

はじめに

私がこれまでに Scripps 留学を準備されている方々から受けた質問と、その答えを紹介します。

留学の形式（企業、大学、ポスドクか 奨学金の有無）で、皆さんお金にまつわる事情が異なると思います。下記の内容はおもに、日本人の感覚でできるだけ安く生活の立ち上げを済ませたい方を対象にしています。多く払って楽に済ませる法、逆にもっと安い方法もあります。相当変わった(?)質問もあるかと思えます。さすがは科学者、目の付けどころが違うと感心させられます。

ただでさえアメリカの各種手続きの方法はめまぐるしく変更されますが、近年の世界情勢を反映して留学用のビザ取得のプロセスは数年前とは全く変わってしまいました。今後も変更が予想されますので、常に Web 等で最新情報を入手しながら行動されることを強くお勧めします。また、Ver 改訂のたび、各種料金等は見直していますが、値上がりしてしましたらあしからず。

この Scripps 留学 FAQ は新しく留学される方のために皆さんの最新情報でアップデートしていきたいと思えます。何かお気づきの点がありましたら、是非ご連絡下さい。

引用、転送もご自由にどうぞ。連絡していただければ、最新版をお送りします。ただし、この FAQ の内容にしたがって不利益を被られても、その責任は持ちかねます。

12/1/2004 松下 正行 <masayuki@scripps.edu>

目次

1	リンク集	2
2	保険に関して	3
3	渡米の準備に関して	6
4	渡米後の手続き	10
5	住居について	13
6	日常生活について	15
7	補足	23

1 リンク集

インターネットで大抵の情報を入手できます。

研究留学ネット

一般的な留学準備、ビザ申請や手続きの予習は、まずこれを読むことから始めて下さい。お勧めです
<http://www.kenkyuu.net/index.html>

アパート検索

Zip コード(郵便番号)は 92122 掲載されているのは並以上のアパートです
掲載されている家賃は、各アパートの最も安い部屋です。実際の平均価格帯は 1 割増し程度でしょうか。
<http://ApartmentGuide.com>
他に yahoo のアパート検索もけっこう使えます

サンディエゴ実際の生活の様子 日本人が作ったホームページ。奥様にもお勧めします。
掲示板と日記にはまる人多し。
<http://nonnon.net/indexm.html>

サンディエゴでの子育ての様子、病院の情報。日本人が作ったホームページ。
<http://www10.plala.or.jp/toshiz/>

サンディエゴの一般的な情報、日本人が作ったホームページ。
<http://www.bekkoame.ne.jp/~ttakasu/sandiego/sandiego-j.html>

サンディエゴの中古車検索

メニューAutos より 相場をつかむのに。他にも中古車検索サイトはたくさんあります。
<http://www.signonsandiego.com/>

サンディエゴの新車の値段検索。Zip コード(郵便番号)は 92122 で検索
<http://www.carsdirect.com/>

サンディエゴのホテル検索&予約

<http://travel.yahoo.com/>
Make Reservation の Hotel を選択、Zip コード(郵便番号)は 92122 で検索

2 保険に関して

Q1 保険についてはどのような保険に入られましたか？ また Scripps の medical insurance というの
はどういうものなのですか？

A1

1) 医療保険

ゲストサイエンティストの場合

ゲストサイエンティスト (Scripps から給料をもらわないポスドク、大学や企業の方など) の方は、自分で一般の医療保険に加入する義務があります。2001 年より、Scripps の medical insurance には入れなくなりましたので、AIU や JAL ファミリークラブ等を通して、日本で加入してくることをお勧めします。各保険により、使える病院が違います。サンディエゴにある日本人向け病院、日本クリニックで使える保険のほうが便利かと思います。AIU の保険は日本クリニックでも使えます。他の保険については、直接日本クリニックに問い合わせてください。

日本クリニック <http://www.nipponclinic.com/>

ポスドクの場合

ポスドクとスタッフ (給料は Scripps 持ちの人) が加入する医療保険として、Scripps に CCN メディカルプランというのがあります。私が加入しているプラン (下記ウェブの Plan E) は最も安価かつ一般的なもので、サンディエゴ地区の指定病院の医療費の約 90% をカバーしてくれます。医療行為により、無料のものもあれば適用外のものもあります。年に一組、保険で眼鏡かコンタクトの費用を \$150 くらいまで出してくれます。

<http://www.scripps.edu/hr/benefits/reassoc.html>

指定病院の中には日本語オペレータによる予約サービスがある、シャープ病院グループが含まれます。自分で直接医者予約を取るのは大変なので、このシステムは便利です。必要なら、診察時に通訳もしてくれるそうです。ただ、アメリカの病院の診察はとても親切で丁寧に説明しながら処置を行うので、英語が苦手な私でも思ったほど困りませんでした。シャープ病院は基本的に予約制ですが、週末や夜間に駆け込みで診察してくれるセクションもあります。

残念ながら CCN メディカルプランは、上記日本クリニックでは使えません。日本クリニックで風邪の診察を全額自己負担で受診した場合、\$250 程度です。サンディエゴ地区には、日本クリニック以外にも日本人開業医は何人かいます。CCN は日本人の開業医、城所泰子先生 (内科) のところでは使えます。

CCN メディカルプランの保険代は、ポスドクならボスが払ってくれるため無料、家族は月 \$88、歯科保険はオプションで月 \$10 程度です。大学からの留学の方で、Scripps のボスが保険代だけ出してくれた例も何件あります。ボスとの交渉してみるのもいいかもしれません。保険加入の手続きは、アメリカに着いてからオリエンテーションの時に行いました。

2) 生命保険

上記のメディカルプランに日本から移動中の事故は含まれません。そこで AIU 等の海外旅行者保険に入ってくる人が多いようです。私も入ってくれば良かったと思っています。

3) 自動車保険

スクリプスはわりと不便な高台にあり、ほとんどの人は車で通っています。アメリカでの運転履歴がない人は、アメリカの保険会社の自動車保険に不利で掛け金が高くなります。また、こちらの自動車保険の対人賠償額は 300 万から 3000 万円程度と、ちょっと心もとない額です。

上記、AGI や AIU 等海外旅行者保険のオプションに海外自動車保険があります。JAL ファミリークラブからも入れます。これだと比較的安い掛け金で 1 億円補償もあり、事故の示談も日本語サービスがあるそうで、お勧めです。

私はサンディエゴの大田保険を通じて、TOKIO MARINE (東京海上アメリカ)の自動車保険に入りました。日本の免許履歴を考慮してくれるので、だいぶ保険料が安くなります。夫婦 2 人分で半年\$400 ほど払っています。独身男性だとやはり半年\$400 以上。年齢により異なります。

友人の話「私は JAL ファミリークラブ海外赴任者総合保障制度に入り、ここから Aigs の日本語サービスを利用して AIG の自動車保険に入りました。これは自動車事故だと二億円までのアンブレラ補償とその他損害補償がついています。掛け金は、¥45,000(海外赴任者総合保障制度掛け金・一年分) + 現地自動車保険料です。現地自動車保険料は私と妻の二人分で、半年\$439 でした。」

4) 万が一死亡した時、身柄を日本に送り返してくれる保険(repatriation and medical evacuation)

もし、ご自分の海外渡航者保険にこの項目がなかった場合、Scripps でも入れます。\$144/年。Scripps で最初に International Office での面会の時に申込書をお願いします。

