



USP ESL Center

University of Southern Philippines
RolyPoly Language School Inc.

2週間以上滞在者用 USP-ESL留学ガイド2016

セブへの留学に当たりまして、学校、寮及び現地で必要な書類及び料金に含まれていない費用、持ち物、出国、初日の日程、学校および寮の規則等に関してのご案内です。

目次

- | | |
|-------------------|------------------|
| 1. 日本での準備……………2 | 3. 渡航時の注意……………6 |
| 1) 持ち物 | 4. 寮到着から帰国まで……9 |
| 2) 予防接種 | 5. 学校及び寮の生活……11 |
| 3) 保険 | 6. フィリピンの休日……14 |
| 4) 現地での費用 | 7. フィリピン生活一般……16 |
| 2. ビザ・SSPに関して………4 | |

学校

大学正式名称	University of Southern Philippines Foundation
ESLセンター住所	4F,Agustin Jereza Hall, USPF, Salinas Drive, Lahug, Cebu city, Philippines
電話番号	+63-32-412-4892

寮

住所	Tsai Hotel Residences, #11Wilson street, Lahug, Cebu City, Cebu 6000 Philippines	
各電話番号	事務所電話	:+63-32-236-2027
	日本担当 關田将之(セキタ マサユキ)	:+63-90-5223-1393

1. . 日本での準備

1) 持ち物

※特に重要なもの※			
項目	重要度	準備済 チェック	備考
パスポート	★★★★★		希望研修期間+6ヶ月有効のパスポート。有効期限が1年未満の場合は切り替えが可能。
往復航空チケット (他国への出国チケット)	★★★★★		フィリピン出国のチケットを持っている事を条件に30日間のビザが与えられますので、 <u>必ず往復チケット、もしくはフィリピンから他国への出国チケットを持参下さい。</u>
入寮時のデポジット	★★★★★		50ドル、もしくは2,500ペソ <u>5週間以下の方はデポジットは不要です。</u>
(その他)			
項目	重要度	準備済 チェック	備考
お小遣い	★★★★★		目安:1ヶ月2-5万円 お小遣いは個人によって違います。勉強だけに集中して全く遊びに行かなければビザ延長費、電気代、生活必需品購入費だけ必要なので、月1万円程度でも生活出来るでしょう。しかし旅行へ行ったり外食を頻繁にすると支出も多くなります。当校の学生たちの平均は1ヶ月2万円—5万円程度です。
国際キャッシュカード	★★★★★		国際キャッシュカードはPlus, Cirrusマークがあれば現地ATMで日本の口座からお金を引き出せます。大金を持ち歩かなくて良いのでお勧めです。シティバンク、新生銀行などで発行しています。ATMは寮から徒歩5分の位置にあります。 
クレジットカード	★★★★☆		クレジットカードは現地の大型スーパーや、レストランなどで使えます。小さな店では使えない場所も多いです。フィリピンではサイン(署名)を2回しなければいけません。また、現地ATMでもキャッシングが出来ます。
インターネット	★★★☆☆		寮内では無線インターネットの利用が可能です(無料)。ご自分のノートパソコンをお持ち頂いてご利用ください。普段のネットご利用に問題はないですが、ダウンロード等をするには速度が遅いのでダウンロードが必要な場合は寮事務所に持ち込んで頂くようになります。
電子辞書	★★★★☆		手軽に単語を調べられるので重宝します。現地では購入が困難です。
英語の教材	★★★★☆		当校の教材は全て英語ですので、文法説明書など、日本語の参考書をお持ちになると大変役立ちます。
医薬品・ビタミン剤	★★★☆☆		フィリピンの医薬品はアメリカからの輸入品大部分ですので品質には問題ありません。ただ値段は日本と余り変わりません。また人によっては強すぎる事もあるので、普段お使いのものがあればお持ちになると良いかと思います。風邪薬、下痢止め、鎮痛剤、かゆみ止めなどがあると安心です。
衣服	★★★☆☆		セブは年間を通して高温ですので、基本的には半袖です。ただ雨後などは涼しくなる事もありますし、室内は冷房が効いていて肌寒く感じる事もありますので、長袖のパーカーやトレーナー、カーディガンなどがあると良いです。また <u>学校には服装規定があります。</u>
筆記用具 (特にノート)	★★★★☆		フィリピンの文房具、特にノートの質は良くないです。荷物に余裕のある方はノートを何冊かお持ちになる事をお勧めします。
トイレトペーパー	★★★★☆		フィリピンでは、トイレトペーパーがトイレにありませんスーパーマーケット等で購入可能ですが、2ロールほどご持参ください。
その他 (現地にもあるが持っていくと便利なもの)	★★★☆☆		タオル2-3枚、2-3日分の洗面用具(シャンプーや石鹸など)、日焼け止め、化粧品、スキンケア用品、ポケットティッシュ、MP3プレイヤー、簡単な日本食(インスタントなど)

2) 予防接種

特に必要はありませんが、心配な方は狂犬病の予防注射を受けて来られても良いです。(現地でも可能です。)

