
ご留学当日から



ご留学初日

1. 初日の流れ 【授業初日（月曜日）＊月曜日が祝日、お休みの場合は通常火曜日】

<スケジュール>

初日月曜日のスケジュールは以下となっております。

8:00～ オリエンテーション

9:00～ 入学テスト

（＊1週間のご留学の方は希望者のみ。パーソナルトレーニングコースの方はなし。）

10:00～ 授業

12:00～ 昼食

13:00～ 授業

19:00～ アペリティーボ（歓迎会）

1) オリエンテーション（8時～8時50分）

ご留学初日に留学に際し必要事項をご案内いたしますオリエンテーションを実施いたします。オリエンテーションには必ずご出席ください。8時から8階の奥にあります【オリエンテーションルーム】にご集合願います。

【持ち物】パスポート、本Student Handbook(印刷したもの) 筆記用具、ID(ネームホルダー)
両替用現金（日本円からフィリピンペソに両替されたい方は初日に開催されるオリエンテーションの最後に、当校提携の両替商が参りますので、そこで両替が可能です。）

2) 入学テスト

オリエンテーション終了後、その場で、9時より入学テストを受けていただきます。（1週間留学の方のみ希望制です。）テストを希望されない場合についてはオリエンテーション終了後にスタッフへその旨をお伝え下さい。また、パーソナルトレーニングコースを選択された方は、事前にテストを受けていただいているので、入学テストはありません。

3) 授業開始（9：00～／10：00～）

パーソナルトレーニングコースをご受講の方は留学前にテストを受けていただいているので、オリエンテーションの後、すぐに授業開始となります。

4) アペリティーボ 新入生歓迎会（19：00～）

会費制（お一人500ペソ）の新入生歓迎会です。同時にご入学いただいたバッチメイトと交流する機会です。皆様にご参加いただいています。また、在校生もご参加していただくことができます。詳細はオリエンテーションにてご案内いたします。

2. 2日目以降

【火曜日以降】50分授業

通常コース（9:00～17:50）

パーソナルトレーニングコース（8:00-18:50）

【金曜日】40分授業

通常コース（9:00～12:00 プレゼンテーションクラス13:30-15:00 卒業式15:00-16:00）

パーソナルトレーニングコース（8:00～）

【卒業日】（最終週の金曜日）

卒業式終了後にお集まりいただき、その際にパスポートを返却いたします。

【帰国当日】

- ・学校を出る際に、フロントスタッフ（or 1階の受付にいるガードマン）にお部屋の鍵、貸出物（ポケットWiFi等）をお渡しください（当校スタッフは立会いたしません）。
- ・ご自身でタクシーに乗って空港まで向かって頂きます。



カリキュラム概要

1. コア・ティーチャー制度

当校ではCore Teacher（担任）制度を採用しております。Core Teacherは、コアクラスの担当ならびに各クラスの授業内容やリクエスト等を管理する、あなたの担任講師です。授業に関するご希望がございましたら、まずはコアティーチャーへご相談下さい。各生徒によって異なるニーズに合わせたオーダーメイド型のオリジナル教材を使い、コアティーチャーと共にそれぞれの目標へ向けて授業を進めていきます。

2. カリキュラム

ご留学初日の最初の授業は、コアティーチャーとのレッスンとなります。その場で、ご留学の目的や、身に着けるべきスキルについて確認させていただき、授業内容を調整させていただいております。その日の午後にもう一度コアティーチャーとの授業がございますので、なにかご要望があれば、再度その時にご相談ください。

3. 授業中

わからないことがあれば、まずは書いてもらうように講師にお願いして下さい。聞き取れないことでも、書いてもらうとわかることが往々にしてございます。その上で、それを写真にとったりノートに書き写し、ボキャブラリーやフレーズを増やしていきましょう。録音してもらうことも忘れずに。復習に役に立ちます。

4. 授業に関する要望・留意事項について

1) 初日の1時限目を利用して初めのレベルチェックテストを実施し、最終週の水曜日にも同様のレベルチェックテスト（卒業テスト）を実施します。

※ただし1週間のご留学の方については任意とさせていただきます。

※卒業テストは、午後の自習時間を利用して実施させていただきますが、授業の追加等により自習時間がない方については、授業の一部を振り替えて実施させていただきます。ご理解の程お願い申し上げます。