上記 1) と 4)は海外より来た留学生(J-1VISA の人)は全員加入する義務があります。

Q2

それから、健康保険のことなんですが、歯科医も含まれるとのことですが、現実には如何でしょうか。うちのかみさんが親不知を持っておりまして、ひょっとするとそちらで抜くことになるかもしれないんですが。

A2

SCRIPPS の保険では医療費を 90%、歯科は 50%カバーしてくれます。治療法により保険適応外になる場合もあります。私は奥歯のクラウンがはずれてアメリカ人の歯医者で作り直しましたが、ポーセリンのクラウン 1 本当たり治療費\$600、保険を差し引いた請求額\$300 でした。コンピューター制御でポーセリンクラウンを削るので、複数の歯の治療でも検査と治療に各一度通院するだけで全て済みます。また、アメリカの歯医者は、一般に歯茎を健康に保つ事に力を入れており、検査の結果によっては「ディープクリーニング」を勧められます。

私が通院する歯医者。きれいなスタッフを揃えているのは営業戦略か？

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

また、チルドレンホスピタル内の歯科で子供の虫歯治療とクリーニングを行ないましたが、見積もり総支払額は\$1000 でした。

親不知は、場合によれば口腔外科で全身麻酔をかけて抜くこともあります。心配なら抜いて来たほうがいいのでは。。

上記日本クリニックに日本人歯医者もいますが、2003 年に着任したばかりでまだ評判は聞いた事ありません。

テキサスでポスドクやっているやつはこちらの保険は医療費はすべて負担してくれるけれど、医者に対する謝礼がだめでこれが結構高いと言っておりました。だから日本で入れる保険にはいったほうが良いというのですが、いかがですか。

医者に対する謝礼が必要だという話は、私はこれまで聞いたことがありません。払ったこともありませんが、別に問題は無いようです。

3 渡米の準備に関して

Q3

渡米に際して、これは必要であるというものがあつたら教えていただけませんか？ あと研究に関する本や資料などはどうされましたか？

A3

サンディエゴでは大抵何でも手にはいるので、極端な話、手ぶらで来ても充分暮らせます。一般に電気製品は、日本よりシンプルな機能ですが安く手に入ります。日本から船便を送ったら送料は1箱5千円から1万円程度ですので、大抵アメリカで買った方が得です。例えば、DVD プレイヤー\$30～、小型テレビ\$80～。

La Jolla 地区の日本人、及び Scripps 内でのムービングセールも盛んで、家具一式を安く手に入れることもできます。サンディエゴ在住日本人メーリングリストがありますので、在住の人に数ヶ月前に頼んで「帰国予定の方、家具一式を譲ってください」と告知するのもお勧めです。

日本製電気製品を持ってこられた場合、日米で電圧の違いがありますが変圧器なしでも結構使えます。コンセントの形状はほぼ同じです。使えなかったのは、ドライヤーとホットプレートでした。日本製のビデオは、アメリカの多チャンネルケーブル TV に対応できず、予約録画ができなかったそうです。

また PlayStation と DVD プレイヤーは日米のソフトで互換性はありませんが、最近マルチリジョンの DVD プレイヤーがあちこちで販売されるようになりました(改造品か?)。これを使うと、日米の DVD ソフトを再生できます。私は\$159 で TOSHIBA 製品を買いました。韓国系スーパー、ZION に行くと\$89 で手に入ります。

本や CD は、日本人向けの店(ミツワ内の旭屋書店)で手に入ります。ただ、値段は定価の 1.5 から 2 倍します。雑誌は定期購読するとかなり安くなります。ニジャのショッピングモールにも新しく本屋ができました。販売価格は¥100=\$1.25 で換算されます。インターネットの通信販売も数多くありますし、ロス近郊まで行くと巨大な日本の本屋もあります。

日本の本、雑誌の定期購読、電気製品を購入できるサイトの例

<http://www.fujisan.com>

私は研究用の本は、黄色の実験の手引き、精密有機合成、NMR の本を持ってきました。ただしスクリプスは各種オンライン検索システムと図書館が充実しており、持ってきた本はあまり使わなくなりました。Comprehensive xxxx の類の全集を始め、必要な本は大抵そろっています。実験化学講座は一式持ってきている人が何人かいました。Protecting Group と Larock の Transformation は Scripps の近くにある UCSD の生協で買いました。

以下は私の経験です。参考までに。

1) **持ってきて良かったもの** (到着後すぐ使ったもの。ただしなくても困るものではありません)

箸

歯ブラシ (ホテルに置いてなかった)

サングラス (カリフォルニアは日差しがきつく、運転時にないとつらい)

万能ナイフ

日本語の手紙の書き方事典

リップクリーム、乳液 (空気がかなり乾燥しています)

インスタントみそ汁 (到着直後は買い物も不便)

料理の本 (手に入る食材が多少違うので、工夫が必要)

クリアファイル（到着してからの1週間は事務手続きで重要書類を山ほど渡されます書類の整理に）
駒込ピペット、キャップ（パスツールしか存在しない）
実験書、NMRの本
電卓（教授に面会したその日に実験を始めるかも?!）

2) 持ってくれば良かったもの（いずれもほとんど売ってないか、驚くほど高い）

茶碗
室内用スリッパ（ホテルに置いてない 旅行時にも活用）
文庫本（日本の本は高いので）
インスタント食材
英語教材（アメリカに来て、いきなり英語が上達するわけではなかった。日々勉強。）
化学辞典、生化学辞典（新しい分野の勉強をすることが多いので）
簡単な工具セット、ドライバーなど（簡単な家具の組み立てに。こちらで売っている工具セットは、200ピースセットなど大きなものが多い）
A4の紙（アメリカにA4は存在しない。日本の書類を作成するときが必要。）

3) 持ってこない方が良かったもの

FAX 付き電話（紙のサイズが日本と違う。インクの入手不便、家が決まったらその日から必要）
インクジェットプリンター（アメリカで買った安いプリンターでも日本語印刷はできます。）
カメラのAPS フィルム（こっちでも売っている）
アンプルカッター（こっちにもある）

Q4

運転の国際免許は取られましたか？

A4

取りました。サンディエゴは車で移動する事を前提に設計された街なので、到着日か翌日からレンタカーを運転する必要があると思います。バスやタクシーもありますが、非常に不便です。

車の運転が心配な方は、地球の歩き方ーアメリカドライブ が参考になるとと思います。また、日本の JAF でも San Diego の地図を取り寄せてもらえます。

また、国際免許はパスポート代わりの身分証明書として重宝しますので、是非とられることをお勧めします。カリフォルニアの運転免許は、試験に合格してから発行までに2～12ヶ月ほどかかります。それまでフォト ID として機能し、クレジットカードの使用、ホテルのチェックイン、ビールを買うときやバーに入るとき必需品です。

カリフォルニアの運転免許取得には、日本の免許も絶対に必要ですからくれぐれもお忘れなく。

Q5

やはりクレジットカードを持って渡米するには少し時間が足りないみたいで、あとから家族に郵送してもらうことになりそうです。しばらくはキャッシュとトラベラーズチェックに頼ることになりそうですが、、、

A5

クレジットカードは必需品で、これなしではホテルの予約もできませんでちょっとつらいですね。

日本人はクレジットヒストリーが無いので、アメリカで普通のクレジットカードはしばらく作れません。JAL ファミリークラブのプレミオカードが数少ない方法です。これだとドル引き落としのカードが作れて、マイルもたまります。銀行口座を開くとクレジットカードもくれるところがありますが、月の使用制限枠が小さい（\$500）ようです。

