

# E-Room

## 留学ハンドブック



# フィリピンの基本情報



正式名称	フィリピン共和国
渡航時間	約4時間30分（日本からの直行便の場合）
時差	1時間（日本より1時間遅い）
人口	約8,857万人
面積	299,404平方キロメートル
公用語	英語、タガログ語
首都	メトロ・マニラ
通貨	フィリピン・ペソ（1ペソ= 2.3 円）
宗教	カトリック83%、その他のキリスト教10%、 イスラム教5%、その他2%
気候	年間平均気温26～27℃、年間平均最高気温31.2℃ 年間最低気温18.5℃、雨季6～11月、乾季12月～5月



# バコロドの基本情報

フィリピンで4番目に大きな島ネグロスにある都市、バコロド。

フィリピンで一番住みやすい都市1位に選ばれ“微笑みの街”と呼ばれる程、安全な街です。

たくさんの自然に囲まれた田舎街ですが、

日本と変わらないほどの大きなショッピングモールがあるので日常生活には困りません。

安全面、街の静けさ、人の親切さなど勉強に集中できる環境が整っているので、留学生にとっても人気の街です。



## 出発当日の流れ

飛行機の出発時刻の2～3時間前までに空港に到着し、チェックイン及び出国手続きをしてください。

チェックイン及び出国手続きにお時間を要する可能性がございます。

空港へは余裕を持って到着することをお勧めします。

※受託手荷物・機内持ち込みのサイズや重さ、値段は航空会社によって異なります。各航空会社ウェブサイトなどで事前にご確認ください。

無料手荷物許容量を超える超過手荷物をお持ちの場合は超過手荷物料金を支払わなければいけません。

また、液体の持ち込みも厳しく制限されておりますのでご注意ください。

【持込が禁止されている液体物の一例】 味噌、漬物、ヨーグルト、ゼリー、シャンプー、歯磨き粉、ライター

【持込が禁止されている物の一例】 各種スプレー、一部薬品、一部着火具、刀剣類、ナイフ類など。

# 出発当日の流れ

## 【チェックイン～出国手続き】

①空港に到着したらチェックイン（搭乗手続き）をします。

自分の利用するエアラインのチェックインカウンターに移動し、手続きを行います。

eTravelの QR コードの提示が必要となります。

②スーツケースなどの預ける荷物（受託手荷物）はチェックイン時にカウンターに預け（X線検査有り）、手荷物引換証を受け取ります。機内の席まで持ち込む荷物はそのまま持っていきます。

（手荷物を預けた際に経由地で手荷物を一旦受け取るか、直接バコロドまで届くかを確認してください。）

③チェックイン後、カウンター近くのエリアでセキュリティチェックを受けます。

④出国審査カウンターに進み、パスポートと搭乗券その他必要書類を提示して審査を受けます。

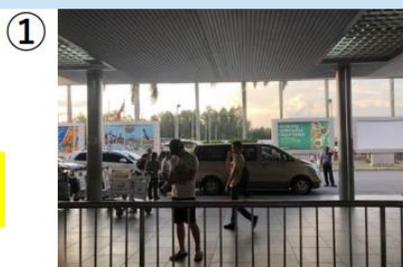
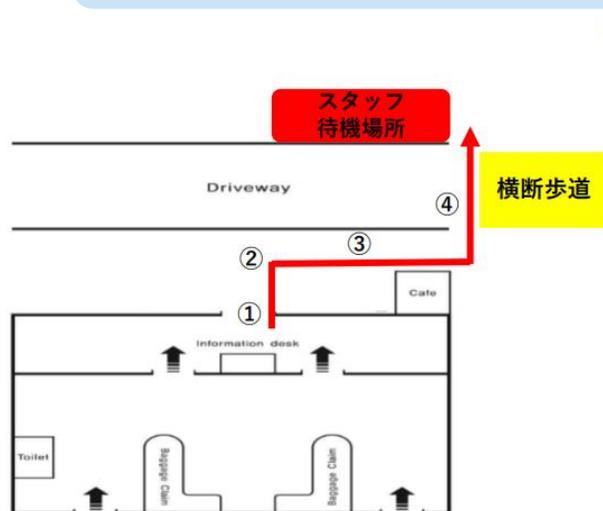
⑤全ての出国手続きが終了したら、搭乗ゲートに移動します。搭乗ゲートとは実際に飛行機に乗り込む入り口です。

⑥搭乗時間になれば、係員の案内に従って搭乗を開始します。搭乗券を提示して、確認をしてもらい機内へ。これで出国完了です。

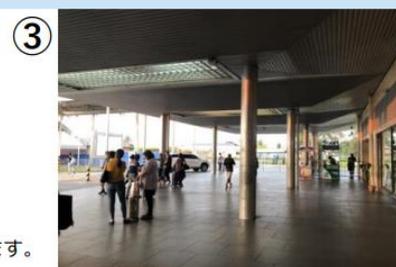
（フライトが遅れたり、搭乗ゲートが変更になる場合があります。アナウンスをよく聞いておきましょう。）

