

A light gray world map is centered in the background, showing the outlines of continents and a grid of latitude and longitude lines. The map is semi-transparent, allowing the text box to be clearly visible.

入寮オリエンテーション 2022年

入寮オリエンテーション

1. 大切なお願い
2. 基本ルール
3. ごみの捨て方
4. 施設
5. 緊急時
6. その他

1. 大切なお願い



コロナ感染症拡大防止のために



手指消毒を行う



部屋から1歩出たら
マスク着用



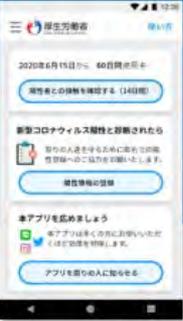
換気を行う



体調が悪い時は
早めに医師の診察を受け、自室
で休む

コロナ感染症拡大防止のために

厚生労働省
**新型コロナウイルス
 接触確認アプリ**
 (略称: COCOA)
 COVID-19 Contact Confirming Application



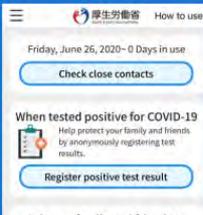
接触確認アプリは、新型コロナウイルス感染症の感染者と接触した可能性について、通知を受け取ることができる、スマートフォンのアプリです

＊画面イメージ

Request to install the COVID-19 Contact-Confirming Application

Install the contact-confirming application to protect yourself, your loved ones, your community and society as a whole.

Ministry of Health, Labour and Welfare
COVID-19 Contact-Confirming Application
 (Abbreviation: COCOA)



Ask your family and friends to

iPhoneの方はこちら   からダウンロード

Androidの方はこちら   であ手に入れよう

NHK WORLD - JAPAN

外国のこばによる災害・コロナの情報
Multilingual EMERGENCY Updates

英語 English	アラビア語 العربية	ベンガル語 বাংলা	ビルマ語 မြန်မာစာအုပ်	中国語(繁体字) 中文(繁体)
中国語(简体字) 中文(简体)	フランス語 Français	ヒンディー語 हिन्दी	インドネシア語 Bahasa Indonesia	ハンガール語 Magyar
ペルシア語 فارسی	ポルトガル語 Português	ロシア語 Русский	スペイン語 Español	スワヒリ語 Kiswahili
タイ語 ไทย	トルコ語 Türkçe	ウルドゥー語 اردو	ベトナム語 Tiếng Việt	にほんご

What's New 新しいお知らせ

2021年06月17日(木) **New**
 【Coronavirus】 Targeted Prefectures - State of Emergency Declaration (As of June 17) / 緊急事態宣言の新しい情報 (6月17日時点)

2021年06月08日(水)
 【BOSAI】 Videos / 水の災害にそなえるビデオ

外国のこばで情報をのせています

NHK WORLD JAPAN
新しいコロナ ワクチンの注射について
 2021年5月21日

◆ 18のこばで見ることができます

https://www.nhk.or.jp/nhkworld/eng/2021/04/49742.html?site=world-japan-vol-vaccination_updates_06-202105-003

外国のこばによる災害・コロナの情報
Multilingual EMERGENCY Updates

こんな内容があります

- ・ ワクチンの注射はいつ、どこでできる?
- ・ ワクチンの注射を受ける順番について
- ・ 予約の方法やスケジュールについて

※更新の状況は、言語によって異なります

無料で見ることができます

Multilingual EMERGENCY Updates



留学生宿舎で新型コロナウイルス感染が疑われる場合等の対応フロー

発熱等の風邪症状がある

- ・ 息苦しさ（呼吸困難）、強いだるさ（倦怠感）、高熱等の強い症状のいずれかがある場合
- ・ 重症化しやすい者（※）で、発熱や咳などの比較的軽い風邪の症状がある場合
（※）糖尿病、心不全、呼吸器疾患（慢性閉塞性肺疾患など）等の基礎疾患がある者や透析を受けている者、免疫抑制剤や抗がん剤等を用いている者
- ・ 上記以外の者で発熱や咳など比較的軽い風邪の症状が4日以上続く場合
（症状には個人差があるため、強い症状と思う場合にはすぐにかかりつけ医あるいは受診相談センターに相談すること。解熱剤などを飲み続けなければならない場合も同様。）

- 岡山大学保健管理センター 086-251-7217 (8:30~17:00)
- 桑の木留学生宿舎管理人 086-251-7049
kuwanokidormitory.office@gmail.com
kuwanokidormitory@gmail.com
(平日: 9:00~19:00 土日: 11:00~17:00)
- 福居宿舎管理人 086-256-9020
(平日: 9:00~18:00 土: 10:00~15:00)
- シェアハウス sharehouse.office@gmail.com
(平日: 9:00~18:00 土日: 11:00~17:00)
- 国際交流会館 nakatsuka-y@cc.okayama-u.ac.jp
(平日: 9:00~18:00 土: 10:00~15:00)
- 岡山市新型コロナウイルス受診相談センター 086-803-1360
(平日: 9:00~21:00 土日祝日: 9:00~17:00)
- 岡山県新型コロナウイルス感染症電話相談窓口 086-226-7877 (24時間対応)
- Japan Visitor Hotline (多言語) 050-3816-2787 (24時間対応)

登校せずに、メール又は電話で所属部局※及び管理人へ連絡

※担任、指導教員、部活動顧問、所属部局の教務担当

・ 自室にて待機
・ かかりつけ医あるいは受診相談センターに電話相談し、電話予約をした後、マスク着用で指定の医療機関を受診

（濃厚）接触者の可能性がある者：
シェアハウス入居者は大学が手配したホテルへ移動し待機、その他宿舎は自室にて待機
※シェアハウスにて同じユニット内に発熱等の症状がある者（コロナかどうか未確認の段階）が出た場合、発熱者以外の入居者は国際交流会館にて一時待機。

PCR検査受検
※保健所等の指示が無くても、岡山大学が必要と判断した場合はPCR検査を受けること

診断内容・検査結果は、所属部局及び管理人へメール又は電話で逐一報告すること

陽性

保健所の指示に従い宿泊療養施設に移動、または医療機関へ入院する

陰性

自分の居室に戻る

体調不良者が陽性

保健所または陽性者による濃厚接触者特定

自室或いは国際交流会館で待機している濃厚接触者は大学が手配したホテルへ移動

濃厚接触者PCR検査受検
※保健所等の指示が無くても、岡山大学が必要と判断した場合はPCR検査を受けること

体調不良者が陰性

自分の居室に戻る

陰性

陽性

保健所の指示に従い宿泊療養施設に移動、または医療機関へ入院する



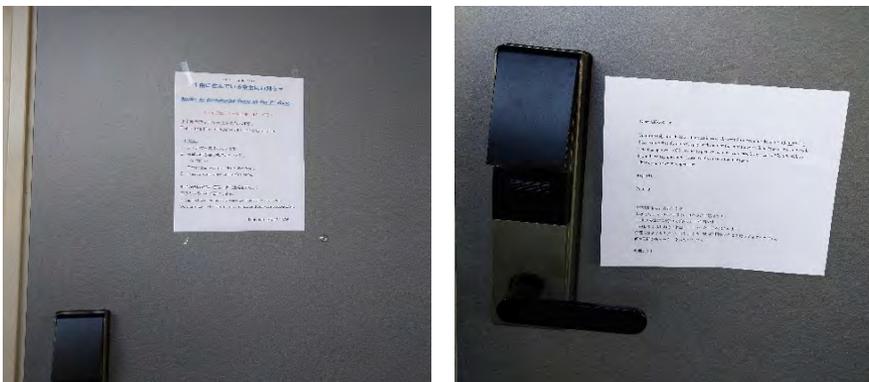
管理人や国際部からの連絡

① メールボックス・掲示板



- メールボックスと掲示板は毎日確認しましょう。
- イベントのお知らせもあります。
- 掲示板に貼りたいときは国際部の許可が必要です。

② ドアのお知らせが貼られる



③ E-Mail

個人あてのお知らせには、すぐに返事をしましょう。

居室への立ち入り

事前告知

June 18th, 2021

害虫駆除のお知らせ

以下の予定で、居室の害虫駆除を行います。

日時: 2021年6月25日(金) 10:00~
場所: 全室(台所付近のみ)

- 業者によるキッチンへの薬剤散布がありますので**各部屋に入室します。**
- オンライン授業、面接等と重なる場合は事前にお知らせください。
- 不在の場合は、管理人が鍵を掛けて入室します。
- 作業は数分で終わります。
- キッチンに置いてある食器や食べ物は片付けておいてください。
- 薬剤は人体に影響のないものを使用します。

ご迷惑をお掛けしますが、ご協力をお願いします。

管理人

June 18th, 2021

Notice of Pest Extermination

To all residents in Kuwanoki Dormitory

We will exterminate pests in the room as below.

Date: Friday, June 25th, 2021 From 10:00 am
Place: All the rooms (Kitchen only)

- We will enter each room and spray the chemical to the kitchen.
- If you are away, the manager will open your room door.
- If you have a plan to take online class or interview at that time, please let the manager know in advance.
- The work will be finished in a few minutes.
- Please put away dishes and food from the kitchen.
- We will use pesticide having no adverse effect to human bodies.

We apologize for the inconvenience and ask for your cooperation.

Manager

空室チェックのお知らせ

6月25日(金)
13:00~17:00

- ★ カビ対策のため、空室の窓を開け 換気を行います。
- ★ インターホンを鳴らし、不在の場合もマナーで入室します。
- ★ 窓開け換気を行っている際に空室を使用しないで下さい。
- ★ 現在、住んでいる寮生の部屋には入りません。
- ★ 共用部等に貴重品を置かないようにお願いします。
- ★ 授業等で日時を変更したい人は、管理人室まで遠慮なくお知らせ下さい。

ご協力をよろしくお願いいたします

シェアハウス管理人



- 事前に張り紙で告知をします。
- 工事や点検の際に不在の時は、事前に許可を得て、管理人が鍵を開けて中に入ります。
- オンライン授業・面接などで都合が悪い時は、事前に管理人に相談してください。

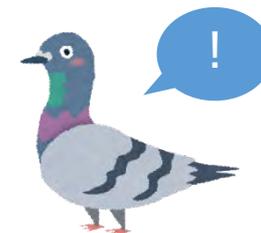
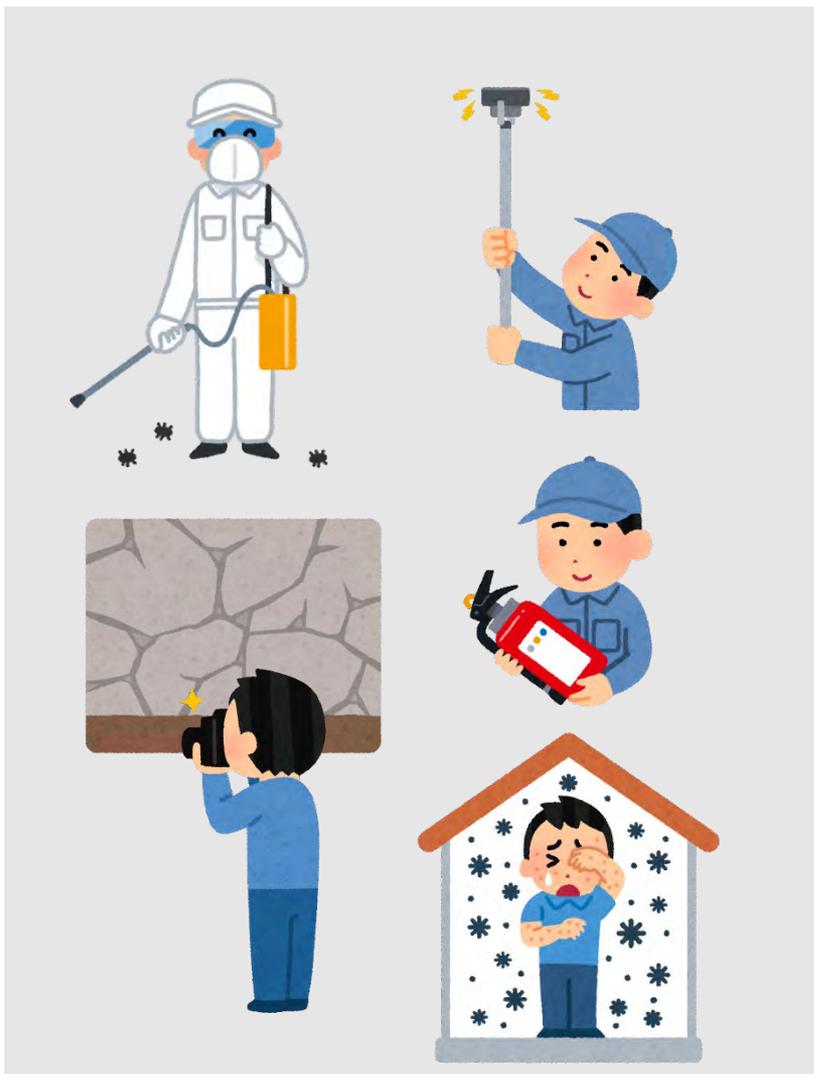
居室への立ち入り