買い物でクレジットカードを使うときは、運転免許等のフォト ID が必要です。また、クレジットカードに登録してある郵便番号を聞かれる店も多いので、日本で作ったカードもアメリカの住所に変更しておくほうがいいかもしれません。

Q6

車を除いて、アパート、生活用品、最初のホテル代などどのくらい用意されましたか。またキャッシュとトラベラーズチェックの比率はどのくらいでしたか。

A6

私は以下のもので、約\$ 2000 使いました。これはもっと安く抑えられると思います。

- 1) レンタカー (2 週間)
- 2) ホテル (5 日間)
- 3) 電気製品 (ビデオ、掃除機、アイロン、ドライヤー、照明、コーヒーマーカー全て新品)
- 4) 家庭用品 (布団、タオル、シーツ、台所用品、最低限の食器)

これらに加え、アパート家賃と家具レンタルについて、最初の月の費用とデポジット（合計すると、2 から 3 か月分程度）がかかりました。私は現金と TC を\$ 2000 ずつ、残りは送金小切手で持ってきました。

一般的な日本からの送金法は以下のとおりです。ただし、アメリカの生活が軌道に乗ると、現金は小遣い程度（ファーストフード、コーヒー、割り勘の支払い）くらいしか使いません。

1) 日本の CITI バンク

日本の CITI バンクの預金はアメリカの街角のほとんどの共通 ATM で現金を引き出せます。そこで、日本から給料を受けとる方の多くは口座をつくってこられています。為替相場の不利なときでも、円高を待って引き出すことができます。ただ一回の ATM での引き出し限度額は\$200 程度で、すべて\$20 札です。

CITI バンクからは登録住所に毎月末レポートが送付されてきますが、住所変更などでその郵便が返送されると、口座も凍結されてしまいます。留学中アパートを引き払う方はご注意ください。

なおアメリカの CITI バンクは日本のものと同じ名前の別会社ですので、日本の口座に関する窓口業務は行ってくれません。また、下記 A22 で説明しますがアメリカでのメインバンクとしてはお勧め出来ません。

2) トラベラーズチェック (TC)

円からドルへの換算レートは現金より TC が有利です。留学前に為替レートで円が強い場合、時期を逃さずに出来るだけ多く換金しておくことをお勧めします。私は渡米 1 ヶ月前には \$1=100 円だったのが、あっという間に 145 円に暴落して悲しい思いをしました。

アメリカの銀行口座は TC で開けます。TC は通常の買い物には面倒でほとんど使いませんので、現金の安全な輸送手段と割り切って全て \$100 券でいいと思います。(もし \$20 券を 200 枚持ってきたら、銀行ですべてにサインするのが大変です。)

4) 送金小切手

手数料が安いのがメリットです。額面に関わらず 3000 円程度。私は車の購入資金を送金小切手で持参しましたが、アメリカの銀行での確認作業に 10 日もかかり、その間預金が引き出せず困りました。

3) ワイヤートランスファー

アメリカに口座を開いた後、日本にいる家族に振り込んでもらうのも安くて安全です。4-5 日かかります。

5) 郵便貯金の ATM 引き出し

郵便貯金の口座からアメリカの ATM で直接ドルで現金を引き出せることができます。日本の給料が郵便局に振り込まれる方には便利です。

このサービスを利用するには日本での事前申し込みが必要で、その際トータル利用額を設定する必要があります。ただしこの利用額の方は逆に日本で引き出せなくなります。利用額の再設定は自由ですが、日本の郵便局でしか申請できません。通帳と印鑑が必要です。

Q7

運送屋さんはどこを使われました。カードはどこのを使われてますか。

A7

荷物は段ボール 4 箱程度でしたので、郵便局の SAL 便を使いました。到着まで 2-3 週間程度でした。家内の趣味で和食器を大量に送りましたが、3 割程度は割れていました。相当雑に扱われるようなので、梱包は充分気をつけて下さい。郵便局で買える強い段ボール箱で送る事をお勧めしますが、それでも破れている事があります。Fragile と書いとくと、丁寧に扱ってくれます。船便なら、到着まで 6 週間程度。これまでも牛肉製品(インスタントカレーやシチューのもと等)没収される事があります。2004 年夏から食品はすべて没収されるというという噂でしたが、まだ没収された事はありません。

私は後で知ったのですが、郵便の荷物は郵便局まで受け取りに行かなければならないことが多く、荷物を受け取ってくださった方に負担をかけていました。日通のペリカン便だとサンディエゴの営業所預かりにしてもらい、アパートが決まってから配達指定や自分で受け取りが可能です。

また仕事用の荷物を Scripps に送る場合、荷物が紛失しないように宛名は自分ではなく実在の人にして下さい。また、部屋番号(BCC-582 など)と研究室名(例えば c/o Prof. Janda など)を必ず明記して下さい。

カードは、VISA とマスターはほぼ間違いなく使えます。アメックスや JCB は小さな店でたまに使えないこともあるそうです。

4 渡米後の手続き

Q8

渡米後の各種手続きはどのような手順で行えばよいのでしょうか。

A8

通常教授に会ったらず1週間程度生活のセットアップに集中し、それから仕事を始めるように言われると思います。

各種手続きは書類を挟んでのやり取りであり、また担当者も目的を理解しているため、英語が苦手でも何とか進みます。どなたか Scripps の日本人に手伝いを頼んだらすんなり進みますが、自力でトライするの結構面白いと思います。

必要な手続き生活編、優先順位順

1. 地図購入
2. 銀行口座開設
3. ソーシャルセキュリティーナンバー (SSN) 申請
4. アパート探し、入居手続き
5. 電気、電話、ケーブル TV 手続き (入居日までに)
6. 車探し
7. 自動車免許筆記試験受験

まずは地図を買いましょう。Thomas Guide という地図が広く使われており、初めてサンディエゴで暮らす人は必需品です。Thomas Guide にはたくさん種類がありますので、San Diego 版であることをお間違えなく。どこのスーパー、本屋、量販店にも売っています。

銀行口座を開かないと、アパートを借りられません。口座開設は予約制ですが、空きがあればすぐに対応してくれます。所要時間 30 分くらい。銀行口座開設の書類には、ソーシャルセキュリティーナンバー (SSN) は applying (申請中)、住所はホテルに宿泊していることを告げ、仮住所として Scripps の研究室の住所を記入すれば大丈夫です。インターネットブランチ (インターネットで残高照会や口座の管理が出来ます) の申請もお忘れなく。

ポストドクは SSN が無いと給料をもらえません。そこで SSN 申請と銀行口座開設は、できるだけ早めに済ませたい事柄です。SSN は自動車実技試験の受験に必要なほか、銀行、アパート、スクリプスに届ける必要があります。申請後、番号取得に数日、カード取得に約 2 週間かかります。逆に、スクリプスから給料をもらわない方は、SSN 申請は多少後回しでもかまいません。

ソーシャルセキュリティーオフィス

<http://www.ssa.gov/>

ソーシャルセキュリティー番号申請用紙のダウンロード

<http://www.ssa.gov/online/ss-5.html>

通常、上記手続き 1-5 に 2-3 日はかかります。上記 1-4 をサンディエゴに到着した日に完了した人もいます。

電気の開設は、電気会社、San Diego Gas & Electronic の窓口で ID を見せに行く必要があります。普通のアパートは入居時に契約する前でも電気は使えますが、単身者用アパートの中には電気がとめられていて、1 週間ぐらいそうそくで暮らした人もいます。電話会社、SBC は日本語電話サービスがあり、開設手続きも電話でできます。その際、日本の YahooBB に相当する SBCYahoo も同時に申し込みます。ケーブル TV の会社や利用可能チャンネルはアパートによって異なります。