# 出発当日の流れ

バコロド（シライ）空港到着後、空港出口を出て、向かいの道路に渡ってください。こちらで学校のスタッフがお待ちしております。  
 ※空港ピックアップをお申込の方のみとなります。



空港を出て右に進みます。



必ず横断歩道を渡ってください。



【ピックアップ時緊急連絡先】

LINE @877napah

TEL 0927-767-9035



どちらもピックアップ時専用となります。LINEは日本語対応、お電話は英語対応となります。



学校スタッフが  
こちらのボード  
を持ってお待ち  
しております！

# 入国カード

- ① パスポート番号
- ② 姓
- ③ 名字
- ④ ミドルネーム
- ⑤ 生年月日 (月/日/西暦)
- ⑥ 国籍
- ⑦ 性別 (男性 : MALE ・ 女性 : FEMALE)
- ⑧ 現住所
- ⑨ フィリピンでの住所
- ⑩ 連絡先電話番号 / メールアドレス
- ⑪ 職業
- ⑫ 個人ID番号 (無ければ空欄)
- ⑬ 便名 (フィリピン入国時)
- ⑭ 出発空港
- ⑮ ACR-Iカード番号(なければ未記入)
- ⑯ 渡航目的
- ⑰ 署名
- ⑱ 到着日

## ⑨ フィリピン住所 (学校住所)

E-ROOM LC, Lot 1~8, Block 3, Brgy singcang, Bacolod City

REPUBLIC OF THE PHILIPPINES  
DEPARTMENT OF JUSTICE  
BUREAU OF IMMIGRATION  
ARRIVAL CARD  
PLEASE WRITE LEGIBLY

PASSPORT / TRAVEL DOCUMENT NUMBER / 護照番号 / パスポート番号 / 여권 번호  
①

LAST NAME / 姓 / 名字 / 성  
②

FIRST NAME / 名字 / ファーストネーム / 이름  
③

MIDDLE NAME / 中間名字 / ミドルネーム / 중간 이름  
④

DATE OF BIRTH (MM-DD-YYYY) / 出生日 / 誕生日 / 생일 NATIONALITY / 国籍 / 國籍 / 국적 GENDER / 性別 / 性別 / 성별 ⑦  
⑤  MALE 男 / 男性 / 남성  FEMALE 女 / 女性 / 여자

ADDRESS ABROAD / HOTEL (NO., STREET, TOWN / CITY STATE / COUNTRY, ZIP CODE) / 海外地址 / 住所日本 / 해외 주소  
⑧

ADDRESS IN THE PHILIPPINES (NO., STREET, TOWN / CITY, PROVINCE) / 地點在菲律賓 / フィリピン住所 / 필리핀 주소  
⑨

CONTACT NUMBER AND / OR EMAIL ADDRESS / 電話 / 連絡先番号 / 연락처 번호 電子郵件 / 이메일 / 이메일  
⑩

OCCUPATION / 佔用 / 職業 / 직업 PERSONAL I.D. NUMBER / 鑑定號 / 個人ID番号 / 개인 ID 번호  
⑪ ⑫

FLIGHT / VOYAGE NUMBER / 航線 / 플라이트 / 비행 PORT OF EXIT / 出口 / 出국지 / 出국지 ACR I-CARD NUMBER / 護照卡號 / ACR-I CARD 번호 / ACR-I CARD 번호  
⑬ ⑭ ⑮

PRIMARY PURPOSE OF TRAVEL / 旅遊目的 / 旅行의 목적 / 여행 목적 SIGNATURE / 簽名 / 署名 / 서명  
⑯ ⑰

PLEASURE/VACATION / 旅遊 / 바ケーション / 휴가  RETURNING RESIDENT/BAKANTAN 歸國 / 歸國 / 귀국 / 귀국  
 CONVENTION/CONFERENCE / 會議 / 會議 / 회의 / 회의  WORK EMPLOYMENT/ 僱用 / 僱用 / 고용  
 EDUCATION/TRAINING / 學習 / 學習 / 교육 / 교육  OVERSEAS FILIPINO WORKER (OFW) 海外菲律賓僱員 / 海外菲律賓僱員 / 해외  
 BUSINESS / 商業 / 商業 / 사업  RELIGION/PILGRIMAGE / 宗教 / 宗教 / 종교 / 종교  
 MEDICAL / 醫 / 醫 / 의료 / 의료  OTHERS / 其他 / 其他 / 다른 사항  
 TRANSIT/PROFESSIONAL / 過境 / 비즈니스 / 사업

