

Austin Setup Guide

2024年2月（改訂）

Contents

I. 概要	3
0. はじめに	3
II. 日本での手続き	6
1. VISA	6
2. 宿泊先の予約	8
3. レンタカー	9
4. 保険	10
5. 日本国内での銀行手配	10
6. その他	13
III. 渡米後の手続き	16
7. 大学関連手続き	16
8. 家探し	16
9. 銀行口座開設	18
10. 電気	19
11. ガス・水道	19
12. インターネット（＝電話、ケーブルテレビ）	19
13. 家具	20
14. 車	21
15. 運転免許	24
16. ソーシャルセキュリティナンバー	26
17. 生活関連	27

18. 医療関連	33
19. 育児・小児医療関連.....	34
20. 出産関連	40
IV. FAQ: よくある質問	Error! Bookmark not defined.

I. 概要

0. はじめに

Austin での生活立上げにあたって有用と思われる情報をまとめています。内容についてはわかる範囲で適宜更新していますが、最新情報は利用者本人にて確認するようにしてください。

また、Austin Japan Community や Facebook のオースティン掲示板なども情報源になります。

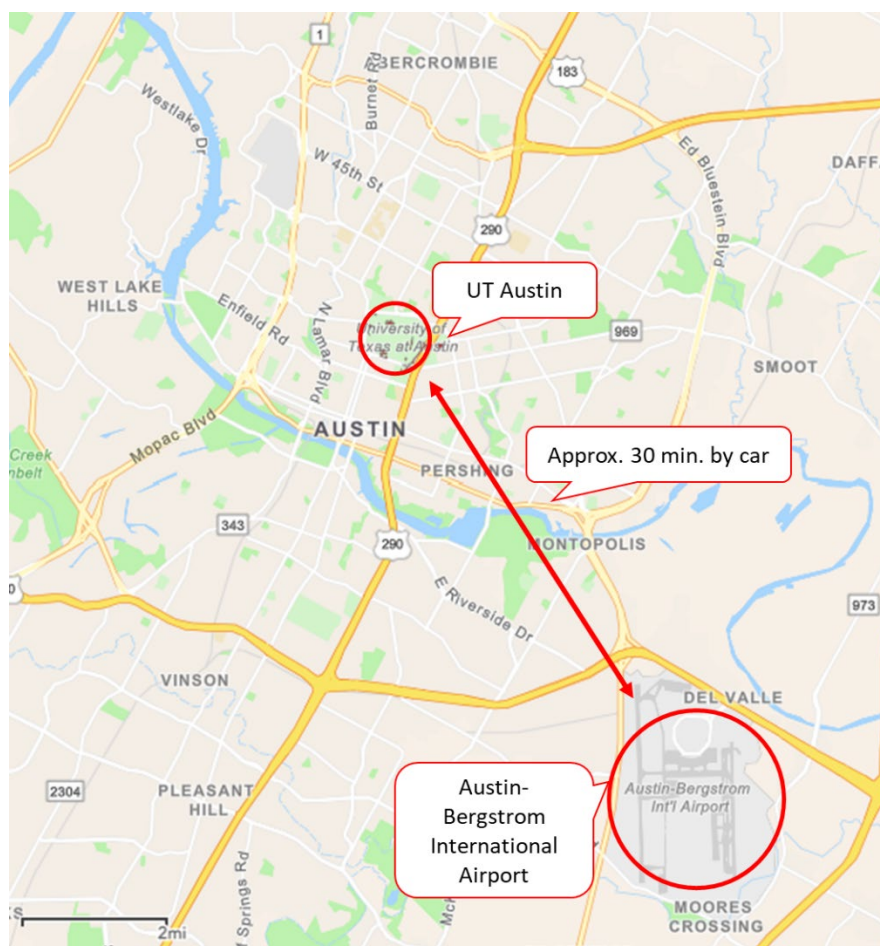
AJC ホームページ <https://austinjapancommunity.org/>

AJC 提供のガイド <https://austinjapancommunity.org/activity/information/move>

Facebook オースティン掲示板 <https://www.facebook.com/groups/austin.keijiban>

(a) 大学へのアクセス

UT Austin の最寄り空港は Austin-Bergstrom International Airport (AUS) です。残念ながら日本からの直行便は飛んでいないため、ダラス、ヒューストンまたは他州の空港で乗り継ぐ必要があります。空港から大学までは車で 30 分程度です。タクシーまたは Uber/Lyft が利用可能で、乗り場は空港を出て道路を挟んで反対側にあるパーキングロット内にあります。

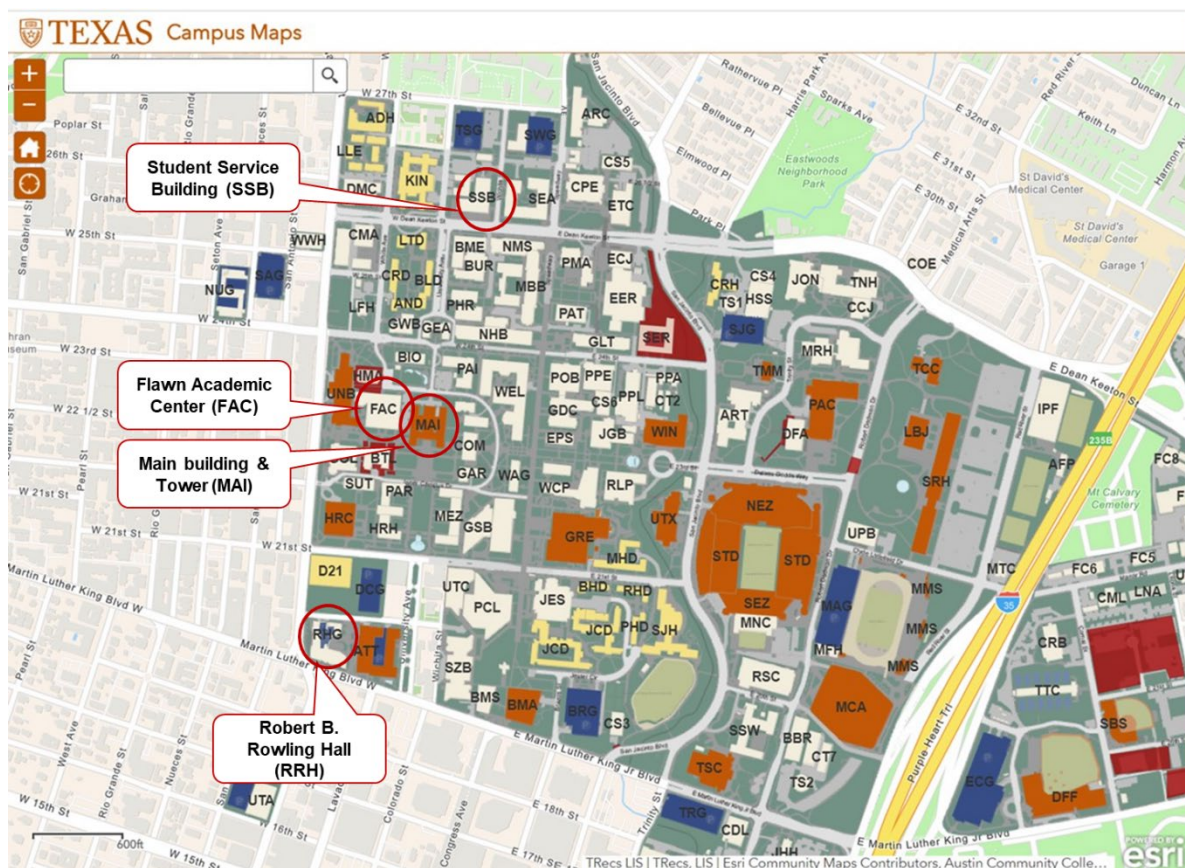


(b) キャンパスマップ

MBA の授業は、キャンパス南西にある Robert B. Rowling Hall (RRH) で行われます。

生活立上げ中に必要になる(かもしれない)主な建物は以下の通りです。

- Main building & Tower (MAI): Texas Global がある。ビザ・I-20 など留学生としての手続きで行くことがある。現在はオンライン申請やメールが主で、訪問する機会は少ない。
- Flawn Academic Center (FAC): 学生証の申請と受取で訪問する。学割で購入可能な Mac などのストアもある。
- Student Services Building (SSB): ケガ、病気の診察や予防接種で訪れる University Health Services (UHS)が入っている。



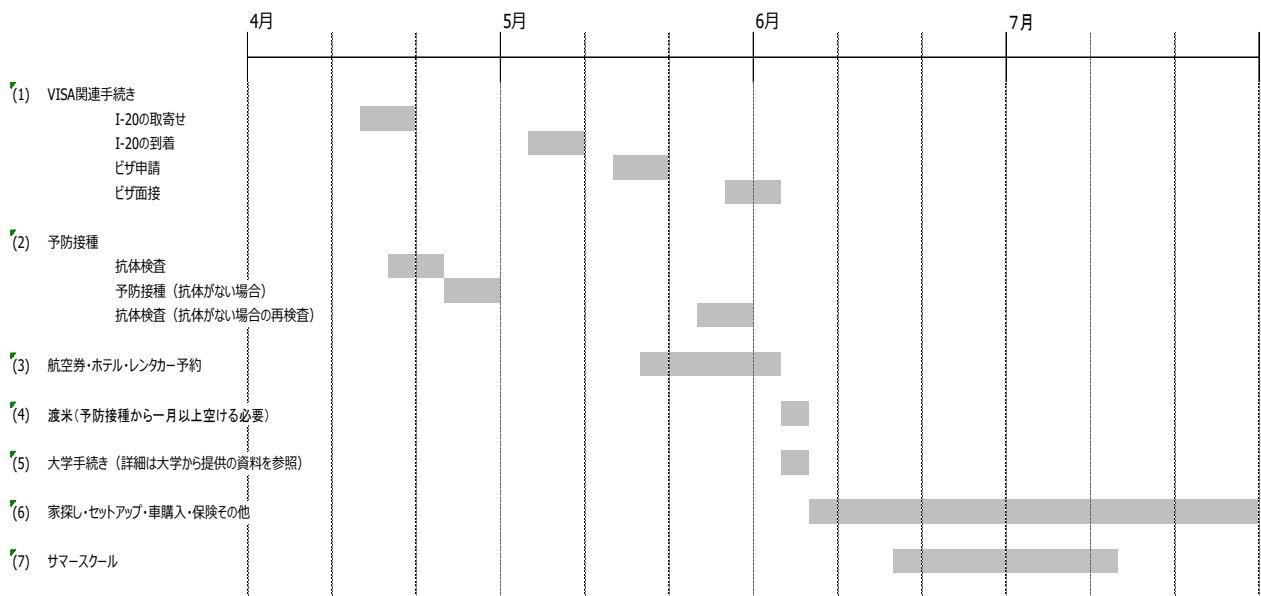
その他の建物の場所については以下からご確認ください。

<https://trecs.maps.arcgis.com/apps/webappviewer/index.html?id=697c20f19d2841d3a13965918a9b82fb>

