



Institut Savoisien d'Etudes Françaises pour Etrangers

学 生 手 帳



Domaine Universitaire de Jacob-Bellecombette
Bâtiment 14
BP 1104
73011 Chambéry cedex

TEL +33 (0)4 79 75 84 14
Fax +33 (0)4 79 75 84 16
Mail : isefe@univ-smb.fr
Facebook: <https://www.facebook.com/isefeChambery>

www.isefe.univ-smb.fr

日本出国前に	P3
登録用紙の記入と送付 (E-mail)	
ビザの請求	
住居	
荷物	
忘れてはならない書類	
予算	
フランス到着後に	P4-5
シャンベリーまでの交通手段	
行政上の手続き	
- 学生証	
- 滞在許可書	
- 健康保険	
- 銀行	
- 住居	
- 仕事	
シャンベリーの町紹介	P6
シャンベリーの町並み	
交通の便	
買い物	
シャンベリー出発 1 か月前に	P7

日本出国前に

ISEFE の登録用紙に記入し、E-mail にて送付

忘れてはならないこと：

- パスポートのコピーの添付
- 住居を ISEFE へ依頼するか意思表示
- 登録を確定するための予約金（内金）の払い込み

ビザの請求

一度登録が確定された場合、登録証明書、学校開始日の通知、そして住居証明書を受け取ることができます。

上記の必要書類（ISEFE 発行）に加え、ビザの請求をしなければなりません。日本駐在のフランス大使館へお問い合わせください。



住居

ISEFE へ住居を依頼する場合はどのようなタイプの住居を希望するか申し込み用紙に明確に記入してください。（アパート、大学寮、ホームステイなど）

家主、または管理人へ入居日の確認を行ってください。



荷物

シャンベリーは山間に位置する小さな町です。

平均して冬は -5°C から 10°C（11 月から 12 月）で、夏は 25°C から 35°C（5 月から 9 月）です。厚手のセーター数着と T-シャツを準備しましょう。



電気器具について：フランスは電圧 220V、プラグは丸く 2 か所の差し込み口があります。

忘れてはならない書類

- ISEFE 登録証明書
- パスポート
- ビザ
- 航空券
- フランスでの生活費をまかなうことができることを証明する銀行証明書
- 免状とその翻訳
- 出生届（法定翻訳されたもの）



予算

フランスの法律ではすべての外国人学生へ 1 か月最低 615€ の生活費（1 年間では 7318€）を証明する書類を要求しています。

- ・家賃 350～500€（1 か月あたり）
- ・バゲットパン 1€
- ・サンドイッチ 4€
- ・学食 3.2€
- ・コーヒー 1.5€
- ・バス 1.4€（1 か月定期券：25 歳以下は 22€, 26 歳以上は 36€）



シャンベリーまでの交通手段

シャンベリーはリヨンとジュネーブ（スイス）の空港が近くにあります。



<http://www.lyonaeroports.com/>

<https://www.gva.ch/fr/desktopdefault.aspx>

シャンベリーと各空港間には多くのバスがあります。

リヨンから：<http://www.rhonealpes.fr/548-bienvenue-a-bord-navettes-aeroport-lyon.htm#par28033>

ジュネーブから：<http://www.aerocar.fr/fr/>



行政上の手続き

- **学生証**：全額授業料を支払った後に1年間 ISEFE で学ぶことを希望した場合、学生証作成のための書類をお渡しします。登録にはパスポートのコピー、証明写真1枚、免状（翻訳されたもの）と出生届（法定翻訳されたもの）が必要になります。

また、申請の際に健康保険と賠償責任保険が義務つけられています。

当日はすべての書類をそろえて大学構内20番館へ行き、手続きを行ってください。

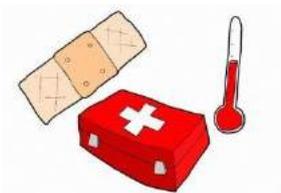
滞在許可書：長期学生ビザ（VLS-TS）の獲得のために入国3か月以内にフランス移民局（OFII）にコンタクトをとらなければなりません。OFIIの住所は下記の通りです。

OFII

Direction territoriale de l'OFII
Parc Alliance- 76 rue des Alliés
38 100 Grenoble
04 76 40 95 45
a_grenoble_d_t@ofii.fr



- **健康保険**：社会保険加入が義務つけられています。



- 3か月以内の滞在：日本で加入した保険で翻訳されたものがあれば十分です。

- 3か月以上の滞在：

・28歳未満の方は学生証発行の際に1年間およそ215€支払いフランス学生健康保険（SMERRA または LMDF）への加入が義務となっています。

・28歳以上の方はフランスの社会保険に加入しなければなりません。



- **銀行**：口座開設の際はご自身で選んだ銀行へ行き開設予約を取ってください。開設のためには、パスポート、住所証明書（日本）そして住居証明書（フランス）のそれぞれのコピーが必要になると思われます。銀行口座は今後いくつかの手続きの際に必要なになります。

- 住居 :

あなたの住居を予約するために、家主は1か月分の家賃にあたる保険金を請求します。

住居保険は義務付けられており、1年間おおよそ50€です。

入居と退去の際に家主立ち合いのもと住居の点検が行われます。点検にて何も問題がなく退去する場合は保険金が返金されますので、入居の際の書類を無くさないように注意してください。

CAF:学生の資格で住居費援助金 (APL) を申請することができます。CAF へ行き手続きを行ってください。下記が CAF の住所になります。

Caisse d'Allocation Familiale
20 avenue Jean Jaures
73 022 Chambéry Cédex
<http://www.caf.fr/>



- **仕事** : フランスで学生であるうちに働くことができますが、労働時間が制限されています。すべての情報は下記のサイトで確認できます。

<https://www.service-public.fr/particuliers/vosdroits/F2713>

シャンベリーの町紹介



町並み

シャンベリーは山と湖に囲まれた、フランスアルプスの山脈の中にある小さな町です。自然を生かした多くのアクティビティを体験することができます。



シャンベリーは理想的な地理的条件下にあります。：イタリアまで1時間、スイスまで1時間半、ニースまで4時間、TGV（新幹線）を使うとパリまで3時間、そして一番近いスキー場までは20分でアクセスできます。

交通の便

列車：シャンベリーの駅は町の中心街に位置し、フランスのいろんな所へ行くことができます。

バス：数多くのバスが町や周辺を走っています。

自転車：自転車道が整っており、容易に自転車で移動することができます。

Blablacar：とても安い料金でフランスやヨーロッパのいたるところへ、フランスの学生から人気の交通手段です。

買い物

町の中心にはスーパーマーケットや小さな商店があります。夜の20時以降、また日曜日や祝日は1日中閉まっています。



土曜日の朝には町の中心に小さなかわいい朝市が開かれ、果物や野菜を買うことができます。



シャンベリー出発 1 か月前に

家主または管理人へ退去日を連絡し、住居点検の日時を決定してください。

銀行口座解約のために銀行との日取りを決めてください。

フランス滞在中に行ったすべての契約解約を行ってください。
(電話、CAF、水道、電気、保険等)