DATE OF ARRIVAL / 入境日 / 到着日 / 도착일  
⑱



# マニラ空港案内

## ターミナル2 利用航空会社:フィリピン航空



1F国際線到着口から階段もしくはエレベーターで2Fの国内線出発口まで移動してください。  
ターミナル2はレストラン・カフェなどは空港内にはほとんどありません。

## ターミナル3 利用航空会社:フィリピン航空・セブパシフィック航空



1F国際線到着口から階段もしくはエレベーターで3Fの国内線出発口まで移動してください。  
ターミナル3にはレストランやカフェなどが多く出店しており、特に4Fにはマッサージショップや24時間営業のレストランもあります。

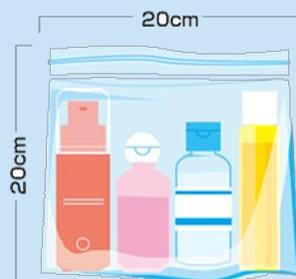
# 機内持ち込み（液体物）

## ■ 液体物の持ち込みについて

100ml (g) を超える容器に入ったあらゆる液体物は、航空機内への持ち込みが禁止されております。

100ml (g) を超える液体物は必ずお預け手荷物内に入れてください。

機内に持ち込む場合



・ 100ml (g) 以下の容器に入った液体物で、容量1リットル以下のジッパーの付いた再封可能な透明プラスチック製袋に、余裕を持って入れてください。

※100ml 以下の容器であったとしても、透明のプラスチック製袋に入っていない場合は持ち込みができません。

・ 持ち込みにご利用できる透明プラスチック製袋のサイズの目安は、縦20cm以下×横20cm以下になります。マチ付きの物は容量が1リットルを超えてしまいますので、使用はできません。

### ※液体物の一例

(これらは100ml(g)以下の容器に入れ、上記規定を満たす袋に入れてご準備ください。または預け入れ荷物内に入れてください。)

飲み物



ハンドクリーム



歯磨き粉



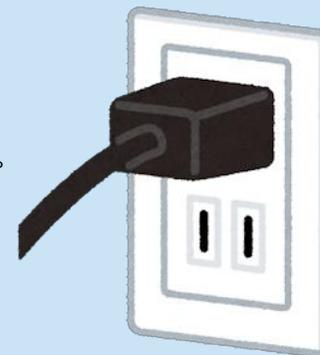
リップクリーム



# 持ち物 (プラグ & 電圧)

## ■ プラグについて

フィリピンのプラグは日本のプラグと同じ形のAタイプとなります。  
変換プラグは必要ございませんのでご安心ください。



## ■ 電圧について

フィリピンの電圧と日本の電圧は異なります。

フィリピン : 220V    日本 : 100V

「100-240V」の記載がある機器は、そのまま充電できます。

※携帯電話の充電器・iPadの充電器・カメラの充電器はそのまま充電可能ですが、念のためご確認ください。

※ドライヤーは海外対応式のものをお勧めいたします。

(到着の翌日にショッピングモールで購入も可能です。)



# 学校周辺情報

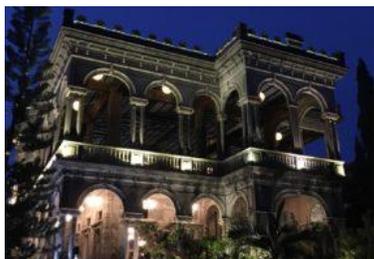


ショッピングモール

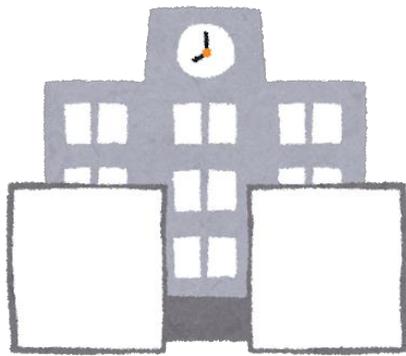


徒歩15分圏内に  
ショッピングモールが  
あるので安心です！  
日用品は何でも揃います。

観光スポット



ローカルな雰囲気を感じられる市場や  
有名なザ・ルーインズ、  
その他プールリゾートもございます！



レストラン&カフェ



近くには韓国料理や中華料理の  
レストランもございます！  
バコロド市内にはフィリピンで  
有名なJollibee（ジョリビー）  
やカフェもございます。



