

先輩方の留学ガイドでわからなかったこと、今年から変更になったことなどを踏まえて作り直したので、海外や留学に慣れている人もそうでない人も、参考になれば幸いです！

事前の準備編

・Hilmaさんから書類の提出を求められます。

- ①Enrollment Form →記入してメール
- ②Emergency Form →記入してメール
- ③パスポートのスキャン →メール
- ④パスポートの写真 →郵送

とりあえずわかるところを記入して送ります。

・寮を決めます。

まずは <http://www.sshxl.nl/en> に登録しなければなりません(今年から変更！)ので、

- ①身分証明(パスポートのスキャン + Hilmaさんから送られてくる invitation letter)
- ②収入証明(私で言うと2014年一年間の収入および、2015年1月のもの)

が必要です。収入証明については日本の役所では前年度の課税証明しかもらえない、しかも日本語、なので受け取ってもらえませんでした。私は家庭教師しかバイトをしておらず、公的には収入がないことになっていたのも、自作の収入申告書にサインしてスキャンしてアップロードすると、何故かすんなり通りました。(このガイドの最後に載せてあります)

期間は、ultra short stay にするよう Hilmaさんから指示がありました。

寮は、私の時は Winschoterdiep という寮の一択で、値段は部屋の大きさによって月€401～€431 でした。長期滞在者が家具を買って入れられるほど広いので、私たちは安い方で十分です。私のときはさらに契約料として 200 ユーロほどかかりました。また、契約時には寝具と調理器具をつけるかを合わせて登録します。寝具(枕と布団、シーツ)は€59、調理器具(フライパン、鍋、コップや皿、カトラリー、まな板と包丁など)は€49 でしたが、調理器具については ultra short stay のため無料で付いてくると入寮してから知らされました。いずれにせよ、システムが変わっていないか、早めに要確認です。

・感染症関連について

①INFORMATION SHEET GUEST ENTRANCE EXAMINATION

②QUESTIONNAIRE FOR INFECTIOUS DISEASE

③DATA OVERVIEW HEPATITIS B

④自作 B 型肝炎証明書(CERTIFICATE OF PREVIOUS IMMUNIZATION)

⑤自作結核証明書(Certificate of Chest Xray and TB-free)

⑥自作 MRSA 証明書(Certificate of MRSAfree)

を提出する必要があります。(先輩の方々から受け継いだものや自作のものはこのガイドの最後に載せてあります)

基本的には保健センターで全てなんとかなるので、他医療施設に行く必要はありません。ただし保健センターでは証明書を発行してくれないので、自作して、内科医にサインをしてもらう必要があります。内科医のいる日でないとダメなので、診療日をチェックしてから行きます。

B 型肝炎

クリニックが始まる前に3回ワクチンを接種し、接種前と後の抗体価を測ったはずですので、保健センターに行けば日付や抗体価を教えてもらえます。それを記入して保健センターの内科医にサインしてもらいましょう。抗体価がちゃんとついていないと再ワクチンということもあるらしいので早めに行くと思います。

結核

半年以内に結核検査、レントゲンをとった人でなければレントゲンの再検査が必要です。保健センターでレントゲン(5000 円)をとります。ほかの施設でとると、保健センターではサインがもらえないらしいです。もっと安くて、証明書にサインももらえるなら、ほかの施設でとってもいいかもしれません。

MRSA

クリニックで感染したかもしれないことになっているので検査が必要です。実習が始まる前 3 週間前以内にとらなければならないので、注意！！また、結果が出るまで 1 週間ほどかかりますので、年末年始の保健センターの内科診療日をチェックし、一応保健センターに確認しに行ったほうがいいと思います。鼻・喉の2か所について検査してもらいます。保健センターでは各 2000 円、計 4000 円かかります。また、スワブの準備が必要らしいので、検査してもらう前にスワブを取り寄せてもらう必要があるか確認したほうがいいかもしれません。

