

# 外国人研究者・学生等のための 来台前準備ハンドブック





# 国立天文台来台前準備ハンドブック

## はじめに

---

国立天文台来台前準備ハンドブックは国立天文台に来台を検討・予定している方々を対象として、来台前に知っておくべき情報を提供するためのハンドブックです。

情報は国際連携室でまとめたものですが、項目ごとに担当係を記載しています。質問等がある場合は、国立天文台の受入研究者を通じて当該担当係にお問い合わせください。

なお本ガイドでは、特定の期間が記されている場合を除き、「短期滞在者」とは国立天文台での滞在が通常 3 ヶ月未満の方、「中長期滞在者」とは通常 3 ヶ月以上の方を指します。(ただし、在留資格の手続き上では「3 ヶ月」の数が複雑なため、必要に応じて、受入研究者を通じて担当係の研究推進課国際学術係に確認してください。)

各手続きは、滞在期間の他、国立天文台との雇用契約の有無等により方法や必要書類等が異なることが多いので、ご自身に当てはまる適切な情報かどうか、十分に注意してください。

2021年5月  
国立天文台 国際連携室

初版:2021年5月  
第2版:2022年1月  
第3版:2022年11月  
第4版:2023年3月  
第5版:2024年4月

© 2024 国立天文台  
無断での複写・転載を禁じます。

## 目次

<b>1. 日本への入国手続き</b> .....	<b>3</b>
1.1. 入国に必要な書類.....	3
A. 在留資格認定証明書(COE) .....	3
B. 査証(ビザ) .....	4
1.2. 在留資格認定証明書(COE)および査証の取得方法 .....	5
A. COE の取得方法.....	5
B. 査証の取得方法.....	5
<b>2. 宿泊施設・住宅</b> .....	<b>7</b>
2.1. 三鷹キャンパス.....	7
A. 中長期滞在用宿泊施設・住宅.....	7
B. 短期滞在用宿泊施設 .....	9
2.2. 水沢キャンパス.....	12
A. 水沢キャンパス宿泊施設:けやき会館 .....	12
B. 水沢キャンパス周辺のホテル.....	12
2.3. 野辺山キャンパス(野辺山宇宙電波観測所).....	13
A. 野辺山キャンパス宿泊施設.....	13
B. 野辺山キャンパス周辺のホテル.....	13
<b>3. 医療・健康保険</b> .....	<b>14</b>
3.1. 持病がある場合・海外から医薬品を日本へ持ち込む場合.....	14
3.2. 健康保険の加入.....	14
A. 文部科学省(文科省)共済組合健康保険加入者.....	14
B. 国民健康保険加入者 .....	15
C. その他:国立天文台と雇用契約がない短期滞行者 .....	16
3.3. 自転車損害賠償保険(滞在期間中に自転車を利用する場合).....	16
<b>4. 銀行口座・クレジットカード</b> .....	<b>17</b>
4.1. 銀行口座 .....	17
4.2. クレジットカード.....	17
<b>5. 同伴家族がいる場合</b> .....	<b>18</b>
5.1. 来日後の市・区役所での手続き .....	18
5.2. 子どもの教育 .....	18
A. 台内保育園(三鷹キャンパス) .....	18
5.3. 配偶者等の就労.....	18

## 1. 日本への入国手続き

国立天文台に滞在する予定の外国人研究者や大学院生等は、法的に適切な手続きを経て来日し滞在する必要がありますが、必要な手続きは、日本滞在中に報酬を伴う活動をするかどうか、また滞在期間が短期か中長期かにより異なります。

国立天文台との雇用契約が生じる外国人職員や国立天文台が受入機関となる外国人研究者等については、国立天文台が受入機関として必要な手続きを行います。その際の台内担当係は研究推進課国際学術係です。不明な点や詳細については、受入研究者等を通じて同係に問い合わせてください。

総合研究大学院大学(総研大)に在籍する大学院生は、国立天文台ではなく総研大を通じて入国手続きを進めますので、総研大担当者の指示に従ってください。

### 1.1. 入国に必要な書類

国立天文台に滞在するために日本に入国する場合、在留資格認定証明書と査証が必要となる場合があります。下表により自身が該当する必要書類を確認してください。

報酬の有無	滞在期間	国籍	必要書類
報酬を伴わない活動	90日以上	(国籍を問わず)	・在留資格認定証明書(COE) ・査証
	90日以内	査証免除国*	(COE や査証は不要)
		査証免除国以外の国	・査証(COE は不要)
報酬を伴う活動	(滞在期間や国籍を問わず)		・在留資格認定証明書(COE) ・査証