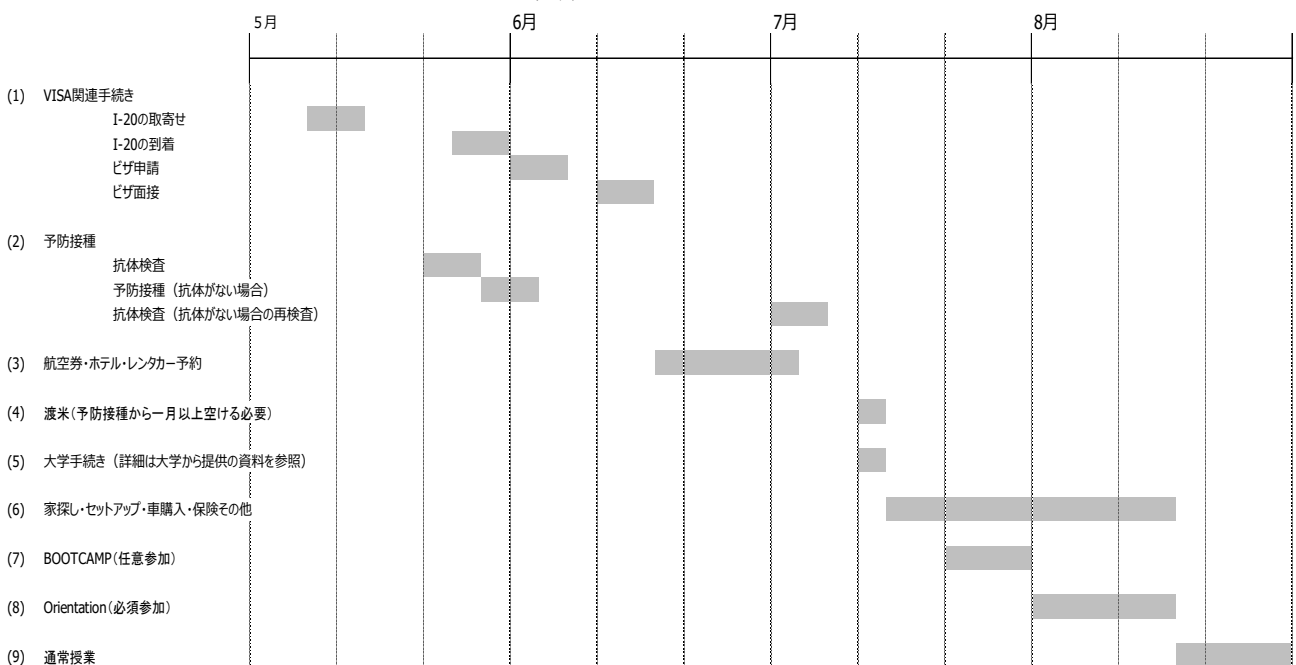
(c) ・参考スケジュール

● サマースクールに参加する場合

UT のサマースクールに参加する場合は、この期間中に家具や車の購入といった生活セットアップを同時並行で進めることができます。ただし、サマースクール中は、平日の半日はみっちり授業が詰まっているため、アパートの入居、車の調達、ユーティリティやインターネットの開通手続きなどの生活立ち上げタスクはサマースクール開始前に完了しておくことを推奨します。特に、アパートを現地に来てから契約する場合、物件の空き状況によっては予想外に時間がかかることがあります。そのため、サマースクールの前になるべく早めに渡米することをオススメします。



● サマースクールに参加しない場合



II. 日本での手続き

1. VISA

(a) I-20 / DS-2019 の取得

I-20(アイ・トウェンティ)とは、留学生を受け入れるアメリカの大学や語学学校が発行する入学許可証・在籍証明証のことで、学生本人への F-1 ビザ(帯同家族への F-2 ビザ)申請とその後の入国のために必要となる書類です。I-20 にはアメリカに滞在してよい期間が記載されています。留学ビザは基本的にコース開始前 1 ヶ月から入国が許可され、I-20 にはその入国可能な日付が記されています。I-20 発行のための大学との手続き開始から F-1/F-2 ビザ発行までスムーズに進んで数週間から約 1 カ月要します。書類不備などで時間がかかることもありますので、渡航の 2 カ月前には手続き開始することを推奨します。元々のパスポート期限をチェックして早めに更新したり、戸籍謄本の取り寄せしておくなど、進学先に関わらず必要な準備は進めておきましょう。

テキサス大学ではビザ手続きは MyIO というポータルサイトで申請を行います。International Student and Scholar Services (ISSS)という通称“Texas Global”が担当部署です。合格通知後に間もなく Texas Global から MyIO や夏季の英語スクールの案内があります。

英語スクールの参加意思をメールで伝えるとデポジット\$100 の請求書を What I Owe(請求書発行と支払いのポータル)に発行してくれるので、それを支払うと申し込み完了。渡航時期が早くなるためビザ申請を優先的に進めてくれます。What I Owe は受験料支払で既に利用していると思います。

申請中は MyIO と並行して担当者とメールで頻繁に連絡することをお勧めします。I-20 申請には支払能力の証明書類のアップロードが必要で、社費生や会社からの財政支援証明レター、私費生は銀行から残高証明書を取り寄せて使用します。レターに記載する就学の必要経費は[大学 HP](#)に情報があり、不明点あれば McCombs のアドミに問い合わせてください。レターの文面は細かい表現の問題や金額の書き方の問題で差し戻しされてしまうことがあります。そのため、会社内のレター発行手続きが重い場合は、事前に Texas Global 担当者にメールでレタードラフトを見せると再発行する手戻りを避けられます。I-20 発行は電子化されており、電子メールで添付されてくる pdf ファイルをプリントアウトして署名すると有効になります。I-20 は 3-4 ページで、後半はテンプレの説明文章なのですが、再入国時や米国運転免許の手続きで紙で見せる際には全員分の全ページが必要ですので注意しましょう。

DS-2019(ディーエス・トウェンティナインティーン)は、J-1 ビザを発行するための入学許可証で、役割及び手続きは I-20 と同様です。ただ、I-20 に比べて発行数が少ないためか、大学側で発行までに要する日数が少ないようです。

また、**I-20 は一度アメリカから出国し、再入国する際も絶対に携帯が必要**です。特に留学期間中の一時帰国や、アメリカ国外へ旅行する際には注意して下さい。パスポートと I-20 はセットにて保管しておくことをお勧めします。また、テキサス南部(特にメキシコ国境近くなど)では、不法移民のチェックを行う目的から I-20 を携帯していないと問題になることがあります。渡航後からアメリカ出国までの間に、MyIO を通じて Texas Global に I-20 に再入国用のサインをしてもらいます。電子申請するとサインが入った I-20 がメールで送られてきます。通常なら数日ですが、大型連休前は混み合うので計画的に入手しておきましょう

- UT のサマースクールへ参加する場合

UT のサマースクールは Texas Global が主催する English Language Center Programs (<https://global.utexas.edu/english-language-center/programs>) という英語訓練コースになります。2023 年に関しては Texas Global からの合格者宛のメール内に案内がありました。

サマースクールに参加する場合はその開始時期に合わせた I-20 で、さらに MBA プログラムと合せたものを発行してもらわなければなりません(要はサマースクール開講日の 1 ヶ月前に入国でき、MBA プログラム終了まで滞在ができる旨の I-20 を発行してもらう必要があります。MBA プログラム単体で発行された I-20 を入手している場合には、再発行してもらう形になります。)。2023 年には、MBA 生向けのサマースクール (Business English Program) が 6 月 26 日から 7 月 21 日まで開講されました。このコースは MBA 生をターゲットにしているので、ケースベースのディスカッションをしたり、プレゼンをしたりと、MBA のカリキュラムに合ったトレーニングをしてくれます。英語学習だけでなく、インターナショナル生徒とのネットワーキングもできるため MBA に入学予定の方は、こちらの MBA 向けのサマースクールに参加することを推奨します。実施時期やプログラム内容は年によって異なる場合がありますので、最新情報はアドミッションに確認するようにして下さい。

- 他大学のサマースクールに参加する場合

UT 以外のサマースクールに参加する場合は、その大学から別の I-20 を発行してもらわなければなりません。その際 UT から発行された MBA 用の I-20 もその後使用しますので、絶対になくさないで下さい。どのようにビザをスイッチするかは UT の ISSS か、サマーに参加する大学に確認するようにして下さい。ただし他大学のサマースクールに参加する場合、Austin でのセットアップが遅れるなどデメリットもあるので、特段の理由がない場合は、UT のサマースクールに行くことをお勧めします。

(b) VISA の取得

旅行代理店 (HIS や近畿日本ツーリストなど) に頼むと、費用はかかりますが楽です。代行費用として 2~3 万円位かかりますが、飛行機のチケットを合わせて注文すると割引があるようです。少な

くとも渡航 2 ヶ月前には旅行代理店に連絡しましょう。(1 ヶ月前でもなんとかなってしまう話も聞いたことはあります。)

ただ VISA の手続き自体は、英語が多少読めて入力できれば、それほど難しいものではないため、代行費用に価値を見いだせない場合は個人で実施しても全く問題無く進めることができます。おおまかな流れとしては、DS-160 の記入→SEVIS 費用支払→面接予約または書類郵送です。面接予約等の基本的な手続きは、アメリカ大使館のホームページ(<https://jp.usembassy.gov/ja/visas-ja/>)で行うことになります。長蛇の列を回避したい場合は、朝一番(8:00)や午後一番(12:45)の枠を予約すると軽減が可能です。書類の確認や指紋採取後、面接自体は数分程度で終わります。書類不足等でやり直しになるという事例がよく発生しています。米国ビザサービスのホームページ(<https://ustraveldocs.com/jp/ja/student-visa/>)を確認することをお勧めします。

2023 年時点では、過去に ESTA 等で問題なく米国への入国歴がある人は面接が免除され、郵送申請によって書類審査のみでビザ発行されています。オンライン申請後に書類一式とパスポートを郵送すると、1 週間程度でビザが貼付されたパスポートが返却されます。面接を要する場合は面接予約を入れます。空きがあれば即日、なければ数週間先になることもあります。ビザ申請料支払後に面接予約可能になるまでタイムラグがあります。しつこくりロードすると不審な動きとして 2-3 日アカウント凍結されるケースがあります。支払後は少し待ちましょう。

2. 宿泊先の予約

セットアップ時に数日～2 週間程度の仮住まいが必要です。大学へのアクセス、候補物件が多いなどからエリアを選ぶと良いでしょう。過去に利用実績あるホテルは、Doubletree Guest Suites や Doubletree Club、出費をセーブしたい場合は Rodeway Inn や Days Inn あたりがキャンパスに近く、市内各所にもバスでアクセスしやすく便利です。Doubletree、Rodeway Inn 共に Austin 内に何軒かあるので、日本から予約する場合はお間違いなく(Rodeway Inn は North ではなく、University/Downtown の方、Days Inn も University/Downtown 店です)。ロケーションの他、ダウンタウンの Doubletree Guest Suites 等は、キッチンが付いているため渡米当初からそばやうどんくらいは作れてストレスがたまらないというメリットがあります。特にお子様がいらっしゃる家族連れの方々には好評です。Airbnb などで民泊を利用するのもおすすめです。コンロ、冷蔵庫、レンジ、洗濯機などの一式揃った部屋を借りることも可能です。近年は民泊するケースが増えています。電気スクーターや電気自転車の時間レンタル(Lime, BIRD)も利用可能です。

- Rodeway Inn University/Downtown: 一泊\$100 以下で泊まれるが、その分クオリティは低いとの評価が多い。キャンパスのそばだがビジネススクールへは徒歩 30 分。朝食つき。
<http://www.rodewayinn.com/hotel-austin-texas-TX191?sid=xfZlti.lFnBrglWU.4>
- Doubletree Guest Suites Hotel: キッチン (電子レンジ、冷蔵庫、食洗器付き。コンロ無し) が付き、全室スイートになっている。一泊\$220 程度。ヒルトングループの上中級ホテル。