自動車免許の筆記試験は日本語で受験できます。DMV に行けば、英語の教習パンフレットをもらえます。日本人の間では日本語の過去問や資料も出回っています。交通法規に日本との違いもあるので、数時間は勉強が必要です。筆記試験に合格したら、仮免許取得です。カリフォルニアの法律では、住所を決めてから 7 日 (10 日?) 以内に筆記試験に合格する必要がありますが、守っている人はあまりいません。本免許のための実技試験は、自分の車かレンタカーで受験します。実技試験の合格率は ~5 割程度、教官次第、運次第。

カリフォルニア DMV

<http://www.dmv.org/ca-california/motor-vehicles.php>

必要な手続き Scripps 編 *は事前の予約が必要。秘書さんに頼むとよい。

1. * 研究室教授面会
2. * インターナショナルオフィス面会
3. ヒューマンリソース手続き (住所、ソーシャルセキュリティ番号などの届け)
4. ID、パーキングカード発行
5. * オリエンテーション (スクリプスの概要説明、安全教育、保険手続き)

研究室には、サンディエゴ到着後早めに顔を出される事をお勧めします。スクリプスの手続きは予約が必要な面会がいくつかありますが、時期によっては数日待たされることがあります。そこで、まず秘書さんに予約を取ってもらい、その間に生活のセットアップを行うほうが効率的です。また、同じ時期に複数のポストが来た場合、実験台や勉強机が早いもの勝ちになることもあります。

Scripps の教授は皆忙しく、出張の日程に重なるとしばらく会えない可能性もあります。日本人の感覚では気になるのですが、余り気にすることは無いと思います。まずは生活のセットアップを完了させ、仕事に集中できる環境を整える方が重要です。また、アメリカ国内の飛行機は遅れることが日常茶飯事ですので、教授とも面会予約はサンディエゴ到着の翌日以降にしたほうが無難です。

インターナショナルオフィスでは VISA 等の手続きをします。J-1 ビザでアメリカに入国したら、すぐ DS-2019 (昔は IAP-66 だった) の裏にサインをもらう必要があります。

ヒューマンリソースは人事部と思ってください。ここで、各種レジャー施設 (シーワールド、動物園、レンタカー等) の割引券ももらえます。

オリエンテーションでは、2 日間にわたり安全教育や保険の加入等が行なわれます。基本的にこれが終わるまで実験できません。英語が聞き取れなくても、何とか終わります。オリエンテーションは週に 1 度しか開かれません。自己紹介もあるので、用意をお忘れなく。ここで笑いを取れると自信がつきます。

オリエンテーションで技術移転や特許権の帰属に関する書類にもサインします。サインしないと Scripps では働けません。企業の方で書類の内容を吟味したい場合は、担当者に説明しいったん持ち帰ってじっくり読まれたらいいと思います。

Q9

教授と International Office との面会予約がとれました。これらの面会においてはやはりスーツで行ったほうがよろしいですか。あるいは、スーツでなくても良いとしてもやはり一着は持っていくべきでしょうか。みなさんの出勤そして研究の時の服装はどのようなものですか。

A9

スーツは一着はあったほうがいいかもしれませんが、面会にスーツで行く必要はないと思います。Tシャツでかまいません。ポスドクが Scripps でネクタイを締める機会は、スクリプスのクリスマスパーティーと就職面接だけです。クリスマスパーティーはほとんどの人がいい格好をしますが、これらもカジュアルで通す人もいます。学会も普段着で OK です。カリフォルニアで背広を着て歩くと、非常に目立ちます。

仕事の時は完全空調なので、1 年中 T シャツかスウェットとジーンズに支給される実験着を着て実験をしています。メガネと手袋着用は徹底しています。夏は冷房が効きすぎなので、薄手の上着が必需品です。服装は短パンとサンダルが危険防止のため禁止ですが、他は何でもありです。

Q10

visa のことですが、アメリカの領事館で発行してもらったものは 1 年 (31AUG00) ですが旅行の本などを見ると入国審査の際に審査官が決めた日にちが絶対であるということが書かれていました。その場合例えばパスポートは 1 年の visa が貼ってあるのですが 2 年滞在したいと宣言すればその場で延長してもらえるのですか。

A10

おそらく無理だと思います。ビザは Scripps が申請した期間に基づき、国家安全保障局の審査を経てアメリカ領事館が発行しています。入国審査官に延長の権限はありません。

J1 ビザで入国するポスドクの場合、VISA よりも DS-2019 (かつての IAP-66) の期限の方が重要です。例えば J1 ビザの期限が来ても、Scripps のボスが留学延長を認めたら DS-2019 を延長して貰うことができます。この場合不法滞在にはなりません。ただしこの場合いったん国外に出してしまうとそこまで、アメリカに再入国するためには日本に帰国し、領事館で VISA を取り直す必要があります。

ある企業の方などは、1 年の留学でもあらかじめビザを 2 年分もらって来た方もいます。この方法だと、留学期間に多少の融通が利いて便利です。最初に Scripps のボスに打診すると良いです。参考までに。

5 住居について

Q11

アパート探しはどのようにすればいいのですか。

A11

サンディエゴに着いてからレンタカーで探しました。

私は Scripps から車で 10 分程のところの UTC 地区に住んでいます。Scripps の日本人は 9 割方この地区に住んでいます。ちなみに Scripps まで自転車ですら 30 分、路線バスで 60 分、歩くと 90-120 分。UTC (University town centre) というのはデパートや専門店からなる大きなショッピングモールで、その周辺に比較的きれいなアパートコンプレックスが多くあります。

ご家族でいらっしゃる方は、何よりアメリカの治安を懸念されている事と思いますが、ご心配なく。UTC 地区はアメリカでは例外的に安全な街だと言われています。何しろ、女性が夜中に一人でジョギングしています。大学、研究所や企業より構成されるサンディエゴバイオクラスターに隣接しており、高学歴高収入の人が多く住む街です。日本のつくば市に似ているかも知れません。公共交通機関がバスしかないため、他の都会のようにホームレスが流れてくることもありません。ただ、バイオテクの隆盛に伴ってアパートの家賃は急上昇しており、この点で苦労されるかも知れません。

UTC 地区のアパートのほとんどは、所帯数数百から数千という大きな規模のものです。その多くは地上 4 階建てと地下駐車場という造りです。レンタルオフィスを訪ねると、モデルルームや施設を案内してくれます。アパートごとに個性があって結構楽しめます。部屋の面積は日本の 2 倍程度。小さなアパートでも必ずプールがありますし、アスレチックジムやテニスコートが備わっている所もあります。大きなアパートには夜間もガードマンが常駐し、トラブルに対応してくれます。

上記のアパート検索サイトで相場をつかんでおくとういと思います。ただ、Web に掲載されている家賃は各アパートの最も安い部屋です。実際の平均価格帯は 1 割増し程度でしょうか。家賃の目安は、1 ベッドルームで \$1000 から \$1600、2 ベッドルームで \$1600 から \$2000 です。契約期間によって値段は変わりますし、空き部屋が多い時期には割引がある事もあります。UTC 地区にはこれより安いアパートはまず見つかりません。

洗濯機と乾燥機が室内にあるか、又は共同のコインランドリーかで家賃が分かれます。また、古いアパートは冷房がついていませんが、夏の暑さは日本よりはるかにしのぎやすいので扇風機でもなんとかなります。1 ベッドルームには家族 3 人まで住めます。4 人以上だと条例で 2 ベッドルームに住まなくてはなりません。(入居してしまえば、ばれることはありませんが。)