2) 授業変更のリクエストは、講師、もしくはスタッフにご相談ください。変更をご希望される場合には、変更を希望する前週の火曜日迄の受付となります。また、変更時は原則所定の用紙をご提出願います。

3) 授業開始後20分以上の遅刻は欠席扱いとなり、講師も離席してしまいますのでご注意ください。

4) 毎週木曜日に「weekly feedback（※日曜締め切り）」をメールにてお送りしております。授業改善の為の大切なアンケートとなり、講師陣もフィードバックを望んでおりますので、必ずご入力頂けますよう、ご協力の程何卒お願い申し上げます。

5. プレゼンテーションクラスについて

毎週金曜日午後にプレゼンテーションクラスを実施しております。
※金曜日が休校の場合は別途ご案内させて頂いております。

プレゼンテーションは立候補制での実施となります。実施を希望される方は、月曜日中にコアティーチャーにお伝え下さい。発表時間は5分程度となります。プレゼンテーションをされない方につきましても、授業の一環として、見学をしていただくことが必須となりますので、必ずご参加下さい。

下記にプレゼンテーションを実施する際の一般的な流れを記載しております。必ずしもこちらに従う必要はございませんが、目安としてご参考に頂けると幸いです。

※講師の指導方針によっては若干異なることもございます。その際は、講師と相談のうえご準備をお進め下さい。

1) 同週金曜日のプレゼンテーションの実施希望をコアティーチャーに伝えて下さい。この時点で、内容についてもティーチャーと相談しておくことで作成がスムーズになります。

2) プレゼンテーションタイトルを月曜日中にコアティーチャーに伝えて下さい。また、プレゼンテーションで使用するスライド・スクリプトの作成を火曜日中に完了することを目標として下さい。

3) 作成したスライド・スクリプトをコアティーチャーへ提出、添削を依頼します。準備が早ければ、この時点で練習を開始することも可能です。

4) コアティーチャーと調整のうえ、プレゼンテーションの練習を行います。

金曜日 プレゼンテーション【本番の流れ】

①司会講師によるオープニング（10分程度）

②プレゼンテーション開始

※プレゼンテーションの順番は水曜日頃に発表となります。

③質疑応答（毎プレゼンテーションの後）

④評価担当講師よりフィードバック

⑤発表者がまだいる場合には引き続きプレゼンテーションの聴講

Challenge!