<https://www.hilton.com/en/hotels/ausfldt-doubletree-suites-austin/>

- Doubletree Club Austin-University Area : 1泊\$200程度。キッチン、レンジ、冷蔵庫はないが、それ以外は大抵揃っている。

<https://www.hilton.com/en/hotels/ausimdt-doubletree-austin-university-area/>

3. レンタカー

アパート探しの期間では車は必須ではありませんが、家具や生活用品の買出し等といった生活のセットアップには、車があると便利です。ペーパードライバーで運転に自信がない方は事前に日本で練習しておいた方が良いでしょう。アメリカでの運転には、(テキサス州の運転免許取得前であれば)国際運転免許(発行日から1年間有効)が必要になります。国際運転免許に関しては警視庁または各道府県警のHPで確認することができます。ただし、TX州では国際運転免許の有効期間が90日のみとなります。長期間で借りる際は有効期間内にTX州の運転免許証を取得する必要がありますのでご注意ください。

レンタカーは空港でも借りられますが、アメリカは左ハンドル・右側通行です。いきなり左ハンドルで高速に乗るのに躊躇する場合は、市内でも借りられます。また、空港でレンタカーを借りると空港施設使用料等が加算されるため、空港からタクシーで少し走ったところで借りた方がかえって安く済む場合もあります。日本で車に乗っていた人でも、左ハンドルに慣れるのに最短でも数日かかります。レンタカーに関しては下記のサイトをご覧ください。日程やプランで料金が異なるので複数のサイトをチェックすることをおすすめします。ちなみに車は一日\$30程度からありますが、保険料が最大一日\$50程度かかります。日本で自動車保険やアンブレラ保険、エアライン系のクレジットカード(ANA USA、JAL PREMIO)等に入っている場合はその補償でカバーできる部分もあるかと思いますので、その点はアンブレラ保険の保険会社、クレジットカード会社に確認下さい。

車の運転を避けたいという方は、UberやLyftのライドシェアサービスを利用できます。生活用品や家電、家具の買い出しはAmazonやIKEA onlineで済ませることも可能です。会社で経費精算が可能なら家具一式レンタルすることもできます。申し込み後に指定日に部屋まで運んでセットアップしてくれます。家具レンタルはCortを利用することが多いようです。アパート管理会社にたずねても良いでしょう。

- 警視庁(国際運転免許・・・指定の場所に行けば30分程度で取得できます。)

<http://www.keishicho.metro.tokyo.jp/menkyo/menkyo/kokugai/kokugai01.htm>

*東京在住者以外は、各道府県警ホームページで更新手続きが可能な場所を見つけることができます。概ね免許センターでの更新になるかと思います。

- Hertz: <https://www.hertz.com/>
- Budget: <https://www.budget.com/en/home>
- Thrifty: <http://www.thrifty.com/>
- Enterprise: http://www.enterprise.com/car_rental/home.do

4. 保険

(a) アンブレラ保険

アメリカにおいて自分の過失により多大な損害賠償責任を負った場合に有効な保険です。代表的な補償対象は自動車事故です。アメリカでは自動車保険などの補償が非常に小さいため、万が一、交通事故で人をはねてしまっても数百万円程度しか出ない場合があります。これをカバーするためにはアンブレラ保険への加入が必要です。アンブレラ保険は個人賠償保険というものが含まれており、これに加入することで実際の事故での請求額との差額を上限 1 億円程度で補償することができます。ただし、自動車事故の場合は自動車保険に加入していることが絶対条件になります。加入していなければ 1 円も出ません。アンブレラ保険はレンタカーにも適用できる場合がありますので、詳細はアンブレラ保険を買う保険会社などに問い合わせして下さい。アンブレラ保険の商品名は海外駐在員保険や海外留学生保険などで、AIU が有名です。AIU に加入すると米国での自動車保険に加入するのが安価(通常半期で\$1,000 近い保険料が\$600 程度になります)で楽になりますので、お勧めです。また、JAL カードの付随サービスとして加入できる **Global Protection** もおすすめです。**Global Protection** はアンブレラ保険だけではなく、普段の生活中や旅行中の携行品損害に対する保証(長期生活用動産保険)をつけることができます。通常のクレジットカードなどの携行品損害は、日本出国後一定期間で使えなくなってしまうますが、こちらの長期生活用動産保険は1件10万円までほとんどなんでも(スマホなどもカバー)修理費用を時価ベースでカバーしてくれます。ただしこれらは日本に住んでいる間でないと加入できないので注意して下さい。日本で保険に加入せずに米国に来てしまった場合でも、**AIG/Travel Assist** に加入するとアンブレラ保険を紹介してもらえます。また、アメリカの保険会社でもアンブレラ保険を提供している会社は多くあるので、渡航後でも加入可能です(**GEICO** にて加入実績あり)。さらに、別の方法として14.車のセクションに記載していますが、日本人駐在員向け中古車ディーラーの **Japan Auto Service** に依頼すればアンブレラ保険含め全て手配してくれます。

(b) 健康保険

アメリカの健康保険制度は非常に複雑です。**Texas Global** が開催する留学生向けオリエンテーション時に説明がありますので確認するようにしてください。

留学生の場合、大学が用意する医療保険(**Blue Cross Blue Shield:BCBSTX**)に自動的に加入し、学費と合わせて大学から請求されます。同等の保険契約を保持していることを示すことで、**Waiver** 申請も可能ですが、アクセスがよく、非常に優秀な大学病院(**UHS**)の利用が手続トラブルなく完全キャッシュレスでできるので、特段の理由がなければ大学の保険を利用しましょう。自動加入には本人の医療保険のみが含まれ、歯科は対象外です。家族分の加入や、本人分の歯科診療のオプションもありますが、加入は、自分で申込・支払いが必要です。

5. 日本国内での銀行手配

米国内に開設した銀行口座に対して、日本の銀行から資金移動させるルートを複数用意してお

きましょう。日本の銀行での口座開設や手続きは、国内にいるうちしかできないため、計画的に進めましょう。具体的には海外居住者がインターネットバンキングで外国銀行口座に送金できる銀行口座を日本に用意しておくことです。米国内の ATM から直接引き出しできるキャッシュカードも作っておきましょう。ただ、米国内で現金を使う場面は稀です。お店でのお支払いは屋台などであってもキャッシュレス決済が可能で、学生間のお金のやり取りは Zelle や Venmo を使っています。

(a) SMBC 信託銀行(プレスティア)

海外赴任者へのサービスあり。米国の銀行口座への大口の資金移動には、外国(外貨)送金を使うこととなりますが、この場合、居住地を海外への変更した上で、**送金先登録依頼書(紙)を日本の SMBC 信託銀行に郵送(UPS 推奨)して登録**しなければならず、オンラインでの登録ができません。米国の銀行口座の登録を急ぐ方は、自分のサインのみ記した送金先登録依頼書を実家等に数枚保管しておくことをお勧めします。こうすることで、米国で銀行口座を開設した後、日本にいる親などに口座情報で記入してもらい SMBC 信託銀行への郵送を依頼すれば米国から送付するよりも早期に送金が可能となります。アメリカでの口座開設から、着金まで 15 日程度(余裕を見て 20 日程度)見込んで下さい。ただし外国(外貨)送金には最大 4,000 円の手数料(残高等によって変動)がかかります。

Global Pass に登録してキャッシュ/デビットカードを作成しておく、現地での現金引き出しやキャッシュレス決済に対応可能です。

円口座からドル口座への振り替えもオンラインで可能ですが、外部サービスを利用する方が安価の場合があります。過去にマネーパートナーズを利用したケースを紹介します。

日本の円預金を米ドルに両替し、米国で引き出す場合、マネーパートナーズ (<http://www.moneypartners.co.jp/>) で両替の上、SMBC 信託銀行(旧 Citibank) (<https://www.smbctb.co.jp/index.html>) の米ドル普通預金口座に振り込む方法を取ると、比較的成本を抑えることができます。SMBC 信託銀行でカードを作れば米国の提携している ATM から一日 \$3,000 程度(設定必要)を限度額として米ドルの現金が下ろせます(プロセスの詳細は下記の通り。サービス内容は変更している場合があるので、詳細は各社 HP をご確認ください)。

- ①日本に所有する円建ての銀行口座からマネーパートナーズに入金(振込手数料は当該銀行によります。例えば新生銀行なら一月5回まで無料です。)
- ②マネーパートナーズで日本円から米ドルに両替(両替手数料は1ドルあたり 20 銭。)
- ③マネーパートナーズから SMBC 信託銀行の米ドル普通預金口座に米ドルを入金(振込手数料は一月1回まで無料。)
- ④SMBC 信託銀行の米ドル普通預金口座から米国現地の提携 ATM で引き下ろし(現地の提携 ATM 利用手数料は1回3ドル程度。学校に最も近い UFCU (2244 Guadalupe St)なら一日 3,000ドルまで下ろせます。ただし、SMBC 信託銀行の米ドル普通預金口座の月間平均残高

が 20 万円相当を下回ると、口座維持手数料が発生します。)

(b) SonyBank

また、日本でソニーバンク銀行の口座を保有、MoneyKit Global アカウントを開設している場合、外貨預金用の有利なレートでドル転し、米国内の Chase の ATM から引き出す事ができ、便利です (MoneyKit Global への入金限度 1 日 \$2,500、米国内での引き出し限度 1 回 \$800、1 日 \$5,000)。ただし、ATM での引き落としに SMBC より手数料がかかるので、大量に引き出すのは辛いと思います。また、ソニーバンクのデビットカードを用いて、ドルでの買い物をそのまますることも可能です。こちらは手数料もかかりませんし、日本のカードが使えないところはガソリンスタンドや携帯の支払いなど一部ですので生活立ち上げ時の支払いは概ねカバーできて重宝します。一方で、米国した銀行口座への銀行間送金はセットアップが難しいようです (近年試した方がいません)。

ソニー銀行によれば居住地変更の届出と、米国での納税者番号の提出が必要であり、納税者番号 (Social Security Number または Individual Taxpayer Identification Number) をするにも時間がかかるため。

(c) その他の銀行

三菱東京 UFJ の口座を持っている方はグローバルダイレクトというサービスもあります。これは海外赴任者向けのサービスなので、社費の方しか申し込みできませんが、1 回当たり 4,000 円程度で日本国内の三菱東京 UFJ の口座からアメリカのどの銀行の口座にでもインターネットで送金依頼できます。SMBC 信託銀行と異なりこちらは事前登録が不要なことがメリットです。1 日当たりの送金限度額は 200 万円まで、また月間累計額は 500 万円までとなっています。また、送金依頼をすると数日以内にはアメリカの銀行の口座に送金されたことを確認しました。

(d) Wise

現在最もお勧めなのは Wise (<https://wise.com/>) を経由した送金です。この手段を主として、銀行間送金をバックアップにすると良いでしょう。利点の 1 つが両替・送金コストが安いことです。そして、米国銀行口座の登録がオンラインで済ませられることです。欠点は 1 回あたり上限 100 万円があることですが、1 日あたりの送金回数には制限がないので、車の購入など相応の金額を送金したいでも数回に分ければ可能です。日本の銀行→Wise 入金口座 (Paypay 銀行などの個人専用口座番号に振り込み)→Wise 上で円⇒ドル両替→米国の銀行へ振込、の流れで実施します、全体で数日かかることがありますので注意しましょう。アカウント作成時にデビットカード (Master Card 系) を作成することでキャッシュレス決済や、ATM でドルを引き出すこともできます。生活のセットアップを Wise だけで完了させることも可能です。

