

外国人留学生 チューターの手引き

帯広畜産大学 留学生支援室



2026

もくじ

I. チューター制度概要・手続き

1. チューター制度とは・・・・・・・・・・・・・・・・・・ 2
2. チューターの役割・・・・・・・・・・・・・・・・・・ 2
3. チューターの資格・・・・・・・・・・・・・・・・・・ 2
4. 対象となる留学生・・・・・・・・・・・・・・・・・・ 3
5. 活動期間・・・・・・・・・・・・・・・・・・ 3
6. 活動時間数・謝金・・・・・・・・・・・・・・・・・・ 3
7. 業務に関する事務手続き・・・・・・・・・・・・・・・・・・ 4
 - (1) チューターになるまでの流れ・・・・・・・・・・ 4
 - (2) 業務報告・・・・・・・・・・・・・・・・・・ 4
 - (3) 業務中の移動手段について・・・・・・・・・・ 4
 - (4) 自家用車使用登録の方法・・・・・・・・・・ 4

II. チューターの活動内容

1. 到着後のサポート
 - (1) 到着前・・・・・・・・・・・・・・・・・・ 5
 - (2) 到着日・・・・・・・・・・・・・・・・・・ 5
 - (3) 到着後できるだけ早く・・・・・・・・・・ 5-8
2. 在学中のサポート・・・・・・・・・・・・・・・・・・ 8
3. チューター活動を行う上での留意点・・・・・・・・・・ 9
 - (1) 宗教について・・・・・・・・・・・・・・・・・・ 9
 - (2) 文化背景の違い・・・・・・・・・・・・・・・・・・ 9
 - (3) カルチャーショック・・・・・・・・・・・・・・・・・・ 10
 - (4) こんなときは・・・・・・・・・・・・・・・・・・ 10
 - (5) 先輩からのアドバイス・・・・・・・・・・ 11
 - (6) 留学生が日本に来て戸惑ったこと・・・・・・・・ 11
4. 学内関係連絡先一覧・・・・・・・・・・・・・・・・・・ 12

III. 参考資料

1. 登録シート
2. 業務報告書記入例
3. 留学生の転入手続きに関するお願い
4. 『北海道国立大学機構から謝金の支払を受ける皆様へ』

I. チューター制度概要・手続き

1. チューター制度とは

「チューター制度」とは、指導教員から推薦された日本人学生や先輩留学生（チューター）が、渡日後間もない留学生に対して、学習・研究支援、日本語指導、日常生活に関するアドバイスや支援を行う制度です。言語や生活習慣の全く異なる日本で大学生活を送らなければならない留学生にとって、同じ学生の立場で生活や学習に関する相談ができるチューターは、心強いパートナーとなります。

また、チューター制度は、留学生のための制度であると同時に、チューター自身がバックグラウンドの違う留学生と関わることで、今まで考えたこともなかったものの見方や考え方を発見したり、異文化を理解したり、日本の文化を再認識する機会を提供する側面を持っています。チューターに推薦された皆さんは、この機会をポジティブに捉えて、積極的に活動していただきたいと思います。

2. チューターの役割

チューターの役割は、留学生が充実した学生生活を送れるよう留学生の学習面や生活面のサポートをすることです。「サポート」とは、何でも代わりにやってあげることはありません。留学生が最終的に自立して日常生活や研究が行えるよう「お手伝い」することや問題を解決できる人へ「橋渡し」することを心がけてください。チューターが一人で何でも解決する必要は全くありませんので、気になったことやわからないことがあったときには、指導教員や学生支援課留学生係の職員などへ「橋渡し」をしてください。

わからないことがあっても、どこに聞いていいのかわからないか、何をしたいのかわからないと思っている留学生はたくさんいます。そんなとき、いつも身近にいるチューターのみなさんが「どうしたの？」と声をかけることがサポートの第一歩です。

また、留学生は、単に学位取得や研究成果のためだけに留学しているのではなく、日本人の友人をたくさん作り、充実した留学生活を送りたいと思っています。チューターのみなさんは、おそらく留学生が最初に日本で出会う同世代の学生となりますので、表面的なつきあいにとどまることなく、仲間・友人としての信頼関係を築くように努めましょう。