\* 査証免除国: <https://www.mofa.go.jp/mofaj/toko/visa/tanki/novisa.html>

(世界情勢により状況が変わる可能性があるため、最新情報を確認してください。また脚注情報にも十分に注意してください。)

#### A. 在留資格認定証明書(COE)

外国人は何の目的も理由もなく日本に入国したり滞在したりすることはできません。滞在の根拠となる何らかの活動や身分が認められる必要があります。外国人が日本で行うことができる活動を類型化したものを在留資格といい、在留資格を取得するためには、在留資格の認定を受けなければなりません。

大まかな手続きの流れとしては、日本の受入機関である国立天文台から法務省出入国在留管理庁へ代理申請を行い、在留資格が認定されると、そのことを証明する「在

留資格認定証明書(COE)」が交付されます。同証明書は、同じ資格の査証の発給申請に必要です。

国立天文台に滞在する外国人やその家族の在留資格で主なものは下記の通りです。ご自身がどの資格に該当するか不明な場合は、受入研究者を通じて国際学術係までご相談ください。

在留資格	概要
教授	日本の大学あるいはこれに準ずる機関等において研究、研究の指導又は教育をする活動
技術・人文知識・国際業務	日本の機関との契約に基づいて行う理学、工学、その他の自然科学の分野等に属する技術や知識を要する業務等に従事する活動
文化活動	収入を伴わない学術上あるいは芸術上の活動
家族滞在	上記「教授」等の在留資格をもって在留する者の扶養を受ける配偶者または子として行う日常的な活動

【参考:出入国在留管理庁】

<http://www.moj.go.jp/isa/applications/guide/visa.html>

## B. 査証(ビザ)

査証の発給は、外国人が所持する旅券が適法に発給された有効なものであると確認するとともに、当該外国人の日本への入国および滞在が適切であるという推薦の性質もあります。一方で、査証取得は入国要件の1つであり、入国を保証するものではありません。

査証取得には、外国人本人が出身国や居住区に所在する日本国大使館または総領事館等において必要書類を提出して申請する必要があります。

### 《在留カード》

3ヶ月を超える中長期在留者に対して、成田空港や羽田空港等からの入国時に「在留カード」が交付されます。この在留カードは、認められた在留資格と在留期間を証明するもので、日本滞在中に警察官等から提示を求められる場合があるので常に携帯する必要があります。また、住所等の記載内容に変更が生じた場合には、速やかに変更手続きを行ないましょう。

※在留カードおよび在留管理制度について

[https://www.moj.go.jp/isa/publications/materials/newimmiact\\_1\\_point\\_1-2.html](https://www.moj.go.jp/isa/publications/materials/newimmiact_1_point_1-2.html)

## 1.2. 在留資格認定証明書(COE)および査証の取得方法

### A. COE の取得方法

- ① 国立天文台職員である受入研究者からの依頼に基づき、国際学術係が外国人研究者等宛に COE 交付申請書を送付するので、必要事項を記入した上で、必要書類とともに国際学術係に返送してください。必要書類には在留資格認定証明書交付申請書や写真、パスポートの写しが含まれますが、その他の書類は在留資格により異なるので、国際学術係の指示に従ってください。

\*入国予定日の 2 ヶ月前までに国際学術係が申請を開始できるよう余裕をもって必要書類を準備する必要があります。外国人研究者等は、書類や情報の提出を求められた際には迅速に対応するようご協力ください。

- ② 国際学術係が東京出入国在留管理局に申請を行い、審査および認定後に在留資格認定証明書(COE)の交付を受けます。
- ③ 交付された COE は、国際学術係から外国人研究者等本人に送られます。COE は査証申請のための必要書類の 1 つとなるので、大切に保管してください。COE の有効期間は発給日から 3 ヶ月間でその間に入国する必要がありますので、査証手続きも早急に行ってください。

### B. 査証の取得方法

#### (1) COE と査証が必要な方

COE と査証が必要な場合は、上記のように交付された COE を添えて外国人本人が出身国あるいは居住国の日本大使館や総領事館等に、COE で認定された在留資格と同じ資格の査証申請を行います。

- ① 上記(1)に従い日本国内で COE 取得手続きを進めている間に、その他の査証申請書類を準備してください。査証申請のための必要書類は在留資格により異なります。下記の外務省サイトの「就労・長期滞在」をクリックすると在留資格の一覧が表示されます。更に自身の在留資格をクリックすることで申請書類を確認することができます。