また、Wise は海外送金着金手数料が安い (1 件 4-5 ドル程度、Chase などは 1 件 15 ドル受け取り側負担) ため、会社などから頻繁にドル送金を受け取る場合にも重宝します。

6. その他

(a) 予防接種

はしかの抗体の証明が履修登録の条件になっています。抗体があるかどうかを日本にいる間に病院で検査し、抗体があることを大学所定フォーマットに記入してもらいます。検査には1週間ほどかかり、抗体がない場合は予防接種(2回)を行いその記録を記入してもらいます。接種間に1カ月必要ですので、渡米の1ヵ月半前には開始した方が良いでしょう。また、結核(Tuberculosis or TB)の検査も履修登録条件ですが、日本人は免除されるようです。特に地方の病院では予防接種の説明やワクチン入手などに時間を要することもありますので、早めに開始されることをお勧めします。

海外渡航向けの予防接種や書類作成は日比谷クリニック(<https://hibiya-clinic.com/>)や霞ヶ関ビル診療(<http://www.kenkoigaku.or.jp/kasumi/index.html>)が経験豊富です。米国入国後でも接種が可能です。2010年は、サマースクール期間中に大学のHealth CenterでMMR(2回目)の接種を行った方もいます(\$80)。

(b) 歯医者

アメリカでの歯の治療は一般の保険が適用されませんので、高額になると思います。歯医者に行った人に聞くと、初診料は\$80で、親知らずの抜歯で\$600もかかると聞いています。2023年の事例では、虫歯の治療で1700ドルかかり、日本への往復チケットの方が安かったので帰国する羽目になった方がいます。どのみち授業が始まると、通院する余裕も減ってきますので、予め日本で検診・治療してくることをお勧めします。なお、大学の提供する健康保険で、オプションとしてDentalに加入することも可能です。

(c) 引越し

海外引越しは日通やクロネコヤマトといった大手物流業者が有名で実績も多くあります。見積を取ると意外に価格が異なりますので、複数社から見積を取ることをお勧めします。

次に、引越し荷物の中に冬物が必要かどうかですが、**絶対に必要**です。冬は寒い時には0℃位まで下がります。しかし冬の間中ずっと寒いわけではなく、日中は20度近くまで上がるが、朝晩だけ10度以下になったり、寒い日もあるといった感じですので、翌日は20℃以上まで上がり日中はTシャツで過ごせる、ということもあります。したがって、少量でも東京で冬を越す程度の格好を持ってきておいたほうが良いです。また冬休みに旅行でアメリカの他の都市に行くこともあるでしょうから、その観点においても冬服は必要です。こちらでも買えますが、羽根布団を持っている方は荷物に余裕があれば持ってくることをお勧めします。

また、羽織るものをハンドキャリーで持ってきたほうが良いと思います。飛行機機内も冷房が強いですし、到着後の生活でもすぐに必要です。夏のテキサスは冷房が凍えるほどに効いており、特に

教室は温度調整がほとんど効きません。屋内外の寒暖差が激しいので、着脱し調節できるようにすることをお勧めします。

なお、McCombs のプロフィール用顔写真の撮影や、Orientation 中にも Business Formal の食事会がありますので、7 月末にはワイシャツ、ネクタイ、スーツ、革靴一式だけでも用意できる状態にしてください。日本からの引越し配送荷物に入れてしまうと間に合わない場合が多いですので、手荷物に入れて入国したほうがよいです。(サマースクールに参加するのであればおそらく時間的に余裕があるので航空便でも構いません。)

(d) クレジットカード

アメリカで銀行口座を開設(後述)すると、デビットカードを手数料なしで発行してくれます。これは ATM からの引き出しのみならず、普通のお店でもクレジットカードと全く同じように使うことができる便利なカードです。クレジットカードとの大きな違いは、デビットカードは銀行にその使用額分の残高がないと利用できないという点です。したがって小額の買い物は全てこのデビットカードで、授業料や車の購入代金等は銀行からのオンライン送金(ACH 送金、Wire Transfer など、銀行のサイトで案内し、コストと早さの違いあり)や Personal Check で、といった感じで使い分ければ、ドル建てのクレジットカードがなくても、問題なく過ごすことも可能です。しかし、アメリカのクレジットカードはポイント還元などがお得で、付帯保険などオプションが充実しているのでクレジットカードを申し込む方が多いようです。

SSN 無しで米国発行のクレジットカードが欲しいという方は、ANA か JAL の米国在住日本人用カードや PREMIO CARD が利用可能です。申し込みは渡航前から可能で、カードの到着は米国の住所をカード会社に連絡してから数週間後になります。ANA は VISA ベース、JAL や PREMIO CARD は Master ベースです。また JAL の方が限度額をやや高めに設定してくれるので、強いて言えば JAL USA Card の方が若干利便性が高いと言えます。(ちなみにコストコは VISA カードのみ使用可となっています)

- ANA CARD USA: <http://www.anacardusa.com/>
- JAL USA CARD: <https://www.jalusacard.com/en/>
- PREMIO CARD: <https://www.premio.com/>

また日本で AMEX を利用していた人は、専用サイト (<https://www.americanexpress.com/global-card-transfers/united-states.html>) から日本のクレジットヒストリーを基にアメリカ版 AMEX のクレジットカードを作成することが可能です。申込みに際しては現地の住所と電話番号、米国の銀行口座が必要です。申込みから1-2 週間で手元に届きます。Activate の際に SSN が無い場合は専用ダイヤルに電話する必要があります(2023 年 9 月現在)。家族カードも申し込み可能です。アメリカの AMEX はポイント還元や特典が豊富で大変人気のカードが揃っていますので、おすすめです。申し込みはオンラインで検索し、大量のポイントをもらえる紹介キャンペーンなどを利用すると良いで

しょう。

UFCU(後述の銀行口座の開設参照)ではSSNがない留学生でもクレジットカードが作成可能ですが利用限度が\$500までと非常に低いようです。その他の銀行(Chaseなど)のクレジットカードの入手にはソーシャルセキュリティナンバー(SSN)が必要です。

なお、卒業後もアメリカでの生活を考えている方は、米国内発行のクレジットカードを作り、クレジットヒストリーを積上げるとその後の賃貸やローンの審査が楽になります。SSNが無くともヒストリーはカード会社に記録されていますが、全体を紐付けるにはSSN入手とカード発行会社への連絡が必要です。SSN入手手順は後述しますので参照ください。

お勧めする AMEX 以外の米国クレジットカード

Chase Freedom Unlimited: Chase で口座を作ると限度額低めながらも発行してもらいやすいポイント還元がお得な年会費無料カード。このカードで1年程度ヒストリーを積み上げてより上位のChaseカードにステップアップしていくのが王道。なおもらえるポイントはキャッシュバック還元にしかなれないが、上位カードを申し込んで合算すると、よりお得な上位カードのレート・使い道で使えるので、上位カードを考えている場合は使わずに貯めておくといい。

Chase Sapphire Preferred: 1年程度ヒストリー・居住実績があると発行してもらえる。オンラインだと問答無用で落ちたりするので、心配なら店頭に行って窓口担当者に発行してもらおうといい。担当者の腕次第だが、窓口の場合だと落ちても、持ち込んだ日本からのスポンサーレターや日本の口座残高証明など追加の書類を見せれば交渉でApproveゲットできる可能性あり。しかし、店頭の場合お得なオンライン申し込み限定ポイント増量キャンペーンなどは適用できない。また、Chaseのクレジットカードは、2年間で他社も含んで5枚まで(家族カード含む)しか発行できないという裏ルールがあるため、申し込むクレジットカードは慎重に選ぶ必要がある。

お勧めしない米国クレジットカード

Discover: 学生カードもあり、ポイントなど一見お得に見えるのだが、限度額が非常に低く、審査も厳しく不透明で、カードアプリの使い勝手も良くない。特に審査については、留学生の場合SSNはあっても収入はないというイレギュラーな状況のため、2023年実績ではカード発行後にカード取り消しという事例があった。そのような場合クレジットヒストリーが傷つき、カード発行枚数カウントが増えてしまう損しかねない状況に陥る。

III. 渡米後の手続き

7. 大学関連手続き

(a) チェックイン

UT のサマースクールを受講する場合は、初日の授業前やそれ以前にチェックイン手続きをします。MyIO 上でチェックリストをクリアすれば OK です。授業前のオリエンテーションでも Texas Global の担当者と確認を行います。内容はパスポート、ビザ、I-20、I-94 (入国記録の書類。

<https://i94.cbp.dhs.gov/i94/#/home> から入手可能) の情報入力やアップロードを行い、Texas Global 担当者に確認をしてもらいます。

8. 家探し

家探しはセットアップの柱となる部分です。SSN を持っていない外国人留学生は住所がすべての信用の源になります。銀行口座・インターネット等様々な手続きに住所が必要となるので、何よりも先に家探しを行います。したがって、セットアップの順序としては、①電話調達、②家探し、③銀行口座開設、④家具や車の購入等、となります。

家探しのプロセス

Zillow、Apartment.com、Craigslist 等で検索するか、Smart City 等の住宅エージェントを活用し、候補物件をある程度絞り込んだうえで各アパートのリーシングオフィスに連絡して内見や詳細条件の確認をするのが良いと思います。こちらでは、日本の不動産屋さんに該当する組織(複数物件を横断して管理・紹介し契約まで行う)がなく、各アパートにリーシングオフィスがついていて入居契約等の管理を行っています。住宅エージェントを介することで手数料がかかったり、家賃が上がることはありません。皆さんが住み始めるのは繁忙期の直前で日程調整するのは難しい可能性があります。あらかじめ予算・物件への希望・下見希望日付を連絡しておくことをお勧めします。住宅エージェントが MBA 学生向けにエリアや物件のガイドブックを提供していますので、参考にしましょう。

物件を内見し(内見時に内見する人全員のパスポートが必要です)、入居物件を決定したら、契約前に電気の開設手続きが必要になります(10 参照)。同時に水道・インターネットの手続きが必要な物件もあります(11・12 参照)。

通常、SSN のない外国人の契約時には 1~2 か月分の家賃+デポジットとして\$1500-3500 程度の金額が必要になります。

物件契約時に必要なものは、パスポート、I-20、そして収入証明です。特に収入証明については、一般的に家賃の 3 倍額の収入があることが基準となっているため、入居時点での収入額を証明する英文文書(ないし、2 年間分の家賃を払えるだけの貯金があること等を証明するための英文の銀行口座残高証明等)が必要になります。社費留学生の場合は、会社からのスポンサーレター

で代替することも可能ですが、詳細はリーシングオフィスと相談してください。

なお、正式契約前でも、リーシングオフィスに頼めば **Welcome letter** (我々はあなたの入居を認めますという趣旨の一枚紙) を発行してくれることがあります。電気・ガスの契約を進められるので、入手しましょう。

ちなみに、日本と異なりアメリカのアパートは 1 年ごとに契約更新が必要で、そのタイミングで家賃が値上がりするのが一般的です。Austin の家賃が大きく上昇した 2022-2023 の事例では、400 ドル以上値上がりするなどして引っ越しを余儀なくされた 2 年生が多くいました。2023-2024 では小幅な値上がりに収まりましたが、インフレの状況と Austin の住民流入状況で今後も大きく変わる可能性があります。契約更新に際しては、リーシングオフィスと交渉することになりますが、周辺の物件の相場など、材料を揃えて真摯に交渉すると良いでしょう。メールでの交渉がお勧めです。