「Ⅱ.チューターの活動内容」では、具体的な活動例を掲載しています。それを参考に、留学生本人や指導教員と相談しながら活動してください。

3. チューターの資格

原則として、留学生と同じ研究室所属の大学院学生とし、獣医学課程については学部5年次以上の学生とします。チューターは指導教員等の推薦に基づいて選出されます。

4. 対象となる留学生

チューター支援を受けることができる留学生は、以下のとおりです。

| | |
|--------|--|
| 学部学生 | 4年または6年間に在籍して、帯広畜産大学で学士号を取る |
| 研究生 | 大学卒以上の学歴を持ち、主として日本の大学院の進学準備をする |
| 大学院生 | 2年から6年間に在学して、修士・博士号を取る |
| 科目等履修生 | 本国で高校卒以上の学歴を持ち、主として学部の進学準備をする (本学ではこれに該当する学生はほとんどいない) |
| 特別聴講学生 | 大学間協定に基づく協定校から半年間ないし1年間派遣され、日本語や専門分野の勉強をする |

5. 活動期間

学部留学生の場合は入学後2年間、研究生・大学院生の場合は来日後1年間のチューターサポートがあります。チューターの活動期間は年度ごとに区切られていますので、年度をまたいでチューターとなる場合は、4月に再度委嘱状が発行されます。

6. 活動時間数・謝金

謝金が支払われるチューター活動は、ある程度まとまった時間活動したものの、留学生の学生生活を支援したものに限られます。

チューターの謝金は1時間 **1,200円**です(2026年4月現在)。業務時間には上限があり、委嘱期間中の合計業務時間は委嘱月数×6時間以内となります。上限を超えた場合はボランティア扱いとなり、謝金はお支払いできません。

例) 委嘱期間が4月～9月の6か月間の場合…

委嘱月数 6カ月×6時間＝36時間 (合計業務時間)

🕒 活動時間は午前5時～午後10時の間

🕒 業務時間の上限は、1日8時間、1週間19.5時間です。

(※TA/RA等の他の就労時間と合計で)

🕒 連続6時間以上業務を行う場合は、途中で45分間の休憩を取ってください。

チューター制度の特徴は、支援する側もされる側も学生であり、人間関係が深まれば友人としてもつきあっていく可能性が多分にあるという点です。そのため、チューター活動は、謝金をもらって留学生を支援する「仕事」である一方で、友人や先輩として付き合う「国際交流」や「ボランティア」な活動といった要素も強くなるためその線引きに悩むこともあるかもしれません。自分が行った活動が、チューター活動として謝金を申請できるか迷ったときには、以下の点に当てはまるか考えてみてください。

- 留学生が大学で安心して勉強できる環境作りにつながる活動だったか
- チューターの支援がなければ、留学生活あるいは留学生の活動に大きな支障が出たか

7. 業務に関する事務手続き

(1) チューターになるまでの流れ

- ①指導教員からの依頼を受ける
- ②チューターのホームページより「チューターの手引き」を確認
Google form より自身の情報について入力
- ③留学生係によるオリエンテーションを受ける
- ④（チューター業務に自家用車を使用する場合のみ）
以下の保険確認書類を留学生係に提出
 - ・自動車保険証（任意保険）の写し…メールでの提出可
 - ・学生教育研究災害傷害保険（学研災）*
または、CO-OP 学生総合共済加入確認書の写しメールでの提出可*学研災については担当者が確認を行います
- ④委嘱状を受け取る →チューター業務開始