宿舎の維持管理

- 業者による害虫駆除のための薬剤散布
- 消火器・消防設備の点検
- 壁面のひび割れなどの設備点検
(写真撮影の場合あり)

【シェアハウス限定】

- 除湿器のフィルター清掃
- 個室のカビの有無をチェック
- バルコニーの鳩の糞害チェック



暗証番号の設定 (シェアハウス)

※入寮時配布資料の中に入っています

個室の暗証番号の登録方法



表の黒い蓋を開ける。

裏の蓋の蓋を開ける。

黒いボタンを1回押す。



表の画面を見る。
えんぴつマークと数字の1・2・3
が表示されているか確認。

えんぴつマークと数字の1・2・3
が表示されたら数字の1を押す。

登録したい番号4桁を入力し
Eを2回押す。

裏の蓋を閉める。



個室ドアの暗証番号4ケタは必ず設定！

- 作業を終えた管理人は、全個室を施錠して退室します。

閉め出しに注意

- 深夜に帰宅したところ、暗証番号を設定していなかったために、管理人が出勤する翌朝まで個室に入ることができなかった寮生がいます。



2. 基本ルール

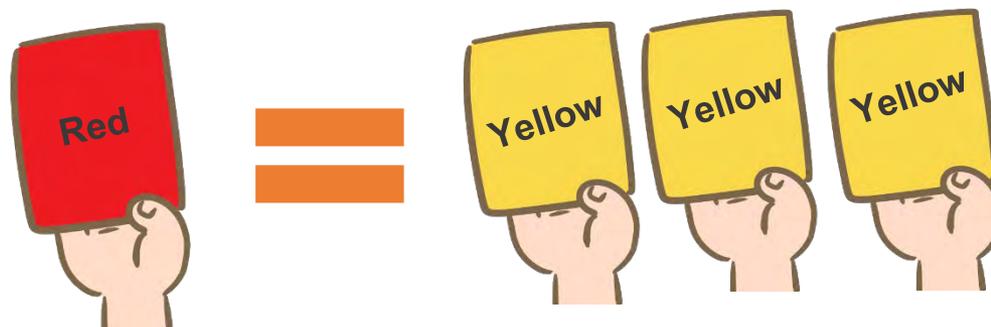


警告カード



退去処分

レッドカード 1枚
イエローカード 3枚



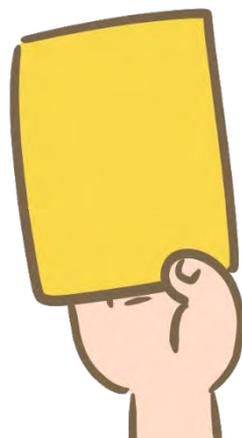
コロナ感染症拡大予防のために
～宿舎でクラスターを発生させない！～



感染症拡大防止にご協力ください



外部の人を宿舎へ立ち入らせた

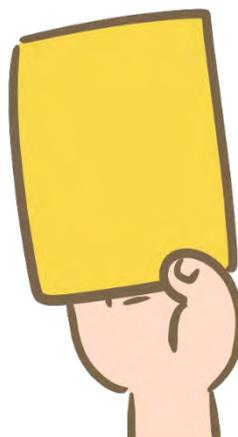


立入禁止

友人や家族には**宿舎の外**で会いましょう。
入居者以外は立ち入り禁止です。

感染症拡大防止にご協力ください

自分以外の人を居室へ立ち入らせた



同じ寮生同士、ユニットメイト同士でも入ってはいけません。



立入禁止

感染症拡大防止にご協力ください

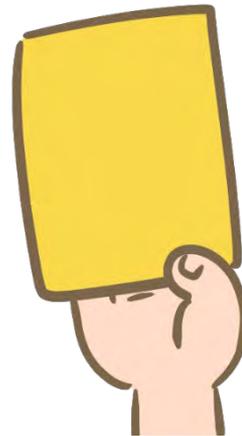
ユニットとは…？

1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	
SH101	SH102	SH103	SH104	...																				

共用部（ダイニング、洗面所など）と個室4部屋をあわせて「ユニット」と言います。



自分のユニットに他のユニットの入居者を 立ち入らせた

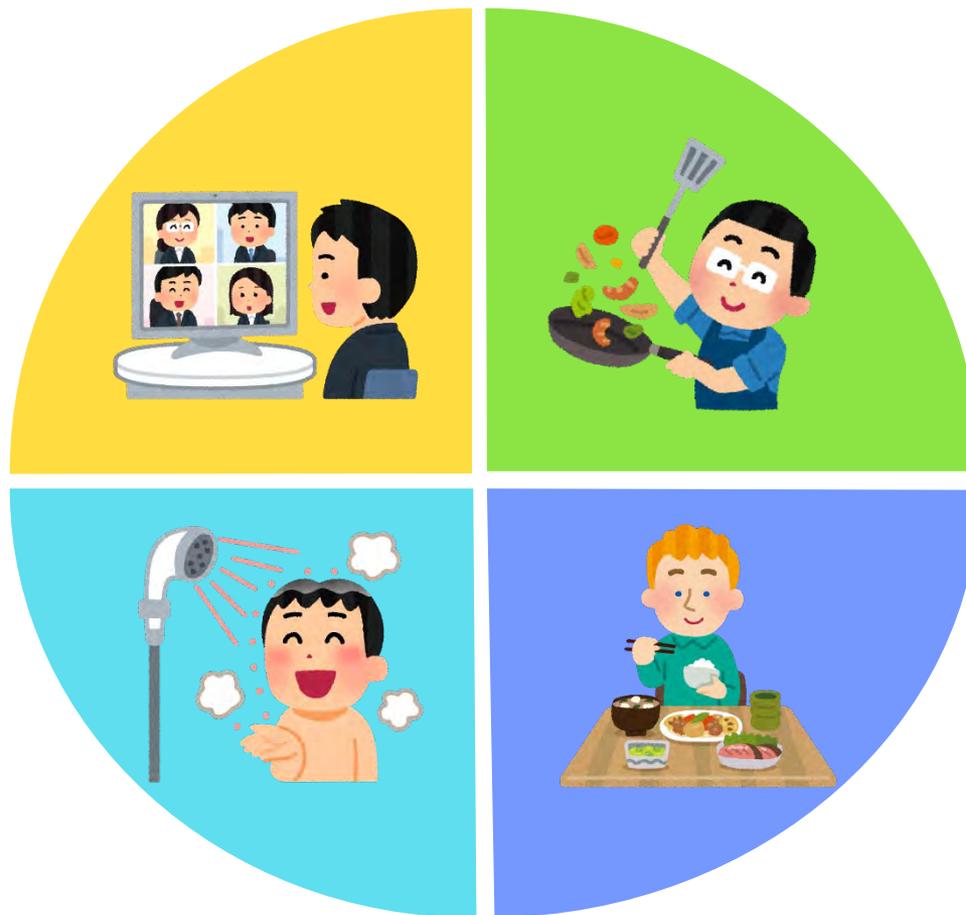


はいらないでね

他のユニットには遊びに行けません。
各ユニットへの立ち入りは禁止されています。

感染症拡大防止にご協力ください

ユニット内共用スペースで複数名が同時に使用しない



感染症拡大防止にご協力ください

ルールは他にもあります

おかやまだいがくふくいりゅうがくせいしゅくしや
岡山大学福居留学生宿舎

OKAYAMA UNIVERSITY FUKUI DORMITORY
FOR INTERNATIONAL STUDENTS

にゅう きょ あん ない
入居案内

THE RULES & REGULATIONS
FOR OKAYAMA UNIVERSITY DORMITORY



岡山大学
Okayama University

おかやまだいがくこくさいこうりゅうがくかいかん
岡山大学国際交流会館

OKAYAMA UNIVERSITY INTERNATIONAL HOUSE
FOR INTERNATIONAL STUDENTS & RESEARCHERS

にゅう きょ あん ない
入居案内

THE RULES & REGULATIONS
FOR OKAYAMA UNIVERSITY DORMITORY



岡山大学
Okayama University

おかやまだいがくこくさいがくせい
岡山大学国際学生シェアハウス

OKAYAMA UNIVERSITY
INTERNATIONAL STUDENT SHARED HOUSE

にゅう きょ あん ない
入居案内

THE RULES & REGULATIONS
FOR OKAYAMA UNIVERSITY DORMITORY



岡山大学
Okayama University

おかやまだいがくくわ きりゅうがくせいしゅくしや
岡山大学桑の木留学生宿舎

OKAYAMA UNIVERSITY KUWANOKI DORMITORY
FOR INTERNATIONAL STUDENTS

にゅう きょ あん ない
入居案内

THE RULES & REGULATIONS
FOR OKAYAMA UNIVERSITY DORMITORY

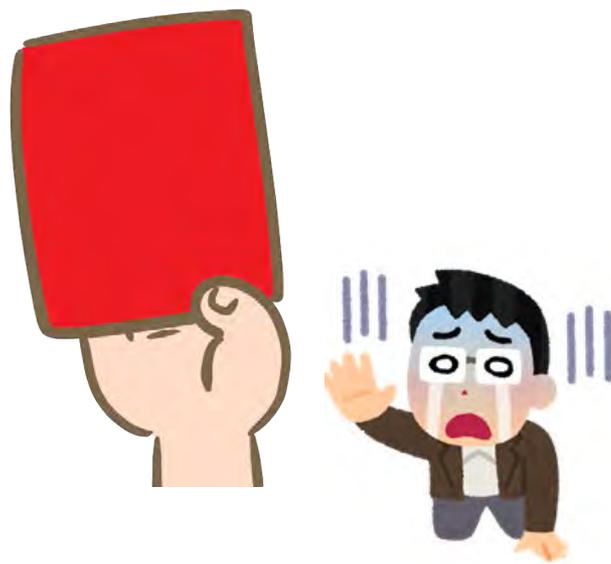


岡山大学
Okayama University

入寮時に配布した「入居案内」に詳しく書かれていますので必ず読みましょう。グローバル人材育成院のHPでも確認できます。
<https://intl.okayama-u.ac.jp/support/housing/dormitory/>