近年に実績があるアパート／エリア

Gables Central Park: 徒歩圏内にスーパー・病院・公園があります。学校から Guadalupe St. 沿いのバスを利用可能で路線が多い。

<https://www.gables.com/communities/texas/austin/gables-central-park-texas>

The Triangle: 徒歩圏内に公園・モールがあります。Gables Central Park より北。こちらもバスのアクセスが良い。

<https://www.triangleaustin.com/>

Troubadour/ Marq Uptown: UT Law school のすぐ北。Red river 沿いの 10 番や E Dean Keeton 沿いの 20 番が利用可能。自転車で校舎まで 10 分強。北へ 1 マイル弱で H.E.B がある。近所に Sabina や Aura32 もある。

<https://troubadourliving.com/>

<https://www.cwsapartments.com/apartments/tx/austin/marq-uptown/>

Gables Republic Square: 繁華街にあり、至近の Republic Square バス停から大学行きのバスが多く出ている。自転車、電動スクーター等で登校も可能。場所柄か家賃は高めであり、単身あるいは 2 人暮らしの住民が多い。日用品は徒歩圏内の Trader Joe's や Whole Foods、校舎近くの Target を利用する。

<https://www.gables.com/communities/texas/austin/gables-republic-square>

Gables Park Plaza: 繁華街からやや西へ。川沿いで景色が素晴らしく、遊歩道や公園も近い閑静な住宅エリア。買い物は Whole Foods Market や Trader Joe's が徒歩圏にある。車で 10 分の距離に H.E.B と Central Market もある。

<https://www.gables.com/communities/texas/austin/gables-park-plaza>

住居の建築ラッシュが進み、大学近くにも郊外にも新しいアパートが増えています。検索サイトやバス路線図などをご参考に、ご自身の条件に合う場所を探してみてください。在校生に質問いただ

いても結構です。

なお、ほとんどの物件のキッチンがガスコンロではなく、電熱線方式です。上のリスト内では **Gables Republic Square** がガスコンロです。

注意する地域

I-35 (アイサーティーファイブ:”I”は”Interstate”の略で北は Minnesota まで通じています) という南北に走る高速道路の東側に比べ、高所得者の多い西側が一般的に安全な地域と言われています。ここ最近の日本人 MBA は、キャンパスへのバスでのアクセスが便利な **Guadalupe** 及び **N Lamar** 沿いのキャンパス北側と、キャンパスの南側・**Lady Bard Lake** 沿いのダウントウンに多く住んでいます。なお、**Route183** の北側かつ **I-35, North Lamar, Braker Lane (west braker lane)** には含まれた **Rundberg** と呼ばれる地域は、治安の良好なオースティンには珍しく犯罪多めの地域なので、一時滞在先としても回避することをおすすめします。

9. 銀行口座開設

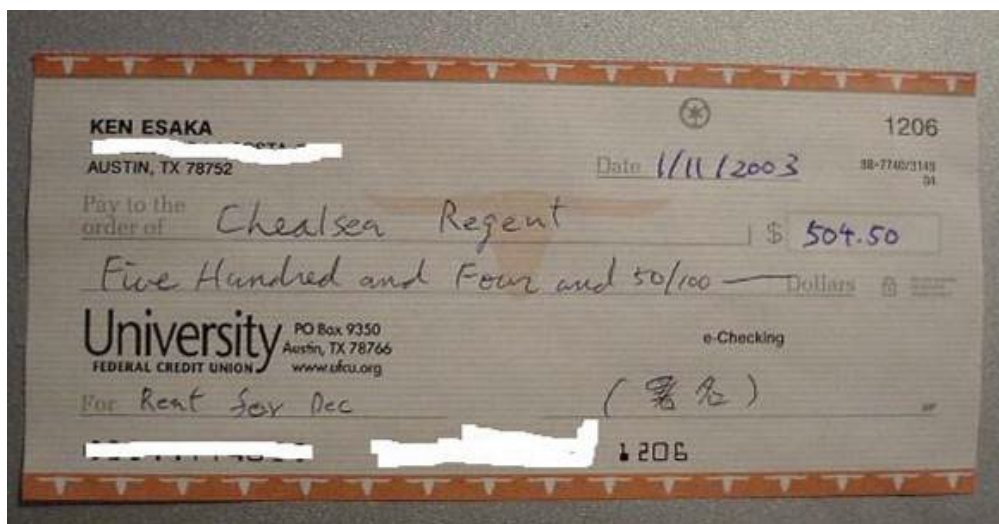
送金用に **SMBC** 信託銀行等の口座を日本で開設したとしても、渡米後に日常の決済用に **Checking** 口座のある米国銀行の口座を開設することになります。特に、家賃の支払いはクレジットカードの場合多額の手数料がかかり、米国銀行口座からの引き落とし手数料は無料、ということがあります。そのため、アパート契約後急いで口座開設する必要があります。複数の銀行がありますが、**JP Morgan Chase Bank** および **Bank of America** (Coop 近くの **Guadalupe** 沿いに小さな出張所がある) がお勧めです。**University Federal Credit Union** も大学内や近辺に窓口や **ATM** が多いですが、大学から離れるとやや不便かもしれません。スマホアプリ(**Zelle** 含め)の使い勝手も考慮すると、近年の日本人在校生の間では **Chase** の評判が良いです。**Downtown** 支店の窓口が特に留学生の口座開設に慣れていることもあり、手続きがスムーズに進みます。

銀行口座開設の際は、パスポート、**I-20**、アパートの契約書をお忘れなく。基本的には住所が確定していないと銀行口座が開設できません。なお、銀行口座はご夫婦の共同名義にすることもできて、夫婦別々にデビットカードを持つことができるので便利です。銀行での手続きは事前にオンラインで日時を予約できるので利用しましょう。

その他に **Citi**、**Wells Fargo** 等の支店、**ATM** も市内に多数ありますが、口座開設時に **SSN** が必要になる場合があるようです。また、すべての大手銀行では日本から送金があった場合に、1 回の手続きのたびに **\$15** の **Transfer Fee** がかかります。また、口座維持の為の最低残高が比較的高めに設定されていたり、預金金利が安く設定されていたりもします。

最近ではほとんどの支払がオンライン決済やキャッシュレス(クレジットカード、デビットカード、アプリ決済の Venmo や、Chase bank の Zelle など)です。車の購入などで稀に小切手で支払うことがありますので、記入例を掲載します。支払先、金額(数字)、金額(スペルアウト)、用途、署名が必要です。

(例) Check の書き方



10. 電気

入居物件を決定すると、正式契約前に、リーシングオフィスから、City of Austin Utilities で電気の契約をせよと言われます。手続きは[オンライン](#)で行います。住所と使用開始日を入力して申し込むと、後日にパスポート写しを送るようにメールが来て、返信すると手続き完了。使用開始前にお金を払う必要はなく、事後の請求に対して支払っていきます。支払いは銀行からの振り込みやクレジット払いが利用可能で、銀行からの自動引き落とし(Auto Pay)も設定可能です。運転免許の申請に住所の確認が2種必要で、アパートの契約書と City of Austin Utilities の請求書(紙)で要件を満たすことができます。

11. ガス・水道

手続きが必要な場合、リーシングオフィスが連絡先を教えてください。そこに電話すればガス・水道の開通の手続きを行えます。ガスは使用していないアパートも結構ありますし、水道の手続きは不要なアパートもあります。

12. インターネット(=電話、ケーブルテレビ)

AT&T と Spectrum の二大巨頭に加え、最近 Austin には Google Fiber が入りました。物件によっ

てはインターネットプロバイダーもリーシングオフィスが斡旋している場合があるので、確認をお勧めします。プロバイダーにオンラインや電話で申し込んで、プログラムと開始日を連絡すれば指定した日にアパートまで来て開通させてくれます。開通日はテクニシャンの空き次第で、数日先になることもあります。AT&T はオンライン申し込みでは運転免許か SSN が必要で、SSN 無しだと店頭で申込が必要で、Spectrum は SSN 無しでもオンラインで契約完了できました(2023 夏時点)。しかし、部屋内の回線が一部外れていて結局電話でテクニシャンを手配して開通しました。

なお、大半のモデムには Wi-fi がついていますので、多くの場合無線 LAN ルータを調達する必要はありません(ルータが必要な場合でもプロバイダからレンタルすることも可能です)。また、日本から無線 AP を持ってくることはおすすめしません。Wifi の周波数が日本と違うため使い勝手が悪く、電波法的に違法な可能性があります。

- AT&T: <http://www.att.com>
 - 必ず ATT “Fiber“かどうかリーシングオフィスに確認したほうが良い。Fiber の場合高速
- Spectrum: <https://www.spectrum.com/>
 - ケーブル(同軸ケーブル)なので、Fiber と違って速度はアパートによってまちまち。代わりに Spectrum Mobile という T-mobile 回線をセットで安く契約することができる。
- Google Fiber <https://fiber.google.com/about/>
 - 有名な GoogleFiber、高速です。
- [Astound \(Grande\)](#)
 - TX ローカルのケーブルテレビ会社だが、Astound は Fiber インターネットを提供している。高速で問題ない

*料金プランについての注意:リーシングオフィスが斡旋している場合、ネット上の金額から特別な割引などがある場合があります。この割引が 1 年限定で、1 年経過後に勝手に高額なプランになってしまった事例がありました。このような場合、アパートの契約と同様、1 年経つタイミングでプロバイダに連絡して割引の交渉をする必要があります。そのため契約時にプランの金額がずっと同じなのか、期間限定なのかはよく見ると良いでしょう(例えば 2 年限定などの場合、24 Month Price lock などと書いてある)

13. 家具

オンラインで Amazon から多くの家具を揃えることが可能です。見て選びたい場合、Austin の北、Round Rock に IKEA があります。IKEA に行けばほぼ全ての家具がそろいます。オンラインで商品を吟味し、リストを作成してから行くと効率よく回れます。送料は 300kg まで\$60 程度(送付先が 2 階だと+α)ですが、組み立ては含まれません。個人で組み立てることができますが、重さが 40kg ×

2 ほどになる家具もあるため、その時は二人以上で作業することをおすすめします。また、IKEA の返却カウンターの隣で業者を紹介してもらうことも出来ます。料金はシンプルな形のクイーンサイズのベッド 1 台で約\$50。かかる時間に応じて料金が加算されるようです。Online で購入することも可能です。

- IKEA Round Rock: http://www.ikea.com/us/en/store/round_rock

また、Burnet Rd 上に多くの家具屋が集まっているので、それを一軒一軒回ってみると良いと思います。家具リース大手の **CORT Furniture (9821-A North I-35)** はリース落ちの家具などを安価で販売していて、同時にリースプランも提供しており、リースは月\$250 位(ダブルベッド×2、ソファ、ソファテーブル、ダイニングテーブル、ダイニング椅子×4、ベッドサイドの照明×2、チェスト×2)で当然アップグレードもできます。家具は日本に持ち帰れない上に売るのは骨ですのでレンタルも選択肢として良いと思います。さらにベッドに関しては **Beds, Beds & More (7530 Burnet Rd)**などのベッド専門店もあります。最も安上がりに済ませたい場合は **Target** や **Wal-Mart** のキャンプ用品売り場でエアベッド(\$30~40 程度)でも大丈夫です。エアベッドでは眠れない、という人は **Futon mattress**(ソファベッドのソファ部分)という日本の布団に似たものが売っていますのでそれを買って良いと思います。ソファベッドなどはサイズが小さいものが多いのですが、**Airport Blvd** の **Highland Mall** の先にある家具屋ではキングサイズのものを取り扱っており、これは十分快適に寝られます。