(2) 業務報告

業務報告書は毎月どれだけ業務があったかを確認するためと、謝金のお支払いのために必要な書類ですので、提出期限までに忘れず提出してください。

業務が無かった場合はメールでその旨報告して下さい。

※謝金業務の事実確認の実施について

業務報告書提出後、管理課経理係担当者が対象者（チューター）を抽出し面談を実施
→対象者は指定された日時に面談を受け、その後謝金を受取ります。

(3) 業務中の移動手段について

空港や駅までの出迎え、市役所への手続きなど、チューター業務で移動する場合は、安全の面からできるだけ公共交通機関を利用してもらうことが望ましいですが、実際には、時間的・費用的に難しく、自家用車を使用するほうが効率的な場合も多くあると思います。そのため、本学では、「自家用車使用登録」の手続きをした上で、自家用車をチューター業務に使用することを認めています。

なお、公共交通機関交通費および自家用車使用時のガソリン代については自己負担となります。

(4) 自家用車使用登録の方法

登録の条件は、以下の2点です。

- ① 自動車保険（任意保険）に加入していること
- ② 学生教育研究災害傷害保険（学研災）、または COOP 学生総合共済に加入していること

自家用車使用登録を希望する場合は、①の加入状況が確認できるものを留学生係に提出してください。また、**万が一、チューター業務中に事故を起こしてしまった場合は、ご自身の加入している自動車保険等による補償のみとなりますので、交通事故には十分気をつけてください。**

【事故発生時の対応】

- 加害者（被害者）を確認する。（氏名、住所、電話番号、免許証番号、車両番号等）
- 自動車損害賠償責任保険番号を確認する。（保険会社名、証明書番号、加入年月日等）
- 必ず警察に届け、事故証明をとる。
- 加入している保険会社と必ず連絡をとり、相談する。
- 軽いけがでも医師の診断を受ける。（後遺症が発生する場合がありますので領収書は保管）

Ⅱ. チューターの活動内容

1. 到着後のサポート

(1) 到着前

| 業務 | 内容・気をつけてほしいこと |
|---------|--|
| 到着日時の確認 | 留学生とは事前に連絡を取り、指導教員と相談しながら到着日時の調整を進めてください。ご連絡の際は、情報共有のために留学生係をCCに入れてください。 |

(2) 到着日

| 業務 | 内容・気をつけてほしいこと |
|-----------|---|
| 出迎え | 必要であれば、帯広空港、または帯広駅まで留学生の出迎えを行ってください。 ※出迎えの移動中にかかる時間もチューターの業務時間です。 |
| 到着日の支援 | 入居時の手続きや施設の説明は学生支援課留学生係が担当しますが、国際交流会館まで荷物を運ぶ手伝いや入居時の立会い、入居後の買い物付き添い、研究室への案内など、指導教員の都合や留学生の希望に応じてサポートしてください。 |
| 翌日以降の予定確認 | 来日後できるだけ早く、事務的な手続き（市役所への各種手続き、口座開設など）を行う必要があるため、指導教員、留学生と一緒に相談し、予定を決めてください。 |

(3) 到着後できるだけ早く

| 業務 | 内容・気をつけてほしいこと |
|----------------|---|
| 帯広市役所で の手続き | <ul style="list-style-type: none"> ・転入届（異動届）【登録場所】戸籍住民課 帯広に到着した日から14日以内に帯広市役所に転入届を提出し、居住地を登録してください。転入届を提出しないと、国民健康保険の |