3) 保険

保険は必ず加入して来て下さい。セブでは事故、病気の場合には現地病院で、キャッシュレスで診療、治療、入院サービスが受けられます。また USP-ESL ではジャパニーズヘルプデスクを利用し、保険をお持ちの方はヘルプデスクの日本人職員のサポート(通訳など)、キャッシュレスでの治療、医師の学校への往診などのサービスを受ける事が出来ます。

セブでキャッシュレスが受けられる保険:

三井住友海上火災、日本興亜損保、あいおい損保、ジェイアイ損保、富士火災海上、ニッセイ同和損保、朝日火災海上、ソニー損保、日新火災海上、セコム損保、エース損保

4) 現地での費用

- **個人のお小遣い** : 1ヶ月 2万円~5万円程度(目安)
人によって費用は全く違ってきます。外出はしないという方は最低費用(電気代+ビザ延長費用+生活必需品購入費;約 1万円)だけで生活は可能です。しかし外食、旅行等をされる場合はそれなりの費用がかかります。当校の学生の平均的小遣い額は1ヶ月 2万円~5万円程度です。(あくまで平均です。)
- **電気代** : 500~1,500 ペソ(1,000円~3,000円程度)
1ヶ月に1回、使用した分だけお支払い頂きます。個人によって少々差はありますが平均月 1,000円~3,000円です。(3週間以下の方は該当しません。)
- **ビザ延長費** :
31日以上滞在される学生に必要なもので、滞在期間に合わせて延長が必要です。
(金額は下記‘2. ビザに関して’をご参照下さい。)
- **ECC(Emigration Clearance Certificate)費用** : 500-1,000 ペソ
これは 6ヶ月以上滞在する方に必要なものです。
費用は 500-1000 ペソとなります。(費用は予告なく変わる場合があります。)
- **空港使用税** : 750 ペソ
日本へのご帰国時、セブ空港、マニラ空港を使用する際に支払うものです。出国審査を受ける前の窓口で、支払います。マニラ経由でセブ空港からマニラ空港へ渡航される国内線ではチケットに含まれているのでお支払いの必要はございません。国際線のみ発生いたします。(金額は予告なしに変更する事もあります。)

2. ビザ・SSP に関して

1) ビザに関して

フィリピンに語学留学で滞在する時には観光ビザで滞在が可能です。

観光ビザは日本では取得する必要はなく、入国と同時に30日間のビザが与えられます。

重要!!!!

観光ビザ(30日)発給の条件

- 1) パスポートの残余期間が、滞在日数+半年(6ヶ月)以上ある事。
- 2) 往復航空券、もしくは他国への出国チケットを持っている事。

31日以上滞在する場合には、この観光ビザを現地で延長しながら滞在します。滞在は最長で1年間です。
一回出国すると今までの延長は無効となり、再入国時にはまた最初の30日ビザから始まります。

注) 往復航空券、出国チケットがない場合には日本から出国自体出来ない場合もありますので、必ずどちらかを購入して下さい。オープンチケットでも帰国日の入ったものをお持ちください。

2) SSP について

研修費の中には **SSP** というものが入っています。この SSP とは Special Study Permit の略字で、観光ビザで滞在している外国人が、学校に登録し勉強をする事を許可する許可書です。

語学学校に入学する外国人は必ず取得しなければなりません。

ビザとは別途になり、SSP を取得しても、観光ビザは延長をする必要があります。

SSP は学生が学校に到着してから申請書を作成し、学校が該当機関に申請をします。

有効期限は 6 ヶ月です。

➤ 研修週によるビザ延長回数及び費用一覧（2015年12月現在）

表① ビザ延長（29日/初回、30日/回）

延長回数	費用	滞在日数
初回	PHP 3,130	29 日
2回目	PHP 7,300 (ACR-I Card とBIC費用含む)	30 日
3回目	PHP 3,650	30 日
4回目	PHP 2,430	30 日
5回目	PHP 3,840	30 日
6回目	PHP 2,430 + ECC費用	30 日

表② ビザ延長（60日/回）

回数	費用	滞在日数
2回目	PHP 8,600 (ACR-I Card とBIC費用含む)	60 日
3回目	PHP 4,150	60 日
4回目	PHP 5,130 + ECC費用	60 日
5回目	PHP 3,730	60 日
6回目	PHP 3,730	60 日

※費用や日数は予告なしに変わる事があります。

※2回目の延長より60日(表②)まとめた延長手続きが可能です。初回の延長は、表①の初回に従います。

※179日以上滞在される方は、ビザ延長+ECCを取得しなければなりません。

ECC取得の際は、必ず本人がEmigrationに行き手続きをしなければなりません。(弊校のスタッフが同行しサポートいたします。)

注)これは日曜日到着、土曜日出発の場合です。それ以外で到着・出発する場合には上記の限りではありません。

ACR-IカードとECC

ACRとはAlien Certificate of Registrationの略字で、外国人登録の事です。フィリピンに59日以上滞在する外国人は皆このACRを取得しなければならず、これは2回目の延長時に延長と同時に申請を行います。