他の人を部屋に泊めた



即時退去処分です。

Q&A



同じ宿舎に住む人を
部屋に泊めてもいいですか？

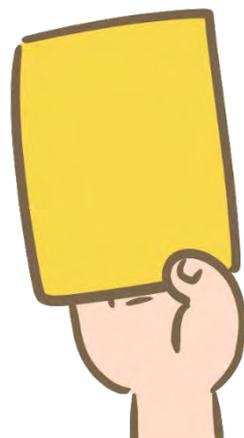


即時退去処分

「他の人」は
外部の人はもちろん、
同じ宿舎に住む人も
含まれます。

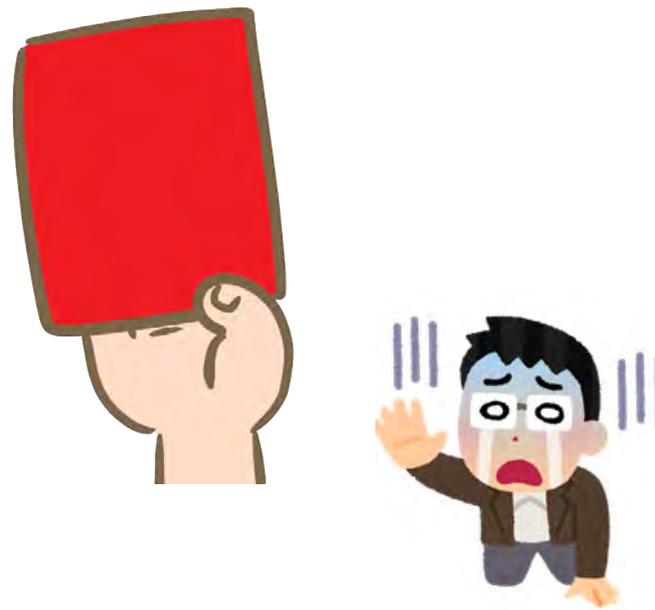


宿舎の敷地内でタバコを吸った



大学構内・宿舎の敷地内に喫煙できる場所は一切ありません。
吸い殻のポイ捨てもいけません。

宿舎の建物内でタバコを吸った



即時退去処分です。

Q & A



宿舎の周辺の道で
たばこを吸ってもいいですか？

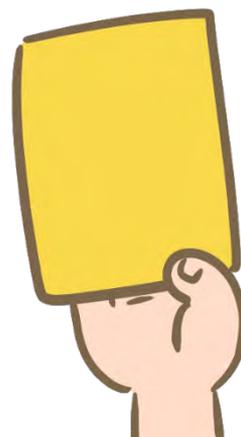


キャンパス内・宿舎の敷地内に喫煙できる場所は
一切ありません。

煙、話し声、吸い殻のポイ捨ては近隣住民の迷惑
になるため、宿舎周辺の路上喫煙も認めていま
せん。



無断で部屋の模様替えをした



壁や床、家具の破損の原因となるため禁止しています。



駐輪場

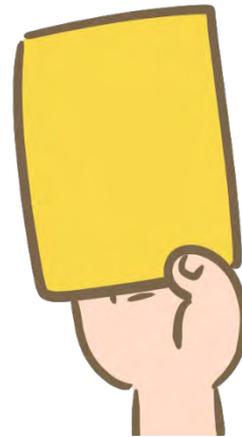


- 入寮時に渡された資料の中に部屋番号が書かれたシールを入れています。自転車に貼ってください。
- シールを貼っていない自転車は寮生以外の自転車とみなし、イエローカード発行の対象となります。

シェアハウス

- 自分のユニット番号のスペースに駐輪してください。
- ゲスト用スペースは駐輪禁止です。

宿舎の玄関前に自転車（バイク）を止めた



駐輪スペース以外の場所は短時間でも違反です。
違反自転車・バイクには管理人がチェーンロック
をかけます。



駐車場



一時駐車許可証
Temporary
Parking Permit

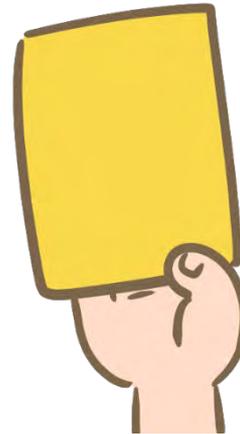
月 日 ()

岡山大学 国際部
International Affairs Department, Okayama University.

- 寮生のための駐車場はありません。
- 引っ越しなどで一時的に駐車したい時のみ、特別に許可します。
- 管理人から「一時駐車許可証」を受け取り、フロントガラスに置いてください。
- 駐車できるのは管理人の業務時間内です。

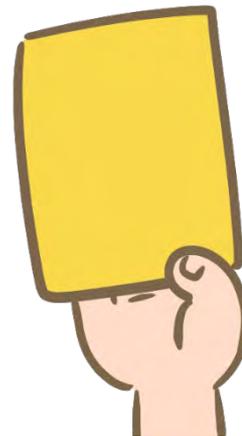


部屋の近くに非常出口があり、外に出やすいので使用した



緊急時以外の使用は認めていません。
セキュリティシステムで24時間監視しています。

(10PM-7AM) Quiet Hoursに騒音を立てた



生活音は、みなさんが思う以上に上下左右の住人に聞こえています。
夜10時以降は静かに過ごしましょう。



よくある騒音に関する苦情



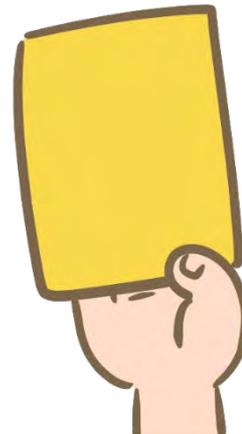
- 夜10時以降に洗濯機の音が響いてうるさい。
- 隣の部屋の住人が、真夜中に国際電話をしている声で眠れない。
- 上の階の住人が部屋で踊ったり、激しい運動をしているような足音がうるさい。
- ユニットメイトが、真夜中に料理をしたり掃除をする音で眠れない。
- ユニットメイトが早朝に出かける時の支度をする音で目が覚める。

シェアハウス

Quiet Hoursをもとにユニットでルールを決めましょう！



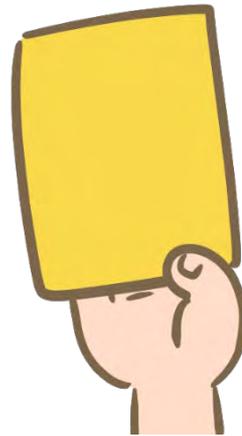
共用部に私物の家電・家具を置いた



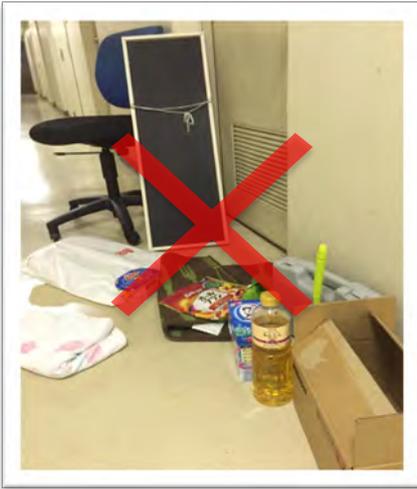
共用部はあなた一人の部屋ではありません。
シェアハウスのユニット共用部も同様です。



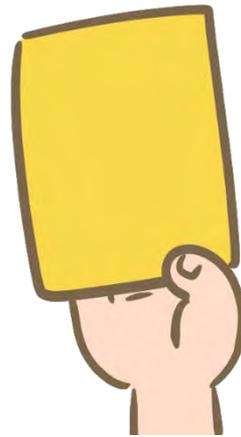
部屋の外に私物やごみを置いた



避難経路の妨げになります。



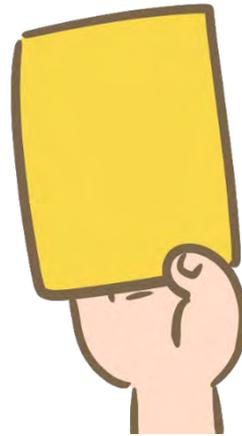
掃除やごみの処理をしない



悪臭や害虫、カビが発生する原因となります。

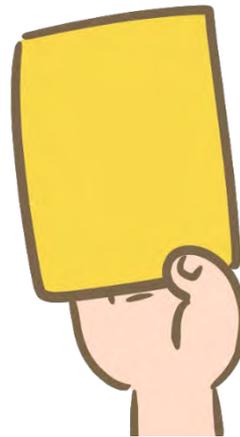


寮費の支払いが期日を過ぎてしまった



- 「奨学金が〇日までもらえないから支払いが遅れる」という理由は認められません。
- 支払い期日を過ぎて支払ったときは、管理人にレシートを見せに来てください。
- 「不在届」を提出し、事前に遅れる連絡をしていた人も同様です。

不在届を管理人に提出しなかった



不在届/Notice of Absence

年 月 日
Year Month Day

出願部 課
留学生係管理課 課

所属 / Faculty: _____

学生番号 / Student No.: _____

氏名 / Name: _____

宿舎名, 部屋番号 / Dormitory Name, Room No.: _____

下記の通り不在にしますので、お知らせします。
I plan to leave dormitory temporarily as follow.

期間 / Period	
行き先 (国・都・地域) Destination (country, prefecture/area)	
不在理由 / Reason for leave	
寮費の支払い予定日 Expected date of dormitory payment	
不在中の緊急連絡先 Emergency contact	氏名 Name
	メールアドレス Email address
	電話番号 Phone

*シェアハウスの人は、シェアメイトにも不在の旨を伝えてください。
Please tell your share mate your temporarily leave.

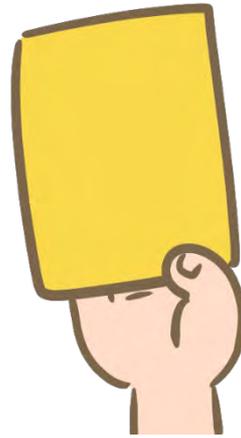
*留学生は、所属部への一時退居届出も必要です。
International Students need to submit Notice of temporary departure to their faculty.

*1ヶ月以上不在にする場合は、ガスの閉鎖と開栓を管理人に申し出てください。
(寮の不在侵入防犯のみ)
Please ask the manager to close and reopen the gas in case of leaving the dormitory for more than 1 month. (Kiwazaki South Wing residents only)

管理人提出欄
Manager's use only

7日間以上不在にするときは、事前に「不在届」を管理人に提出しなければなりません。

ごみ捨てのルールに従わなかった



ゴミステーションの外に勝手にごみを置いてはいけません。カラスに荒らされます。

Q&A



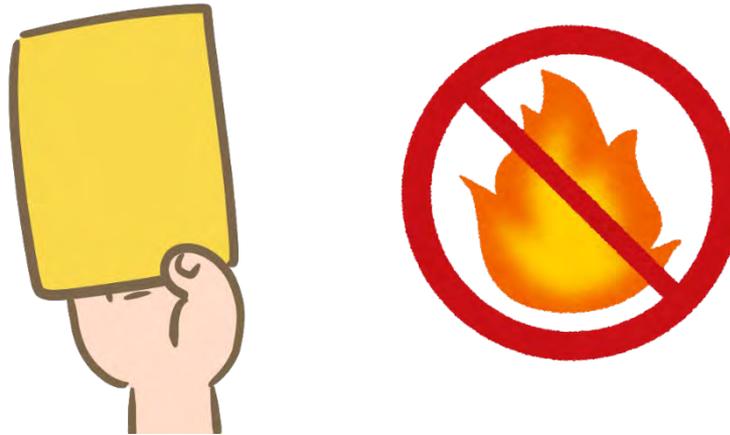
研究のため、朝6時30分に寮を出なければいけません！
ごみステーションの外にごみを置いていってもいいですか？



カラスや猫がゴミを荒らします。
管理人に相談してください。
個別に対応します。



宿舎の敷地内や大学構内で 花火やバーベキューをした



アロマキャンドル・お香



宿舎敷地内や大学構内で、火事の原因となるものは使用は禁止です。

ろうそく

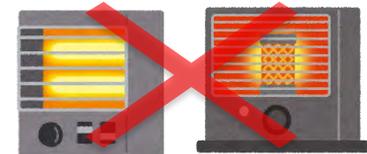


バーベキューセットの貸し出しは可能ですが、学外で楽しんでください。

こたつ



電気ストーブ
石油ストーブ



宿舎内でペットを飼育した



即時退去処分です。



3. ごみの捨て方

岡山大学は2021年版「世界大学ランキング」SDGs達成度において国内ランキング第1位です。



RAによるドネーションの取り組みが表彰されました

DONATION SALE
ドネーション・セール

購入の流れ・How to buy

- ① Select the items through Google form (First-come-first-serve)
先着順Googleフォームから欲しい物品をセレクト
- ② Pick-up items and make payment at Kuwanoki 桑の木で受け渡しおよび支払い

To put on a mask and disinfect your hands is absolutely essential when you come to pick up the item.
商品の受け渡しの際は、マスク着用
手の消毒必須でお願いします。

Scan for order form
申込フォームQRコード

*新入生専用販売会です。
This sale is exclusive to the new students.