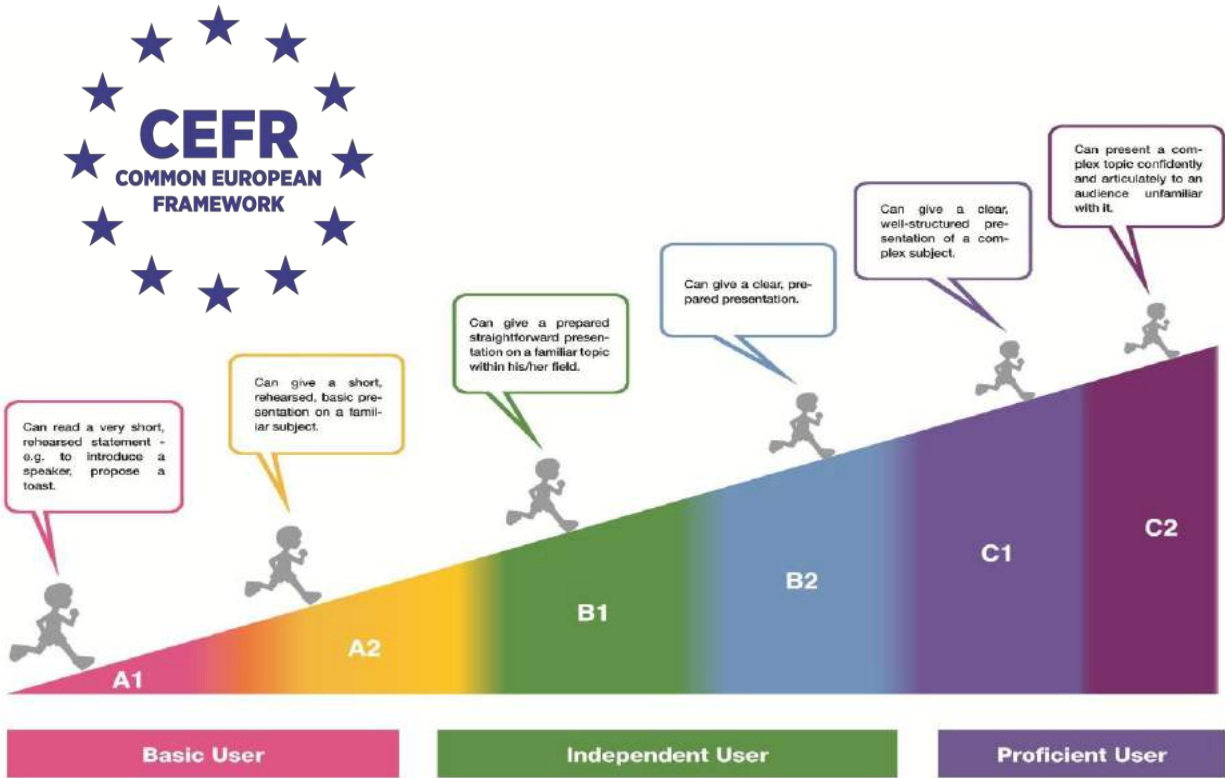
クラス名	概要
CORE CLASS (General or Business English)	MBAではコアティーチャー（専属担当講師）制度を設けています。コアティーチャーは生徒様の日々の英語の進捗状況管理や他の講師との情報共有を行ったり生徒様が円滑に英語学習が出来るようにサポートする存在です。CORE CLASSではコアティーチャーとGeneral English（日常英会話）を行っていきます。
General Speaking	ビジネス英語・日常会話問わず幅広いジャンルに対して自分の意見を英語で話す事により英語での自己表現力を磨くクラスです。主に英語の文章パターンや英文法を意識しながら即興でスムーズにスピーキングが出来るようにトレーニングを行っていきます。
Elective Writing	書く練習を行っていきます。例えばEメールでよく使われる表現や定型文などを習得していきます。
Listening Strategy	様々な英語音源を聴いて内容をしっかりと理解出来ているかをチェックしていきます。レッスンを通して注意深く英語を聴き取る練習を行っていきます。
Speech Communication	通常のスピーキングと併せて発音やイントネーションを矯正していきます。正しい発音が出来ようになることで英会話の時により意味が伝わるようになります。また自分自身が正しい発音が出来ようになることで相手が話す英語もしっかりと聞き取れるようになっていきます。
Current Events	主にリーディング力向上とスピーキング力向上（自分の意見を英語で発信するスキル）にフォーカスしたクラスです。ニュースや雑誌などを活用し英語のリーディング力+ディスカッション力を磨いていきます。
Multimedia Listening	TEDトークなどを活用してリスニング力の強化を図って行きます。動画の内容についてティーチャーとディスカッションをする中でスピーキング力も同時に強化することが出来ます。
Self-Study	Self-study（自習時間）では主に授業中に与えられた課題や自分が復習したい内容のためにお時間を使っていただきます。授業で学んだ内容を振り返る時間も効果的に英語力を伸ばすためには非常に重要です。

	Starter 初心者	Elementary 初級		Pre-Intermediate 初中級		Intermediate 中級		Upper- Intermediate 上中級		Advanced 上級	
CEFR (メイン指標)	Pre A	A1	A1+	A2	A2+	B1	B1+	B2	B2+	C1	C1+
TOEIC		120	180	225	400	550	680	785	870	945	945~
英検(EIKEN)		3~5級		準2級		2級		準1級		1級	
IELTS		2.0		3.0		4.0~5.0		5.5~6.5		7.0~8.0	8.0~

MeRISE English Academy で使用する英語力指標「CEFR」について

MBAでは「CEFR」を生徒様の評価基準として使用しています。
「ヨーロッパ言語共通参照枠(CEFR: Common European Framework of Reference for Languages)」は、言語の枠や国境を越えて、異なる試験を相互に比較することが出来る国際標準です。CEFRは外国語の熟達度を、A1 A2 B1 B2 C1 C2の6段階に分けて説明しています。