2回目のビザ延長時の費用はビザ延長費とACR-I カード費の合計となります。

ECCとはEXIT or Emigration Clearance Certificateの略字で、フィリピンを出国するために必要な資格です。

表①の場合6回目、表②の場合4回目の延長時に本人がEmigrationに行き手続きを行わなければなりません。

3. 渡航時の注意事項

1) 日本出国時

日本出国時、空港で発券する際、航空会社より30日以上滞在する場合はビザが必要であると案内されることがあります。しかしフィリピンではビザは現地で延長できるため、30日以上後の日付の帰国便チケットでもフィリピンに入国できます。もしビザのことを聞かれた場合は、ビザは学校を通して現地で延長する旨をお伝え下さい。(必要であれば入学許可書などの書類を提示下さい。)ただしそれでも発行が難しい場合には、一旦30日以内に帰国日を設定し、現地で変更するなどの手続きが必要です。

また旅行会社によっては、30日以上滞在する場合はビザが必要という事で一旦30日以内に帰国日を設定するようにと案内される場合もあります。その際には研修期間に合わせた期間のオープンチケットを購入し、30日以内の帰国日を仮に設定し、学校到着後に航空会社で予定の帰国日に変更して下さい。

寮への到着日&出発日

学校への到着は入学日の月曜日の直前の日曜日が基本です。ただ飛行機の関係などで日曜日に到着が難しい場合には、土曜日に到着されても大丈夫です。(お部屋の空き状況による。)

学校を発たれるのは、学校終了日直後の土曜日が基本です。飛行機の関係などで土曜日に出発が難しい場合には、日曜日に出発でも大丈夫ですが延泊費が必要です。(お部屋の空き状況による。)

また、それ以外で到着 & 出発される場合には、延泊費が掛かります。(P12 '延泊' 欄参照)

2) セブへのルート

日本からセブへのルートは、①直行便、②マニラ経由便、③他国経由便 があります。

① 日本—セブ直行便

直行便は、フィリピン航空の成田(1日3便)、大阪(1日1便)、名古屋(1日1便)より運行しています(2014年12月現在)

② マニラ経由便

マニラへは東京からはフィリピン航空、DELTA 航空、シンガポール航空、日本航空などが、関西国際空港からはフィリピン航空、セブパシフィック航空、タイ国際航空、名古屋(東海)と福岡からはフィリピン航空が運行しています。(2014年12月現在)

マニラに到着したら、セブ行きの飛行機に乗り換えます。マニラからセブへはフィリピン航空、もしくはセブパシフィックの利用が一般的です。

③ 他国経由便

他国を経由してセブに入国する場合は、キャセイパシフィック(香港経由)、大韓航空(仁川経由)、アジアナ航空(仁川経由)、セブパシフィック(仁川、釜山、香港、シンガポールなど)などを利用します。(2014年12月現在)

3) 入国手続き

機内で配られる入国カードと税関申告書に必要事項を記入し、入国審査時に提出します。

フィリピン到着時

<入国カード>

REPUBLIC OF THE PHILIPPINES DEPARTMENT OF JUSTICE BUREAU OF IMMIGRATION		ARRIVAL CARD
Fill this card in English with blue or black pen and in CAPITAL letters.		
LAST NAME YAMAMOTO		①姓
FIRST NAME TARO		②名
MIDDLE NAME		③ミドルネーム
CONTACT NUMBER AND/OR E-MAIL ADDRESS 090-1234-5XXX		④電話番号またはメールアドレス
PASSPORT / TRAVEL DOCUMENT NUMBER TH12345XX	FLIGHT / VOYAGE NUMBER PR407	⑤パスポート番号 ⑥搭乗便名
COUNTRY OF FIRST DEPARTURE JAPAN	PURPOSE OF TRAVEL (check one only)	
COUNTRY OF RESIDENCE JAPAN	<input checked="" type="checkbox"/> PLEASURE / VACATION <input type="checkbox"/> OVERSEAS FILIPINO WORKER <input type="checkbox"/> FRIENDS / RELATIVES <input type="checkbox"/> RETURNING RESIDENT <input type="checkbox"/> CONVENTION / CONFERENCE <input type="checkbox"/> WORK / EMPLOYMENT <input type="checkbox"/> EDUCATION / TRAINING <input type="checkbox"/> BUSINESS / PROFESSIONAL <input type="checkbox"/> OFFICIAL MISSION <input type="checkbox"/> RELIGION / PILGRIMAGE <input type="checkbox"/> HEALTH / MEDICAL <input type="checkbox"/> OTHERS	
OCCUPATION / WORK OFFICE CLERK	⑦居住国 ⑧職業	
SIGNATURE OF PASSENGER *サイン(自筆)	FOR OFFICIAL USE ONLY	
		⑨渡航目的 ⑩サイン