SUSTAINABLE DEVELOPMENT GOALS
岡山大学 SDGs 推進表彰

OKAYAMA UNIVERSITY
PRESIDENT AWARD

表彰状

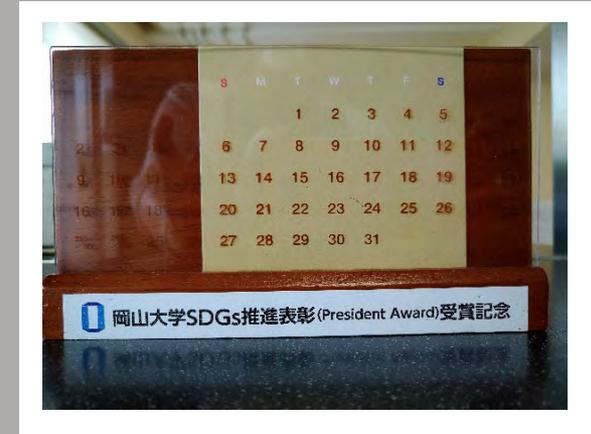
奨励賞

桑の本留学生宿舍
レジデント・アシスタント(RA) 殿
「留学生寮におけるドネーションシステム」

貴殿の
持続可能な開発目標 (SDGs) の達成に向けた取組は
本学のSDGs推進に
大いに貢献をされましたのでこれを表彰します

令和3年(2021年)3月10日

岡山大学 SDGs 推進本部長
岡山大学長 横野博史

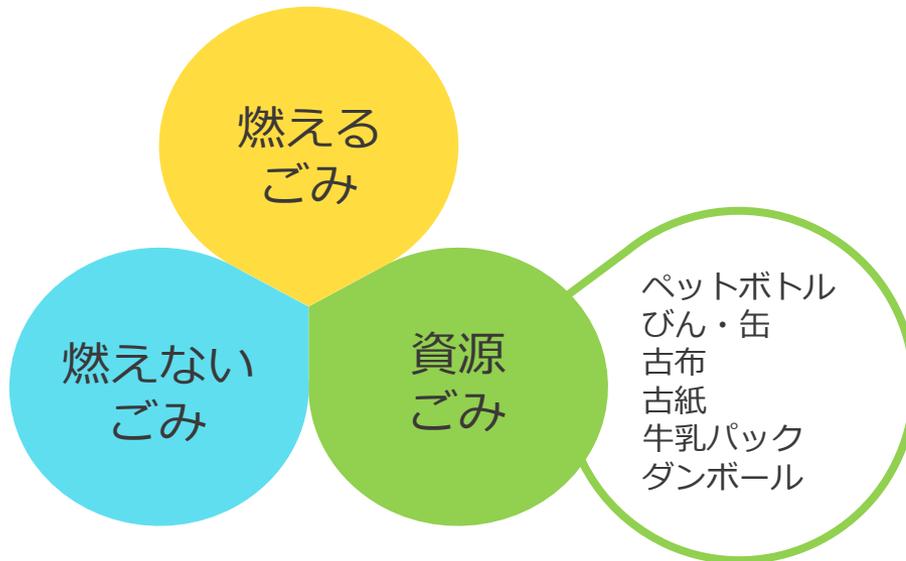


ごみ捨ての曜日と時間帯

	月	火	水	木	金
<p>桑の木・シェアハウス</p> 	<p>7:20AM 8:20AM</p>			<p>7:20AM 8:20AM</p>	
<p>国際交流会館</p> 	<p>8:00AM 9:00AM</p>			<p>8:00AM 9:00AM</p>	
<p>福居宿舎</p> 		<p>7:40AM 8:20AM</p>			<p>7:40AM 8:20AM</p>

ごみの分別

混ぜれば「ごみ」、分ければ「資源」



- 透明・半透明のごみ袋で捨ててください。
- スーパーの買い物袋もOK。
- 宿舎で暮らす間は、岡山市指定の黄色い袋を買う必要はありません。

大きく3種類に分別

ごみの分別



入寮後 1 か月間限定！

※福居宿舎・国際交流会館は対象外

正しくごみを分別できるように
管理人がサポートします！

管理人の勤務時間内にいつでも
ごみを捨てられます。

管理人に声をかけてください。

ごみの分別

ゴミの分別に迷ったときは…

- 市役所の窓口で配布されている冊子「ど〜すりゃ〜ええ？」（日本語のみ）で調べる。
ダウンロードもできます。



- 「ごみ分別アプリ」（日本語のみ）で検索する。

iPhone – iOS 端末

Android 端末

「ど〜すりゃ〜ええ？」とは岡山の方言で「どうすればいい？」という意味です。

- 管理人に聞く。

ごみの分別 (びん)

引用元: 「ど〜すりゃ〜ええ？」 P.11

ガラスびん

①ふたをはずす
②中をすすぐ

プラスチックのふたは「可燃ごみ」
金属製のふたは「不燃ごみ」だよ

無色びん 茶色びん 色付きびん

びんのラベルやはずれにくい中栓はとらなくても大丈夫

(乳白色のものを除く)

びんは色ごとに分けて各袋に入れてください



ごみの分別 (缶)

空き缶

- ①ふたをはずす
- ②中をすすぎ、汚れを落とす



汚れのおちない缶は
不燃ごみへ

スチール缶とアルミ缶は
わけなくても大丈夫だよ

缶詰
お菓子の缶
飲み物缶



青コンテナ



山盛りはやめてね



ごみの分別（スプレー缶）

スプレー缶

プラスチックのふたは「可燃ごみ」
金属製のふたは「不燃ごみ」だよ

必ず中身は
使い切ってね

穴は開けなくて
大丈夫

青コンテナ
カン

山盛りはやめてね

※使い切るときは、火の気のない屋外で行ってください。

引用元:「ど～すりゃ～ええ？」 P.12

宿舎では青コンテナ
に入れてね

ごみの分別 (ペットボトル)

ペットボトル

- ①ふたをはずす
- ②中をすすぐ



ラベルは
はがしてね

ふたとラベルは
「可燃ごみ」へ



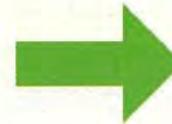
PET



このマークが
ついているもの



このマークがついて
いるものは入れないで
(可燃ごみです。)



ごみの分別（古布）

古布

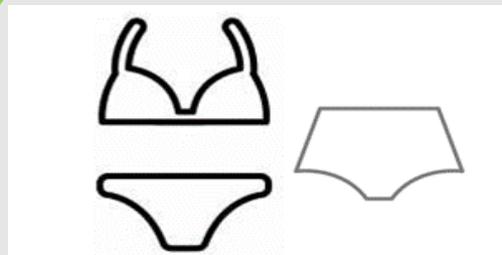


<注意事項>

- 透明または半透明の袋に入れて出してください。
- 掛敷布団、電気毛布、絨毯(じゅうたん)は「粗大ごみ」。泥、油、ペンキなどで汚れたものや小物類で破れたものは「可燃ごみ」で出してください。



引用元:「ど〜すりゃ〜ええ?」P.13



下着



枕



靴

ごみの分別（古紙）

段ボール



テープやビニール
は剥がす



たたむ

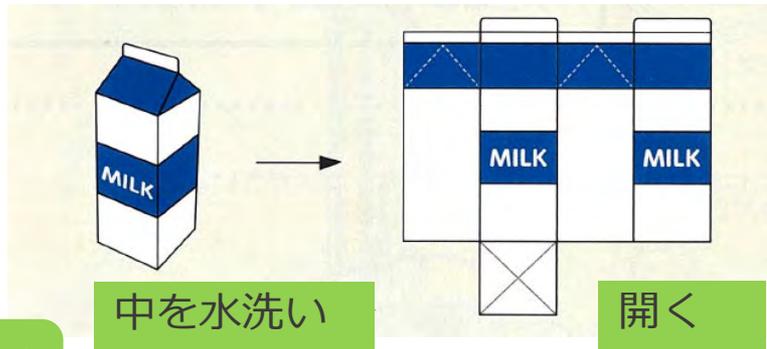


紙パック



ストローは
燃えるごみ

紙パック（小）もOK



中を水洗い

開く

引用元：「ど〜すりゃ〜ええ？」 P.12



ごみの分別 (燃えないごみ)



クイズ・タイム

これはどこに 捨てますか？

クイズ1



プラスチック容器

1. 燃えるごみ

2. 燃えないごみ

3. 資源ごみ



「」PETボトルのマークがついていないプラスチックボトトルは燃えるごみです。

これはどこに 捨てますか？

クイズ2

オリーブオイルの
ガラス瓶



1. 燃えるごみ

2. 燃えないごみ

3. 資源ごみ



油の瓶は中をきれいに洗うことができないため
リサイクルできません。

燃えないごみに捨ててください。

これはどこに
捨てますか？

クイズ3

大量の油



温かいうちに
油を凝固剤で固めて
燃えるごみに捨てる

or

油処理剤に
吸い取らせて
燃えるごみに捨てる

100円ショップで
手に入ります！



4. 施設

退寮時は入寮時と同じ状態にしなければなりません。
みなさんの次にその部屋を使う人のことを考えて、
日頃からきれいに使用するように心がけましょう。

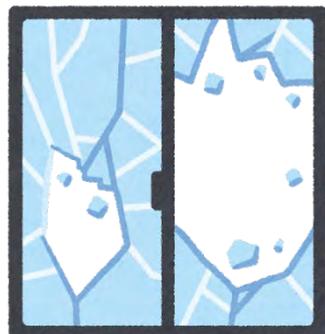


居室

部屋や備品に問題が起きたときは…



蛍光灯が切れた



備品の破損



水漏れ

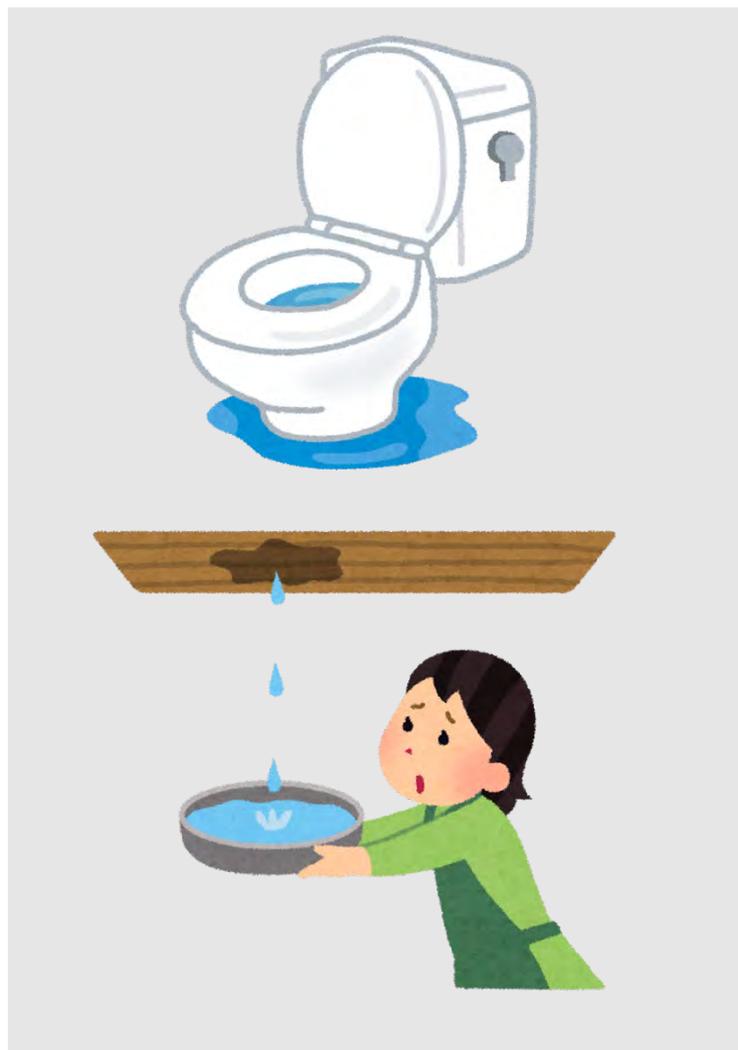


カギの紛失

早急に管理人に知らせましょう！

居室

トイレ



- トイレに流せるものは
トイレットペーパーだけです。
- トイレットペーパー以外のものを
流すと詰まり、逆流したり、下の
階の住人に迷惑をかけるおそれ
があります。
- 便器の中もトイレブラシを使って
定期的に掃除しましょう。



居室



シンク（キッチン）

- 生ごみを排水口に直接流すと、汚れと詰まりの原因になります。
- 生ごみを出しっぱなしにしていると悪臭の原因となり、ゴキブリなどの害虫を呼び寄せます。
- こまめにごみ袋に入れることで、ゴキブリに会わなくて済みます。
- 100円ショップで便利なグッズがたくさん見つかります。ネットや三角コーナーを設置するなど工夫をしましょう。