| | |
|------------------------|--|
| <p>帯広市役所で の手続き</p> | <p>加入手続きが行えませんが、できるだけ早く手続きを行って下さい。 申請用紙は4枚複写になっています。ここでの手続きが終わったら、複写の用紙を持って国保課に行くよう案内されます。</p> <p>【必要なもの】 パスポート、在留カード、日本の住所を記載したもの（登録シート）、転出証明書（日本国内の市町村から引っ越してきた場合）</p> <p>後日、「個人番号通知書」が郵送されます。</p> |
| | <p>・国民健康保険への加入【登録場所】国保課 戸籍住民課で渡された用紙を提出します。</p> <p>※国民健康保険料は、前年度の所得等によって計算されます。そのため、「国民健康保険料・市民税・道民税 申告書」という所得申告書を国保課に提出する必要がありますが、この申告書は後日、帯広市役所から郵送されてきますので、記入のサポートをお願いいたします。</p> <p>※奨学金のみで、前年度の収入が無い場合、国民年金保険料は月額2,000円程度です。（年度により多少異なります）。納付書が届いたら、期限内にお支払いください。申告書の提出が遅れると、高い料金で納付書が届く事がありますのでご注意ください。</p> <p>※マイナ保険証（保険証利用登録がされたマイナンバーカード）の登録・利用については別添資料にて説明します。</p> <p>後日、「国民健康保険納付書」が郵送されます。</p> |
| | <p>・国民年金【登録場所】戸籍住民課 日本に住む20歳～59歳の方は、在留カードを所持する外国人を含めて国民年金に加入しなくてはなりません。転入届提出後、年金手帳と保険料納付書が郵送で自宅に届きます。年金手帳は年金に関する各種手続きで必要になりますので、必ず保管して下さい。保険料は郵便局、銀行、コンビニ等で支払って下さい。</p> |
| | <p>・国民年金の免除申請【登録場所】戸籍住民課 国民年金保険料の支払いが困難な学生は、免除申請を行う事ができます。免除申請制度は2種類あり、学生の身分によって変わりますので、どちらで申請をするのか窓口で伝えてください。 (次ページ一覽参照)</p> |

| | | | |
|--|------------|---|-------------------------------------|
| 帯広市役所で の手続き | 学生身分 | 単位取得を目的としている正規生 | 単位取得を目的としない 非正規生 (研究生・特別聴講学生) |
| | 免除申請 制度 | 「学生納付特例制度」 | 「国民年金保険料免除制度」 |
| | 必要な もの | ①パスポート ②在留カード ③在学を証明するもの (学生証の写し又は在学 証明書) | ①パスポート ②在留カード |
| <p>免除申請は審査に約3か月かかる為、免除申請をしていても年金手帳と納付書が後日届きます。免除決定通知のハガキが届くまで、支払いはせずに納付書を保管しておいてください。また、年金手帳も帰国時まで保管して下さい。</p> <p>免除申請は毎年行うことになっていますので気をつけて下さい。</p> <p>後日、「国民年金手帳」が郵送されます。</p> | | | |

| 業務 | 内容・気をつけてほしいこと |
|----------|---|
| 銀行口座開設 | <p>奨学金の種類によっては、ゆうちょ銀行を振込先口座に指定している場合があるため、特に理由がなければ、ゆうちょ銀行で口座開設をお願いします。また、口座開設の手続きは最寄りの帯広南町郵便局でお願いいたします。</p> <p>フリガナは、留学生が持っている登録シート（参考資料参照）にある表記と同じものにしてください。</p> <p>【必要なもの】 パスポート、住所の記載された公的書類（在留カード、健康保険証、住民票）、印鑑（ない場合はサインでも開設できますが、作ることをおすすめします）</p> |
| 印鑑作製 | <p>シャチハタが使えない書類もありますので、シャチハタ以外の印鑑を1つ作製してください。</p> |
| 買い物の付き添い | <p>食料や日用品など、当面の生活に必要な買い物に付添い、次回から留学生が自分で買えるよう教えてください。</p> |
| キャンパス案内 | <p>大学の中の施設を案内してください。</p> <p><input type="checkbox"/>各研究棟・講義棟</p> <p><input type="checkbox"/>生協</p> |

| | |
|----------------------------|---|
| | <input type="checkbox"/> 図書館 <input type="checkbox"/> 掲示板 <input type="checkbox"/> インターメディアスタジオ <input type="checkbox"/> 農学情報基盤センター など・・・ |
| 農学情報基盤 センター利用登録 | <p>来日後、すぐにインターネットを使用したい留学生がほとんどですので、できるだけ早く手続きのサポートをお願いします。</p> <p><input type="checkbox"/> 私有端末を接続する場合 農学情報基盤センターHP > センターの利用 > 端末接続申請</p> <p><input type="checkbox"/> 大学のメールアドレスの取得（学生証の入手後） 農学情報基盤センターHP > センターの利用 > 各種申請（利用登録 他） > 利用登録（学生）</p> <p>申請書は農学情報基盤センター事務室に提出するか、 center@obihiro.ac.jp 宛にメールで送ってください。 申請受付後、「農学情報基盤センター利用登録書」が発行されます。発行まで、数日かかる場合があります。 申請後、農学情報基盤センター窓口で学生証等を提示して、「農学情報基盤センター利用登録書」を受け取ってください。</p> |