※⑧職業欄(学生の場合はSTUDENTS)として下さい。

<税関申告書>

Republic of the Philippines Department of Finance BUREAU OF CUSTOMS	
CUSTOMS DECLARATION	
All arriving passengers must provide the following information. If traveling with a family, only one (1) declaration is required to be made by the head or any responsible member thereof. Please fill out completely and truthfully.	
SURNAME / FAMILY NAME (1)	FIRST NAME (2) MIDDLE NAME (3)
SEX: <input type="checkbox"/> MALE (4) <input type="checkbox"/> FEMALE (4)	BIRTHDAY (MM/DD/YY) (5)
CITIZENSHIP (6)	OCCUPATION / PROFESSION (7)
PASSPORT NO. (8)	DATE AND PLACE OF ISSUE (9)
ADDRESS (Philippines) (10)	ADDRESS (Japan) (11)
FLIGHT NO. (12)	AIRPORT OF ORIGIN (13) DATE OF ARRIVAL (14)
PURPOSE / NATURE OF TRAVEL TO THE PHILIPPINES (15)	
<input type="checkbox"/> Balabagan <input type="checkbox"/> Business <input type="checkbox"/> Returning Resident <input type="checkbox"/> Tourism <input type="checkbox"/> Overseas Filipino Worker <input type="checkbox"/> Other (Specify)	
NO. OF ACCOMPANYING MEMBERS OF THE FAMILY	
NO. OF BAGGAGE (16) (17) (18)	Handcarried _____ Pcs. (18)
GENERAL DECLARATION: (Please read important information at the back)	
1. Are you bringing in live animals, plants, fishes and/or their products and by-products? (If yes, please see a Customs Officer before proceeding to the Quarantine Office.) <input type="checkbox"/> Yes <input type="checkbox"/> No	
2. Are you carrying legal tender, Philippine notes and coins or checks, money order and other bills of exchange drawn in pesos against banks operating in the Philippines in excess of P=10,000.00? <input type="checkbox"/> Yes <input type="checkbox"/> No	
3. Are you carrying foreign currency or other foreign exchange-discounted traveler negotiable monetary instruments (including traveler's checks in excess of US\$10,000.00 or its equivalent)? (If yes, see for and accompany Foreign Currency Declaration Form at the Customs Desk at Arrival and Departure areas.) <input type="checkbox"/> Yes <input type="checkbox"/> No	
4. Are you bringing in prohibited items (firearms, ammunition and part thereof, drugs, controlled substances or regulated items (VCDs, DVDs, communication devices, transceivers)? <input type="checkbox"/> Yes <input type="checkbox"/> No	
5. Are you bringing in <input type="checkbox"/> weapons <input type="checkbox"/> electronic goods, and <input type="checkbox"/> operational merchandise and/or samples purchased or acquired abroad? <input type="checkbox"/> Yes <input type="checkbox"/> No	
ALL PERSONS AND BAGGAGE ARE SUBJECT TO SEARCH AT ANY TIME. (Section 2270 and 2272, Tariff & Customs Code of the Philippines as amended.)	
Signature of Passenger (20)	Date of Declaration from the Philippines (21)
FOR CUSTOMS USE ONLY	

(1)姓 (2)名 (3)ミドルネーム (日本人は無し)

(4)性別 (男:Male, 女:Female) (5)生年月日 (mm/dd/yy)

(6)国籍 (7)職業

(8)パスポート番号 (9)パスポート発行地

(10)フィリピンの住所 (USP-ESL住所) (11)日本の住所

(12)搭乗地 (13)到着日 (14)入国目的→Pleasureと記入

(15)入国目的

(16)荷物の総数 (17)預けた荷物の数 (18)手荷物の数

(19)一般申告欄

1. 動物、植物、魚から作られた製品の農作物所持している。

2. 10,000ペソ以上のフィリピン紙幣、硬貨、小切手、郵便為替その他フィリピン銀行が発行したペソに変えられる金券を所持している。

3. 10,000米ドルまたは相当額を超える外貨を所有している。

4. 輸入禁止商品又は輸入制限品を所持している。

5. 販売目的の宝石、電子商品、広告宣伝用のサンプルを所持している。

(20)署名 (21)出国日

4) フィリピンへの持ち込みに関して

- ① 銃火器類： 厳禁
- ② アルコール： 1リットル以内を2本まで。(18歳以上)
- ③ 煙草： 紙巻タバコ400本、葉巻50本、パイプ用タバコ250グラムまで。(18歳以上)
- ④ 通貨： フィリピンペソの持ち込みは1万ペソまで。外貨は1万米ドルまで。

注) 基本的に個人の持ち物には関税はかかりませんが、近年、マクタン・セブ国際空港の税関で、免税店で購入したものに対して関税が掛ける場合があるとの報告があります。特に韓国経由便を利用する場合によく見られますので、特に韓国経由便をご利用の方は、免税店で購入したものは、袋から出し、荷物に入れるなどするようにして下さい。