他の地区 (Cleamont、Pacific Beach) だともっと安い (\$700 から \$800) アパートを探すことも可能です。治安はまあ大丈夫なようです。日本人以外では、ルームメイトと大きな家やアパートをシェアする事も一般的に行われています (\$500 程度)。

アパートによっては入居者の最低収入の基準があり、給与証明を要求されることもあります。給与証明は、J1 ビザの付随書類 (給与額が記されてある書類) で代用できます。

日本からアパートの予約を希望されるお気持ちもわかりますが、実際は非常に困難です。アパートのレンタルオフィスには毎日数多くの方が尋ねてくるため、外国人がメールや FAX で何か言ってくるてもなかなか返事をくれませんし、目の前にお金がないと何も対応してくれません。基本的に、日本からアパートの入居予約をするためには 1) アメリカに住む連帯保証人が、2) デポジットと最初の月の費用を持って 3) レンタルオフィスに何度も出向く 必要があります。

また、アパートの間取りも日本のように画一的ではありませんし、立地によって同じ1Fでも2Fのような部屋や地下室のような部屋もあります。安全に対する感覚は皆さん異なりますし、少なくとも1年間住まれるわけですから、ご自分の目で確かめられることをお勧めします。

日本からアパートの予約する方法の例外として、うまく相手が見つければ日本へ帰国予定者の家具を含めて部屋を引き継ぐ方法があります。アパート側との交渉次第。

私はこれまで自分を含めて10回以上アパート探しをしましたが、いずれも半日程度で決めることができました。アパートの部屋はたくさんありますので、心配はいりません。ご本人のこだわり(立地、日当たり、価格など)と決断次第です。

日本語が通じる不動産屋も何件もありアパートの紹介もしてくれますが、結託したアパートに連れて行ってもらっただけで一月分の家賃に相当する紹介料(\$1800-2000)を取られます。ポスドクなら、誰でもそのくらいの案内はできますよ。

日本人がよく住んでいる、大きな規模のアパートの例 この他にもアパートはたくさんあります。

独身ポスドクが多く住むアパート

La Jolla View, La Jolla Terrace, Whispering Pines, Novel Court, La Cima,

大学よりの出張者が多く住むアパート

Novel Court, Costa Verde Village, Villas of Renaissance,

企業の方が多く住むアパート

Regents Court, Villas of Renaissance, Valencia,

値段が高すぎて、どんな人が住んでいるのか想像がつかないアパート

Regents Park, Costa Verde Towers,

最近 UTC 地区のアパートが、次々と分譲 (Condominium) に変わっています。数年先という場合が多いようですが、入居時にご確認ください。

6 日常生活について

Q12

少し生活についてお訪ねしたいのですが、1ヶ月男性1人ですとどのくらいの費用で生活できますか。アメリカでの食べ物の値段や日用品の値段等がはっきりとわかりません。

A12

ポスドクの給料は決して高くありませんので、給料の半分は家賃にもって行かれます。ですが、ぜいたくしなければ、男性1人充分暮らせると思います。奥さんと二人でも大丈夫だと思いますが、お子さんがおられると多少足が出るかもしれません。

私の感覚では、アパートと中古車は高く、日用品は安いという印象です。食費は、普通の昼食で\$3-5程度、肉や野菜等の食材は日本よりかなり安く手に入ります。衣料は日本の半額程度。アウトレットも多数あります。

ミツワ(かつてのヤオハン)で日本の食品を買うと日本の定価の1.5-2倍程度と高くなりますので、いかにアメリカのスーパーの食材で用立てるかがポイントです。

Q13

食べ物のことについて、ご飯を炊くことができるのですか。炊飯器みたいなものが簡単に手に入るなら良いのですが。洗濯については各家庭で洗濯機を手に入れるのでしょうか、それともコインランドリーのような所で済みますのですか。

A13

うちは炊飯器を\$90で買いました。日系スーパー、ミツワで手に入ります。米はミツワであきたこまちやコシヒカリ等が、日本よりはるかに安く手に入ります。いわゆるカリフォルニア米ではなく、米国産の日本米です。日系スーパーが更に充実してきたので、日本食の惣菜だけ食べて暮らすことも出来ます。

日系やアジア系スーパーに行けば魚も手に入ります。鮮度はそれなり。LAから鮮魚を売りにくる業者もあります。

洗濯機と乾燥機は部屋に据え付けの場合と、アパート内にコインランドリーがある場合があります。レンタルもあります。家賃次第です。

Q14

あとは水のことですが、飲料水はどうされていますか。水道の水は全く飲めないのか、飲めるけど健康上飲まないほうがいいのか、味がまずいだけで問題は無いのか、何も考えず飲んでも平気なのかが知りたいです。自分は昔から大変な水飲みなのでこれはとても心配です。

A14

水道の水はカルシウム等の含量が多く、ずっと飲んでしていると結石になる可能性があるという話です。我が家は噂を信じて飲んでいません。飲料水は10L \$2程度で買っています。料理は浄水フィルターを通した水道水をつかっています。研究室内には飲み放題のミネラルウォーターのタンクがあるので、大変な水飲みのひとでも大丈夫です。

Q15

車に関してですが、サンディエゴ、ラホヤでは車は必需品と伺っています。故障の少ないのはやはり日本車であるとのことですが、そちらではどのくらいの価格で中古車を買うのでしょうか。

A15

バス通勤や自転車通勤も可能で、実際そうされている方もいますが、車はあった方がいいものです。おっしゃるとおり、日本車特に TOYOTA と HONDA は人気があり中古車価格も高めです。NISSAN、MITSUBISHI、MAZDA なら少し安くなります。新しい車では日本車もアメ車も変わりはありませんが、年式が経った場合、日本車の方が故障は少なく、売るのも楽だと言われています。

また一般にアメリカでは車を修理しながら長く乗るためか、中古車価格が下がらない傾向にあります。ちなみに、ほとんどハイウェイを走るのので、走行距離 10 万マイル(16 万キロ)の中古車はざらです。友人は 20 万マイル(32 万キロ)の車に乗っていました。

留学期間が限られている方は、是非売買の差額を考慮してください。もしも予算に余裕があるなら、新車で買って帰国時に売るのが結果的に安くつくかもしれません。売買の差額は、1 年乗って \$0-4 千といふところです。上手くやれば、買ったときの値段で売れます。逆に、\$5 千以下の中古車は故障しなければラッキー、修理代に多額の費用を費やす場合もあります。

一般に中古車の売買はケリーブルーブックという本に掲載されている値段を基準に売買されますので、極端に損や得な買い物はありません。ディーラーでの売り買いと個人売買の価格が記載されています。オンラインで価格の検索ができます。

ケリーブルーブック <http://www.kbb.com/>

一般に、カーリースは最低 2 年契約ですが、下記バイサイドオートは短期契約もあるそうです。

1) 地元ディーラーで探す場合

新車でも中古車でも販売店においてある車の中から探す事になるため、日本のように色や細かいオプションの注文は出来ません。一般に日本車の中古車をディーラーで探す場合、\$1 万以上の車を見つけるのは容易ですが、\$7 千以下の車はなかなか見つかりません。フォード エスコート等なら見つけやすいかもしれません。ディーラーで中古車を買うメリットはヒストリー(事故歴の有無、オーナーの数)が確認できることと、法定基準の整備をクリアしていることです。