居室

浴室・洗面台

- 排水口に髪の毛を流すと、汚れと詰まりの原因になります。必ず取り除きましょう。
- 100円ショップで便利なグッズがたくさん見つかります。
- 髪の毛や石鹸カスもゴキブリの大好物です。
- こまめに掃除をすることで、ゴキブリに会わなくて済みます。



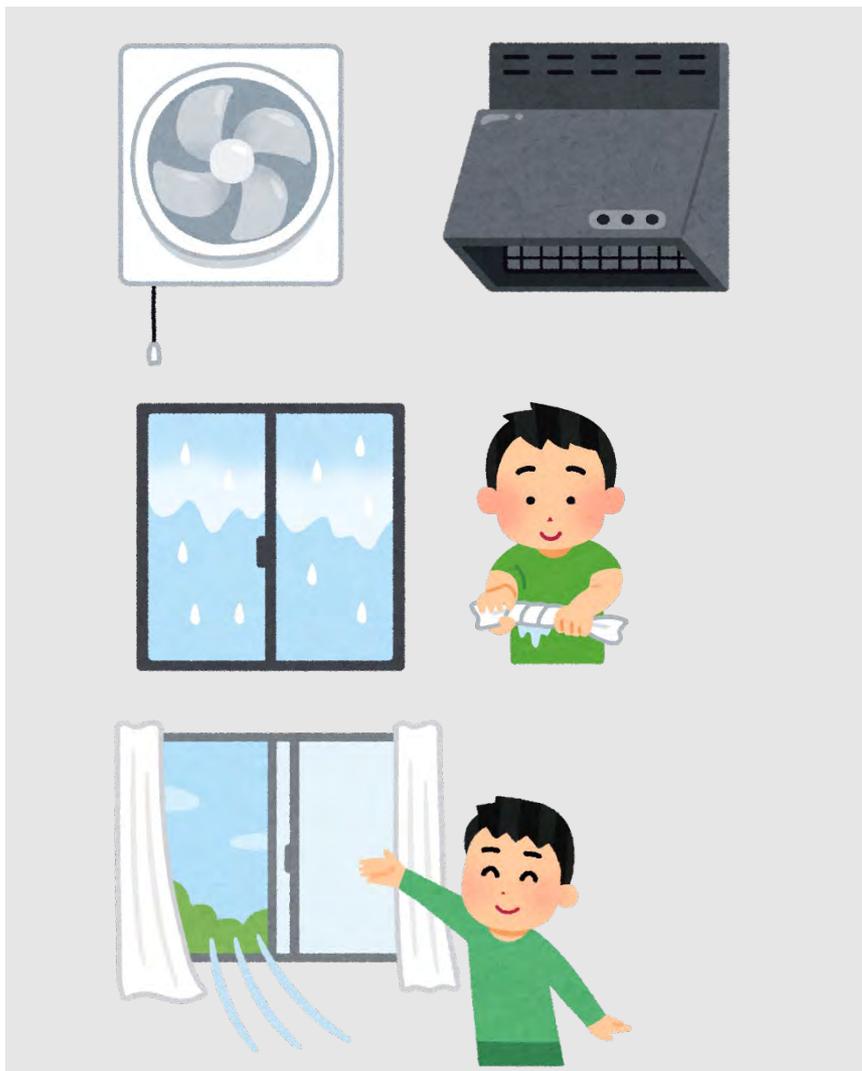
居室

浴室・洗面台



- 浴室はカビが生えやすいです。
- シャワー使用后、カーテンを広げ、換気扇をつけましょう。
- シャワーカーテンが必要な人は、管理人から受け取ってください。無料で配布しています。

居室



カビ防止対策

- 日本は湿度が高いです。
- シャワーや料理をするときは換気扇を使いましょう。
- 冬は結露が発生することがあります。水滴を拭き取りましょう。
- 換気や掃除をこまめにしましょう。
- 室内にカビ臭がしたり、壁やベッドのマットレスにカビを見つけたら早急に管理人に知らせてください。

居室

壁・家具



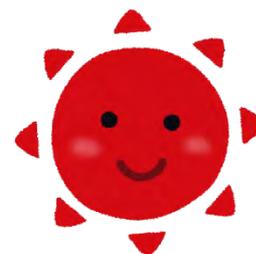
- 粘着式のフックや壁に穴をあけるフックをつけないでください。
- フックを撤去する時に、壁紙が破れたり、粘着テープが剥がれ、破損の原因になります。
- 破損した場合は弁償です。

居室



ベッド

- マットレスの上にベッドパッドまたは敷布団を使いましょう。
- マットレスの上に直接寝ると、マットレスが汚れてしまいます。
- マットレスは時々立てかけたり、天気のいい日には干しましょう。カビやダニの発生を防止できます。



居室（シェアハウス）



ドア

- 個室のドアは張り紙禁止です。
- ステッカーやポスターを貼ると、剥がす時にドアの表面の破損の原因となります。
- マスキングテープも時間が経つときれいに取れなくなります。
- 破損した場合は弁償です。特注品のため高額になります。



居室

IHコンロ（桑の木N棟）

- IH対応の調理器具を使いましょう。
- 水漏れに気をつけましょう。

IH対応
(100V・200V)



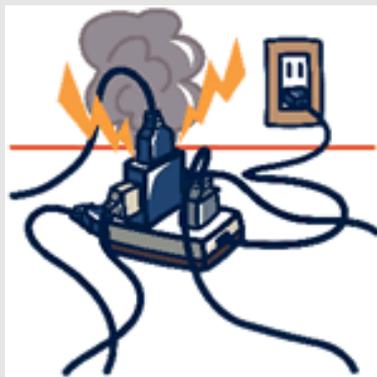
居室



コンセント外部の焼け



コンセント内部の焼け



イラスト引用元:「電気用品部品・材料協議会」HP
<http://www.s-ninsho.com/sp/accident.html>

電気火災防止のために

1. 容量（最大1500W/コンセント）を超えて使用しない
2. タコ足配線をしない
3. 古い電源タップは処分する
4. 家具などで電源コードを踏まない
5. 定期的にコード類の掃除・点検をする



+



≦

1500 W

合計1500Wまで
Up to 1500W in total

4. 施設

電化製品 Electric Appliance	消費電力 (W) Electric Power
冷蔵庫 Refrigerator	150-600
トースター Toaster	1000
電子レンジ Microwave oven	1300
IH調理器 (卓上) IH cooker	1200
炊飯器 Rice cooker	300-700
ホットプレート Hot plate	1300
電気ポット, ケトル Electric Pot / Kettle	700-1250
ドライヤー Hair dryer	800-1200
アイロン Iron	1200
掃除機 Vacuum cleaner	1200
洗濯機 Washing machine	500-1000
電気カーペット Electric carpet	500-1000
テレビ TV	150-300
PC	50-300
プリンタ (インクジェット) Ink-jet printer	10-60

≦ 1500 W
合計1500Wまで
Up to 1500W in total

1200W + 1000W = ~~2200W~~

700W + 1250W = ~~1950W~~

1300W + 600W = ~~1900W~~

300W + 1000W + 1200W = ~~2500W~~

共用施設



コインランドリー
(シェアハウス以外)

洗濯機・乾燥機は各階にあります。

利用料金：200円

※乾燥機は無料で使用できます。

利用可能時間：

午前7時から午後10時まで



- 使用後に、糸くずや髪の毛が出たら、次に使う人のために掃除をしておきましょう。
- 洗濯機の横に掃除道具があります。



共用施設 (桑の木)

飲食不可



TVとピアノが使えます

飲食可能



グランドピアノと卓球が使えます



桑の木寮生のみ



飲食不可

和室

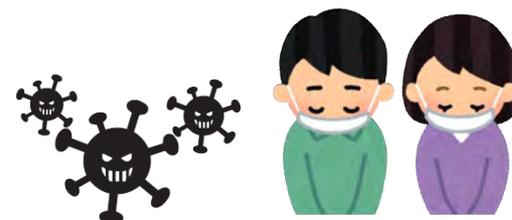
平時施錠
使用時は国際部に相談



共用施設（桑の木）

コロナウイルス対策のため
制限があります

- 利用できるのは入居者だけです。
- 利用人数は1名に限ります。
- 利用時間は管理人の業務時間内です。
(平日：9AM-7PM 土日：11AM-5PM)



共用施設（桑の木）



利用ルール

- 布教や営利を目的とする活動には利用できません。
- 図書室と和室には飲食物持ち込み禁止です。
- 敷地内は火気・飲酒禁止です。
- 騒音には気を付けてください。
- 清掃・ゴミの処理をしてください。
- 設備・備品の破損紛失は弁償です。
- 駐車場は使えません。

貸出品

R A

 BBQセット

★宿舎の敷地内&キャンパス内
は使用禁止

 オーブンレンジ ゼッケン サッカーボールとゴール バスケットボール アイロンとアイロン台

管理人

 IHクッキングヒーター ホットプレート 自転車の空気入れ 掃除機 雑巾 除湿器 (メンテナンス必須) 車椅子 水性カラーペン 体温計

RA 菜園でひとやすみ



5. 緊急時



防災グッズ（非常用持ち出し袋）



3日分

非常用

自分用に非常用持ち出し袋を用意しておくで安心です。
玄関やベッドの近くに置いておくと、緊急時にすぐに持って逃げられます。

避難器具・消防用設備



避難はしご

消火器

火災報知器



懐中電灯

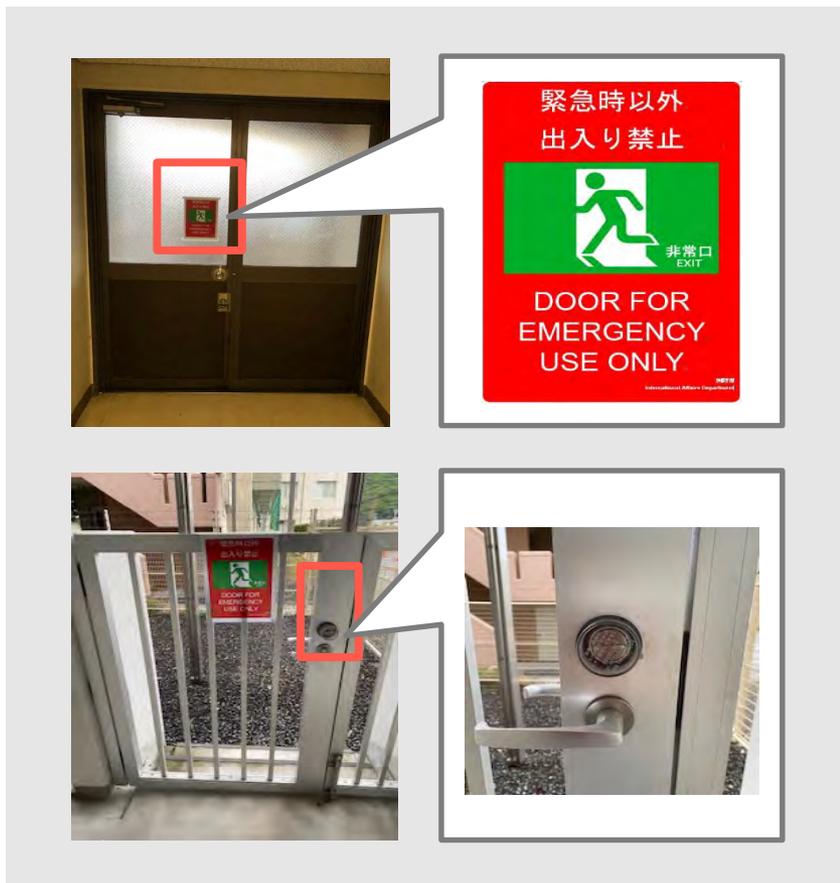


消火栓

どこにあるか確認しておきましょう！



避難経路



- この張り紙のあるドアが非常口です。
- 建物の内側からのみ開けることができます。
- 緊急時以外で使用した場合は警告カードが発行されます。
- 24時間セキュリティシステムで監視しています。
- 緊急時は、カギのカバーを割って開けてください。