現物を見ることはできませんが、特にこだわりがなければ **Amazon** で頼んでしまうのが手間もコストも省けますのでおすすめです。

14. 車

Austin では米国車・日本車他のディーラーや中古車専門店など、日本同様に車を購入する環境は整っています。いくつか回って希望車種を探し、価格交渉をするといいでしょう。

特定の車種を中古で探したいという場合には、**Kelley Blue Book**(<http://www.kbb.com/>)が有名です。エリアを指定して中古車検索もできますし、中古車の相場目安にもなっているサイトです。年式ごとの値段を見れば、2 年後にどのくらいの値段で売れるのかもわかるかと思います。また、日本の不動産屋のように、目当ての車が **Kelley** に掲載されていても、実際にディーラーを訪問したら「ちょうど今売れちゃった」などと嘯かれるケースが多々あります。そういうディーラーは信用できないので避けた方が無難かもしれません。また、ディーラーによっては、日本と同じように値切り交渉に応じてくれますので、まずはふっかけてみて下さい。

日本人駐在員向けの中古車ディーラー(**Japan Auto Service**、**ガリバーUSA**)であれば全て日本語で対応可能で、各種事務手続きも代行してくれます。帰国時の買取もお願いできます。便利な反

面、Austin に店舗がないので、車はカリフォルニアなどから運んでこなければならず、その送料に加えて一般の中古車相場よりかなり割高なので、安い車を購入したい場合は別の方法を探すのが良いかと思います。

CarMax という中古車の全国チェーンが Austin にもあります。日本で言うとガリバーのような大手で値段は若干高いですが、状態の良いものが多いです。独自の保証もつけることができるので、買った車がトラブルだらけ、という心配は少ないかと思います。

最近の年式の安全装備(アドバンスドオートクルーズやブラインドスポットセンサー、プリクラッシュブレーキなど)が欲しい場合、日本車は価値が下がりにくいいためリセールバリューを望めるので新車をディーラーで購入するという手もあります。Nissan や Subaru など、お好みのディーラーをいくつか見て回ってライバル車種同士で見積もり比較してみると良いでしょう。ディーラー新車購入の場合、半年ごとの点検など充実しており、トラブルに見舞われることなく安心して乗ることができます。

卒業する2年生や日本に戻られる海外赴任の方から moving sale で直接購入できる場合もあります。名義書換を自分で行う(<http://www.txdmv.gov/>) 手間がかかります。さらに、名義を変更するときに購入金額を自己申告し、数%の税金をテキサス州に収めます。しかし、税金を納めても業者から中古車を購入するより割安の場合が多いです。知らないアメリカ人から買うより日本人から購入した方が安心という方におすすめです。

スマホアプリ(Google Map)のナビゲーション機能の性能が良いので、アメリカの車ではカーナビは基本的についていません。比較的新しい車種の場合は、iPhone や Android と車を接続することで Apple Car Play/Android Auto により車のディスプレイに GoogledMap など表示することができるので、これがカーナビの代わりになります。(iPhone の音楽再生も可能)。トンネルなど GPS で案内できない場所は Austin ではありませんし、国立公園など圏外になってしまう場所では事前にマップのダウンロードをしておけば問題ありません。

通常、車の購入後は、そのまま乗って帰ることになりますが、保険に未加入の場合は特に安全運転を要します。また、CarMax は、テキサスの運転免許証がないと、試乗も購入後に乗って帰ることもできないので、当該運転免許証を持っている人の同伴が必要です。

社費生で派遣元の会社の方針等でリースが必須の場合、現地のディーラーは SSN 無し、Credit History 無しでは話にならない場合が殆どです。会社とこちらのディーラーとの直接契約に持ち込めるような場合は打開策もありそうですが、立替精算方式の場合、地元のディーラーでは殆ど拉致が空きません。ちょっと回りくどい方法になりますが、New Jersey の日本オートリーシングという会社

が米国在住の日本人を相手に、SSN や Credit History 無しでもリースをするサービスを行っています。日本オートが元請、下請けに回収代行会社と Austin 市内の新車ディーラーが付く契約形態になり、多少割高ではあるものの、長期でレンタカーするよりは相当安く、車種のバリエーションも豊富ですのでリースが必要な特殊な事情がある場合は相談してみたらよいと思います。

- 日本オートリーシング：<http://www.nippon-auto.com/ga.htm>

Phone) 1-201-666-8000

E-mail) kaga@nalauto.com (加賀代表)

(a) 運転時の注意点

米国は日本よりもスピード違反や違法駐車取締りが厳しいです。都市部はもちろん、日本では誰も制限速度を守らないような田舎の道路でもスピード違反を取締まっていることが多々あります。このほか、スクールゾーン(ゾーン内での加速や車線変更をしてはならない等特別なルールがあります)での取り締まりも多いので注意しましょう。また、テキサスはスピード違反による罰金が他州と比較して異常に高いです。スピード違反などで捕まった際に、飲酒運転が発覚するとかなり厳しい罰則が待っていますので、飲酒後の運転も避けましょう。日本と異なり、飲酒運転の検問等はありませんが、いかにも飲酒運転をしているであろうフラフラしながら走っている車はすぐに巡回している警察の車が追いかけてきます。

(b) 車のメンテナンス

車検と自賠責保険は年 1 回の更新が必要となります。(英文の無事故証明書を日本で用意しておけば、保険が安くなる可能性があります。)自賠責については放っておいても登録元の Court Office から通達が来るので、それに Check(\$60 程度)を添付して送り返せば OK です。車検については更新時期に車を近くの修理工場などに持ち込む必要があります。町を車で流していると、"State Inspection"という看板を掲げた修理工場を良く見かけるので、そのいずれかに持ち込みましょう。料金はどこでやっても同じです。

またオイル交換は 3 ヶ月に一度、または 3,000 マイル走行した頃に行う、というのが一応の目安です。HEB のレシートの裏に Firestone などの会社の Oil Change クーポンがたまに付いていますので、それを利用すれば\$15 程度で交換可能です。その他では、Guadalupe&35th、Red River&41st (同じチェーン)にある自動車修理工場も評判がいいです。

中古車を購入した場合、往々にして既にタイヤが相当すり減っていたり、バッテリーが古くなっていたりする場合があります。タイヤのすり減りチェック・交換は Discount Tire、バッテリーのチェック・交換は AutoZone がお勧めです。また、不運にもバッテリーが上がってしまった場合、ロードサイドサービスと呼ぶしかないわけですが、JALUSA カードを作っていれば、初年度はプレミオカーライフサポートが無料で付帯しているので、プレミオに電話すれば日本語で近くのロードサイドサービス

を呼べます(ジャンプスタートの場合トータル 50ドルくらい。)。また、空港などの大きな駐車場ではジャンプスターターを用意してくれている場合があるので、こういう場所ではまずは駐車場の管理者に聞いてみましょう(空港の駐車場では無料で対応してもらえました。)

15. 運転免許

(a) テキサス州のドライバーズ・ライセンス取得

アメリカではアルコールの購入やバーへの入店の際に年齢が確認できる ID の提示が常に求められます。英語で書かれた ID がないとパスポートを持参するはめになるので早めに取得しましょう(残念ながら UT の学生 ID には生年月日が記載されません)。MBA プログラムが始まると時間がなくなるので、サマースクールから参加する方はこの間に取得することをお勧めします。

テキサス州のドライバーズ・ライセンス取得は **Learner's Permit**(21 歳以上のライセンス保持者の同伴が条件の免許。免許証に小さく条件が書いてある)、そして限定解除の 2 段階で申請します。

申請先は [Texas Department of Public Safety\(DPS\)](#) で、オンラインで予約を取ることが必須です。**Learner's Permit** の申請には筆記試験が必要で、[3rd party](#) が提供しているオンラインコース(所要 6hr)の受講で代替することができます。また、当日にはコース修了証の他に、申請書(事前にダウンロードして記入、または DPS で当日記入)、Passport(VISA)、I-20(全ページ必要！)、I-94、及び住所証明書類 2 通が必要です。この住所証明は、アパートの契約書や電気代の請求書、銀行の書類など公的なものに限られており、認められる書類が異常に厳しいので事前に公式ページのリストを確認、念のため 3 種類など持っていけば書類が認められずにせっかく取った予約を棒に降る危険性が減らせます。。SSN が無い場合は「SSN 申請していません」との誓約書をその場で作成します。当日は書類審査の後に、視力検査、申請料支払(原則クレジットカード)を行います。申請が認可されれば仮の運転免許となる紙がもらえ、後日に免許証が自宅に郵送されます。家族の免許申請時に家族の氏名が載っている住居の確証が無い場合は、住居確証のある家族などが同行して誓約書をその場で書くことで代替可能です。この場合には、誓約者の住居の確証も持参する必要があります。

2 段階目はドライビング・テストであり、DPS での受験か、[3rd Party](#) で受験か選びます。前者は予約が非常にとりづらく、料金の高いながら予約の取りやすい後者が現実的です。テストには **Learner's Permit** と **IMPACT** と呼ばれる 1hr のオンラインコースの修了証が必要です。ドライビングテストに合格すると厳封された書類一式(合格証など)がもらえ、それをもって DPS に 2 度目のアポを取って申請すると、**Learner** としての限定が解除されます。2 度目に必要な書類は I-20/I-94/パスポート/厳封された書類一式です。DPS でドライビングテストを受ける場合には自分の車の車検証や保険加入証が必要と思われます。

DPS へのアポ取りについて補足: 1度目アポ時の窓口対応スタッフの事務処理能力が高い場合に限り、2度目のアポが不要になるよう段取りしてくれる場合があります。1度目のアポ時にドライビング・テストの予定が決まっている(あるいはすぐに受験できる状態)の場合、2度目のアポ時に実施する事務手続きと支払いを予め済ませることができます。これができると2度目のアポをシステムから予約する必要がなくなり、ドライビング・テスト後に渡される必要書類一式(厳封された封筒)と支払い後に発行される書類を所定の期限内に DPS の窓口へ提出するだけで手続きが完了します。尚、2023 年 12 月末時点裏メニューのようなこのケースは 2023 年入学の日本人在校生(米国での滞在経験が豊富)が実施した 1 回のみ事例ですので、原則 2 回アポを取る腹つもりで考えましょう。

DPS の混雑ぶりは深刻で数カ月先まで埋まっていることがほとんどです。ただ、キャンセルや変更はその時刻まで無料で可能ですので、早めに予約してしまうのが良いでしょう。また、キャンセルなどによる空きが朝 7:30 頃に予約可能スロットとして出るので、毎朝リロードしながらチェックすると当日や近い日時の予約ができることがあります。

オンラインコースの内容は、Texas Driver's Handbook をカバーしたものとなっています。レンタカーの運転等で取り急ぎ内容を把握したい場合は、以下の URL から閲覧できますので参照してください。オーディオブックも利用可能です。

- Texas Driver's Handbook
<http://driving-tests.org/texas/texas-drivers-handbook-online/>
- オーディオブック
<https://driving-tests.org/texas/texas-driver-audio-handbook/>

(参考)