日本で直前に陰性証明をしてメールで送っても、現地でもう一度検査させられ、さらには結果が出るまで実習はできません。特に泌尿器科はそのあたりに厳しいらしいです。

また、もしも陽性が出た場合、治療に数週間かかります…。どうしても心配なら早めに一度検査しておくといいかもしれませんが、お金は余分にかかります…。

・保険

<p>クレジットカードに旅行保険がついている場合や AIU などを利用する人もいます。Hilma さんには Aon を勧められました。Aon は日本に代理店などはないのですが、ネットで簡単に登録できますし他のものよりかなり安いです(約€40/月)。また歯科治療もついていたりなんかしますので私はこれを選びました。</p>
<p>・ビザ</p> <p>短期なので、特に学生ビザ等を取る必要はないです。ただしオランダ出国時に3か月以上有効なパスポートが必要なので、パスポートの残期間は確認しておきます。</p>
<p>・航空券</p> <p>JASSO 奨学金をいただく人は、実習前1週間より前に渡航してはならず、実習後1週間より後に帰国してはならないという制約が課されているらしいので、それ以内に航空券を取ります。オランダ航空(KLM)だとアムステルダムまで直通で便利です。Skyscanner など比較サイトを使うと要領よく探せると思います。シーズンオフですし、年末年始なんかは特に安価に取れます。</p> <p>また、Hilma さんに、何日の何便を取ったか聞かれます。アムステルダムまで生徒さんに迎えに来ていただくことも可能です。私はグローニンゲンの駅に着く時間を事前に連絡して、駅まで現地の生徒さんに迎えに来てもらい、自転車購入も手伝ってもらいました。</p>
<p>・銀行、お金</p> <p>クレジットカード。それから多少の現金。送金方法としては口座開設(citi など)をした人もいますが私は無料のマネパカードを作りました。これは一種のプリペイドカードで、入金や両替がネットで全てできるので便利でした。</p>
<p>・実習に関する持ち物</p> <p>服装は私服に上だけ白衣を羽織るか、上下白衣です。白衣は半袖のケイシーのようなもので、上下とも umcg のロゴの入ったものを毎日借りる形式になります。靴は neat な、足を覆える靴。私は革靴を持って行きましたが何でも良さそうです。クロックスを履いている人もいるし、ジーパンにロングブーツなんていう現地の生徒さんもいます。聴診器やペンライトは持っていきければ持っていきますが、病棟にはあまり行かないので全く使わないです。</p>
<p>・インターネット、パソコン類</p> <p>病院内では Wi-Fi が使えます。寮は有線しかないのですが、ポートがあれば Wi-Fi に変換できて便利です。PC を持って行ってソフトをダウンロードすればポートにすることもできます。インターシティの電車内は Wi-Fi が使えます。SIM を買えば街でもネットが使えます。パソコンは、病院の図書室のパソコンを使うことができますが混んでいます。</p>
<p>・泌尿器科準備</p> <p>とりあえず泌尿器疾患の概要は押さえていくと良いです。私は QB を解いて、さらに白衣のポケットに入るノートにまとめていきましたので、しょっちゅうカンペ代わりに見ていました。さらに、先輩方も書いている通り泌尿器科的英単語(voiding とか)は必須です。疾患名(hydrocele とか)や解剖(scrotum とか)などは英語で言われてもわかるくらいになっていないと何を説明されてもちんぷんか</p>

んぷん…です。これもノートにまとめていきました。忘れがちですが、解剖の形容詞も必須です (cysto-とか…)。それから、オペ名が英語でわかったら完璧です (-otomy とか)。ただし、病院内は Wi-Fi が使えて、かつスマホを出しても怒られませんので、困ったら調べることができます。また、泌尿器科は略語で困ることはほとんどなかったのが救いでした。

ちなみに、オペ一覧などはオランダ語で書かれていますが、オランダ語を勉強しなくてもなんとかなります。医学用語は英語もオランダ語も似ていて、語尾だけ少し違う、みたいな感じでした。

オランダに着いたら編

・SIM

SIM フリーの端末(タブレット)にさしてインターネット回線として使います。スキポール空港で SIM を買いましたが、1ギガで 20 ユーロ、2ギガで 30 ユーロでした。足りなくなったら支店に行けば 1ギガ 10 ユーロでチャージできます。設定は全て売り場のお姉さんがやってくれました。