避難経路はわかりますか？

避難場所



地震

桑の木・シェアハウス

揺れが止まってから
桑の木宿舎駐車場

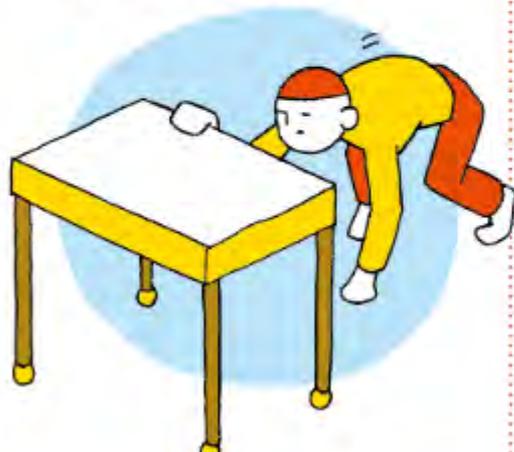
福居宿舎・国際交流会館

揺れが止まってから
各宿舎前

地震災害発生時

STEP 1

まず低く



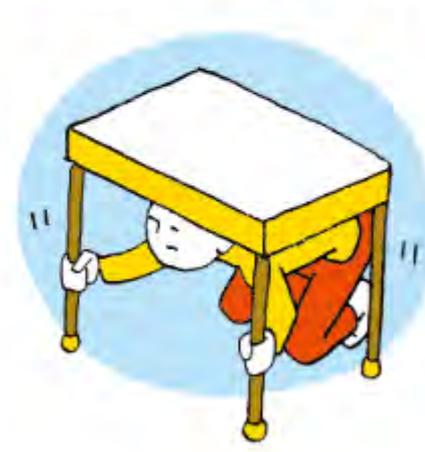
STEP 2

頭を守り



STEP 3

動かない



この1.2.3は、
動作の合言葉です。

「そなえるふくしまノート」より

地震災害発生時

緊急地震速報から
地震が来るまでにできること

必ず行う対応



すぐに
安全な
場所に
移動する。

時間があるときの対応



1. 火元になりそうなものをなくす。



2. ドアを開けて部屋の出口を確保する。



3. 窓ガラスなどが割れて飛散しないようカーテンを閉める。

避難場所



火災

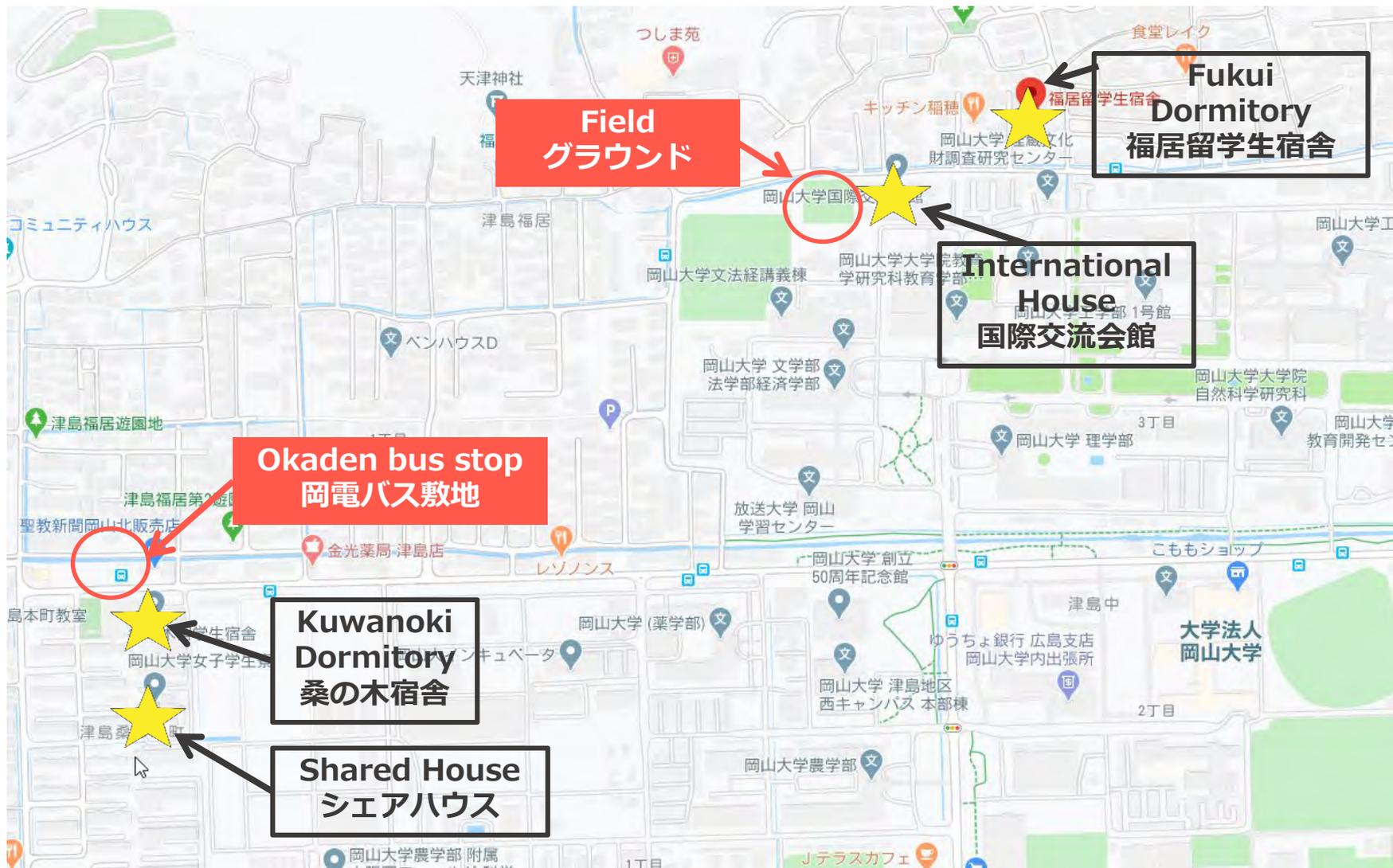
桑の木・シェアハウス

桑の木宿舎向かい
岡電バス敷地

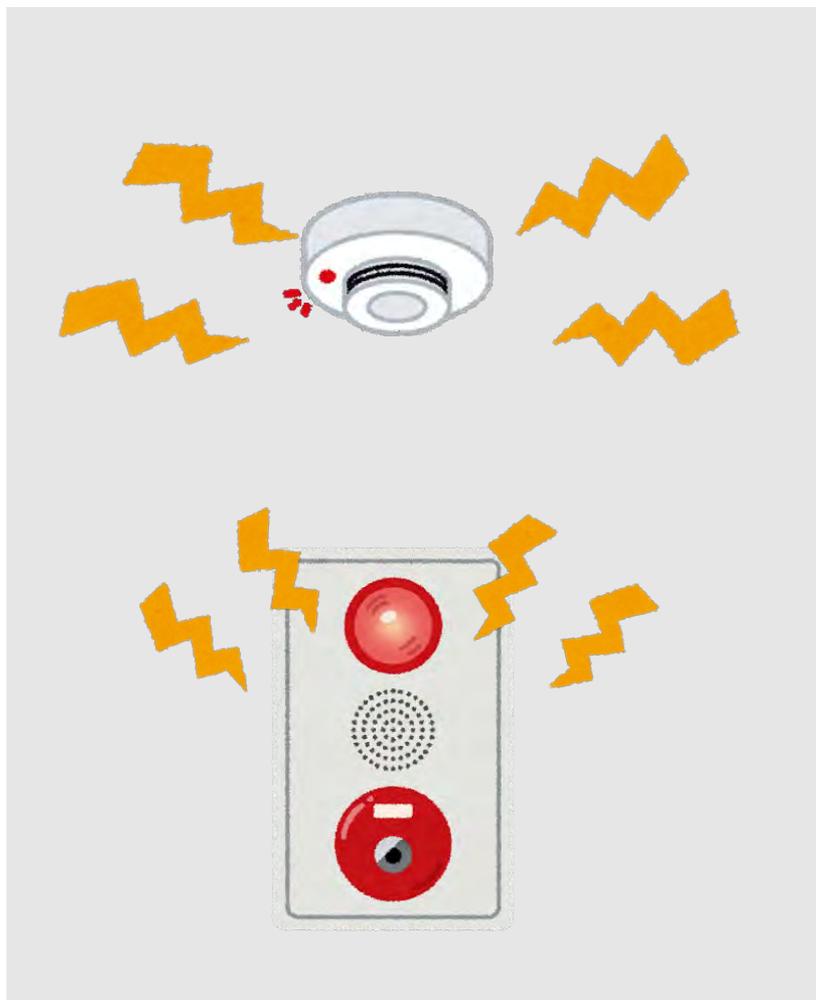
福居宿舎・国際交流会館

国際交流会館西側
グラウンド

避難場所 (火災)



火災報知器・非常ベル



- 火災や非常事態を発見したら、火災報知器を鳴らして全員に知らせましょう！
- そのあと **119** に電話しましょう。
- 非常ベルは火災や非常時のみ鳴ります。
- 地震の時は鳴りません。
- 非常ベルが鳴った場合は速やかに外へ逃げてください。

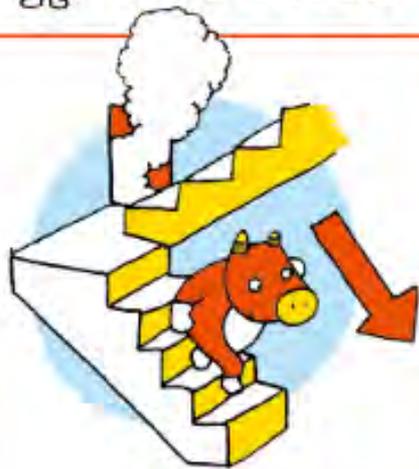


か さい はっ せい じ
火災発生時

 か さい ひ なん じ ちゅう い てん
火災避難時の注意点



しろい けむり
白い煙のうちに
逃げる



かいじょう
階上より
かいか
階下に逃げる



けむり
煙が出たら
はら
腹ばいで逃げる



ハンカチ、タオル、
ぶくろとう はな くち
ポリ袋等を鼻と口に
あてて逃げる

警戒レベル4までに必ず避難！

- 警戒レベル5【緊急安全確保】
災害が切迫あるいはすでに災害が発生している段階
ここから避難を開始するのは困難
- 警戒レベル4【避難指示】
すべての人が避難する段階
- 警戒レベル3【高齢者等避難】
高齢者だけでなく、避難に時間のかかる体の不自由な人も含まれる