- カリフォルニア州在住者向けの日本語ホームページ(制限速度などは異なる)
<http://www.kondomotors.com/text/carinformation/california-driver-handbook-index.html>
- 無料オンラインテスト
<https://driving-tests.org/texas/>
<http://www.texasdrivereducation.us/>

ドライビング・テストの内容は、1)筆記試験合格時にもらう書類と車の保険加入証書を渡す、2)クラクション、ウインカー、ブレーキランプの作動チェック、3)縦列駐車、4)バック、5)路上運転です。路上運転では、制限速度(遅すぎても減点されるので注意)や標識(Yield や All Stop のサイン)に注意して走って下さい。また左右の確認は多少オーバーに、かつ試験官にきちんと確認しているという事をアピールする位の気持ちで行って下さい。なお発車してすぐに縦列駐車ですので、自信

がないという方は事前に何回か練習しておくとい良いでしょう。DPS の営業時間外なら特設許可を得る必要も無く、試験場で練習できます。週末に縦列駐車の実習に行くと、練習のために車が並んでいることがありますので、早朝か夕方辺りに練習に行くことをおすすめします。

(b) Identification Cards in Texas

テキサス州の免許証は ID としても有効なため、免許をすぐに取得される方はテキサス州の ID カードを発行する必要はありません。ただ、免許を取得しない方や、配偶者などで英語が苦手なために免許取得まで数ヶ月の時間を要すると考えられる方は、免許取得前にテキサス州の ID カードを発行するというのも一つの選択肢になります。パスポートは ID として有効ですが、現住所の記載が無いことと、紛失リスクが高すぎることからテキサス州の ID を持っておいた方がより望ましいです。発行に必要な書類、発行機関は免許証と同じです。

16. ソーシャルセキュリティナンバー

(a) ソーシャルセキュリティナンバーについて

米国ではソーシャルセキュリティナンバー(通称 SSN: Social Security Number)という社会保障システムがあります。概念としては日本のマイナンバー制度に近いです。通常 SSN は米国での就労や社会保障を受ける際に必須となるのですが、留学生でも取得することが可能なケースがあります。SSN 取得のメリットは様々あるのですが、留学生にとっては米国のクレジットカードが作れるようになること及び SSN の入力求められるような手続き(サマーインターン含め)が対応可能になることの 2 点が挙げられます。後者の方は手間がかかるものの、他の個人情報や手続きで SSN 入力を代替することが可能な場合が多いので実用的なメリットは前者となります。米国のクレジットカードが作れることで日々の生活が便利になることに加え、利用金額に応じて貯まるポイントの利用範囲と還元率が高いのが特徴です。詳細については様々な方がネットで情報をまとめているのでぜひ調べてみてください。

(b) ソーシャルセキュリティナンバーの取得

SSN 取得のために準備が必要な書類と段取りは下記の通りです。

- 必要書類

①オンラインアプリケーション完了時に発行される受付番号

* スクショでもプリントアウトでもどちらでも可能, プリントアウトしておいた方がベター

②パスポート, I-20, I-94

* オンラインアプリケーション時に身分証明としてこの 3 つを選択することになるので紙で持参

③会社からのスポンサーレター(社費生の場合)

* F-1 ビザ取得の際に在日アメリカ大使館に提出した会社からのスポンサーレターを紙で持参

- 段取り

①事前にオンラインアプリケーションを完了させる

<https://www.ssa.gov/number-card/request-number-first-time>

②インタビューを受けに社会保障事務所(通称 SSA: Social Security Administration)へ行く

* インタビューの事前予約は不可, SSA に到着した順に対応される

1029 Camino La Costa, Austin, TX 78752

<https://goo.gl/maps/BM2KGTMRb6XfFKY9>

⚠ 当日の注意点 ⚠

・事務所の営業開始は 9 時からですが、8 時前に行くことをおすすめします。

・8 時前に到着しても既に 10 人以上並んでいます。9 時頃には 30-40 人くらいの列になります。

・中に入ってからは電子端末受付→窓口呼び出し→担当官と 20 分程度 Q&A の流れです。

以下、実際に SSN を取得した筆者(2025 卒-与口)の感想メモです。

▼私の場合は派遣元会社での雇用状態が継続している旨を説明させられました。毎月給与がちゃんと入っていることを、スポンサーレターを使いながら日本での雇用状況について丁寧に説明しました。

▼米国でのインターンのことは全く触れられませんでした。聞かれたら場合に備えて”MBA 生でありインターンは必須”と答える準備はしていました。

▼担当官の判断によって全てが決まるので非常に難しい手続きですが、営業開始直後を狙う戦略は合理的だったと思います。担当官も人間なので、朝イチのまだ疲れていない・ストレスの少ない時間帯を狙うことで審査承認の確率が上がると感じました。

17. 生活関連

テキサス発祥で地元民に愛される H.E.B で良い品を安価で入手できるほか、高品質帯のスーパーやアジアや日本の食材・物品の入手が可能です。大量購入では Costco もあります。

(a) スーパー、量販店

(1)	H.E.B	いたるところにある、テキサス 1 のスーパー。安くて質が良いものが買える。 https://www.heb.com/
(2)	Randall's	HEB と同じく近所のスーパーという存在。Randall's Card を作るとメンバー価格で買い物ができる。 http://www.randalls.com/IFL/Grocery/Home
(3)	Wal-Mart	世界最大のスーパーチェーン。HEB より多少安い。 http://www.walmart.com/

(4)	Whole Foods Market	Austin が本社の Organic を多く扱うセレブ御用達と言われているスーパー。 http://www.wholefoods.com/
(5)	Central Market	HEB 系列の Organic を多く扱うスーパー。公園が併設されており、子どもたちも遊べる。 http://www.centralmarket.com/
(6)	Trader Joe's	グルメ・フード、オーガニック・フード、ベジタリアン・フード、各種ワイン、ユニークな冷凍食品も品揃えした比較的高級志向のスーパー。ダウンタウンの少し西に 1 店舗あります。 https://www.traderjoes.com/home
(7)	Sprout	Organic を多く扱うスーパー。Central Market よりは安い。 http://sprouts.com/home.php
(8)	COSTCO	会員制の大型倉庫店。まとめ買いがお得。最近は薄切り肉やアジア冷凍食品など、日本人に嬉しいものも増えてきた。Membership 加入が必要だ UT 生特典割引があるので申し出ると良い。Austin 市内には 2 店舗。 Costco Austin http://www.costco.com/Warehouse/WarehouseDetails.aspx?WarehouseNumber=681 Costco South Austin http://www.costco.com/Warehouse/WarehouseDetails.aspx?WarehouseNumber=641
(9)	Sam's CLUB	COSTCO の競合、Wal-Mart 系 Austin-Round rock に 4 店舗 http://www.samsclub.com/sams/
(10)	Target	電化製品・家具・洋服など何でもある。日本のイトーヨーカドーのようなお店 http://www.target.com/
(11)	Best Buy	電化製品 http://www.bestbuy.com/
(12)	Daiso	日本のダイソーと同様の品揃え 99 Ranch と同じ敷地内。 https://daisous.com/ 6905 Airport Blvd #160, Austin, TX 78752

(b) 日本食材店・物品店

日本食が普及し、普通のスーパーでも色々と手に入りますし、Amazon で米国内の輸入品店から取り寄せも可能です。しかし、日本産の調味料が欲しいとか、生鮮食材が欲しい時には、オースティン近辺に多くあるアジアスーパーでかなり揃います。あさひは日本人オーナーによ

る品揃えで、他にないものがあり助かります。

(1)	99 Ranch Market	キャンパス周辺からも車やバスでアクセスしやすいアジアスーパー。規模も大きく品揃えも良いため、行けば大体のものが揃う。ダイソーや Kinokuniya、くら寿司と同じ敷地内にある。 http://www.99ranch.com/
(2)	あさひ	日本食材店。コンビニサイズだが、品ぞろえが素晴らしくここにしかないものが多くある。米はのぞみ、輝き、田牧米がお勧め。おにぎりや弁当の店頭販売やケータリングもやっている。日本人コミュニティを支えてくれている。北と南に2店舗ある。 http://asahi-imports.com/
(3)	H Mart	大手韓国系スーパー。Austin 中心街から車で 30 分程度の Cedar Park にある。店内が綺麗なので、安心して買い物ができる。日本食材・韓国食材が非常に豊富。 11301 Lakeline Boulevard https://www.hmart.com/
(4)	Hana World Market	日本食材の充実度はオースティンで一番、でしたが、今は他にもスーパーができてきました。選択肢の一つに。(近年は通う学生がいないようです) http://hanaworldmarket.net/
(5)	Han Yang Market	North Lamar 通り沿いにある韓国食材店。日本食も充実。冷凍だがアメリカではあまり見られない薄切りのしゃぶしゃぶ用牛肉と豚肉も買うことができる。韓国料理のレストランも入っており、格安でなかなか美味しい。99 Ranch のすぐ近く。 https://austinhanyangmarket.com/ 6808 N Lamar Blvd # A110
(6)	MT Market/ China Town Center	China Town Center の敷地内に MT Market という大きなアジア食材スーパーがある。(中国風の門があり、すぐにわかる。)この中にある韓国料理屋 Korean Grill は日本人好みの味でお勧め。店内の匂いが若干気になるとの意見もある。 10901 N Lamar Blvd G, Austin, TX 78753
(7)	Daiso	日本のダイソーと同様の品揃え 99 Ranch と同じ敷地内。日本にはあるが米国では見つけにくい生活雑貨が見つかるので重宝します。食品も少しあり。 https://daisous.com/ 6905 Airport Blvd #160, Austin, TX 78752
(8)	Kinokuniya Austin	日本の本や漫画(和文・英文)、文房具や雑貨がある綺麗なお店。日本のアニメ・漫画を好むオースティン人たちの聖地のようになっている。プレゼント

		用などに和モノ雑貨が欲しい時には Kinokuniya が頼りになる(但しラッピングはしてくれない)。人気ある漫画は日本で発刊後約 2 週間で店頭に出る。取り寄せも可能。 https://usa.kinokuniya.com/stores-kinokuniya-austin
--	--	--

(c) ショッピングモール

(1)	Domain	ブランド店が沢山入っている高級モール。 http://www.simon.com/mall/the-domain
(2)	Barton Creek	Nordstrom のようなデパートから Gap などが入るモール。 2901 S Capital of TX Hwy #h15 Austin
(3)	Arboretum	Great Hills にあるショッピングモール。 10000 Research Boulevard

(d) アウトレットモール

(1)	San Marcos Premium Outlets	Austin から 1 時間くらい。1 日で回りきれないほど大きい。Gucci、Tumi、DKNY、アバクロ、Kate Spade、Tory Burch、Janie & Jack、Pottery Barn など Round Rock にないお店がたくさんある。 http://www.premiumoutlets.com/outlets/outlet.asp?id=88
(2)	Round Rock Premium Outlets	車で 30 分位のところ。半日で回れる。 http://www.premiumoutlets.com/outlets/outlet.asp?id=73

(e) 日本食系レストラン

(1)	Musashino Sushi Dokoro	日本人経営の日本食レストラン。夜は日本の居酒屋のようなメニュー。格式が高い感じで値段も若干高い。 https://musashinoatx.com/ 2905 San Gabriel St Suite 200, Austin, TX 78705
(2)	Komé: Sushi Kitchen	日本人経営の日本食レストラン。 https://www.kome-austin.com/miso/ 5301 Airport Blvd #100, Austin, TX 78751
(3)	Kura Revolving Sushi Bar	くら寿司。日本と同様のメニューが揃っている。週末は数時間待ちのこともある。アプリの Waitlist を使うのがお勧め。ダイソー、99 Ranch と同じエリア。 https://kurasushi.com/locations/austin-tx-airport-blvd/ 6929 Airport Blvd Suite 125, Austin, TX 78752
(4)	Tatsuya	豚骨ラーメン。オーナーは日本人。Austin に店舗拡大している人気店。 http://ramen-tatsuya.com/