2. 在学中

| 業務 | 内容・気をつけてほしいこと |
|----------------|---|
| 勉学・研究支援 | <input type="checkbox"/> 講義、研究、実験などの補習や相談 <input type="checkbox"/> ゼミの予習・報告の援助 <input type="checkbox"/> レポート・研究論文等作成の補助的援助・添削 <input type="checkbox"/> 専門分野に関する学内外の施設利用のアドバイス <input type="checkbox"/> 日本語補習など・・・ 【注意】 研究支援に関することは、指導教員とよく相談してください。 |
| 日常生活の支援 | <input type="checkbox"/> 携帯電話の購入 帰国月の電話料金を帰国前に精算することができるよう、確認をしてください。 <input type="checkbox"/> 病気・けが等における病院への付添い チューターとして支援するのは必要最低限にとどめてください。また、指導教員が長期出張などで連絡がつかない場合などを除いて、必ず指導教員に相談してください。 |

| | |
|------------------|---|
| | <p>【注意】 日常生活における買い物の付き添いは、特別な理由がない限り業務としては認められません。</p> |
| <p>事務手続き上の支援</p> | <p>学内での様々な事務手続きのサポートをお願いします。主な事務手続きは以下のようなものです。</p> <p><input type="checkbox"/> 入学手続き <input type="checkbox"/> 学生教育研究災害傷害保険（学研災）の加入手続き <input type="checkbox"/> 奨学金の申請手続き <input type="checkbox"/> 授業料納入・免除の手続き <input type="checkbox"/> 進学のための手続き</p> <p>チューターの皆さんにとっても難しい手続きがあるかもしれませんが、わからないときは学生支援課留学生係の窓口までお越しください。</p> <p>【注意】 留学生の家族に関する一切の手続きは、留学生本人が責任を持って行う事が前提です。家族に関わる支援は、業務として認められませんのでご留意ください。</p> |
| <p>対人関係上の支援</p> | <p>指導教員や日本人学生、地域の方々との良好な関係を築いていくためのコツや心がけなどを教えてあげてください。</p> |

3. チューター活動を行う上での留意点

(1) 宗教について

留学生の宗教、思想、信条を尊重しましょう。宗教によっては、食事や飲み物、行動に制限や配慮が必要な場合があります。

イスラム教ではブタ、またはその成分を含んだものはタブーとされており、ビールなどのアルコールも禁止されています。また、インドなどで信者の多いヒンズー教では牛肉を食べません。飲食の場では、留学生の宗教的背景に配慮し、「何か食べられないものはありますか？」と確認することが大切です。

[観光庁のHP](#)に国別・宗教別に食文化や食習慣の特徴を詳しく解説した資料が掲載されています。各宗教の信条等についても簡単に触れていますので、適宜ダウンロードするなどして、活用してください。

(2) 文化背景の違い

日本との文化・生活習慣の違いから、皆さんにとっては言わなくてわかることや当然のことであっても、留学生にとっては全く思いもよらないことがあります。チューターの皆さんは、そうした点を考慮して、留学生の言動を受け止め、理解してほしいと思います。行き違いから思わぬ誤解を招くことのないよう、常によく話し合うようにしてください。また、留学生との政治・宗教等に関する話題は、非常にデリケートな一面があるため、留学生の文化背景を理解した上で話すなど、話題の選択にはある程度配慮が必要です。

(3) カルチャーショック

人は環境が変わるとストレスを受けます。特に言語、生活スタイル、文化が一変する留学では、変化に適応できずストレスにさらされ続ける場合があります。ストレスが続くと誰しも心身の調子を崩すことがあり、以下のような症状が出る可能性があります。