5) マニラからセブへ乗り継ぎ

- ① 飛行機を降りて入国審査へ向かう。
- ② 入国審査後、荷物受け取りブースがある。※日本の空港にてカウンターで荷物を受け取る必要があるかどうか確認し、必要な方はここで受け取る。
- ③ 税関
- ④ 出口を抜け、左に進むとサウスウイング国内線発着エリアがある。こちらの3階が国内線出発エリアです。Domestic(国内線)
- ⑤ Domestic エリアよりチェックインする。
- ⑥ 荷物検査
- ⑦ セブ行きのゲート(チケット参照)

4. 寮に着いてから帰国までの日程

● 到着時

ピックアップスタッフが部屋の鍵をお渡し、簡単に寮の案内を致します。その後は自由時間です。

※ガードより、初日の案内を受け取ってください。そちらに初日の案内が記載されています。

初日の月曜日

一般英語、ビジネス英語、パワー英語コースの方

時間	内容	場所	備考
9:00	オリエンテーション	オフィス	持ち物:パスポート、筆記用具
12:00	昼食	寮	
13:30	レベルテスト	ESLセンター	持ち物:筆記用具 テスト内容(リスニング、ライティング、スピーキング)
15:30頃	ショッピング	JYスクエア	写真撮影(約60ペソ=約140円)、両替用のお金
16:30	写真提出 デポジット支払い	オフィス	オフィスにて、JYスクエアで撮った写真を4枚提出していただきます。 また、該当者の方はデポジット2,500ペソまたはUSD50お支払い下さい。
17:30	夕食	寮	

TOEIC/IELTSコースの方

時間	内容	場所	備考
8:00	学校へ移動	ホテル駐車場	持ち物:筆記用具
8:10	レベルテスト	ESLセンター	テスト内容(リスニング、ライティング、スピーキング)
12:00	昼食	寮	
13:30	オリエンテーション	オフィス	持ち物:パスポート、筆記用具
15:30頃	ショッピング	JYスクエア	両替用のお金、写真撮影(約60ペソ=約140円)
16:30	写真提出 デポジット支払い	オフィス	オフィスにて、JYスクエアで撮った写真を4枚提出していただきます。 また、該当者の方はデポジット2,500ペソまたはUSD50お支払い下さい。
17:30	夕食	寮	

- ✓ 火曜日以降本格的な授業が始まります。初日のスケジュールは変更になる場合がございます。最新のスケジュールは空港ピックアップ案内をご確認下さい。

▪ **帰国前 1日前／当日**

帰国の1日前、もしくは当日に部屋のチェック、電気代の清算後、50ドルor2,500ペソのデポジット(4週間以上滞在の学生)の返却等をします。

※寮出発時間が日曜日または、オフィス運営時間外の場合は、前日朝8時から夕方16時30分までにオフィスにてチェックアウト申請を行って下さい。

▪ **帰国当日**

- ・ 当日はタクシーに乗って空港まで行きます(300～400ペソ)。
- ・ 前日にフライトの時間に合わせてタクシーを呼ぶようにガードもしくはスタッフにお伝え下さい。
- ・ 寮を出る際にガードに部屋の鍵をお渡してください。ガードより部屋の最終チェックが行われます。
- ・ 空港では空港使用税がかかります。(金額は予告なしに変更する事もあります。)
- ・ セブからマニラ行きの国内線では空港税は航空券に含まれている為、必要ありません。
- ・ セブマクタン空港、マニラ空港から国際線で他国へ渡航される際に空港税 750 ペソが必要になります。

※2014年11月より 国際線利用者の空港使用税750ペソはチケットへ航空券に含まれます。
支払いが必要かどうか分からない場合は、該当の航空会社カウンターへ行きお尋ねください。

5. . 学校及び寮での生活

1) 学校

❖ コース

一般英語コース／ビジネス英語コース	パワー英語コース
1セッション 100分(20分休憩)	
1日3セッション	1日4セッション
マンツーマン(文法、会話):2セッション 1:4グループレッスン:1セッション	マンツーマン(文法、会話):3セッション 1:4グループレッスン:1セッション
TOEICコース/IELTSコース	
1セッション 100分(20分休憩)	
1日4セッション	
マンツーマンクラス:4セッション 毎週金曜日模擬テスト(5週目以降)	

❖ 1日のスケジュール

月曜日～金曜日		場所
7:00～8:00	朝食	寮
8:10～10:00	1セッション	学校
10:15～12:05	2セッション	学校
12:05～13:00	昼食	寮
13:30～15:20	3セッション	学校
15:35～17:25	4セッション	学校
17:35～18:30	夕食	寮
18:30～20:00	無料TOEIC授業(自由参加)	寮
20:00～	自由時間	寮

※授業は全部で3セッションで、上記スケジュールのうち1セッション分の時間は自由時間となります。(パワー英語コース、IELTS/TOEICコース以外)

※無料 TOEIC 授業は月～木曜実施。現地事情によって欠講される場合があります。その際の補講はございません。参加人数は最低5名が基準です。フィリピンの公休祝日には休講になります。