CEFRの等級は、その言語を使って「具体的に何ができるか」という形で言語力を表す「can-do descriptor」を用いて分かりやすく示します。A1+やB2+のように、末尾に「+」がつくCEFRレベルは、より細かく生徒様の英語力を分類するために、MBA独自に使用しているものです。



通常コース時間割例 (5 マンツーマン、2 グループ、1 自習)

【月曜日～木曜日】（※Classの順序は一例です）

Time	Class
9:00-9:50	Core Class A*（担任との授業1コマ目）
10:00-10:50	Elective Class（選択授業）
11:00-11:50	General Speaking
— Lunch(12:00-13:00)—	
13:00-13:50	Group Class A(グループクラス1コマ目)
14:00-14:50	Core Class B*（担任との授業2コマ目）
15:00-15:50	Self Study（自習）
16:00-16:50	Group Class B（グループクラス2コマ目）
17:00-17:50	Current Event Class

【金曜日】※午前中Classの順序は一例です。

※Presentation classは、オリエンテーションルームにて開催致します。登壇されない方も必ずご参加ください。

Time	Class
8:50-9:30	Core Class A*（担任との授業1コマ目）
9:40-10:20	Elective Class（選択授業）
10:30-11:10	General Speaking
11:20-12:00	Current Event Class
— Lunch(12:00-13:00)—	
13:30-15:00	Presentation Class（プレゼンテーションクラス）
15:30-16:30	Graduation Ceremony



パーソナルコース時間割例（1日10コマまで）

【月曜日～木曜日】（※Classの順序は一例です）

Time	Class
8:00-8:50	Self Study（自習）
9:00-9:50	Core Class A*（担任との授業1コマ目）
10:00-10:50	Elective Class（選択授業）
11:00-11:50	General English
— Lunch(12:00-13:00)—	
13:00-13:50	Listening
14:00-14:50	Core Class B*（担任との授業2コマ目）
15:00-15:50	Self Study（自習）
16:00-16:50	Speech Communication Class
17:00-17:50	Current Event Class
18:00-18:50	Self Study（自習）

【金曜日】（※順序は一例です）

※Presentation classは、オリエンテーションルームにて開催致します。

Time	Class
8:00-8:40	Self Study（自習）
8:50-9:30	Core Class A*（担任との授業1コマ目）
9:40-10:20	Elective Class（選択授業）
10:30-11:10	Speech Communication Class
11:20-12:00	Current Event Class
— Lunch(12:00-13:00)—	
13:00-13:40	Listening
13:50-14:30	Core Class B*（担任との授業2コマ目）
14:40-15:20	Self Study（自習）
15:30-16:10	Speech Communication Class
16:20-16:50	Current Event Class
17:00-18:30	Presentation→Graduation

【月曜日～木曜日】（※Classの順序は一例です）

Time	Class
9:00-9:50	Core Class
10:00-10:50	Private lesson
11:00-11:50	Private lesson
— Lunch(12:00-13:00)—	
13:00-13:50	Core Class
14:00-14:50	Group Class
15:00-15:50	Group Class
16:00-16:50	Group Class
17:00-17:50	Self Study

【金曜日】※午前中Classの順序は一例です。
※Presentation classは、オリエンテーションルームにて開催致します。登壇されない方も必ずご参加ください。

Time	Class
8:50-9:30	Core Class
9:40-10:20	Private lesson
10:30-11:10	Private lesson
11:20-12:00	Core Class
— Lunch(12:00-13:00)—	
13:30-15:00	Presentation Class (プレゼンテーションクラス)
15:30-16:30	Graduation Ceremony



ご卒業

1. ご卒業

1) 卒業式

卒業式では、ご卒業生の皆様お1人ずつよりスピーチを頂いております。長さについての規定はございませんが、平均2,3分程度のスピーチが一般的となります。

2) アンケート

卒業週の火曜日には「卒業生アンケート（※木曜締め切り）」をお送りしております。こちらは学校運営の改善に関するご参考、また、各講師の成績としても反映されていきますので、ご協力の程お願い申し上げます。