・電車、バス

オランダ人が持っているのは、OV チップカートというチケットです。二種類あり、イメージは日本でいう PiTaPa と ICOCA の違いがあります。PiTaPa 版の方はオランダ在住でないと買えないようで、ICOCA 版の方は旅行者でも買えますが購入代に 7.50 ユーロ必要です。購入してしまえばあとはチャージして使うので、便利で、かつ通常のチケットより割引がありますのでお得です。ただし使用するのに一定金額以上残金がないと使えない、チャージしすぎた時には帰国する前に返金してもらうのに手数料がいる、など、少し面倒らしいです。私は途中まで OV チップカートの存在を知らなかったためタイミングを逃し、結局最後まで買わなかったですが、あったほうが便利です。先輩から借りれたら借りましょう。

OV チップカートを買わない場合は普通の切符を買うことになります。切符は濃いピンクの丸2つと線が組み合わさったマークの自動券売機で買えます。窓口で買うと手数料がかかり、またクレジットで買っても手数料がかかります。でも自動販売機はカードか小銭しか受け付けられないかも。一等車と二等車を選べますが一等車は日本でいう指定席みたいな感じなので、二等車で十分です。

また、これら以外に、期間限定一日券やグループチケットなど、数多くの割引券が存在し、実際私は一日電車乗り放題チケットを 15.5 ユーロでゲットしてグローニンゲン-アムステルダム往復をしたり、14 ユーロで一日かけて北部の街を周遊したりできました。普通に乗るとアムステルダムまで片道 25 ユーロくらいかかりますので…。そこらへんは、寮の友達に聞けば教えてくれるかも。彼らは休暇を利用して安上がりな方法でいろいろなところに旅行に行きまくっているみたいです。

電車に乗る前には共通して、切符やチケットを改札にかざしてチェックインし、降りた駅でもチェックアウトする必要があります。改札がなければホームにチェックイン・アウト用の機械が置いてあります。時間は比較的正確で、各駅での停車時間も長いので、荷物が多くてもそこまで焦らなくて大丈夫です。ただし扉は勝手に開かないときもあるので、ボタンを押して開けます。また、段差が大きいです。また、なんらかの事情で遅れたりするときもあるので、終電で移動、乗換ぎりぎり、とかはやめたほうがいいのかも。特に悪天候でダイヤがめちゃくちゃになった日がありましたので、余裕を持って

移動しましょう。

乗換検索については、Rail Planner というアプリがオフラインでユーロ圏内の電車の発着が検索できてとても便利でした。また、Roma2rio というアプリは、オンラインですが各交通手段の値段比較などができました。でもバスの値段は間違っていました…。オランダで有名なのは 9292 という乗換検索サイト・アプリで、みんな使っていました。

電車の中は多分飲食は禁止ではないです。みんな食べています。

バスも人々の足となっていて、いろいろな路線があります。自転車を買わない場合はバス必須かも。時間は比較的正確。また、都市間バスも便利です。場所によっては電車よりバスのほうがずっと安く乗換もなくスムーズ。切符は事前に予約してスマホで予約画面を提示するか、バス車内で買うことも可能です。が、予約したほうが安いです。学割早割で、プレーメンまで片道 9 ユーロで行けました。

・街

オランダ人は優しいし実直でちゃんと仕事をする印象です。店でぼってくるような雰囲気ではないです。駅で困った顔をしていたら親切な人が声をかけてくれることも何度もありました。信号機のない小さな道ではだいたい歩行者優先で止まってもらえます。アムステルダム以外の地方都市の治安はヨーロッパの中では悪くない印象です。昼間普通に歩いていて犯罪にあうようなことはまずなさそうですが、日本ではないのでスリや置引には気をつける必要があります。また、COFFEE SHOP は麻薬取引所なので、やたら繁盛していても近寄ってはいけません。また、チップは必要ないみたいです。ホテルでチップを置いていたら、チップを取らずに掃除だけしてくれていました。でも親切にしてくれた人に直接渡したら喜ばれました。

・食べ物

オランダ人は外食しない！外食は高い！食べ物はまずい！と聞いていましたが、そこまでではない印象でした。日本に比べたら美味しくないかもしれませんが、日本ほど美食な国は少ないので、ヨーロッパの国としてはまあ普通だと思います。外食できちんとした店に入れば値は張りますが、ファストフードなら 3 ユーロくらいで軽いものが買えます。また、スーパーに行けばそこそこものがありますので、自炊も十分できます。大きなスーパーなら日本の米も売っています。すしがあちこちで売っていましたが値段は高いです。