アメリカの中古車ディーラーで車を買う場合、高めに表示してある価格を値引き交渉して買うのが一般的です。一般的にブルーブックの価格より少し安くなると思います。また、大手チェーンで値段交渉なしのワンプライス制を売りにしている店もあります。予算さえあれば車を探すのは難しいことではないと思います。契約したらその日に乗って帰れます。我が家は、TOYOTA のディーラー Rose TOYOTA を利用しました。カローラワゴンの 5 年落ち、8 万マイルで約 8 千ドルでした(表示価格は 9 千ドル)。税、手数料が車の値段の 1 割くらい加算されます。上記リンク集の中古車の覧を参考にしてください。

ワンプライス制のモッシーグループ

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

トヨタの中古車、カーニーメサ トヨタ。日本人の営業もいるはず。

新車ディーラー、整備工場も併設された大規模な店です。

<http://www.kearnymesatoyota.com/location/san-diego-toyota/index.jsp>

2) 日系の店で探す場合

多少高く払っても簡単に済ませたい人向けには、日本人経営のベイサイドオートがあります。やりとりが日本語でできるため細かいこと、例えば会社の経費や領収書に関することなどを話せます。地元業者と比べ多少割高ですが、買った車は帰国時に買い取ってくれるので楽です。他店と比べると融通が利く分割高なようですが、リースもあります(\$7000/年)。ただ、整備技術と故障時の対応に関して評判が良くないので、古い車はお勧めできません。

ベイサイドオート

<http://www.baysideauto.net/>

この他に、日本語が通じるブローカー業者や中古車業者が何軒かあります。

3) 個人売買

個人売買なら\$5千以下の車を手に入れることも可能です。Scripps のメーリングリストで情報を得られます。ヤオハンの掲示板にも張り出されます。多くのポストは、この方法で手に入れたかなり古い車に乗っています。しかし、安く買っても結局修理代で高くつくこともありますのでご注意ください。名義変更等の手続きは簡単だそうです。

個人売買の際は、第三者である修理工場で車両を検査して適正価格であるか判定してもらう事をお勧めします。

PepBoys 日本で言うオートバックスの様な店です。DMV の隣。個人売買用インスペクション、\$49。

<http://www.pepboys.com>

Q16

このメールのやり取りは日本語ですが、コンピュータについてはどうなされたのですか。今自分はデスクトップ型しか持っていません。アメリカでコンピュータを買って日本語のシステムをインストールすることは簡単なことですか。それともシステムに関しては日本で購入しておかないとダメなのでしょうか。

A16

殆ど全員ノート型を持ってきているようです。モデムは日本製がそのまま使えます。アメリカで手に入れたアプリケーションは、意外と日本語版コンピューターで使えないことがあります。リカバリーディスクとバックアップ対策はお忘れなく。特にファイル名に日本語を使われている方は要注意です。

私はこれまでにアメリカで iMac(OS 9)と WinXP マシン(Dell、SONY、TOSHIBA)を買いました。また、CANON と EPSON のカラープリンターを買いました。いずれもソフトを買い足すことなく簡単に日本語環境(入力、表示、印刷)が使えました。

今では Mac か PC(Windows のこと)かの違いは余り重要ではありませんが、Word は必需品です。Power Point が必要な研究室も多いです。EndNote は化学系ではあまり使われていませんが、一度使うと手放せませんし、スクリプスのオンライン検索環境をフルに活用できます。ChemDraw は 2004 年より Scripps がメーカーと契約したおかげで最新版フルセットを無料でダウンロードできます。ただしシリアルの有効期限は 1 年ごとに更新する必要があります。

Scripps のインターネットに繋ぐ際、ソフトウェアのシリアルナンバーのチェックが厳しいので、気を付けてください。パソコンのインターネット接続を申請すると、シリアルナンバーを監視するソフトを入られますので、Scripps の研究室所有ソフトの違法コピーは出来ません。日本の研究室のコピーソフトは今のところ引っかかっていない様です。

私はソフトウェアはすべてオリジナルを購入し、合法的にインストールできる台数を確認して使っています。アカデミックディスカウントを使うと Office は\$120 以下で手に入ります。

パソコンが故障した場合、Mac、Sony、Toshiba、Fujitsu はアメリカで修理してくれますが、NEC は流通しておらず、日系の店に持ち込む必要があります。アメリカには MO は存在しないと言っても過言ではありません。メディアは Zip、フロッピー、CDR です。

Q18

Scripps 研究室からのインターネット環境

A18

自分の勉強机にあるイーサネットのジャックを利用でき、IP アドレスを申請して接続します。ジャックが無い場合でも、申請すればすぐつけてもらえます。無線 LAN を使える研究室もあります。Scripps に Research Computing という部署があり、困ったときは助けてくれます。日本語を話す人はいませんが、日本語 PC の設定も行なってくれます。メニューの位置やショートカットでわかるとのこと。

私の経験では、日本語 WIN98 のマシンはイーサネット接続に苦労しましたが、WIN XP、LINUX、MAC は自分で簡単に接続出来ました。以下の仕事に使っています。

1. Scripps アカウントのメールの送受信
2. Scripps の図書館にアクセスし殆どのジャーナルの pdf をダウンロードすること
3. Scifinder、ISI CITATION INDEX や Current Contents 等、検索システムへアクセスすること
4. NMR の予約や稼働状況のチェック
5. NMR のデータ処理と打ち出し
6. MS の依頼、結果 pdf の受け取り
7. Scripps の HP のより詳しい閲覧、サービスの利用
8. 研究室のレーザープリンタの利用
9. LINUX より Scripps UNIX ネットワークに接続、グラフィクスや計算に

Q17

自宅からのインターネット環境

A17

私は電話会社 SBC の DSL、YahooSBC（日本でいう yahooBB などの ADSL と同等）を使っています。月\$27 程度。ネットサーフィンの速さは充分です。インターネットと同時に電話が使える、ルーターを使えば家庭内で複数のコンピュータでインターネット接続出来ます。

YahooSBC www.yahoosbc.com

注意

YahooSBC から送られてくるインストーラーCD を使うと、日本語 WinXP と Win98 は立ち上がらなくなるそうです。多分 WinXP なら、何もインストールしなくてもネットワークを認識してくれるはずですが。

他に、もっと早いケーブルテレビのブロードバンドもあります。

ロードランナー <http://www.rr.com/>

多少マニアな話ですが、、、

シスコのバーチャルプライベートネットワーク (VPN) を使うと、外部ブロードバンドプロバイダーから Scripps のネットワークに接続できます。学内での接続と同様に上記のことが自宅から可能になり、自宅で仕事をする場合非常に便利です。例えば、自宅で SciFinder を検索し図書館から pdf をダウンロードしながら論文を書くことなど。

VPN は Scripps の Research Computing で申請すると、アプリケーションももらえます。ただ、VPN アプリケーションは日本で購入した WinXP には対応していません。MacOSX 10.3 以降にも対応していますが、日本語版は未確認。

Scripps のホストに電話回線で接続する方法もあります。スピードは遅いですが上記の事が行えます。これなら日本で買ったパソコン (Win Mac) でも接続可能です。Scripps の Research Computing で ppp アカウントを申請すると、パスワードと電話番号をもらえます。

日本のプロバイダーではアサヒネット、AOL の接続ポイントがあり、日本のアカウントがそのまま使えます。ソネットもありますが、使い勝手が悪かったと聞いています。

Q19

家内の生活は？

A19

J2 ビザ保持者は、申請すれば労働許可を受けることができます。もし実験経験があり希望すれば、ラボテクニシャンやボランティアの仕事を紹介してもらえるかも知れません。希望すればポスドクと同等に実験もできるようです。