※ 土日の朝食は8:00-9:00です。

各セッション休憩2回(計25分)が含まれています。

❖ 服装規定

フィリピンの大学には制服があります。ESLの学生には制服はありませんが、大学内に教室があるため一定の服装規定があります。禁止されているのは以下のものです。

- 1) タンクトップ、キャミソールなどのノースリーブ
- 2) 膝より上の半ズボン、スカート、ミニスカート(ズボンは長ズボン、スカートはひざ下丈のみ可)
- 3) スリッパ、ビーチサンダル(クロックスは靴下着用のこと。)

❖ 大学内の規則

校内での喫煙・飲酒禁止。(喫煙の際は地下、もしくは学校の敷地外で喫煙のこと)

❖ クラス変更:

① 1:4 → 1:1

② 空き時間に1:1を追加

※ いずれの場合も1週間4,000ペソで可能



❖ 車両送迎サービス

学校－寮間の登下校は寮ドライバースタッフがスクールバスを運行します。授業毎時間運行しますので、寮事務所の掲示版に張られている車両サービススケジュール表を参考にして下さい。

2) 寮

❖ 門限: 11時(23:00) ※金曜、土曜日のみ、Waiver(免責同意書)を作成すればこの時間以降の帰宅が可能

❖ 禁止事項

- 1) 酒類の持込・室内飲酒
- 2) 異性の部屋への立ち入り
- 3) 暴力・器物破損
- 4) 炊事行為(火を使わないインスタント食品は可)
- 5) その他正常な寮・学校運営に支障を与える行為

注) 禁止事項を破った場合、最悪の場合には返金なしで即刻退学＝退寮となります。

また門限を破ったり、酒類を持ち込むなどの違反行為により警告を3回受けた場合には、3回目の警告を受けると同時に退学＝退寮となります。

❖ 延泊

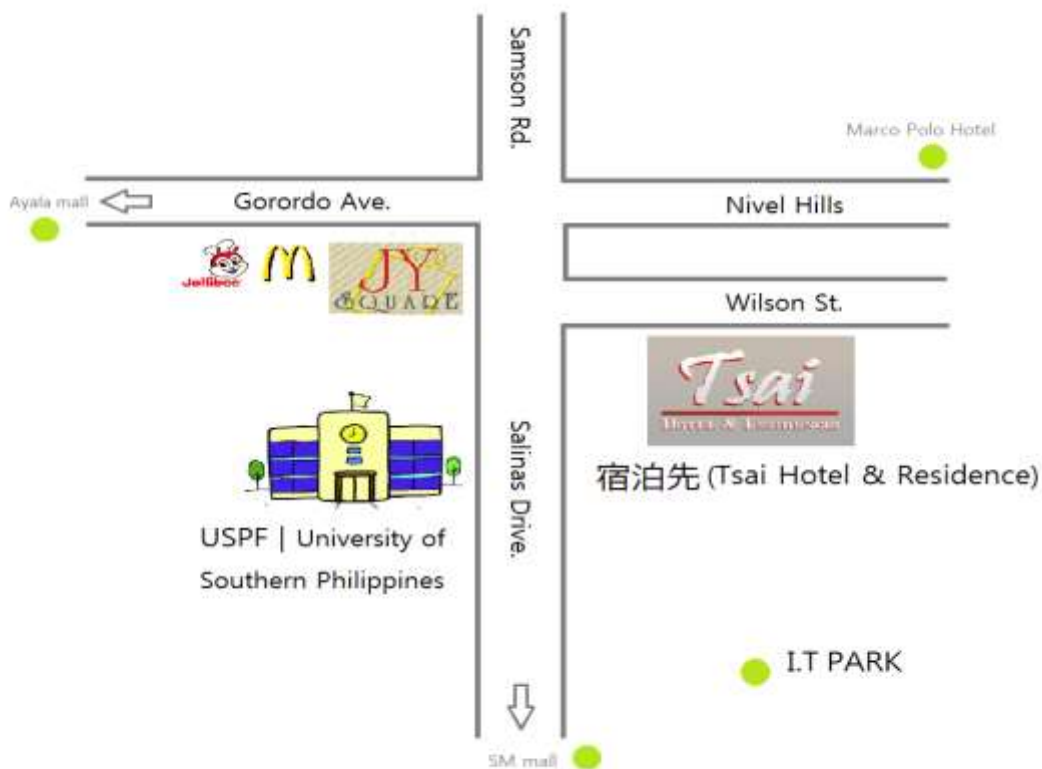
研修終了後、日曜日以降滞在する場合はオーバーステイ費がかかります。滞在は5日間まで可能です。料金は以下の通りです。(チェックアウトは土曜17時の事務所運営時間内までに済ませること)

■ 1人部屋: 2,000ペソ ■ 2人部屋: 1,400ペソ

❖ 電気代:

電気代は毎月4日に測定されその紙が各部屋のドアに張り出されます。1ヶ月以内に事務所でお支払い下さい。(3週間以下の学生はなし)

❖ 学校 & 寮の周辺地図



JYスクエア(寮・学校から徒歩3-5分)

日用品が揃うスーパー、両替所、美容院、レストラン、24時間営業のマクドナルド、カフェなど中規模ながらも基本的なものは何でもあるモール。



ITパーク(学校から徒歩5分、寮から徒歩10分)