オランダ名物ファストフードはフリット(フライドポテト)とクロケット(コロケ)ですが、ファストフード店で買ったクロケットは正直なんじゃこりや…って感じでした。泌尿器科で誰かが買ってきてくれたものを食べた時は普通に美味しかったです。余り物の肉を入れて揚げるみたいなので当たり外れがあるのかもしれませんが。また、ハーリン(ニシン)の塩漬けも名物なので、マーケットで買ってみましょう。私はスーパーで見つけて買って帰って醤油を垂らして食べましたが、脂がのっていて美味しかったです。酢漬けや缶詰も売っています。また、ダッチアップルパイも美味しいです。ナースが毎日のようにケーキをホールで買っているの、おこぼれを預かりました。

物価

生活雑貨の価格は、レートにもよりますが(私の時とても円安だったので！)、安くはないですが、高くない印象です。日本と同じくらいでしょうか。だから、日本から持っていくのがかさばるものは現地でも買って良いと思います。また、寮の Facebook ページでいろんなものがやりとりされていますの

で、うまく誰かから買えたら非常に安上がりでものが揃います。

・自転車

駅の自転車置場は唸りました。人々がみんな自転車に乗るせいか、欧米にしては比較的太っている人が少ないような…。店で中古で 80-100 ユーロくらいですので、買ったらずっぱり便利です。ただし盗まれる率が非常に高いらしいです。自転車置場に括りつけられるように、錠は長くて頑丈なものを用意しましょう。自転車も寮の Facebook で誰かからうまく買うことができれば安く買えると思います。また、使い終わったら、店で売ってもいいし、Facebook で誰かに売ることもできると思います。

寮編

・入寮する前に

Facebook のグループに入ったほうがいいです。管理人さんに質問したりできるし、いろんな物がやりとりされていますし、自転車も買えるかも。私は着くまで知らなかったの…。

・入寮

寮の前に着いたら、管理人に電話するか、鍵を開けた誰かと一緒に中に入って管理人の部屋へ向かいます。管理人に無事会えれば、部屋に案内され、鍵や注文しておいたリネン類を渡され、寮内を案内されます。シャワーは男女共有で、鍵のかかる各ブースの中にミニ脱衣所とシャワーが両方あります。浴槽はないです。洗濯機、乾燥機もあります。共有キッチンには、電気コンロ、電子レンジ、オーブン、三人で共有の冷蔵庫があります。

・寮の部屋

広さは十分で、ベッド、クローゼット、棚、デスクと椅子と姿見鏡があります。照明が暗めです。各部屋にインターネットの有線 LAN があり、私の部屋はケーブルも一本用意されていました。

・寮の友達

みんなフレンドリーです。世界各国、いろんな国の子がいます。基本的には、キッチンを共有するメンバーが生活を共有するメンバーという感じがしました。ので、もし友達同士で留学するのに一緒に料理などしたければ、近い部屋を取るのがよいです。違う階、違うフロアだと交流がありません。

誕生日パーティー、年越しパーティーやさよならパーティーなど、多岐にわたるパーティーがありますので、タイミングが合えば参加するといいいと思います。自分で企画することもできます。

・生活用品

寮でもらえるウェルカムセットに、スポンジとふきんと台拭きとトイレトペーパー一個と洗剤少しが入っています。共有のトイレトペーパー、洗濯洗剤、石鹸、シャンプーなどはありませんので調達しましょう。食器洗い洗剤はキッチンによっては共有なところもありそうです。また、海外用プラグは必要です。SE がびったりですが C も使えます。海外用ドライヤーも必要なら用意します。シャワーまでの道のり用の、濡れてもいいサンダルがあればとても便利です。また、キッチンまで皿や調理器具を毎回持って行ったり持って帰らないといけないので、大きな袋のようなものがあれば便利。本当はスー

パーのかごのようなものがあればいいのですが、さすがに持ってはいけないので…。長期滞在の子は大きなかごを持っている子が多いです。

・スーパー

寮から南東へ徒歩 10 分強のところ JUMBO という大きなスーパーがあります。食料品や、洗剤なども揃います。橋を渡って西の方に徒歩 5 分くらいで COOP というスーパーもあります。街中には他にもたくさんスーパーがあります。