無料の英会話学校がいくつかあり、多くの方が通われています。他に各種習い事の教室も数多くあります。UCSD にはウエンズデイカフェという研究者の奥様の集まりがあり、Scripps の奥様も結構参加されているようです。この付近には日本人は大勢住んでおり、希望すれば知り合う機会も多くあります。

UTC 地区の中心部にドイル公園という大きな公園があります。子供向け遊具 (砂場、滑り台、ブランコなど) や広大な芝生、バーベキューサイト、公民館、幼稚園、小学校が併設されており、お子様づれの奥様達が集まります。

Q20

手紙によると到着後すぐに Scripps の事務所にこいとのことですが。

A20

International Office にすぐ来いというのは、International Office のヘッドと合った日が、Scripps に雇用された日になるからです。この日から給料の支給と保険の適用が始まります。また、DS-2019 の裏にサインをもらわない限り、アメリカを一度出たとき再入国ができません。

International Office の面会には予約が必要です。私はまず研究室のボスに挨拶に行き、秘書に予約を取ってもらって翌日 International Office に行きました。

Q21

車は1台で、通勤用と生活用の兼用を考えています。2人とも免許を取り、朝の通勤と夕食に帰るときは妻に送り迎えしてもらおうかと思っていますが。

A21

もちろん2台あると便利ですが、奥様が働かれない前提なら1台で充分だと思います。上に書かれたような使い方をされる人は多いですし、1台でお子さんと御主人の送り迎えをされている方もいます。

Q22

銀行口座開設には、social security number と住所が必要なのでしょうか？

A22

口座開設の手続きには、いずれも必要ありません。ただ、正式に決まってから銀行に知らせる必要があります。銀行口座開設の書類には、social security number は applying (まだ申請していなくてもとりあえず申請中と書く)、住所はホテルに宿泊していることを告げ、仮住所として Scripps の研究室の住所を記入すれば大丈夫です。仮住所に ATM カードや書類が送付されますので、決してホテルの住所は書かないでください。

銀行口座はすぐに必要になると思いますので、到着された日か、翌日(土曜日でも開いています)に開設されることをお勧めします。ほとんどの方は Bank of America か Credit Union を利用しています。いずれもキャッシュカードにデビット機能があり買い物ができます。小切手の換金等、ちよくちよく銀行に行く機会がありますが、それがご主人の仕事なら Credit Union が便利だと思います。

Bank of America--<http://www.bankofamerica.com/> 大手銀行、ATMが多い。

Credit Union --www.sdccu.com 信用金庫のようなものか？機能は全く銀行と変わらない。定期預金の金利は銀行より高く、地元金融機関で最高水準。Scrippsの敷地内に支店があるのがよい点。

電気水道等の各種請求書は遅れて届くため、日本に帰国後もしばらくは口座が必要です。上記2行は、日本に帰国後に郵便か電話で口座を閉じて送金してもらうことができます。ところがアメリカの CITI バンクは、アメリカ国内に住所がないと口座を閉じる事ができません。その理由で、アメリカの CITI バンクはメインバンクとしてお勧めできません。

Q23

出発前にやっておく事

A23

1) ホテルの予約

ポスドクの場合は、秘書さんに頼めばホテルを予約してくれます。運が良ければ(ボスによっては)数泊分の宿泊費を出してくれます。

ご自分で予約される場合、保証としてクレジットカード番号が必要です。私は Residence Inn というホテルに5晩泊まりました。UTC 地区にあり、キッチンや食器が整っていて自炊できる点がお勧めです。ホームページで部屋と値段を確認できます。

以下は家族向けのよく利用されるホテルです。値段は\$100-180/day、夏は高くなります。いずれも Scripps まで歩いてはいけませんが、必要ならシャトルバスで送ってくれます。

Embassy Suites La Jolla <http://www.embassysuites.com>
Residence Inn by Marriott La Jolla <http://www.residenceinn.com>

単身者用最も安いホテル \$70~ Scripps と次げると割引あり。
Delmar Inn <http://www.delmarinn.com/>

ホテル予約サイト 直接ホテルに申し込むより安いこともあります <http://www.hotels.com/>

2) レンタカーの予約

Hertz の La Jolla 営業所 (Marriott ホテル内) か AVIS の Embassy Suites La Jolla (これもホテル) 営業所が便利です。値段が安いのは AVIS です。Hertz は日本国内の予約ダイヤルで申し込むと車種のアップグレードなどの特典があると思います。まずは到着翌日から1週間予約されるといいと思います。予約していないと、値段の高い車しか残っていないこともあります。

4日以上は1週間まで同一料金です。6歳以下のお子さんは、チャイルドシートが義務づけられていますので、その予約もお忘れなく。また、マニュアルミッション車もあるので注意してください。

3) 秘書さんに連絡

スクリプスのほうでも準備がありますので、飛行機チケットが取れ次第、秘書さんにサンディエゴ到着日を連絡してください。また、渡米2週間前までには、最初のスクリプス訪問の日時を知らせてください。

4) 生活セットアップを手伝いして下さる方との打ち合わせ

生活セットアップの観点からは、San Diego に日曜か月曜に到着されると、1週間フルに動けて無駄が少ないです。体力的には大変ですが。

独身または奥様とお二人でしたら、SD 空港に迎えに来てくれるよう頼むといいと思います。お子様と一緒にいる場合、「チャイルドシートがない場合、乗せないのが親切」ですので、タクシーを利用していたかなければなりません。空港から UTC 地区まで\$30程度、乗り合いタクシーだと\$15程度です。

Q25

家具について

私の大学の先生は、「1ベッドルームを家具なしで借り、机とイスを一組だけ手に入れて、あとは不便だと思うときにそれをガレージセールなどで買えば大変安くすむ。家具付きは一人だと持て余してしまうしかなり高くつくから、家具なしの方がいいのでは」と言われます。実際のところはいかがなものでしょうか？

A25

先生のおっしゃるとおり、一人暮らしの方はガレージセール(ムービングセール)をお勧めします。

この辺のアパートはほとんどが家具無し、カーペット敷きです。(冷蔵庫、食器洗い機、オーブン、ウオークインクローゼットはついていますが) スクリプス内にガレージセールのメーリングリストもあり、一日10通近く情報が入りますので、安い家具を見つけることはそう難しくないと思います。家具レンタルの2ヶ月分程度の値段で一通りそろいます。家具のアウトレットの店もあります。

日本人のメーリングリストでは、時期により「車と家具一式をまとめて売ってください/買いませんか?」という情報が流れます。

手間がかからないのは家具のレンタル業者です。家具一式で、月\$150-\$600程度。配達とピックアップをしてくれます。アパートの契約時に同時に申し込みます。家具代を出してもらえない企業の方で、アパートのレンタル業者に頼んで、家賃に家具レンタル代を含めてもらった人もいました。(でも最近、外務省の人がこれで内部告発されましたよね)

家具レンタル UTC 地区のアパートの多くと契約している業者です。アウトレットも併設。

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

安くてセンスのいい家具屋は(私の主観ですが) モデルハウスがあり、1日楽しめます。

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

Q26

気候は?

A26

思ったより寒いというのが皆さんおっしゃる意見です。夏は日差しは強いのですが、からっとしており涼しい風が吹いています。北海道の夏より過ごしやすいと言われています。日陰では肌寒いときもあります。

冬は日本よりは暖かいのですが、寒い日はダウンジャケットを着ています。

Q27

幼稚園、小学校は?