令和3年5月20日から
ひなんしじ
避難指示で必ず避難
ひなんかんこく
避難勧告は廃止です

警戒レベル	新たな避難情報等	これまでの避難情報等
5	緊急安全確保※1	災害発生情報 (発生を察知したときに発令)
~~~~~<警戒レベル4までに必ず避難！>~~~~~		
4	避難指示※2	避難指示(緊急) 避難勧告
3	高齢者等避難※3	避難準備・ 高齢者等避難開始
2	大雨・洪水・高潮注意報 (気象庁)	大雨・洪水・高潮注意報 (気象庁)
1	早期注意情報 (気象庁)	早期注意情報 (気象庁)

※1 市町村が災害の状況を確実に把握できるものではない等の理由から、警戒レベル5は必ず発令される情報ではありません。  
 ※2 避難指示は、これまでの避難勧告のタイミングで発令されることとなります。  
 ※3 警戒レベル3は、高齢者等以外の人も必要に応じ普段の行動を見合わせ始めたり、避難の準備をしたり、危険を感じたら自主的に避難するタイミングです。

警戒レベル5は、  
すでに安全な避難ができず  
命が危険な状況です。  
**警戒レベル5緊急安全確保の  
発令を待つはいけません！**

避難勧告は廃止されます。  
これからは、  
**警戒レベル4避難指示で  
危険な場所から全員避難  
しましょう。**

避難に時間のかかる  
高齢者や障害のある人は、  
**警戒レベル3高齢者等避難で  
危険な場所から避難  
しましょう。**

内閣府(防災担当)・消防庁

## 避難場所

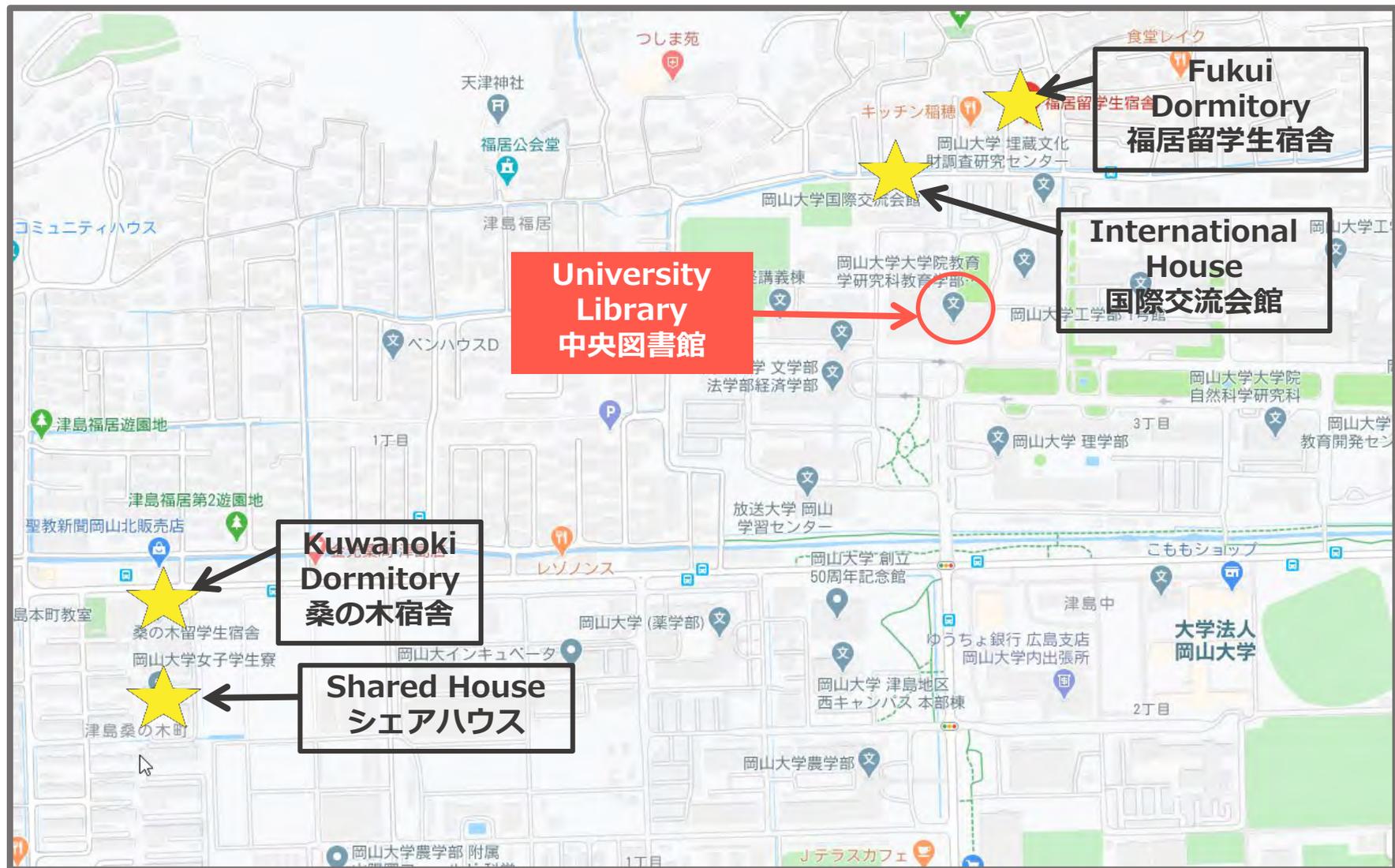


大雨・土砂災害

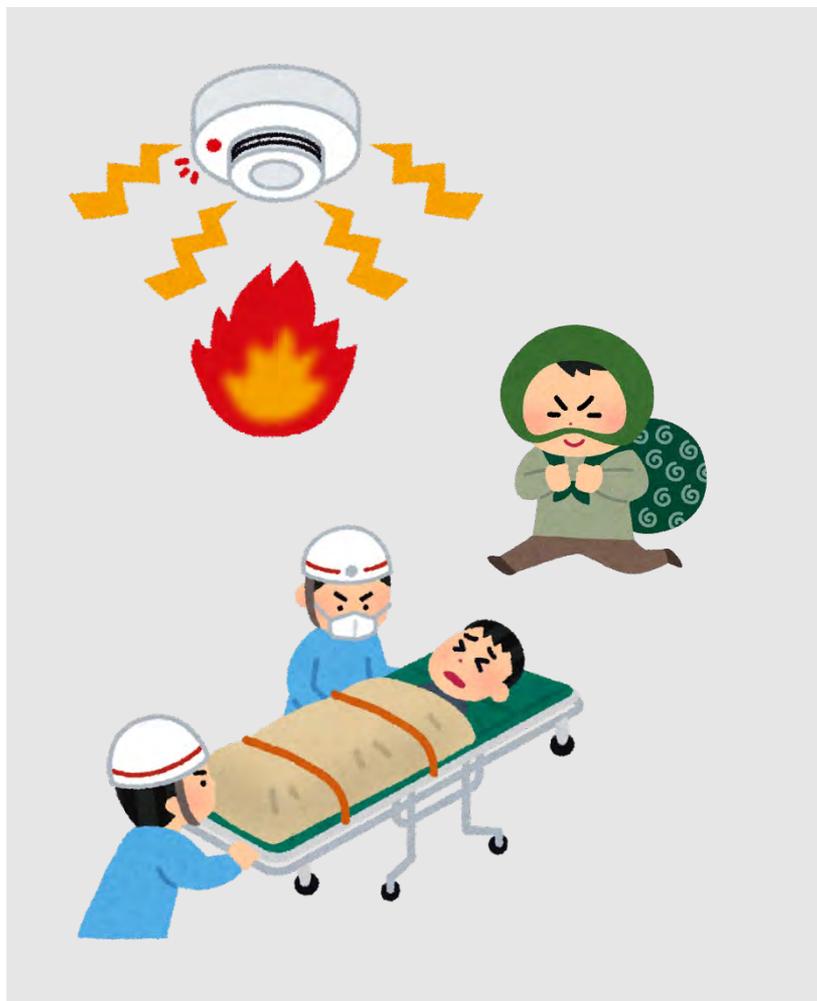
全宿舎共通

各宿舎 最上階  
または  
岡大中央図書館

# 避難場所（大雨・土砂災害）



## 緊急連絡先



- 管理人、桑の木RA、岡山大学の守衛または国際部に連絡してください。
- 救急車を呼ぶなど、日本語のサポートが必要な場合は、桑の木R Aが病院まで付き添います。

## 緊急連絡先

救急車・消防車

警察

**119**



**110**

岡山大学 守衛  
(24時間常駐)

**086-251-7096**

国際部  
(8:30AM – 5:00PM)

**086-251-7439**

RAのLINEグループ



困ったことがあったとき、気軽に  
コミュニケーションがとれます。

# 医療通訳ブック

## BODY STRUCTURE 身体の構造

### Whole body 全身

face 顔  
neck 首  
breast 乳房  
nipple 乳首  
chest 胸  
arm 腕  
elbow 肘  
forearm 前腕  
wrist 手首  
hand 手  
finger 指  
thumb 親指  
palm 手のひら  
back 背中  
shoulder 肩  
upper arm 上腕  
lower arm 下腕  
elbow 肘  
forearm 前腕  
wrist 手首  
hand 手  
finger 指  
thumb 親指  
palm 手のひら

### Face 顔

hair 髪  
forehead 額  
eyebrow 眉毛  
eyelid まぶた  
eyelash まゆげ  
eye 目  
temple こめかみ  
ear 耳  
ear-lobe 耳たぶ  
cheek 頬  
nose 鼻  
nostril 鼻孔  
lip 唇  
mouth 口

### Hands 手

finger 指  
thumb 親指  
index finger 人差し指  
middle finger 中指  
ring finger 薬指  
little finger 小指

### Feet 足

big toe 足の親指  
little toe 足の小指  
toe つま先  
ankle くるぶし  
heel かかと  
heel bone 足の踵骨  
toe nail 足の爪

### Bones 骨

skull 頭蓋骨  
collar bone 鎖骨  
shoulder bone 肩甲骨  
breastbone 肋骨  
rib 肋骨  
spine 背骨  
hip bone 寛骨  
sacrum 仙骨  
pelvis 骨盤  
femur 大腿骨  
kneecap 膝蓋骨  
tibia 脛骨  
fibula 腓骨

### Ear 耳

vestibular nerve 前庭神経  
semicircular canal 三半規管  
pinna 耳郭  
ossicle 鼓小骨  
ear canal 外耳道  
eardrum 鼓膜  
tympanic membrane 鼓膜  
cochlea 蝸牛  
auditory nerve 聴神経

### Eye 目

conjunctiva 結膜  
cornea 角膜  
pupil 瞳孔  
lens 水晶体  
iris 虹彩  
ciliary body 毛様体  
vitreous humor ガラス体  
retina 網膜  
choroid 脈絡膜  
sclera 硬膜  
optic nerve 視神経

## Medical translation book for foreigners living in Japan

日本にいる外国人のための医療通訳ブック

# HELP YOU

English version

病氣やケガの時に困らない

伝わりやすいイラストで便利

新潟大学 高橋 俊 前学長 監修  
外国人が海外と知らない日本特有の医療制度の解説付



## 3 Medical treatments by specialty

### INTERNAL MEDICINE 内科

This section covers symptoms and exams belonging to the field of internal medicine. 内科で対応する主な症状と診断の表を紹介いたします。

#### Common symptoms よくある症状

fever 発熱	headache 頭痛	shivering 震え
stomach ache 腹痛	vomit 吐き気	chills 寒さ
diarrhea 下痢	loss of appetite 食欲がない	dizziness めまい
constipation 便秘	heavy legs 足が重い	palpitation 動悸
blood on stool 血便	convulsions けいれん	shortness of breath 息苦しい

#### Medical examination 診断

I will put a stethoscope on your chest, so please lift your clothes. 胸に聴診器をあてるので、服を上げて下さい。

Please take a deep breath. Breathe in, breathe out. 大きく吸って、大きく吐いて下さい。

I will check for swellings in your throat, so please open your mouth widely. 喉に腫れがないか調べるので、口を大きく開けて下さい。

I will touch around your neck to check if there is no swelling. 首の周りをはたいて腫れがないか触ります。

I need to check if your belly is full. Please lie down on the bed facing the calling. I will touch your belly, so please lift your clothes. 腹が膨らんでいるか確認するので、ベッドの上で仰向けになって下さい。お腹を触るので服をあげて下さい。これはいいですか？

#### Frequent illnesses よく起こる病気

cold 風邪	chicken pox 水痘
influenza インフルエンザ	H1N1 (hand, feet and mouth disease) 手足口病
mumps 腮腺炎	herpangina ヘルパンギーナ
appendicitis 盲腸炎	hemolytic streptococcal infection 溶血性連鎖球菌感染症
measles 麻疹	

#### Examination step by step 診断の流れ

##### Before medical examination 診察前

Please check for fever on the thermometer. 体温計で熱を測って下さい。

Please take a urine sample. Please collect the urine in mid-stream. 尿を採取して下さい。尿を採取するときは、尿の真ん中を採取して下さい。

Have you ever felt ill during blood tests? 今までに血液検査をしたとき、気分が悪くなったことはありますか？

We will examine your blood. It will sting a little bit. 血液検査をします。少しチクッとします。

## 8 MEDICAL CHECKUP 健康診断

This is a comprehensive medical examination to check your health condition every year in Japan. 毎年1回、健康状態を確認するために行っている総合的な健康診断です。

### Examination step by step 診断の流れ

Please refrain from eating from 9 pm of the day before the exam. You can, however, drink small amounts of water. 健康診断の前日の夜9時から検査当日の朝まで飲食を控えて下さい。少量の水は飲むことができます。

#### In the morning of the checkup 診察当日の朝

Please take a urine sample when you wake up (urine examination). Please give a sample that excludes the first and last urine. 起きたら、尿を留めて下さい(尿検査)。最初の尿と最後の尿を除いた中間尿を採取して下さい。

#### Before medical examination 診察前

Please change your clothes after checking in at the reception. Please keep your valuables with you. 受付にて受付後、服を脱ぎ替えて下さい。貴重品は持ち帰ります。持っていて下さい。

#### Medical examination 診察

I will measure your height and weight. Please remove your shoes and get on the platform. 身長と体重を測ります。靴を脱いでのぼりの上に乗って下さい。