コールセンター、外資系企業、IT企業などが入るビルが立ち並び、その下には話題のレストラン、カフェ、バー、クラブなどが入る。スターバックス、マクドナルドなどもあり、24時間人が絶えないセブの新名所。



ウォーターフロントホテル(学校から徒歩5分、寮から徒歩20分)

お城のような外観がまぶしいセブ市を代表するホテル。スポーツクラブ、プール、カジノも併設しています。

6. . フィリピン・セブの休日 (2016)

日にち	曜日	休日名	和名	備考
1月1日	金	New Year's Day	元旦	
1月17日	日	Sinulog	シノログ	
2月8日	月	Chinese Lunar New Year's Day	春節	
2月24日	水	Cebu city Charter Day	セブ市憲章記念日	セブのみの休日
2月25日	木	EDSA Revolution Anniversary	エドゥサ革命記念日	
3月24日	木	Maundy Thursday	洗足木曜日	
3月25日	金	Good Friday	聖金曜日	
3月27日	日	Easter Sunday	復活祭	
4月9日	土	The Day of Valor	勇者の日	
5月1日	日	Labor Day	勤労感謝の日	
6月12日	日	Independence Day	独立記念日	
7月8日	金	Eidul-Fitar	ラマダン明け祝日	変更の可能性有
8月6日	土	Cebu Provincial Charter Day	セブ州憲章記念日	セブのみの休日
8月21日	日	Ninoy Aquino Day	ニノイ・アキノ・デー	
8月29日	月	National Hero's Day	英雄の日	
9月9日	水	Osmena Day	オスメニャ・デー	
9月13日	火	Feast of Sacrifice	犠牲祭	変更の可能性有
11月1日	火	All Saints' Day	万聖節	
11月2日	水	All Souls' Day	万聖節	
11月30日	水	Bonifacio Day	ボニファシオ誕生記念日	
12月24日	土	Christmas Eve	クリスマスイヴ	
12月25日	日	Christmas Day	クリスマス	
12月30日	金	Rizal Day	リーザル・デー	
12月31日	土	Last Day of the Year	大晦日	

※ 上記の休日は2015年11月現在の予定です。

※ フィリピンでは、休日が予告なしに変更・追加宣言される場合があります。予めご了承下さい。

※ 上記の休みに関して、USP-ESLでは特に補講を実施する予定はございません。予めご了承下さい。(状況によっては補講を実施する事もあります。)

7. . フィリピン生活一般

電圧

セブの電圧は、220V、60ヘルツです。プラグの形は日本と同じAタイプですが、海外対応ではない日本製品を変圧器なしでは使用できません。確実に壊れます。変圧器は1,000円～5,000円前後で現地にて購入できます。

また一般的にドライヤーは電力が高いので、安い(小さい)変圧器では、使えない可能性もあります(ドライヤーも使用可能な変圧器となると値段が高くなります)。日本では110V&220V両方対応しているドライヤーを購入されるか、現地で購入する必要があります。(ドライヤー:1,000円～2,000円程度)

服装

常夏のセブでは、年間を通して夏服で過ごせます。ただ、学校内、レストランなどの室内は冷房が効いており、寒く感じる事もあるので、薄手のカーディガンや、パーカー、ストールなど簡単に羽織れるものがあると良いです。

また日中は暑いので、帽子やサングラスなどがあると良いでしょう。

水道水

フィリピンでは水道水は飲みません。必ずミネラルウォーターなど、飲み水として販売されている水をご利用下さい。

寮や学校内には冷温水器を設置していますので、そちらをご利用下さい。この冷温水器は熱湯が出ますので、コーヒーやお茶、カップ麺などを作る際にも十分にご利用頂けます。

携帯電話

日本からの連絡、現地での連絡などで必要と感じるならば携帯電話を購入します。携帯電話本体は2千円程度から売っています。(中古の場合はもっと安く買えます。)携帯電話はショッピングモールなどで購入します。

フィリピンの携帯電話は特別な契約は不要で、SIMカードというカードを携帯本体に差し込めばすぐに使用が可能です。またほとんどがプリペイド式で、100ペソ、300ペソ、500ペソ分のカードを買って料金分だけ通話ができるようになります。プリペイド式カードは主にモールで購入可能です。

トイレ

フィリピンのトイレは排水管が狭いためトイレトーパーが詰まりやすいです。トイレには付属のゴミ箱が設置してありますのでそちらをご利用ください。フィリピンには溶けるタイプと溶けないタイプのトイレトーパーがあります。トイレに流される際は、必ず溶けるタイプのトイレトーパーをご使用下さい。また基本的に寮のトイレ、公衆トイレにはトイレトーパーが付いておりません。そのため、各自でご用意頂くこととなります(日本より最低1日分のトイレトーパーまたはティッシュを持参して下さい。)初日月曜日に案内するショッピング時にトイレトーパーをご購入頂けます。