3) 卒業セッション

最終日の卒業式後に、オリエンテーションルームにて30分程度のお時間を頂戴し、卒業セッションを行います。その際、お預かりしておりますパスポートおよびチェックアウト確認シートをお渡ししますので、必ずご参加ください。

ご帰国に際しご不要な備品がございましたら、毎週金曜日の夕方に1階受付にて承ります。当校もしくは今後入学される生徒様にて再利用させていただきます。ハウスキーピング等、現地スタッフに直接ものをお渡しになることはお控えください。



チェックアウト

チェックアウト

- ・ 卒業日翌日（通常土曜日）お昼12時までにご退室をお願いします。

※ご延泊の場合はその翌日12時までとなります。

- ・ 学校より貸出しの各タオルは、お部屋内に置いてチェックアウトしてください。その際、タオルは使用済みの状態で結構です。紛失・持ち帰りをされた場合には後日弁償代金を請求させて頂くことがございますので、ご注意ください。
- ・ チェックアウト時、学校スタッフは立会いませんので、入口ガードマンにチェックアウトリスト、ルームキー、ID、レンタル品（ポケットWIFI等）をご返却ください。
- ・ 空港までの送迎はありませんので、ご自身で手配をお願いします。

※ガードマンがお手伝い致しますので、タクシーが必要な方はガードマンへお伝えください。

（メーター利用時の目安：タクシーで30～40分・300～400ペソ）

※空港では空港使用税がかかります。

▶ セブ・マクタン国際空港で最終出国の場合：850ペソ

▶ ニノイ・アキノ国際空港（マニラ）で最終出国の場合：原則不要（原則チケットに含まれています。含まれていなかった場合は別途550ペソお支払いが必要です）



宿舎ご利用に関するお願い

1. 宿舎の利用方法について

海外で日本と同じサービスレベルをご提供するのには難しいことが多々ございます。充実した留学をお送り頂くために、サービスクオリティの向上に取り組んでおりますが、それでも十分に対応できないケースも多々ございます。お含み置きの上、ご利用頂ければ幸いです。

2. 備品ご利用の際の注意事項

ルームキー	1個ずつお渡しいたします。ボルトキーとドアノブキーに分かれています。 <u>紛失された場合は、弁償（1,000ペソ）1つにつき、となりますので、十分お気を付けて管理をお願い致します。</u>
水	水道水は飲めません。各階設置のウォーターサーバーをご利用ください。※ウォーターサーバーからはお湯も出ます。
WIFI	各階に通っておりますので、いずれかの回線をご利用下さい。パスワードについては、チェックイン時にお渡しいたします。（定期的にパスワードは変更となります）。
ルームクリーニング ※予約必要	週2回まで行っております。 <u>予約については、毎週月曜日（11:30～14:30）に8階クラスルームの掲示板前に予約表を設置しますので、希望する曜日・時間を記入下さい（卒業の週は1回のみとなります）。予約時間を過ぎますと予約できませんので上記時間に忘れずにご予約願います。</u> ルームクリーニングは原則として生徒様ご本人の立ち合いで行いますので、不在の際の利用はお控え下さい。 ※授業スケジュール、または急な予定によりルームクリーンを受けられず、タオル・トイレトペーパーの交換のみを希望される場合は、ガードマンにお伝えの上、クリーニングスタッフをお呼び出しいただき、その旨をお伝えください。ゴミ袋の交換も可能です。
トイレ	8階クラスルーム横のトイレの数が限られているため、できる限り、ご自身のお部屋のトイレをご利用ください。 <u>また、フィリピンでは水圧が弱く、トイレトペーパーが詰まるのがよくありますので、便器横のゴミ箱に入れてください。もしくは注意の上、トイレトペーパーを少量ずつ流すようお願い致します。</u>
シャワー	お湯はシャワーヘッドからのみご利用いただけます（蛇口からは冷水しか出ません）。
バスタオル	学校側にて3枚ご用意しております。ルームクリーニングの際に使用済みのタオルを交換いたします。 <u>※紛失・染色時は必ずオフィスに報告して下さい。</u>