A27

留学される方の多くは小さなお子さん連れです。言っていれば、年の近いお子さんをお持ちの方をご紹介できるかもしれません。また、アメリカで出産された方も結構います。

アメリカの予防接種の種類は、日本と異なります。すべての予防接種を受けないと保育所等に入れませんので、出来るだけ日本で済ませておくほうが良いと思います。

Scripps に保育所が併設されていますが、ウェイティングリストに載せてからの順番待ちは1年以上待ちのこともあります。他の保育園でも結構待ちがあります。

お子さんの習い事も盛んで、格安でバレエ、タップダンス、アイススケート、などの教室があります。

UTC 内にある保育園、Childtime Learning Center は 18 ヶ月からで、フルタイムの場合、\$200/Week 以下。パートタイムもあり。

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

UTC 地区の幼稚園、学校情報 (英語)

<http://www.salk.edu/career/guide/school.html>

*****Scripps 留学 FAQ Ver 2002 Nov 高谷さんによる補足*****

さてさて留学情報ですが

1) 保険 JAL ファミリークラブに入るとき保険料について色々検討したのですが、色々検討した結果 A I U にしました。今妻と理由を思い出しているところなのですが、保険料は安いけど何か不都合があったと記憶しています。あと A I U なら車の保険でアンブレラ保険がかかるのでこちらで大きな保険に入るのに結局安く済みました。

ちなみに A I U も JAL ファミリークラブもめがねと歯はカバーしていません。それに入ると保険料が 40 万円くらいアップしたと記憶しています。日本に帰るほうが安い (笑)。保険無しでこちらでめがねを作ると、検査費が 95 ドルかかります。めがねは 200 ドルから 300 ドルというところです。

A I U の場合、evacuation (日本への緊急送還) がつけれます。一応はいりました。あと A I U はこちらの日本語のできるスタッフがこちらの病院と 3 社電話で交渉してくれるので、かかり付け医を決めるときに楽でした。子供をつれてこられる方はお勧めかもしれません。

ちなみに Scripps では全米でも有数の保険料の高いハイソな病院だそうで (先だってのお医者さんの話)、保険がしっかりしていないと見てくれませんし、自分で電話しても受け付けてくれませんでした。結局エージェントに電話してもらいそれでも病院は信用せず、病院から日本の本社へ A I U の現地駐在に電話するというステップを踏んだ覚えがあります。えらい大変でした。だから Scripps にかかるならエージェントが親切でしっかりしたところが良いと思います。

3) 自動車保険

最初こちらの保険会社に入ったのですが (Kerney Mesa TOYOTA の契約店)、一ヶ月以内に免許をとっていないことを理由に 1 ヶ月で向こうから契約を打ち切られました。結局大田保険で入りました。ここは日本での免許暦を加算してくれるので

保険がかなり安くなります。こちらの保険会社は最近短期間で免許を取ることを要求するところが増えているということでした。

4) 渡米の準備

私は本と実験道具を20キログラム×9箱送ったのですが、一部に入っていた実験道具が日本製の手作り（ハンドメイド）であるという理由から関税をかけられ1000ドル払わされました。今法律に従って返還請求のprotestをしたところです。いくら返ってくるかはわかりません。

5) こちらはDVDが安いので（日本の半額から10%）買わなきゃ損だと思います。デッキはこちらで買っても70ドルくらいですし日本に持って帰れば、帰国してからもずーっと海外のDVDが楽しめます。どうしても一台で済ませたい人には日本からマルチリージョンコードのDVDを買ってこられることをお勧めします。販売は以下のサイトでしています。私は一台持ってきました（笑）。

楽天海外家電クラブ

<http://www.rakuten.co.jp/sacom/>

6) 万能ナイフはスーツケースに入れないと手回り品で持っていくと絶対に没収されて、却って来ません。義父はそれではさみとナイフとを取られたままです。テロがあるのでしばらく注意かと思います。

うちの嫁さんは炊飯器（旅行用）とレジャーシートが役に立ったと言っています。あとグラム表示のはかりだそうです。（横でちゃぶちゃぶうるさい）あと日本製の輪ゴム、こっちは輪ゴムが結構ない。日本サイズのビニール袋もだそうです。私はパソコンだけで十分でしたが（笑）

7)

2) 持ってくれば良かったもの（いずれもほとんど売ってないか、驚くほど高い）

- 洗面器も意外と無いような気がします。
- 日本への書類やグラントが全てA4でこちらに無いのでこまりました。結局日本から送ってもらいましたが間に合わずインターネットで3時間検索してフロリダから通販で買いました。
- スタンド式の折りたたみ物干し、子供の洋服を日光に当てて乾かしたいときに便利？
- ハロウィンの仮装

8) 持ってこないほうがよかったもの

魚のうろこ取り（金属製のかいやつ）、、、
アホですなうちの嫁さん

9) A T Mの引き出し限界は最近結構低いようです。
場所によってかなり違うのですが、4 0 0ドルから6 0 0ドル
くらいです。引き出し手数料も場所によって違います。
高いところだと1. 9 5ドル 低いところ1ドルだそうです。
(よめさんの話)

確認してください。ただ、Scripps の近くに支店はありません。

C I T I バンクからの引き出しは大抵のA T Mで出来ますので
今のところ問題はありません。ドルカード(ドル建て口座専用の
アメリカのみで使えるC I T I バンクのV I S A)を作られる
ことを強くお勧めします。インターネットバンキングで為替を
見て日本の給料を操作すれば結構得するときがありますし(笑)。
円カードの様なタイムラグによる損や手数料がかかりません。
(ただしC I T I バンクで円をドルに買えるときに1ドルあたり
1円取られます)

ドルカードはこちらについてから、アメリカの住所確認を
行う作業が必要です。忘れると口座やカードが使えなくなるので
気をつけないとえらいことになります。なりかけました(笑)。

1 0) 梱包

新聞紙で丁寧にくるみ隙間もくちやくちやにした新聞でぎっちり
うめたら、まったく割れませんでした。割れていたのは検査で
開けられた分だけだったと記憶しています。隙間を完全になくして
中でもものが動かないことと、ダンボールの真ん中の面に局所的に
力がかかったときに中のものが割れないようにクッションを厚く
しておけば、大抵のものは大丈夫です。

和食器好きなんですよね奥様。実は我々も大好きです。
今度お話聞かせてください。

1 1)

をしています。服装は短パンとサンダルが危険防止のため禁止ですが、他は何
でも
あります。

ちょんまげもアリです。

1 2) O S XとW i n X Pはマルチリンガルなのでこちらで
買っても大丈夫です。ワープロと必要なソフトだけ持って行き
こちらでD E L Lなどの安いP Cを買うのが一番良いかと
思います。私はD E L Lのノート、I B Mのノート、
P o w e r B o o k G 3 の3台を持ってきて大いに後悔して
います(笑)。

1 3)

自宅からのインターネット環境

私は最初アサヒネットに加入してきましたが、こちらのポイントのサーバーの容量が小さいようでしばしば止まったり落ちたりして、また夜はかなりつながりにくくなり相当イライラしました。仕事に差し支えるので今は結局ケーブルですが、ホームデポやCompUS等でAOLのフリープログラムをもらうのが一番かと思います。ただしAOLの場合メールのタイトルに半角英語しか使えないという欠点があります。日本語はしばらく対応しないそうです。（AOLに問い合わせました）

以上です、あほな話ばかりであまりお役に立てなかったかもしれません。

*****Scripps 留学 FAQ Ver 2002 Nov 高谷さんによる補足*****