トラベラーズチェック

セブでは日本円建てのトラベラーズチェックが使える所を換金できる場所を見つけるのは困難です。なるべくならお持ちにならない方が良いでしょう。もしどうしてもお持ちになりたい場合はドル建てのトラベラーズチェックがお勧めです。

両替

- **日本での両替**

日本でのペソのレートは大変低いので、日本で両替をすると大変損です。どうしても心配だからして行きたい、という事でなければ、日本での両替は特に必要ありません。

- **フィリピンの空港での両替**

セブ直行便、他国経由便を利用される方は、セブ空港でも両替は可能ですが、市内よりもレートは悪くなります。寮到着後、翌日(月曜日)のショッピングの際に市内の両替所で両替が出来ますので、特に必要でなければ、ここですする必要はありません。

- **セブ市内での両替**

セブ市内には個人で経営する小さな両替所から、ショッピングモールの両替所まで、多くの両替所があります。USP-ESL の寮から一番近い両替所は寮から徒歩 5 分距離の JY スクエア内の両替所(営業時間:10 時~18 時)です。また徒歩 10 分程度の位置にある IT パーク内にも両替所があります。(営業時間:10 時~23 時)どの両替所も日本円を扱っています。

郵便・宅配

セブへ郵便物、小包等を送る場合には、郵便局の国際特急便(EMS)を利用したとしても、日本の郵便局で言われる日数よりも長く時間が掛かると見積もっておいた方が良いです。EMSの場合でも10日~2週間かかる場合もあります。航空便、船便などは尚更の事です。また、小包の場合は寮へ直接配達されるのではなく、郵便局より通知が届き、それを持ってセブ中央郵便局へ直接取りに行くようになります(郵便局:寮からタクシーで20分ほど)。荷物を送る際、宛名は、パスポートに記載されているお名前を英語のアルファベットで正確に記載してください。

またフィリピンへ郵便物、小包等を送る場合には現金や貴重品は絶対に入れないようにして下さい。その他、関税の掛かるもの(電化製品、ブランド品など)は郵便局で関税が徴収される場合もあります。

大切なもの(クレジットカードなど)はDHLやFedExといった民間の宅配業者をご利用になられる事をお勧めします。

また、フィリピンに特化した宅配サービスとして、バリクバヤンボックスというものがあります。73x63x55サイズのボックスに重量関係なしでいくらかでも詰めて送る事のできる宅配サービスです。関税の心配もないため、荷物を送る事を考えている方にお勧めです。(ホームページ: <http://www.e-transtech.com/philippine/philippine.html>)

交通

セブ市内の移動方法は主に、タクシーもしくは乗り合いバスのジプニーを利用します。

タクシーは流しのタクシーが多く走っています。基本料金は40ペソです。(2014年12月現在。)しかしマクタン島など長距離になると運転手たちが行きたがらないため値段交渉が必要です。寮からマクタンのリゾート地までは250-300ペソ(500円~600円)が相場です。

ジプニーは、フィリピンが一番大衆的な交通機関です。番号と路線があり、市内各所をくまなく走っています。ただ、バス停はなく、乗りたい所で乗り、降りたい時に降ります。基本料金は8ペソ(2014年12月現在)です。ジプニーに乗る際にはアクセサリなどの貴金属や貴重品は所持せずに、身の回りのものに十分に注意をして下さい。いずれの場合も夜遅くは一人ではあまり乗らないようにして下さい。



食事

フィリピン料理は、醤油を使うものが多く、また主食は米ですので、日本人の口にも合う物が多いです。セブ市内各所、特に学校の周辺には有名なフィリピン料理店がたくさんありますので、色々試す事ができます。

ただフィリピン料理は油と塩分が多いので、こってりな味に飽きてしまったら、日本食や韓国食、またはスパニッシュやイタリアン、メキシカンなど、世界各国のレストランもありますので、週末にはこのような料理も試すのも良いかも知れません。その他学校周辺にはスターバックスなどのカフェや、バーも多くあります。



銀行口座開設について

フィリピンでは観光ビザで滞在をしている方は原則的に銀行での口座開設は難しいと考えた方が良いでしょう。特に大きな銀行では銀行が求める書類を提示できないので、口座の開設は基本的には不可となります。

フィリピンの物価は日本に比べれば格安です。特に農産物、交通、飲食、マッサージなどのサービスなどは日本よりも格段に安いと感じられると思います。5つ星高級ホテルのブッフェだって1,000ペソ強(2,000円程度)。普通のレストランに行けばお腹いっぱい食べて飲んでも一人500ペソ程度(1,000円)以内で大体収まります。マッサージは1時間の全身マッサージが平均250ペソ(500円)。近年物価が上がってきているとは言え、まだまだ日本よりは格安な物価です。

そんなフィリピンですが、何でもかんでも安いという訳ではありません。特に電化製品(特に日本、アメリカ、ヨーロッパ、韓国製のもの)、車、少しお金が掛かるスポーツ用品(テニスなど)などは日本よりも高くなります。そして意外な事にも、電気代は日本と同じ位の料金なのです。何でも安いと思っていると、意外と高い物もあるのに驚かれるかもしれません。