# 持ち物リスト

パスポート	有効期間を必ず確認してください。（滞在期間+ 6ヶ月間必要です。） 万が一紛失した場合に備え、コピーも準備してください。	必須
航空券	往復もしくはフィリピンを出国するチケットをお持ちでないと入国できません。 万が一に備えてコピーも準備しておいてください。	必須
ワクチン接種証明書	不要となりました。	不要
お小遣い	日本円をお持ちいただければ現地のモールで両替いただけます。 一般的な留学スタイル（平日は勉強に専念し、週末はアクティビティや外食を楽しむ）の場合、 月額で10,000円~20,000円程度のお小遣いで十分です。	必須
薬	現地でも風邪薬、下痢止め、胃薬、鎮痛剤などはご購入頂けますが、 効き目が強いことでもありますので、日本で使い慣れているお薬を持参されることを お勧めいたします。	便利
虫よけ	日本から蚊よけスプレーやかゆみ止めを持ってくることをお勧めいたします。	便利
電子辞書	辞書アプリのインストールされたスマートフォン・タブレット、及び電子辞書は大変役立ちます。	便利
参考書	フィリピンでは日本語で書かれた参考書を手に入れることは出来ません。 特に文法の本は役に立ちます。	便利

# 持ち物リスト

衣類・下着・靴下・タオル	動きやすいものをご用意ください。近くのスーパーでも衣類は購入可能です。教室やスーパーはエアコンが良く効いているので羽織れるような長袖もご持参ください。(週に2回~3回洗濯の日がございます。)	必須
水着	宿泊先には自由にご利用いただけるプールがございます。	便利
履物	スニーカーやサンダルなど履き慣れた歩きやすいものが良いです。	便利
眼鏡・コンタクトレンズ	コンタクトレンズは余分にご用意ください。コンタクトレンズの洗浄液(約80~250ペソ)は現地でも購入できます。	便利
化粧品類	ご自身のお肌に合ったものをご持参ください。現地でも購入可能ですが、日本ブランドのものは高く、現地ブランドは質が落ちます。	便利
生活必需品	シャンプー、リンス、ボディークリーム、歯ブラシ、歯磨き粉、石鹸、ドライヤーなどは備え付けられていません。現地でも購入可能です。	便利
ふりかけ・レトルト食品	食事が合わなかった際に特に重宝します。	便利
タンブラー・コップ	学校にはウォーターサーバーがあります。現地でも購入可能です。	便利

※学校近くにコンビニエンスストア(セブンイレブン)があります。(徒歩10分)



# 入国条件（新型コロナウイルス感染症関連）

2023年7月22日現在の情報です。情報は変更となる可能性があります。

新型コロナウイルス感染症に関する水際措置は完全に撤廃されました。

ワクチン接種証明書	出発前抗原検査 (陰性証明書の提出)	入国時抗体検査	入国後施設内隔離	eTravel ※1
ワクチン接種状況に関わらず 全て不要				出発前3日以内に 登録が必要

※1 eTravel については[こちら](#)よりご確認ください。



# 帰国条件（新型コロナウイルス感染症関連）

2023年7月22日現在の情報です。情報は変更となる可能性があります。

新型コロナウイルス感染症に関する水際措置は完全に撤廃されました。

ワクチン接種証明書	出国前検査（陰性証明書の提出）	到着時検査	自宅待機
<b>ワクチン接種状況に関わらず 全て不要</b>			

# 現地生活

## 1. 飲料水

水道水は飲料水ではなく、ミネラルウォーターもしくは学校に設置しているウォーターディスペンサーを利用ください。体調を崩しやすい人は歯を磨く際に使用する水も水道水ではなく衛生的な水を利用しましょう。

## 2. 外食

屋台の食事は日本人が食べると体調を崩してしまう可能性があるため、あまりお勧めしません。

## 3. 貴重品管理

学校内やショッピングモールなどでも貴重品は一度紛失すると二度と帰ってこないと思い、貴重品管理は徹底しましょう。

## 4. トイレ

共同トイレやショッピングモールなどでは基本的にはトイレットペーパーがございませんので、常にトイレットペーパーを持参しましょう。

## 現地生活

### 5. 両替

空港での両替はレートがあまりよくありません。ご心配であれば出発時には各自判断で最低限（2,000円くらい）両替して残りはショッピングモールの両替所で両替することをお勧めします。

### 6. クレジットカード・国際キャッシュカード

1か月以上の留学の方には、現金以外にもクレジットカード・国際キャッシュカードを持参しましょう。ショッピングモールやスーパーマーケットなどではクレジットカードの利用が可能ですが、店舗や時間帯によっては使用できない場合もあるため、現金も持ち歩きましょう。また、キャッシュカードは一日の引き出し可能な上限金額P10,000と設定されているATMもあります。

### 7. SIMカード

日本からSIMフリー携帯を持参していれば、フィリピン国内でフィリピンの携帯電話会社のSIMカード(約100円)を差し込んでご利用いただけます。