・自転車置き場

寮の駐輪場はタダです。ものすごい乱雑に置かれています。

実習が始まったら

・初日

病院の裏通り(Antonius Deusinglaan1)にある golden な建物の first floor(二階)に international office があります。Hilma さんに会えたら、書類チェックをしますが、全て送付済みだったので、新しく提出したのは保険証書だけでした。私は Hilma さんお勧めの aon だったので、英文で書いてありますし、スムーズに事が進みました。次に案内してくれる学生さんとともに病院内を歩きました。MRSA の検査はタダでしたが、職員カードを作るのに 15 ユーロかかりました。この 15 ユーロはデポジットで、カードを最終日に同じ場所に返せばお金も返ってきます。この職員証で白衣を借りたり部屋の鍵をあけたりできます。そのあと、白衣を借りる場所や食堂、図書館などを歩いて回って、Urology に向かいましたが、秘書さんに、今日は先生に会えないし、MRSA に結果も出てないし、と言われて、明日9時にまたここで、ということになって初日は終了しました。

・UMCG 内の設備

図書室(fourth floor)は快適です。留学生用の、パスワードの書かれたパソコンや、Silent な自習室など、とても広いです。寮の部屋があまりに暗いので、ここで勉強する方がいいかも。でも時間帯によっては人がいっぱいであまりつかえません。

病院内あちこちにある自販機は無料でコーヒーや紅茶などを提供してくれます。オペ場にはスーパの無料自販機もあります。

病院内には薬局や本屋、カフェ、スーパーなどが揃っています。食堂もありますが、泌尿器の先生曰く、高い、ので昼も食堂で食べずにパンを持参している人の方が多いです。パンに自分でチーズペーストやジャムを挟んだものが主流のようです。

白衣は、まず初めにサイズを登録する必要があり、winkelstraat(病院の少し奥にある通路の名前です)にある登録所は昼過ぎの決められた時間にしかあいていないので、その時間に行って登録します。その後は、毎日 winkelstraat にある白衣受取機から受け取ります。半袖上着ショートタイプ、半袖上着ロングタイプ、長袖上着ロングタイプ、ズボンの中から選択して取り出します。使用後は回収ボックスに戻します。

・実習場所

泌尿器科の拠点は winkellstraat から階段を登った二階(first floor)で、先生方の部屋やレジデントルーム、秘書室やカンファ室があります。仕事場所は、PK(poli)(外来 8)(ground floor)、CK(interventional center、検査室、処置室)(first floor)、OC(オペ場、OR、operation room)(first or third floor)、B4(ward、病棟)(fourth floor)です。

・タイムスケジュール

7時半にカンファがあり、出席必須です。その後、8時15分から実習が始まります。昼ご飯はおよそ12時くらいから三十分ほどで、12時半からのポリクリカンファに参加できたら参加、その後実習をして4時からのカンファに出席したら終了です。4時半くらいに終わります。金曜は夕方のカンファがないのでオペが終われば早く帰れたりします。

・実習内容

基本的には検査やオペを見ます。渡される週間スケジュール中からある程度自分で選べます。自分でその検査なりオペなりの担当の先生に、今日見学してもいいですか？と頼みにいけば、基本断られませんが。(これは見てもつまらないから○の方がいいよ、と言われることはあります。また、他の実習生と被った場合、場所が狭くて交代で見ることになったりしたことはありました。)雰囲気は阪大のクリクラと同じような感じで、合間合間に先生がこの患者さんは○○で、○○をするよとか教えてくれます。泌尿器は結構面倒見の良い先生が多い印象です。また、カンファは留学生のために英語で行われますので有難い限りです。病棟や外来は患者さんとのやりとりがオランダ語で行われるので、つまらないだろうという配慮のもと向こうからは勧められませんが、こちらから頼めば、いつでもおいでとってくれます。

・服装

カンファ→私服の上に白衣(ロングでもショートでも良い)を上だけ羽織る学生が多いです。

interventional center での処置、検査→私服の上に白衣を上だけ羽織ります。

interventional center、外来でのオペ→白衣上下。私服のズボンは認められません。

オペ場でのオペ→入り口でオペ着、オペ靴を借りてロッカールームで更衣します。

病棟、外来見学→私服の上に白衣を上だけ羽織ります。

旅行編～実習前後や週末に旅行に行くと思いますので、私が訪れた街を簡単に～

・アムステルダム

これは外せないです。グローニンゲンから片道2時間。美術館やアンネの家、花市場など。グローニンゲン～アムステルダム間は、電車のデイチケットを手に入れたら安上がりです。OV チップカードを持っていない場合はアムステルダム内バス、トラム、メトロのデイチケット(7.5 ユーロ)も買うと便利だと思います。