【外務省「査証」】

<https://www.mofa.go.jp/mofaj/toko/visa/index.html>

- ② 国際学術係から届いた COE を添えて、最寄りの日本大使館や総領事館に査証申請をしてください。COE を添えて査証申請をする場合は法務省での事前審査が済んでいるため、査証は通常 1 週間程で発給さ

れます。

- ③ 査証発給時に COE 原本も返却されますので、来日時には査証添付済みのパスポートに加えて COE 原本も忘れずに持参してください。査証の有効期間は発給の翌日から起算して 3 ヶ月間で、その間に入国する必要があります。

## (2) 査証のみ必要な方(COE が不要な方)

査証のみが必要な場合、外国人本人が出身国あるいは居住国の日本大使館や総領事館等に査証申請を行います。

- ① 査証申請に必要な書類を確認してください。必要書類は、国籍等により異なりますが、外国人本人が準備する書類の他に、受入機関である国立天文台あるいは受入研究者(「招へい人」)が準備する書類があります。下記の外務省サイトの「短期滞在」にある自身の出身国をクリックすると手続きの概要と査証申請書類を確認することができます。

【外務省「査証」】

<https://www.mofa.go.jp/mofaj/toko/visa/index.html>

- ② 外国人本人が準備する書類を準備してください。招へい人が準備する書類については、受入研究者、あるいは受入研究者を通じて国際学術係に、準備を依頼してください。
- ③ 招へい人が準備する書類が受入研究者から送られてきた後、日本大使館や総領事館等に査証申請をしてください。申請から発給まで 1 ヶ月以上の期間がかかる場合もあります。査証の有効期間は発給の翌日から起算して 3 ヶ月間で、その間に入国する必要があります。

## 2. 宿泊施設・住宅

### 2.1. 三鷹キャンパス

#### A. 中長期滞在者用宿泊施設・住宅

三鷹キャンパスに3ヶ月以上(中長期)滞在する外国人研究者等や大学院生は通常、来台直後は三鷹キャンパス内にある短期滞在者用宿泊施設「コスモス会館」に宿泊し、その間に外部の宿泊施設や賃貸住宅(「外部住宅」)を探します。

職種によっては国立天文台滞在の全期間を通してコスモス会館に長期滞在できる場合もありますが、それ以外の職種ではコスモス会館での宿泊可能期間は最大 32 泊と限られているので、その間に外部住宅を見つけて契約する必要があります。(コスモス会館については下記の「B. 短期滞在者用宿泊施設」の「(1)コスモス会館」を参照してください。)

国立天文台には、日本での住宅探しに不慣れな外国人のために外国人宿舍借り上げ制度がありますが、適用される条件を満たす必要があります。また入居できる外部住宅の種類と契約の方法については、国立天文台との雇用契約の有無等により異なります。

##### (1) 外国人宿舍借り上げ制度

国立天文台と雇用契約があり三鷹キャンパスで研究に従事する外国人職員(大学院生は対象外)で、着任前 183 日間は海外に居住していた場合には、外国人宿舍借り上げ制度が適用されます。詳細は受入研究者を通じて財務課資産管理係にお問い合わせください。

##### (2) 入居できる外部住宅の種類と契約の方法

外国人研究者等や大学院生が入居できる外部住宅の種類や契約の方法は、国立天文台と雇用契約があるかどうか、また上述の外国人宿舍借り上げ制度の対象かどうかにより異なりますので、下表を確認してください。

	雇用契約があり、 宿舍借り上げ制度対象	雇用契約はあるが、 宿舍借り上げ制度対象外	非雇用 (EACOA、JSPS等)	総研大
近隣の国立大学の 職員宿舍	○	○	×	×



賃貸住宅	法人賃貸契約 *1	○	×	×	×
	個人賃貸契約 *1	—	○	○	○*2

\*1 法人賃貸契約と個人賃貸契約の区別:「法人賃貸契約」は、法人としての国立天文台が外国人職員の代理人となり、家主との賃貸契約を締結します。住宅探しは通常、社宅管理代行会社(東急社宅マネジメント株式会社)を通して、国立天文台内の担当部署である資産管理係が職員本人と相談しながら進めます。「個人賃貸契約」は、外国人研究者等や大学院生本人がサポートデスクの支援を受けて住宅探しを行い、家主と直接、賃貸契約を締結します。この場合、緊急連絡先として日本人の受入研究者等の個人情報が必要となります。

\*2 総研大以外の大学院に所属して三鷹キャンパスで研究を行う大学院生は、所属する大学の相談窓口にお問い合わせください。サポートデスクでは、英語対応可能な不動産業者の紹介のみ支援します。