2. 宿舎利用における注意事項

以下の事項につきまして、ルールを順守頂きますようお願い致します。ルールを違反してトラブル等が発生した場合は、当校では責任を負いかねますのであらかじめご了承ください。また、状況次第では退学措置を取らせて頂く事もございます。

- ・ 部屋内での火気使用は禁止です。お香・蚊取り線香・キャンドル等の使用もお控え下さい。
- ・ 学校内は全館禁煙になります。お部屋内で喫煙された場合には賠償金を頂く可能性がございます。
- ・ お部屋を出るときには必ずエアコンやテレビ等の電源を切って、鍵をかけるようお願いいたします。電気代は日本と比較してもかなり割高となります。特にエアコン使用は電気代が高くなりますので、ご理解のうえご使用ください。
- ・ 部屋内の設備を破損・破壊した場合については、その原状回復に掛かる費用をご請求させていただきます（下記参照）。
- ・ 生徒以外の第三者については、学校が認める場合を除き学校内に入る事や宿泊は出来ません。
- ・ お部屋での変圧器のご使用はお控えください。電源がショートする場合がございます。
- ・ ご家族以外での男女間の部屋の移動は禁止させていただいております。

その他宿泊施設で何かお困りの場合は、入口ガードマンにお尋ねください。

※学校管理物破損・紛失等による原状回復費用（弁償代金）

物品	弁償代金	物品	弁償代金
タオル/バスマット*	500ペソ/枚	テレビ・エアコン	30,000ペソ
シーツ*	1,500ペソ/枚	枕カバー	500ペソ/枚
鍵	1,000ペソ/枚	ドライヤー	1,000ペソ/台
ポケットWIFI	5,000ペソ/台	扇風機	3,000ペソ/台
電気ポット	1,000ペソ/台	キャビネット鍵	1,000ペソ/個

* タオル・バスマット・シーツについては、染色の場合も弁償の対象となりますのでご注意ください。
※上記に記載の無いものは、状況確認の上で弁償代金を決定させていただきます。

自習のすすめ

これまでの卒業生が試した、留学中のお勧めの勉強方法をご紹介します。

1. 英語使う（自分の仕事に関係することをしてみる。）

- ・現地で仕事の取引先を作り、仕事する。打合せを行う。（IT企業社長）
- ・現職と関連のある業界の外資及びフィリピン企業への営業訪問。そのためのトレーニング(自己紹介から営業プレゼン、クロージングまでの一連の流れ)を授業で行い、とても効果的に感じた。（HR企業社長）
- ・先生にインタビューを行い、記事を書いた。メールでの取材依頼→インタビュー→テープ起こし→聞き取れなかった言葉を復習→原稿執筆→原稿を添削してもらうという流れ。インタビューして原稿を書くという流れの中での勉強が役立った。（新聞記者）

2. 音読・シャドーイング

- ・授業中学んだフレーズは、音読して暗記。録音した先生の発音を聞いて音読。
- ・ニュースのシャドーイングをしてみたら、英語のリズム感をつかむことができた。
- ・持参したテキストのリスニング・シャドーイングを繰り返した。

3. 日記を書く

- ・日記を書くことが、ライティング能力に大きく影響したと思います。必ず先生がチェックしてくださったので、時制や冠詞、接続詞の勉強になりました。
- ・日記はできるだけ毎日書いた方が良いと思います。一日の整理ができるし、その都度新しい表現の壁にぶつかるからです。考える癖が身に付きます。
- ・毎日書いた英作文が勉強になった。後で読み返してみると、最初の頃と最後の方では、構文の難易度が自然と上がっていた。ただの添削ではなく、違う言い回しも教えてもらっていたので表現の幅が広がった。

4. TVニュース活用

- ・BBCや映画などの聞き取りにチャレンジして、分からない単語を片っ端から調べた。
- ・勉強以外の時間は、英語のニュースを聞く。
- ・部屋でCNNをつけっぱなしにして、耳を慣らした。

5. 自分だけの単語帳作成

- ・知らなかった表現やよく使いそうな表現を別のノートに書き留めて持ち歩いていました。
- ・授業中にうまく表現できなかった言い回しをメモして、翻訳したものを蓄積して定期的に練習。
- ・わからなかった単語は全部メモして、後でノートに例文とともに記入する。