- あまり眠れない・顔色が悪い
- 遅刻や約束を守れないことが増えた
- ぼんやりしていてミスが増えた
- 倦怠感が強い(「身体が鉛のように重い。」等と訴えるかも)
- ある事柄が頭から離れず、強い不安や焦りを感じる
- 感情表現が乏しく(or 過剰に)なった。

以上のような様子が留学生に見られた場合には、留学生係や学生相談室に相談してください。

(4) こんなときは・・・

◎お互いの相性が合いません

どうしても相性が合わない時、都合がつかないことが多い場合は、チューターを辞退することが可能です。その際は、留学生係もしくは指導教員に申し出て下さい。相談の上、対応します。

◎自分の力量を超えた問題が起こったとき

チューターとして対処できない問題が生じたときは、無理せず指導教員、もしくは留学生係までご相談ください。

◎何も依頼されない場合は放っておいてもいいですか？

時にはチューターに気を使ってしまい業務を頼みづらい、という留学生もいる様です。特に問題がない場合は何曜日の何時～というように、日時を設定するのがおすすめです。定期的に話しかけるよう心掛けてください。

◎留学生の家族への支援もチューターの業務ですか？

チューター制度はあくまで「留学生の学習・研究効果の向上」を目的としていますから、家族の病院同行や官公庁での手続き等は、チューター業務として認められません。その他にも活動内容がチューター業務として取り扱っていいのか判断に迷うときには、事前に指導教員や学生支援課留学生係に相談してください。

(5) 先輩からのアドバイス（アンケートより一部抜粋）

- 👉 チューターと言うよりは、友人として親身に関係を築くことが重要です。
- 👉 コミュニケーションを積極的にとっていくことが大切だと思います。
- 👉 分からないことがあれば、すぐ聞いてほしいということをきちんと伝えておくべきだと思います。
- 👉 留学生は友達もいない状況だと思うので、仲良く話をするだけでも気が楽になると思います。
- 👉 将来仕事などで英語を使う際、チューターの経験は役に立つと思います。
- 👉 あまり気負うことなく楽しんでください。

(6) 留学生が日本に来て戸惑ったこと（アンケートより抜粋）

- 👉 日本では沈黙を大切にする文化だと聞いていたので、話しかけても相手が何も言わない時、そのことをポジティブにとらえる様にしています。自国では、相手が無言になったら、自分が何かいけない事を言って相手の気分を害したという意味あいになります。
- 👉 パーティーの時は親しく話していたのに、次に別の場所で会った時には他人の様な態度をとられ困惑する事があります。自国では、一度親しく話したら、次に会った時も同じ距離感を保っていますが日本人は距離感（親密さ）に一貫性が無いと感じました。今では、逆にそれを楽しんで、パーティーにはパーティー用の服、研究室には研究室用の服を着替えるという感覚でそれを受け入れています。今現在カルチャーショックはありませんが、帰国してから逆カルチャーショックがあるかもしれません。
- 👉 研究室の学生とは言葉のバリアがあり、最初はあまり話しかけてくれませんでした。意志の疎通がうまくいかず何度か間違いがあったので、今では再度確認する様にしています。
- 👉 日本人は感情を表に出さないなので、言った言葉が本心なのかどうか、分からない事があります。
- 👉 「今度～しよう」と言われたので、当然期待して待っていますが、実現していません。
- 👉 例えばパーティー等に誘われた時、日本人は行く気が無いのに「考えておく」と返答する場合がありますが、自国では本当に半々の場合にのみ、そう答え、行く気が無いのなら、その場で断ります。

4. 学内関係連絡先一覧

| 連絡先 | 電話・メール |
|----------------------|--|
| 留学生支援室・ 学生支援課留学生係 | ☎ 0155-49-5297/5298 ✉ rgk@obihiro.ac.jp |
| 保健管理センター | ☎ 0155-49-5315 ✉ hokekan@obihiro.ac.jp |
| 学生相談室 | ☎ 0155-49-5638 ✉ soudan@obihiro.ac.jp |