### (3) 外部住宅の種類

三鷹キャンパス周辺の外部住宅の種類は下記の通りです。上述の通り、雇用契約の有無等により入居できる種類と契約方法が異なりますのでご注意ください。

\*外部住宅の内見から賃貸契約完了までは通常 1 ヶ月以上かかります。来台前から、個人賃貸契約の場合はサポートデスクから紹介を受けて不動産会社と、法人賃貸契約の場合は資産管理係との連絡を開始して、来日後にスムーズに賃貸契約まで進めるようにしてください。

外部住宅の種類	概要
近隣国立大学の職員宿舎	2020年4月現在、東京農工大学、電気通信大学、東京学芸大学、一橋大学が所有する職員宿舎に空室があれば入居できます。家賃は比較的安価ですが、退去の際、原状回復費が高額(20~30万円)になることがあるので注意してください。外国人宿舎借

		り上げ制度が適用される場合は、その適用期間は最長 3 年になります。
賃 貸 住 宅	一般の 賃貸物件	比較的長期間の入居を想定した賃貸住宅で、構造や階数等の規模により「アパート」、「マンション」、「一戸建て」があります。通常、契約時に初期費用として家賃 3～4 ヶ月分の支払い(銀行振込)が必要となるので、あらかじめ準備しておきましょう。
	マンスリー マンション	比較的短期間の入居を想定した賃貸住宅で、通常、家具、家電、備品、Wi-Fi が整備されています。光熱費を含めると費用は月 10 万円以上が相場となっています。また英語対応できるスタッフが少ないことが多く、内見と契約時には日本人の同行が必要となります。  下記サイトでは、三鷹エリアのマンスリーマンションを紹介しています。  「リベスト」: <a href="https://www.libest.co.jp/">https://www.libest.co.jp/</a>
	ゲストハウス	シェアハウス型の賃貸住宅で、通常、キッチン・浴室・談話室等が共有で設けられています。一般の賃貸物件に比べ初期費用や月々の費用を抑えることができます。学生等の若者が多く、人との交流や賑やかな住環境を好む方には向いていますが、住環境に静寂を求める方には不向きです。多くのゲストハウスが英語対応可能です。  下記サイトでは、三鷹エリアのゲストハウスを紹介しています。  「オークハウス」: <a href="https://www.oakhouse.jp/">https://www.oakhouse.jp/</a>

## B. 短期滞在者用宿泊施設

国立天文台三鷹キャンパスに共同研究等で来訪する短期滞在者が利用できる台内宿泊施設としてコスモス会館がありますが、コスモス会館に空室がない場合は、近隣のホテルに予約・宿泊する必要があります。

### (1) コスモス会館

コスモス会館は三鷹キャンパスにある短期滞在用宿泊施設です。国立天文台との雇用契約の有無や職名等により優先受付や利用可能期間が異なります。予約は国立天文台職員を通じて行う必要がありますので、宿泊希望者は受入研究者にご相談ください。



## (2) ホテル

ホテル名・電話番号・URL	アクセス	料金
ホテルメッツ武蔵境 TEL: 0422-32-5111 <a href="https://www.hotelmets.jp/musashisakai/">https://www.hotelmets.jp/musashisakai/</a>	〒180-0023 武蔵野市境南町 2-1-8 JR 武蔵境駅南口 徒歩 0 分	【法人割引額】 Single ¥9,250 (朝食 ¥650 プラス)
シティテル武蔵境 TEL: 0422-33-5111 <a href="http://www.hotel-citytel.jp/citytel_sakai/">http://www.hotel-citytel.jp/citytel_sakai/</a>	〒180-0023 武蔵野市境南町 2-4-15 JR 武蔵境駅南口 徒歩 1 分	【法人割引額】 Single ¥7,250
三鷹シティホテル TEL: 0422-48-4111 <a href="https://www.mitakacityhotel.jp/">https://www.mitakacityhotel.jp/</a>	〒181-0013 三鷹市下連雀 3-21-5 JR 三鷹駅南口 徒歩 5 分	Single ¥7,800~ (喫煙) ¥8,000~(禁煙)
吉祥寺東急 REI ホテル TEL: 0422-47-0109 <a href="https://www.tokyuhotels.co.jp/kichijoji-r/">https://www.tokyuhotels.co.jp/kichijoji-r/</a>	〒180-0003 武蔵野市吉祥寺南町 1-6-3 JR 吉祥寺駅南口 徒歩 1 分	【法人割引額】 Single ¥12,640
吉祥寺エクセルホテル東急 TEL: 0422-22-0109 <a href="https://www.tokyuhotels.co.jp/kichijojie/index.html">https://www.tokyuhotels.co.jp/kichijojie/index.html</a>	〒180-0004 武蔵野市吉祥寺本町 2-4-14 JR 吉祥寺駅北口 徒歩 5 分	スタンダードダブル ¥15,000~
アーバンホテルツインズ調布 TEL: 042-486-3500 <a href="http://www.tokyowest-hotel.co.jp/urban-tw/">http://www.tokyowest-hotel.co.jp/urban-tw/</a>	〒182-0024 調布市布田 1-47-4 京王線調布駅東口 徒歩 1 分	【法人割引額】 Single ¥9,350
調布クレストンホテル TEL: 042-489-5000 <a href="https://www.crestonhotel.jp/chofu/">https://www.crestonhotel.jp/chofu/</a>	〒182-0026 調布市小島町 1-38-1 調布 PARCO8F~10F 京王線調布駅北口 徒歩 1 分	【法人割引額】 Single ¥10,240
Wild Cherry Blossom, Hostel, Tokyo Koganei TEL: 042-401-1221 <a href="https://wildcherryblossomhostel.com/ja/top-ja/">https://wildcherryblossomhostel.com/ja/top-ja/</a>	〒184-0012 小金井市中町 4-15-14 JR 武蔵小金井駅南口 徒歩 5 分	半個室キャビンルーム ¥5,500~

