家賃をきちんと払うようにしましょう。滞納すると大学に連絡が来ます。



リフレッシュ

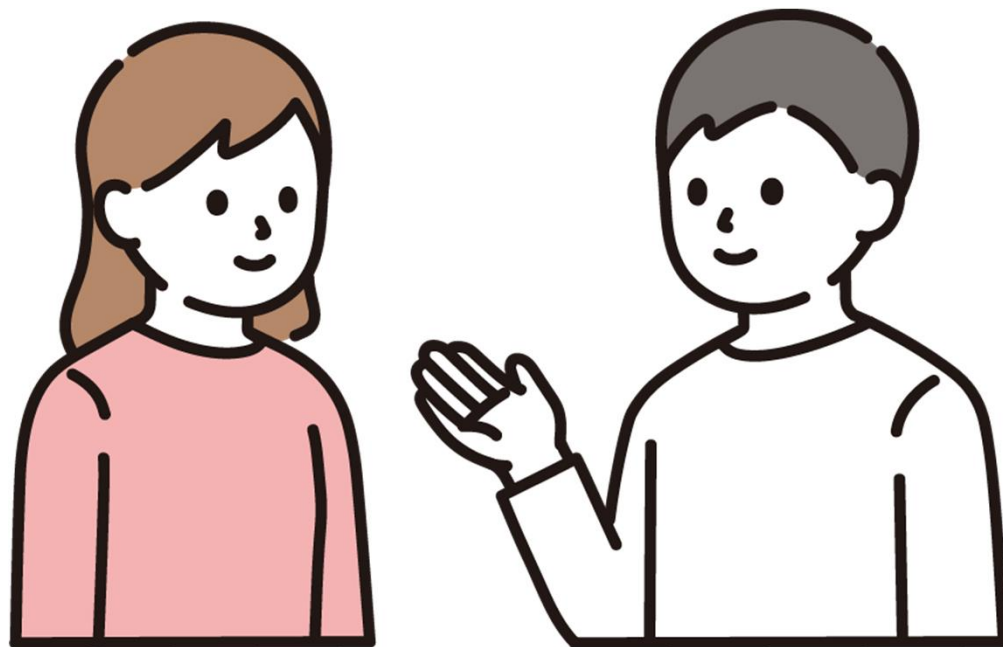
- 自分なりのストレス対処法を身につけましょう。

- 映画を観る
- ゲームをする
- 友達と遊ぶ
- スポーツをする
- たくさん寝る etc.

- 母国の家族や友達と会話する（メールする）と元気になる人もいます。



2. 友人関係

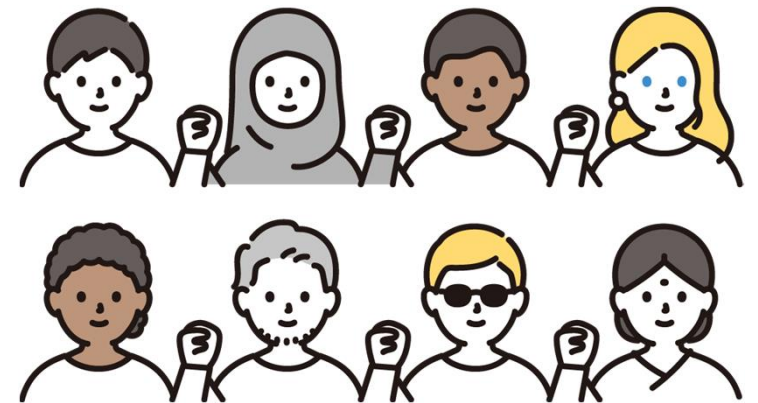


友達をつくる

- 大学生活を送るうえで、**友達をつくることはとても大切なことです！**

友達がいれば、

- 大学や生活について情報交換ができます。
 - 一緒に遊ぶこともできます。
 - 助け合うことができます。
-
- 同じ国の人やいろいろな国の人と仲良くなりましょう。



友達をつくる

- 授業で知り合いをつくりましょう。
- クラブに参加しましょう。友達をつくるきっかけになります。
✓ <https://www.tut.ac.jp/student/studentlife/campuslife/>
 - 留学生が多く参加しているクラブ
 - 国際交流クラブCALL
 - 留学生スポーツクラブ
- 行事やイベントに参加しましょう。
 - グローバルラウンジ <http://www.toyohashi-tia.or.jp/tia-new-2022glounge.html>
 - 豊橋まつり
 - 技科大祭 など

3. 大学



メールチェック、ノートテイキング

- TUTでの連絡手段はメールが多いです。一日一回は受信メールを確認しましょう。
- 忘れないように、メモをとることを習慣にしましょう。（スマートフォンでも手帳でもかまいません。）
- 授業では、積極的にノートに記録しましょう。あとで復習することができます。