<留学中の生活上ご注意>

●文化の違い

- ・ フィリピンは国民の8割が敬虔なキリスト教徒の国です。そのため日本ではジョークとして理解される行動や言動も捉え方が異なる場合があります（特にセクシャルな話題）。そのような文化や考え方の相違点なども踏まえた上で、講師や現地の方と交流いただければと存じます。

●ID着用

- ・ IDは現地収受時に配布される写真を入れ、氏名・血液型・パスポートナンバーを記入し、施設内では随時着用して下さい。
- ・ 当校では、ご希望の方についてはEOP(English Only Policy)を導入しています。EOPを宣言された方は水色のストラップを着用頂いております。ご希望の方は日本人スタッフまでお願い致します。EOP以外の方もEOP生徒に対し英語で話しかけるようご協力をお願い致します。

●パスポートの管理

- ・ SSPおよびVISAの手続きならびにご滞在中の紛失防止の為、ご滞在中はパスポートをお預かりさせていただきます。海外への出国など、パスポートが必要な際には都度お申し付け下さいませ。また、SSPならびにVISAの手続きについては、通常1週間程度のお時間がかかります。なお、手続きの為にパスポートを提出させていただく際には、病院で診察を受けるなどの有事に際し1部コピーをとらせていただきますが、期間中にパスポート原本を必要とする場合（フィリピンからの出国・TOEIC受験等）は、一旦手続きに入ると、手続きを中止してパスポートを回収するというのが原則出来ませんので、必ずその予定の2週間前にはスタッフへお申し付け下さい。なお、パスポートコピーについてはご卒業後破棄致します。

●お知らせ

当校からのお知らせに関しましては、下記にてお知らせいたしますのでご確認くださいませ。

- ・ Eメール：授業関連
- ・ LINEグループ：イベント関連（アルバムアップロード等）
- ・ 自習室前の掲示板：注意喚起/テストスケジュール

●迷惑行動

- ・ 他の生徒の迷惑となるような行為（騒音など）は行わないでください。

●門限

- ・ 当校では門限はございませんが、深夜の外出については治安面を考慮してなるべくお控えいただくようお願い致します。

●貴重品の管理について

- ・貴重品の管理には十分ご注意ください。学校側も万全の注意を払っていますが、フィリピンではPCやスマートフォン等は非常に高価なもので、被害にあう可能性は否定できません。
- ・ルームクリーニングの際には、貴重品は鍵の掛かる場所（スーツケース等）に入れておいてください。紛失・盗難については、当校では一切責任を負いかねますので、何卒ご了承ください。
- ・レストラン等Ⅰ階施設に関しては、一般のお客様も利用されます。常に貴重品はご自身で管理頂くようお願い申し上げます。
- ・学校内でも荷物は鍵を閉めて保管して下さい。荷物は学校内であっても置き忘れないで下さい。

●両替およびATM利用について

- ・両替につきましては、校舎内月曜日に行っている両替か、Robinson MallやAyala Mall内にある両替所（Money Exchange）をご利用ください。市内に点在する両替所では、偽札が出回っている可能性もありますので、なるべく利用は控えください。

●外部活動の際の注意

- ・安全上の問題がありますので、ジプニー（乗り合いタクシー）は極力使用せず、タクシーで移動するように心がけてください。
- ・バイクには乗らないでください。
- ・ショッピングモールなどの人が集まる場所では、持ち物に気を付けてください。
- ・衛生管理が十分でない露店などの食べ物には気を付けてください。
- ・知らないフィリピン人に声を掛けられたとしても付いていかないでください。
- ・物乞いのフィリピン人に物をあげないでください。
- ・旅行等アクティビティをする場合は、正式登録業者をご利用ください。学校からもご紹介できますので、ご入用の際は日本人スタッフへお尋ね下さい。
- ・外出時は出来るだけ団体行動を心がけて下さい。
- ・安全な場所以外では貴金属(ネックレス、イヤリング、指輪等)は身につけないで下さい。
- ・貴重品、高額のお金、カード類はできるだけ持ち歩かないで下さい。
- ・カメラは観光地に着いて撮影する時だけ鞆から取出して下さい。
- ・携帯電話を路上で使用しないで下さい。（特に夜間）
- ・無用な夜間外出は控えて下さい。
- ・街中で知らない人について行かないで下さい。