- ※ 宿泊料金・サービス内容は 2023 年 9 月時点の情報です。
- ※ 割引特典のあるホテルにつきましては、ご予約時に「国立天文台関係」である旨をお伝え下さい。基本的に、法人割引額が適応になるには電話予約が必要です。
- ※ 法人割引額が一番安価とは限りません。都度ホテル予約サイト等も併せて参考に下さい。

## 2.2. 水沢キャンパス

水沢キャンパス内には、短期滞在用宿泊施設として「けやき会館」があります。短期滞者は近隣のホテルに宿泊することもできます。

### A. 水沢キャンパス宿泊施設:けやき会館

けやき会館は、水沢キャンパス内にある短期滞在用宿泊施設です。予約は水沢キャンパスに勤務する受入研究者等を通じて行う必要があります。利用手続きについては下記を参照するか、水沢キャンパスに勤務する受入研究者を通じて水沢 VLBI 観測所事務室庶務係にお問い合わせください。

<https://www.miz.nao.ac.jp/content/researchers.html>

### B. 水沢キャンパス周辺のホテル

ホテル名・電話番号・URL	アクセス	料金
ホテルルートイン奥州 TEL: 050-5847-7710 / 0197-51-7101 <a href="https://www.route-inn.co.jp/hotel.list/iwate/index.html?lid=622/">https://www.route-inn.co.jp/hotel.list/iwate/index.html?lid=622/</a>	〒023-0801 岩手県奥州市水沢横町 105 JR 東北新幹線 水沢江刺駅より車で 15 分	Single ¥7,300~ (朝食・税・サ込)
みずさわ北ホテル TEL: 0120-51-3456 / 0197-22-8888 <a href="https://hpdsp.jp/kitahotel/">https://hpdsp.jp/kitahotel/</a>	〒023-0811 岩手県奥州市水沢寺小路 2 JR 東北新幹線 水沢江刺駅より車で 15 分	Single ¥6,000~ (税・サ込) 有料¥700 (朝食・税込)
水沢サンパレスホテル TEL: 0120-43-1125 / 0197-25-4311 <a href="http://sun.oshushi.com/">http://sun.oshushi.com/</a>	〒023-0818 岩手県奥州市水沢東町4番地 JR 東北新幹線 水沢江刺駅より車で 15 分	Single ¥5,000~ (朝食・税込・サ込)
水沢グランドホテル TEL: 0197-25-8311 <a href="https://mizusawa-grandhotel.com/">https://mizusawa-grandhotel.com/</a>	〒023-0818 岩手県奥州市水沢区東町 40 JR 東北新幹線 水沢江刺駅から車で約 15 分	Single ¥5,500~ (税込)(朝食なし:有料¥500(税込)で朝食提供)
水沢グリーンホテル TEL:0197-24-5212 <a href="https://hpdsp.jp/mizusawa-greenhotel/">https://hpdsp.jp/mizusawa-greenhotel/</a>	〒023-0813 岩手県奥州市水沢区中町 118-1 JR 東北新幹線 水沢江刺駅より徒歩 1 分	Single ¥2,100~ (税込) Single ¥2,650~ (朝食・税込)
水沢翠明荘 TEL: 0197-25-3311 <a href="http://suimeisou.jp/">http://suimeisou.jp/</a>	〒023-0053 岩手県奥州市水沢区大手町 5-33 JR 東北新幹線 水沢江刺駅より徒歩 8 分	Single ¥7,200~ (税抜き)
青木旅館 TEL:0197-23-7115 <a href="http://www.aokiryokan.com/">http://www.aokiryokan.com/</a>	〒023-0813 岩手県奥州市水沢区中町 23-65 JR 東北新幹線 水沢江刺駅より徒歩 1 分	Single ¥4,000~ (税込・朝食なし) Single ¥4,800~ (税込・朝食付き)