I will measure your blood pressure. Please roll up your sleeves from your left or right arm and insert your arm inside the sphygmomanometer (the device that measures blood pressure). 血圧を測ります。右腕か左腕の服をよけて、腕を血圧計の中に入れて下さい。

I will conduct an eyesight test. With your finger, indicate the direction where the circle is up, right, left, or down? If you are unable to see, please say "No". 視力検査をします。円形の標の方向を指して教えてください。見えない場合は、「No」と言って下さい。

#### Have you ever felt ill during blood tests? 今までに血液検査をしたとき、気分が悪くなったことはありますか？

Please roll up the sleeves from either your left or right arm and bring out your arm. I will give you an injection, so you might feel a slight sting. 右腕か左腕の服をよけて、腕を出して下さい。注射を行うので、少しチクッとします。

## 6. その他



# 管理人室



## 開室時間

【桑の木】 平日 9:00AM-7:00PM  
土日 11:00AM-5:00PM

【シェアハウス】  
月・水・金 12:00PM-7:00PM

【福居・国際交流会館】  
平日 9:00AM-6:00PM  
土 10:00AM-3:00PM

注意

管理人室の電話を、みなさんの連絡先として使用することはできません。

例：オンラインでの買い物  
宅配便  
銀行の口座開設  
携帯電話の契約  
クレジットカードの登録 など



# 宅配・郵便物

## 宅配物・郵便物の受け取り

お知らせ / NOTICE

(N(R)/S(R)/SH 101 号室)

To: 岡大太郎 さん

I keep REGISTERED MAIL / PARCEL BAGGAGE for you.  
 書留郵便 (かぎとめゆうびん) / 宅配便 (たくはいびん) を  
 預かっています。

Please come to the management office of **KUWANOKI DOMITORY**  
**within ONE week. (After a week, we return it to the post office.)**  
 一週間以内に桑の木寮管理人室まで来てください。過ぎると郵便局へ  
 返却します。

**Time is from 10:00 to 18:30** 時間は 10:00 ~ 18:30 までです。  
 〇 月 / 〇 日 / 〇 : 〇〇 管理人 MANAGEMENT STAFF

- 桑の木・シェアハウス宛ての郵便物・宅配便はすべて桑の木宿舎の管理人が受け取ります。
- このお知らせの紙がメールボックスに貼られていたら、紙を持って、早めに管理人室に受け取りに来てください。

# 宅配・郵便物



冷蔵・冷凍の商品を頼まない



代引きにしない



時間指定しない

## 宅配物・郵便物の注意

- 管理人室では保管できないため、クール便（冷蔵・冷凍品）は一切受け取りません。
- 管理人室にはお金を置いていないため、代引きの荷物も受け取ることができません。
- やむを得ずクール便（冷蔵・冷凍品）や代引きを利用する際は、宅配業者と直接連絡を取り合うことができるよう、自分の携帯番号を明記してください。
- 管理人が荷物を受け取るのは、業務時間内のみです。

# 寮費の支払い

## 支払い方法

The image shows a request form and three remittance slips. The request form is titled '請求書' (Request Form) and is dated August 2, 2021. It is for the student dormitory at the National Institute of Advanced Industrial Science and Technology (AIST). The amount requested is 21,654 yen. Below the request form are three remittance slips (私込票) from the National Institute of Advanced Industrial Science and Technology, each for the amount of 21,654 yen. The slips are addressed to the student dormitory and include the account number 00120051880252.

1. メールボックスに請求書が届く（20日前後）
2. 請求書を持って銀行に行き、ATMまたは窓口で支払う  
期限：毎月月末

水道と光熱費も含まれます。月の途中に入退去する場合も1ヶ月分支払います。  
(3月または9月に入退去する場合は半額になります)

# 寮費の支払い



## 大学近くの銀行・ATM

- ゆうちょ銀行のみ払込取扱票が使用できるATMがあります。
- ゆうちょ銀行以外の銀行で支払う場合は、窓口で支払います。

振込期限：毎月月末



ゆうちょ銀行

- ・ 払込取扱票が使用出来るATMあり
- ・ 請求書番号、氏名入力不要

You can use the invoice sheet.



払込取扱票使用不可

**請求書番号、氏名を必ず入力して支払うこと**

You can't use the invoice sheet. You must input your name and invoice number.

支払いが遅れた場合は、警告カードが発行されます！



# 光熱水費（シェアハウス）

## シェアハウスの光熱水費

電気・ガス・水道の使用量に  
関わらず

一律 5,200円



- シェアハウスの光熱水費は定額ですが、毎月1日に管理人が各部屋の使用量を検針しています。
- あまりにも使用量が多い場合は、追加料金が発生することがあります。適切な使用を心がけましょう。





# 退寮の手続き

- 退寮を希望する人は退寮する1ヶ月前までに管理人に「退去届」を提出してください。
- 退寮オリエンテーションは全員参加必須です。

**注意**

退寮日の1ヶ月前までに退去届を提出しなかったら・・・

**違約金：寄宿料1ヶ月分**



岡山大学外国人留学生・研究員宿泊施設  
OKAYAMA UNIVERSITY DORMITORY FOR INTERNATIONAL STUDENTS & RESEARCHERS  
退 去 届  
NOTIFICATION OF DEPARTURE

年 月 日  
Date: Year Month Day

岡 山 大 学 長 殿  
To: The President of Okayama University

(Personal) / (Family)

氏 名  
Name (Block letter)

署 名  
Signature

下記のとおり岡山大学外国人留学生・研究員宿泊施設から退去しますので、お届けします。  
I will leave the OKAYAMA UNIVERSITY DORMITORY FOR INTERNATIONAL STUDENTS & RESEARCHERS as following day.

記

1. 居室番号 Room number	<input checked="" type="checkbox"/> 桑の木留学生宿舎 Kawanoki Dormitory <input type="checkbox"/> 福居留学生宿舎 Fukui Dormitory <input type="checkbox"/> 国際交流会館 International House <input type="checkbox"/> 国際学生シェアハウス International Student Shared House	階 Floor	号室 Room number
		階 Floor	号室 Room number
		階 Floor	号室 Room number
		階 Floor	号室 Room number

2. 退去年月日  
Date of departure

年 月 日  
Year Month Day

3. 退去理由  
Reason for departure

4. 退去後の連絡先  
Address after departure

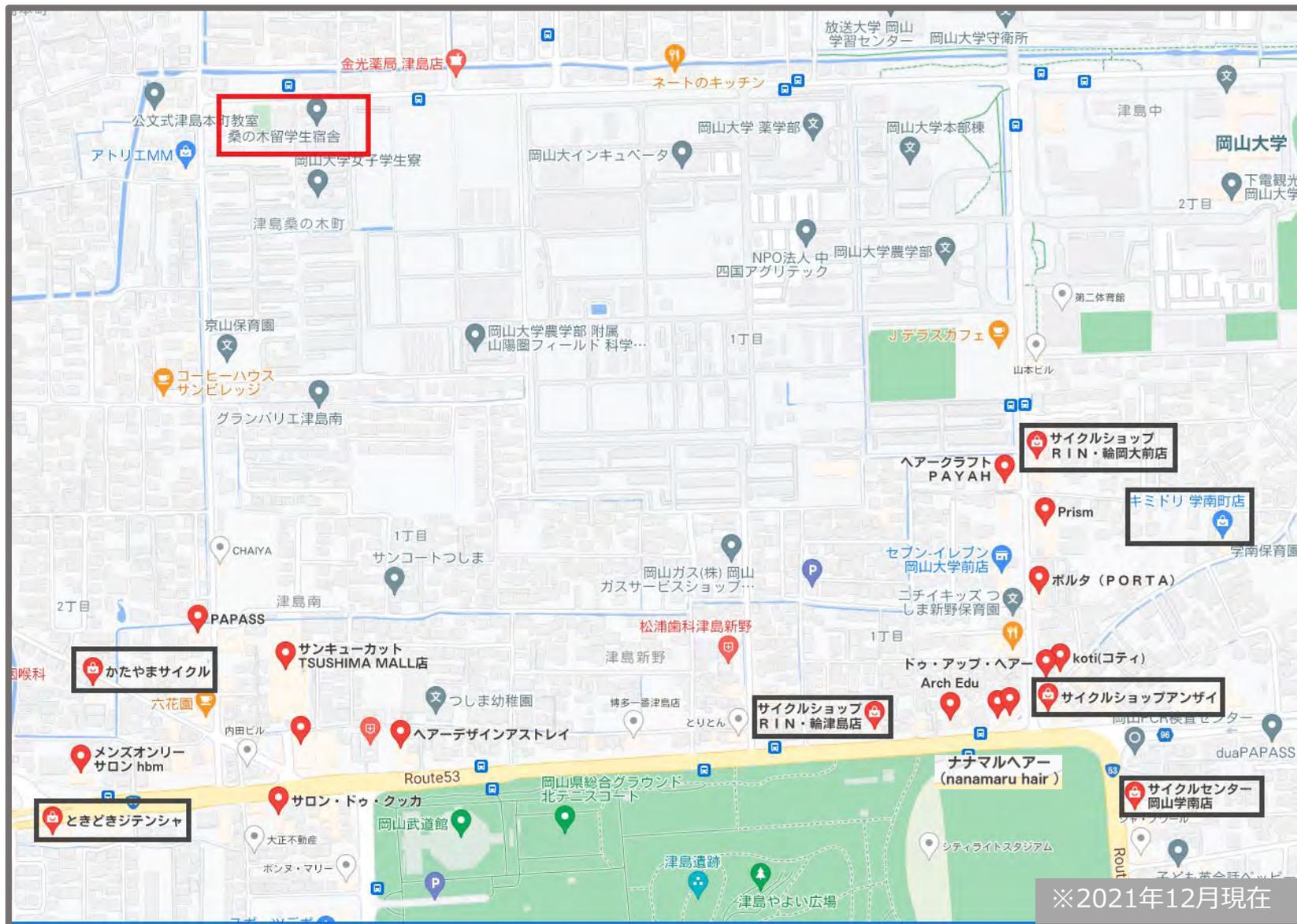


# 郵便局・銀行ATM



※2021年7月現在

## 美容院・自転車屋



# 桑の木 RA (レジデントアシスタント)

桑の木RAは寮のイベントを運営したり、非常時に寮生のサポートをしたりしています

**2022 KUWANOKI RAs**



OGAWA, Seigo



ASAH, Konomi



HAMANO, Hinako



KOSEKI, Genpei



TAKAHASHI, Ayano



ASAKURA, Ayuka



MIZUSHIMA, Daisuke



TETSUKA, Minami





## 入居中のみなさんへ

[TOP](#) < [留学生へのサポート](#) < [住まい](#) < [留学生宿舍・借上げアパート](#) < [入居中のみなさんへ](#)

### Check!

入居するとき、7日以上宿舍を不在にするとき、退去するときには必ず以下の書類を提出してください。  
入寮・退寮オリエンテーションは全員参加必須です。

## 入居するとき

- 宿舍共通
  - 入居届 [PDF](#)
  - 誓約書 [PDF](#)
  - 新型コロナウイルス感染症に関する誓約書 [PDF](#)
  - 留学生宿舍ルールのチェックリスト [PDF](#)

- 桑の木留学生宿舍・国際学生シェアハウス [PDF](#)

<https://intl.okayama-u.ac.jp/support/housing/dormitory/residents/>

- 国際交流会館 [PDF](#)



# この後すること

1. 入居案内を読む
2. 管理人に①～⑥の書類を提出しましたか？
  - ①入居届 (Permission for Residence)
  - ②誓約書 (Move-in Contract)
  - ③新型コロナウイルス感染症に関する誓約書  
(Pledge concerning the Novel Coronavirus Infection)
  - ④カードキー受領書 (Confirmation of Receipt of Card Key)
  - ⑤居室内物品・設備リスト (List of things in your room)
  - ⑥留学生宿舎ルールのチェックリスト  
(Checklist for International Dormitory Rules)