（イカサマ賭博の被害が報告されています。”被害者は日本人留学生を含む”）

- ・知らない人から物を貰わないで下さい。

（ディスコで現地人からタバコを貰い、不純物が混入していた事件が報告されています。”被害者は韓国人”）

病気になった時

ドクターによる往診を ご希望の場合	毎週火曜日 10:30~13:00 (1F ロビー) ※診察を希望される方は10:00までに日本人スタッフまでお申し付けください。その際、<u>海外旅行傷害保険の種類をお伝えください。</u> クレジット付帯の場合航空券などの明細が必要となります。キャッシュレス対応していない保険の使用はできませんのでご注意ください。 深夜や緊急時は日本人スタッフに電話、もしくは入口ガードマンを通して学校スタッフまでお知らせください。
ジャパニーズヘルプデスク 海外での急な病気や怪我の際も安心して病院で診察のサポートをしてくれるサービス	セブでは2つの病院でこのサービスが受けられます。 ①セブドクターズホスピタル セブドクターズホスピタル外観セブ市にある、セブドクターズ大学に併設された大学病院。ベッド数は300床と少なめですが、大学病院ということもあり、優秀な医師、高度な医療施設・技術を兼ね備えています。ジャパニーズヘルプデスク専属の医師もあり、特にセブ島の留学生の強い味方となっています。 ②セブチョンワホスピタル マンダウエ セブチョンワホスピタル外観セブ市にある巨大な私立の病院。病室は660床近くあり、マニラにあるマカティメディカルセンターやセントルークス病院と同規模の病院となっています。24時間対応の救急センター、睡眠障害センターなど専門性の高い治療を提供しています。



講師との外出、付き合い方

- 講師との外出は原則平日授業後のみとさせていただきます。また、深夜に及ぶ時間とならないよう、早めの帰宅を心掛けて下さい。
- 講師と外出（宿泊を伴わないもの）をされる際には、事前に日本人スタッフまで必ずお声がけ下さい（学校指定の申請書の提出が必要となります）。また、講師と食事に出かける場合には、同性の講師であれば1対1の外出も可ですが、異性の講師の場合は講師2名以上が一緒であることといたします。
- 講師との宿泊を含む外出については全面的に禁止となっております。

※講師との個人間での物の売買や金銭の授受は絶対禁止となっております。また、万が一講師よりこれに関係する話があった場合は必ずスタッフへお伝え下さい。

配車アプリを使ってみる？

配車アプリは、スマホでタクシー・ハイヤーの手配ができる便利なサービスです。スマホのGPS機能を利用して自分の位置と最短距離にあるタクシー・ハイヤーを検索し、簡単に手配ができます。

目的地までかかる時間と料金もあらかじめ確認することができるのでとても便利です。土地勘がなく、言葉の通じにくい海外でぼったくりや乗車拒否といった不安要素がなく利用できます。

あらかじめAndoridまたはiphoneなどのスマホに配車アプリをインストールしておく必要があり、ご利用時にはインターネット環境が必要です。



『Grab（Grab）』という配車アプリが、フィリピンでは、シェアの大半を占めています。

Grabの使い方については、以下をご参考ください。

<https://www.ceb21.jp/philippines-ryugaku/philippinesinfo/taxi-app/>



1. House of Lechon

セブの名物料理豚の丸焼き（レチョン）が食べられる有名レストラン

2. Orange calendelia

セブで一位有名なバックパッカーホテル7の中にある地元料理レストラン

3. Robinsons Super Market

大手スーパーマーケット校舎の斜め向かいにあるコンドミニウムの地下1階

4. Bo's Coffee

ベースラインコンドミニウムの1階にあるカフェ

5. Boosogs

ローカルにも愛されるフィリピン料理レストラン

6. Okinawa Heat

日本食レストラン、お昼は安価で食べられる
ビュッフェもあります

7. Jolibee

フィリピン人に愛される最大ファストフードレストラン。ジョリビーちゃんが目印。