※ どのホテルも法人割引はありません。宿泊料金・サービス内容は 2020 年 10 月時点の情報で、変更の可能性もあります。予約時に再確認してください。

## 2.3. 野辺山キャンパス(野辺山宇宙電波観測所)

### A. 野辺山キャンパス宿泊施設

野辺山キャンパス内には、国立天文台が管理する宿泊施設はありませんが、他大学が管理する近隣の宿泊施設に、時期や空室状況によっては宿泊できる場合があります。詳細は野辺山キャンパスに勤務する受入研究者に相談してください。

### B. 野辺山キャンパス周辺のホテル

ホテル名・電話番号・URL	アクセス	料金
八ヶ岳 グレイスホテル TEL: 0267-91-9515 <a href="https://www.y-grace.com/">https://www.y-grace.com/</a>	〒384-1305 長野県南佐久郡南牧村野辺山 217-1 JR 小海線 野辺山駅より無料送迎バス 5分	Single ￥13,500 円～ (朝食・夕食 税・サ込)
ホテル 野辺山 TEL: 0267-91-1200 <a href="http://www.chateraiseresort.co.jp/HOTEL/">http://www.chateraiseresort.co.jp/HOTEL/</a>	〒384-1407 長野県南佐久郡川上村御所平 1841-5 JR 小海線 野辺山駅より車で 5分	Standard twin ￥6,500～ (素泊まり・税・サ込) ￥7,000～ (朝食・税・サ込) ￥7,500～ (朝・夕食・税・サ込)
清里高原ホテル TEL: 0551-20-8111 <a href="https://kiyosato.izumigo.co.jp/">https://kiyosato.izumigo.co.jp/</a>	〒407-0301 山梨県北杜市高根町清里 3545 JR 小海線 清里駅より送迎バス 3分	Standard twin ￥16,790～ (朝・夕食・税込)
ホテル ハット ウォールデン TEL: 0551-48-2131 <a href="https://www.hut-walden.com/">https://www.hut-walden.com/</a>	〒407-0301 山梨県北杜市高根町清里 3545 萌木の村 JR 小海線 清里駅より徒歩 10分	Standard twin ￥11,500～ (朝・夕食・税込)

※ どのホテルも法人割引はありません。宿泊料金・サービス内容は 2020 年 10 月時点の情報で、変更の可能性もあります。予約時に再確認してください。

## 3. 医療・健康保険

### 3.1. 持病がある場合・海外から医薬品を日本へ持ち込む場合

自国等のかかりつけ医から、英語または日本語による「紹介状、診断書、検査結果、薬の指示書」等を持参してください。日本では言語の問題等の理由で外国人の受入れに対して慎重な病院があります。来日直後に診察が必要な持病がある場合は、自国の駐日外国公館へ事前連絡を行い、母国語や英語での対応が可能な医師・病院等について相談の上、受け入れてくれる病院をあらかじめ決めておきましょう。

また海外から日本へ医薬品を持ち込む際に、事前に地方厚生局に申請手続きを行わなければならない場合があります。下記のサイトで確認してください。

【関東信越厚生局】

[https://kouseikyoku.mhlw.go.jp/kantoshinetsu/shinsei/iji/iyakuhin\\_yu\\_nyu.html](https://kouseikyoku.mhlw.go.jp/kantoshinetsu/shinsei/iji/iyakuhin_yu_nyu.html)

<https://kouseikyoku.mhlw.go.jp/kantoshinetsu/iji/yakkanhp-kaishu-2016-3.html#tsuuchi>

### 3.2. 健康保険の加入

日本滞在中に加入する健康保険は、国立天文台との雇用契約の有無や滞在期間に応じて異なります。また、来日日から離日日までの全期間をカバーするために途中で異なる保険への切替が必要となる場合があります。急な病気や怪我に備えるため、以下を参考にして適切な保険に加入するようにしてください。

【海外旅行保険に関する注意事項】

日本到着後に、日本滞在中の疾病に備えた海外旅行保険に加入するのは困難なことが多く、また海外旅行保険が付帯されているクレジットカードを新たに取得することはできません。