す。

・ブレーメン

バスで片道 3 時間で、日帰りでも行けるドイツの街です。ブレーメンの音楽隊で有名な観光地です。楽しめると思います。

・ライデン

アムステルダムから南に少し。グローニンゲンと似たような古い大学のある趣のある街です。シーボルトとゆかりがあります。グローニンゲンから行くには少し遠いですが、アムステルダムに連泊するなら、行ってみるのも良いかも。

・ナールデン、マイデン

アムステルダムから東に少し。昔の城や要塞に興味があれば、という感じです。ふたつのまちは路線バスで繋がれているので連続して行くことができます。

・アルクマール～締切大堤防～レイワールデン

アルクマールからレイワールデンまでバス 350 番で渡ることができます。一時間に一本ありますので、途中のモニュメント停留所で降りて一時間後のバスに再乗車しました。海と湖を隔てる大堤防は圧巻！です。ちなみに、アルクマールはチーズ市で有名ですが冬はやっていません。レイワールデンは斜塔やマタハリ関連の観光ができます。時間をかけたくなければ、レイワールデンからモニュメントまで行って引き返すのもありかも。私はホールンやハーレム観光も予定してアルクマールまで行ったのですが、雪でダイヤが乱れて結局ホールンとハーレムは観光できず…。残念です。

・ズウォル

ホールンとハーレムに行けなかった代わりに、雪で足止めをくらって観光できたのがズウォル。グローニンゲンの南すぐです。小さくて昔ながらの街並みのかわいい街でした。シンボルの青色の像が街を守っているそうです。

・私は行けなかったのですが…。

もう一度週末があればたぶん行っていたのが、デン・ハーグ。美術館に、真珠の耳飾りの少女や、例の解剖学教室の絵もあるのかなんとか。

Certificate of MRSA-free

Date:

Name

Address

TEL

Gender Male/ Female

Date of birth

Country of birth/citizenship

Date of MRSA screening

Result of MRSA screening

A nose culture

Positive

Negative

A throat culture

Positive

Negative

I certify that the statements made by me in answer to all the questions are true to the best of my knowledge and belief.

Signature of doctor

Place of examination ; Osaka University Health Care Center Suita Branch

Postal address; 1-2 Yamadaoka, Suita, Osaka , JAPAN

Daytime telephone number; +81(6)6879-8970

Certificate of Chest Xray and TB-free

Date:

Name

Address

TEL

Gender Male/ Female Date of birth

Country of birth/citizenship

Past immunization and examination

The woman tested positive in the tuberculin test on DD/MM/YYYY (size of induration; SIZE × SIZEmm) due to her former BCG vaccination. There were no unusual findings on a chest X-ray taken on DD/MM/YYYY. She has been diagnosed as healthy.

Comment about a full description of Xray: all TB-related findings and details of any other (non-TB-related) abnormalities that may be evident

Is there evidence of TB? Yes *Provide details below* No

Is this evidence of old, healed TB? Yes *Provide details below* No

Is this evidence suspicious of active TB? Yes *Provide details below* No

Evidence of any other (non-TB-related) abnormalities? Yes *Provide details below* No

I certify that the statements made by me in answer to all the questions are true to the best of my knowledge and belief.

Signature of doctor

Place of examination ; Osaka University Health Care Center Suita Branch

Postal address; 1-2 Yamadaoka, Suita, Osaka , JAPAN

Daytime telephone number; +81(6)6879-8970

CERTIFICATE OF PREVIOUS IMMUNIZATION

Date: _____

Name: _____ Date of birth: _____ Sex: _____

1) Records of Immunization

Type of Immunization	Date of Vaccination
Hepatitis B 1st	
Hepatitis B 2nd	
Hepatitis B 3rd	

2) Results of Antibody Titer

Date of assessment	Serum Antibody Titer

This is to certify that these data come from our medical records.

Osaka University Health Care Center Suita branch

1-2 Yamadaoka, Suita, Osaka, Japan

Tel +81-6-6879-8970

Income Information

Date: / /

Name

Address

Tel +81-

Country of birth/ citizenship

I declare that I have not been granted with any salary from / / up to / / .

Signature