サポーター、教員、職員



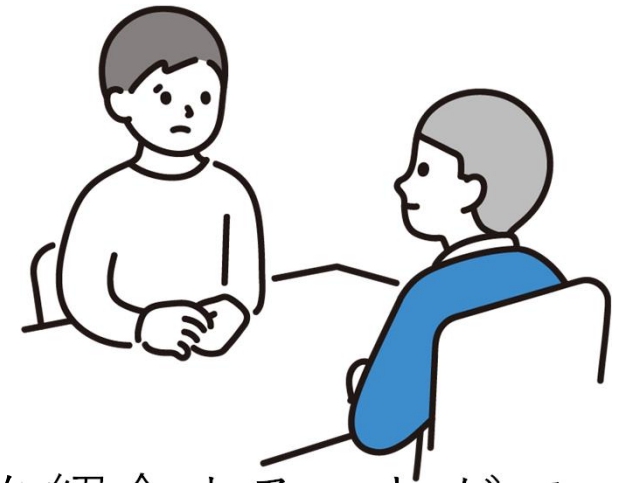
- サポーターに生活のことを教えてもらいましょう。
- 大学の教員や職員も、あなたをサポートしてくれます。まずは、クラス担任の先生や指導教員の先生の名前を覚えましょう。あなたの学習や生活について相談にのってくれます。
- 大学の教員や職員からメールや電話が来たときは、返事を必ずしましょう。返事がないと大学の人たちは困ってしまいます。

学生支援統括センター

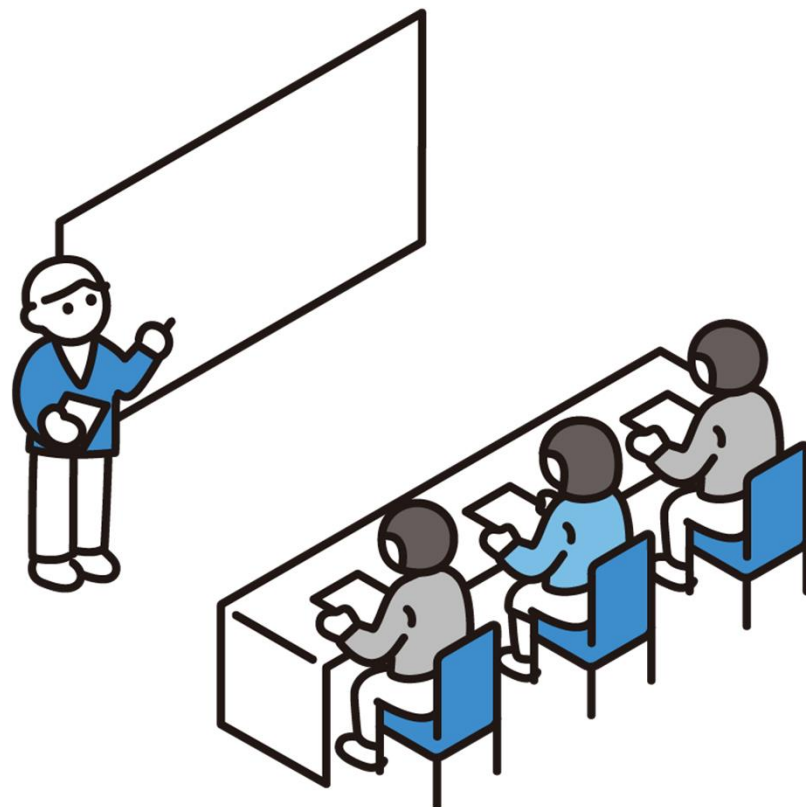
- **学生支援統括センター**は、学生の相談ごとに対して支援をする学内の組織です。

✓ <https://ssc.tut.ac.jp/>

- 困ったときにはいつでも来てください。
- あなたの相談に応じて、適切な組織や機関を紹介することができます。

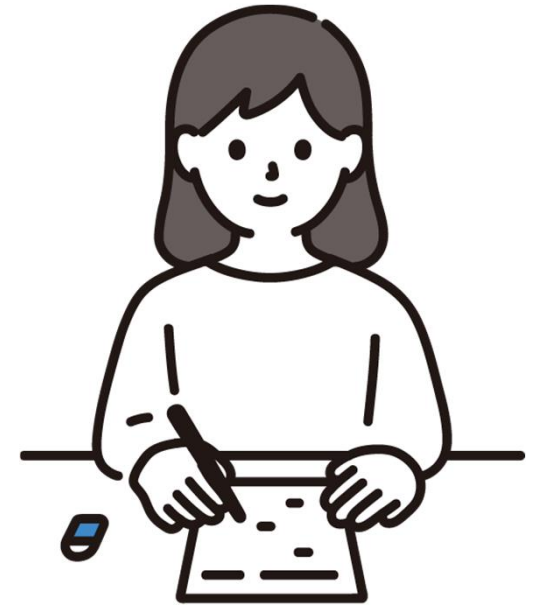


4. 進学と就職活動



進学

- 学部3年生からの2年間はあっという間に過ぎてしまいます。
- 卒業をした後のことを考えておきましょう。
- 大学院に進学する学生は多いです。さらに研究する機会を持つことができます。
- 進学する場合はお金を貯めておく必要があります。



日本で就職をしたい場合

- 何よりもまず、**日本語能力が必要です**。N1を取ることを目指しましょう。
- 日本の就職活動はとてもユニークです。**就職活動のスケジュールを理解**しておきましょう。
- ✓ GoogleClassroom 「TUT Career Support Desk for International Students」 (Class Code: vfz44vf) に登録しましょう。
- いったん帰国して日本での就職を目指すことも可能です。



IF YOU WANT TO GET A JOB IN JAPAN,

Class Code
vfz44vf

JOIN : TUT CAREER SUPPORT DESK FOR INTERNATIONAL STUDENTS

TUT International students who want to get a job in Japan should first join the Google Classroom: TUT Career support desk for international students. This Classroom contains information about job hunting that TUT has received. You can also get basic knowledge about finding a job in Japan.

CONTACT INFORMATION

Tokyo University of Technology
Student Support Center

JOB HUNTING INFORMATION