#### A. 文部科学省(文科省)共済組合健康保険加入者

国立天文台と雇用契約があり、所定労働時間が週29時間以上の場合あるいは文科省共済組合加入要件<sup>1</sup>をすべて満たす場合は、雇用開始日と同時に文科省共済組合健康保険に加入することになります。

---

<sup>1</sup> 文科省共済組合健康保険加入要件: 1)勤務時間が週20時間以上、2)2カ月を超えて雇用される見込みがあること、3)報酬月額が8万8千円以上、4)学生ではないこと。

**(1) 雇用期間中:文科省共済組合健康保険**

雇用開始日と同時に「文部科学省(文科省)共済組合健康保険」に加入しますが、加入期間は雇用開始日から雇用終了日までとなることに注意してください。

**(2) (雇用開始日前に来日した場合)雇用開始までの期間:海外旅行保険と国民健康保険**

文部科学省(文科省)共済組合健康保険は雇用開始日から雇用終了日までの加入となるため、雇用開始日より前に来日する場合は、雇用開始日までの期間の病気や怪我が補償される海外旅行保険に加入してから来日してください。クレジットカード等に海外旅行保険が付帯されている場合もありますが、そのような付帯保険は補償内容が限られることもあるので、必要に応じて新たに海外旅行保険に加入することを検討してください。

また、海外旅行保険の多くは日本到着前の飛行機等での移動中の病気や怪我也も補償対象となる一方で、来日後に、保険会社が指定する医療機関が近隣にない等の不便が生じることもあります。そのため、雇用開始日までの病気や怪我が給付対象となる国民健康保険にも加入することをお勧めします。来日後なるべく早急に居住する自治体の担当窓口で加入手続きをし、雇用開始後に、共済組合健康保険証を持参の上、自治体担当窓口で国民健康保険の解約手続きを行いましょう。

**B. 国民健康保険加入者**

国立天文台と雇用契約がない中長期在留外国人研究者等や、雇用関係があるが文科省共済組合加入要件<sup>1</sup>を満たさない場合は、国民健康保険と国民年金に加入することが義務付けられています。

**(1) 国立天文台滞在期間中:国民健康保険**

来日後なるべく早急に、居住する自治体の担当窓口で加入手続きをします。

**(2) 居住自治体への到着前:海外旅行保険**

国民健康保険は居住する自治体への到着日からの加入となるため、日本到着前の飛行機等での移動中の病気や怪我也もが補償される海外旅行保険に加入してから来日することをお勧めします。クレジットカード等に海外旅行保険が付帯されている場合もありますが、そのような付帯保険は補償内容が限られることもあるので、必要に応じて新たに海外旅行保険に加入することを検討してください。



## C. その他:国立天文台と雇用契約がない短期滞在者

3 ヶ月未満の短期滞在者は文科省共済組合健康保険にも国民健康保険にも加入できません。

短期滞在者は滞在期間中におこる可能性がある病気や怪我に備えて、来日前に自国等で海外旅行保険に加入してくることを強くお勧めします。

クレジットカード等に海外旅行保険が付帯されている場合もありますが、そのような付帯保険は補償内容が限られることもあるので、必要に応じて新たに海外旅行保険に加入することを検討してください。

### 3.3. 自転車損害賠償保険(滞在期間中に自転車を利用する場合)

東京都では 2020 年 4 月より自転車損害賠償保険加入義務化され、現在では他の多くの自治体でも義務化されています。2023 年 4 月からは全国で自転車に乗る全ての人に対してヘルメットの着用の努力義務が課されます。また実際に自転車事故により多額な損害賠償金の支払いが生じるケースが発生しています。

日本で自転車を利用する可能性がある場合は、自転車事故による自身や相手の怪我等をカバーする個人損害賠償保険に加入しておく必要があります。中長期滞在者は来日後に自転車損害賠償保険の申請はできますが審査が通るとは限りませんので、来日前に自国等で加入してくることをお勧めします。短期滞在者は来日後にそのような保険に加入することはできませんので来日前に自国等で加入してきてください。その際、可能であれば日本語の通訳サービスや示談交渉サービスが付帯されている保険に加入することをお勧めします。

最近は特に自転車同士の事故が多く発生しており、事故が起きた場合には言語の問題等で事後対応に困難を伴います。日本では、必ず適切な保険に加入した上で、自転車を利用してください。

## 4. 銀行口座・クレジットカード

日本で生活する上で必要となる資金として、必要に応じて来日時に現金を持参してください。特に個人賃貸契約による外部住宅への入居を予定している場合には、家賃の3～4倍以上の初期費用や家具・家電を揃える資金が必要となります。

日本での銀行口座やクレジットカード利用に関する注意点は下記の通りです。

### 4.1. 銀行口座

中長期滞在者は、多くの場合は日本の銀行に口座を開設することはできますが、銀行やその条件によっては開設できない場合もあります。

また、入国から6ヶ月未満の間は、口座を開設できても「非居住者」としての口座登録となり、その利用範囲は預金と引き出し等に制限され、日本国内での送金も海外送金とみなされて高額な手数料がかかります。しかし、日本入国後6ヶ月が経過した後に「居住者」として登録変更することにより利用範囲が広がり、国内送金も通常の手数料でATM等での手続きも可能となります。

短期滞り者は日本の銀行に口座を開設することはできません。

### 4.2. クレジットカード

外国人が日本でクレジットカードを新規に取得するのは非常に困難です。クレジットカードの利用を希望する場合は、来日前に自国等にて海外で利用可能なクレジットカードを取得して持参してください。

日本で携帯電話番号を取得するには、本人名義のクレジットカードが必要になります。

また自国等から持参したクレジットカードや自国等の銀行が発行したクレジットカードやデビットカードを利用しようとする場合、それらカードが日本で利用可能かどうかを来日前に確認してください。可能な場合でも、各カード会社が設定する利用限度額に注意してください。

## 5. 同伴家族がいる場合

### 5.1. 来日後の市・区役所での手続き

中長期滞在者は来日後に市・区役所で転入の届け出を行いますが、同伴家族がいる場合には同伴家族の転入の届け出も行います。その際、家族関係を証明できる書類(原本)(配偶者の場合は婚姻証明書、子どもの場合は出生証明書)の提出が必要となります。それら証明書は、自国等の政府など公的機関が発行した証明書でなければなりませんので、来日前に発行を受けて来日時に持参してください。また市・区役所に提出する際は、それら証明書の和訳文も必要となります。

### 5.2. 子どもの教育

日本の幼稚園や学校では、各学年は毎年4月に始まり翌年3月に終わります。

保育園は0歳から、幼稚園は3歳から小学校就学まで入園可能です。ただし保育園は、保護者の就労等の入園基準を満たさない場合は希望しても入園できません。

義務教育は6歳(小学校1年生)から15歳(中学校3年生)までの、小学校6年間と中学校3年間の計9年間です。高校は3年間、大学は通常4年間となります。

#### A. 台内保育園(三鷹キャンパス)

国立天文台三鷹キャンパス内には保育園「保育ルーム・星の子」があります。生後57日目から小学校就学前の乳幼児で保育園の入園基準を満たした場合には入園することができます。「保育ルーム・星の子」の詳細は、受入研究者を通じて総務課職員係にお問い合わせください。

### 5.3. 配偶者等の就労

在留資格を有する外国人研究者等や大学院生の扶養家族として来日する配偶者や子どもには「家族滞在」の在留資格が与えられ、「日本に在留する就労外国人の扶養を受ける配偶者または子として行う日常的な活動(例えば、学校に通うなどの活動は家族滞在の活動範囲内)」は認められていますが、就労を目的とした査証ではないため、原則として収入を伴う就労は禁じられています。

しかし配偶者等が日本での就労を希望する場合、出入国在留管理庁に「資格外活動許可」の申請を行うことによって就労が認められることがあります。

資格外活動許可には、「包括許可」と「個別許可」の2種類があります。「包括許可」は、申請時に勤務内容の詳細や勤務先が未定でも得られる「包括的な」許可ですが、勤務時間は週28時間以内に制限されます。「個別許可」はその活動1つ1つに得られる「個別的な」許可で、労働時間が週28時間を超える場合や客観的に労働時間を確認することが困難な場合

は「個別許可」を得る必要があります。個別許可を得るには、申請時に活動内容や活動時間、報酬等の勤務内容の詳細を求められます。

ただし、資格外活動の許可が得られても、許可の種類によりその活動時間等の制限があります。従わない場合、3年以下の懲役または300万円以下の罰金が課せられ、在留資格取消や退去強制となることもあります。

また文部科学省共済組合健康保険加入者の「被扶養者」である配偶者等が資格外活動許可を得て一定の給与を継続して得られるようになると、それまでの「被扶養者」としての立場が認められず、「被扶養者」の認定取消手続き等の必要が生じる場合もあるので注意が必要です。資格外活動許可の詳細については下記のサイトを参照してください。

[http://www.moj.go.jp/isa/applications/guide/nyuukokukanri07\\_00045.html](http://www.moj.go.jp/isa/applications/guide/nyuukokukanri07_00045.html)