(5)	Sazan	鶏白湯ラーメン。ダイソー、くら寿司と同じエリア。 http://sazanramen.com/
(6)	Jinya	豚骨、鳥白湯など。全米展開。Domain にある。 https://www.jinyaramenbar.com/
(7)	Marufuku	豚骨ラーメン。2023 年新規オープン。全米展開している。 https://www.marufukuramen.com/austin

(f) レストラン

(1)	Franklin BBQ	Austin で最も有名な Texas BBQ のレストラン。11 時開店でランチのみ営業であるが、早い人は朝7時頃から並んでいるらしい。テイクアウトもあるが、5lbs からなので、友達と一緒に買うのが吉。 https://franklinbbq.com/
(2)	Interstellar BBQ	Cedar Park の近くにある、Texas BBQ のレストラン。Texas Monthly の記事で、テキサス内2位と評価を受けた。サイドも含めとても美味しい。 https://theinterstellarbbq.com/
(3)	Saltlick BBQ	Texas BBQ のレストラン。オーナーの奥さんがハワイ出身の日系アメリカ人だからか、味付けも日本人好み。空港内店舗を含めて Austin には 3 店舗ある。第一号店の Driftwood へは車で 40 分。周りに何も無い所にある。 https://saltlickbbq.com/
(4)	Hopdoddy Burger	ハンバーガー。Austin 市内にも複数店舗展開している人気店。オリジナルバーガーはどれも美味しい。 https://www.hopdoddy.com/
(5)	Texas Roadhouse	ステーキを気軽に食べるなら。全米展開のチェーンだが、お財布に優しくおいしいステーキが食べられる。サイドメニューも美味。 https://www.texasroadhouse.com/
(6)	Torchy's Tacos	TEX-MEX 料理のチェーン店。TEX-MEX を気軽に食べたいなら、安定して美味しい。 https://torchystacos.com/
(7)	Choo Sand & Omakase	https://www.chooatx.com/ https://www.instagram.com/choo_sando_omakase/ 寿司に精通した韓国人オーナーが高品質な寿司ランチボックスやフルーツサンドを提供してくれる。持ち帰りメインだがイートインもある。値はそれなりにする。 5222 BURNET RD #535,Austin, TX 78756

その他、Yelp などを使ってご自宅の近くで評判のお店を探せます。飲食店はとても多いので、外食が好きならば楽しいと思います。

(g) 携帯電話

日本で使用しているスマートフォンが SIM フリー対応であれば、基本的には米国用の SIM カードを購入し差し替えるだけで使用可能です。米国到着後に空港などで購入する他、出国前に日本で購入することも可能です。eSIM も使えます。機種は iPhone であれば Verizon を除いて全てのキャリアに 4G・5G 周波数に対応しているの問題ありませんが、Android の場合は使える周波数が限られる可能性があります。契約するときに日本の携帯キャリアサイトなどをつかって対応周波数を調べると良いでしょう。

携帯電話会社については、主に T-Mobile, AT&T, Verizon の 3 つがあります。いかにそれぞれのキャリアについて詳しく説明します。

T-mobile: AT&T/Verizon の 2 大キャリアへのチャレンジャー的位置付けの、日本でいえば Softbank のようなキャリアでしたが、5G の先端的な設備への投資がもっとも進んでおり、スピードなどのランキングで 2 大キャリアを追い越すまでになりました。格安 SIM (MVNO) も多く出ており、最も契約しやすいキャリアと言えるでしょう。電波のつながりやすさや速度は Austin などアメリカの都市部ではまず問題ありません。ただし、アメリカの国立公園やテキサスの郊外の道など圏外になりやすい都市部以外には穴があることもあります。契約が簡単で安く実績もある MVNO は、mint mobile (格安 SIM ランキングトップ), us mobile (学割あり、日本など国際電話無料で世界データローミング付き) です。

AT&T: 日本で言えば NTT 的な立ち位置のキャリアで、最もカバレッジが良いです。アメリカの郊外でつながりやすく、AT&T がダメなら他キャリアもダメといった感じです。ただし、5G などの新規設備投資、MVNO などは遅れており、スピードやサービス仕様など満足できないことも。お勧めの契約方法は AT&T 本体が提供している AT&T Prepaid です。他キャリアより割高ですが、ネット専用割引や学割を活用すると良いでしょう。

Verizon: AT&T のようにカバレッジも広く、T-mobile のように 5G 設備投資/MVNO も進んでいる中間的立ち位置、日本でいうと KDDI のようなキャリアです。カバレッジもスピードも速くお勧めなのですが、Verizon だけは Verizon の周波数帯をサポートした端末がないと契約させてもらえないため、ハードルが高いです。日本で売っている端末は iPhone などであれば Verizon のほとんどの周波数はカバーしているのですが、全てではないため弾かれてしまいました。おそらく US で Verizon サポートモデルを買わないと契約できないと思います。お勧めの MVNO は t-mobile も提供している us mobile (t-mobile とほぼ同様特典が多い) と、Visible Mobile (Verizon の子会社) で、格安で iPhone などの Deal をだしていることが多いです。もし US で端末込みで調達する場合は Verizon も考えてみると良いでしょう。(iPhone であれば日本の周波数を全てサポートしており、帰国後も問題なく使えます、SIM ロック解除条件だけ注意)

また、日本の携帯番号を維持する方は、日本の格安キャリアの安いプランに乗り換えています。eSIM への乗換手続きであれば米国からネットでもできそうですが、日本に居るうちに済ませておきましょう。1 台のスマホで日本と米国の番号 2 つの SIM(eSIM+物理 SIM か、eSIM を 2 つ)を入れて使うことも可能です。お勧めは楽天モバイルで、US でも月 2GB まで利用可能、US から日本の電話番号へ日本の携帯番号から発信可能など、多くのメリットがあります。

米国は携帯電話への保険や金融商品の電話営業が多く、入手する携帯電話番号によっては、ひどい頻度になります。勧誘電話を望まない方は、[公に登録](#)した上で、Spam call blocker などのアプリで対策すると良いでしょう。なお、米国のアプリ購入のためには、米国住所の Apple ID が必要なことがあります。日本の Apple ID とは別に、新しく作成すると良いでしょう。日本のアプリ購入に日本の Apple ID が要る場合もあります。

携帯のトラブル時にはオースティン市内あちこちにある修理ショップが利用できます。例えば、スマートフォンの画面が割れたときは、All Wireless Repair (<http://www.allwirelessrepair.com/>)で 1 時間くらいで直してもらえました(費用は 80 ドルくらい)。

18. 医療関連

(a) 病院へのかかり方

ここでは、大学の必須保険(BCBSTX)を使って最もアクセスがよくクオリティの高い UHS を利用する方法を解説します。

● STEP1

体調が悪いが、911で救急車を呼ぶほどでもない場合、まず UHS のアポイントメントを取る必要があります。コロナのワクチン接種などの予防接種も同様にアポイントが必要です。逆に、緊急な場合は即911を呼びましょう。

オンラインでアポイントを取るには以下リンクにある MyUHS で可能です(EID でのログインが必要) また、風邪やインフルなど、突然具合が悪くなって当日一刻も早く受診したい場合、以下リンクにある番号に電話をかけて、ナースヒアリングで症状を説明すると適切なアポイントメントをとってくれます。

<https://healthyhorns.utexas.edu/appointments.html>

*UHS にアポイントメントなしで駆け込んでも、結局上記の電話でアポイントメントを取るよ
うに言われるので注意

● STEP2

アポイントメントの時間の少し前に行って、チェックインしましょう。建物に入って1階奥に受付があります。救急クリニックは受付の奥に病室があり、そのまま入れます。それ以外の一般内科や検査などは 2 階に受付があるので、救急以外でアポイントを取った場合は 2 階

に直接行きましょう。

- STEP3

処方箋は予約時に伝えていた希望薬局にオンラインで送信され、名前を言うだけで薬を買うことができます。その場で送信先薬局を確認されるので、もし違う薬局を希望する場合でも変更が可能です。薬局については HEB や Target などのスーパーや Walgreen など、なんでも大丈夫ですが BCBSTX の場合 RRH から最寄りの Target は OutNetwork なので薬代が高額になるので注意が必要です。指定する薬局が InNetwork か心配な場合は薬局を指定するときに聞くと教えてもらえます。

また、処方箋が必要でない市販薬をとるように指示されることもあります。どの市販薬を、どれくらい摂取すれば良いのかについては、メモ書きの小さな紙と口頭で説明してくれるのみなので、回数や間隔、空腹を避けるべきか、眠くなるから運転を避けるべきかなど、細かいことでわからないことがあったら必ず確認し、メモしてもらいましょう。なお、大体達筆なので解読不能なこともあります。それが終わったらキャッシュレス(無料)なので、受付で支払いなど何も必要なそのまま帰れます。黙って出ていけば OK です。

- STEP4

次回も来る必要がある、別のドクターにかかる必要がある場合など、ケースに応じて受付、別途電話でアポイントメントを取って再診となります。UHS 以外を紹介された場合は、自分でクリニックに電話してアポイントメントを取ります。UHS の場合、手術などがなければ基本的に完全キャッシュレス(無料)ですが、UHS 以外の場合、自己負担が発生します。この自己負担分については他の保険でカバーできる場合もあるので、ご自分の保険会社に個別に確認してみると良いでしょう。(例えば社費の場合、日本から別の保険が一括でかかっている場合など)

19. 育児・小児医療関連

Austin はキッズフレンドリーで子育てしやすい街です。緑も多く公園があちらこちらにあります。

(a) 医療

小児科へのかかり方

- 探し方

着いたら、まず一番にホームドクターを探す必要があります。見知らぬ土地で無作為に探すのも大変です。Yelp などでも評判を検索することも有効です。加入している保険会社に対応可能な最寄りの病院を探してもらい、予約を取ってもらうことができます。そこで健康診断をしてもらい、学校に行く場合は必要な予防接種を打ってもらうといいです。

① 病院名: Children's Medical Group (<http://www.cmgaustin.com/>)

住所: 1912 W. 35th Street, Austin, TX 78705

電話: (512)-451-5161

- ② 病院名: Jollyville Pediatrics (<https://jollyvillepediatrics.com/>)

住所: 11851 Jollyville Rd. Ste. 204, Austin, TX 78759

電話: (512)-219-5550, FAX: (512)-219-5551

- ③ 病院名: Texas Children's Pediatrics Dawson & Ramirez Pediatrics

(<https://www.texaschildrenspediatrics.org/locations/texas-childrens-pediatrics-dawson-ramirez-pediatrics>)

住所: 1111 W 34th St #102, Austin, TX 78705

電話: (512) 467-1201

- ④ 病院名: Texas Children's Urgent Care Westgate <夜間・土日診察>

(<https://www.texaschildrensurgentcare.org/texas-childrens-urgent-care-westgate>)

住所: 4477 South Lamar Blvd., Suite 400, Austin, TX 78745

電話: (512) 892-9231

専門用語がわからない場合でも、病院側がテレビ電話等で Translator をつけてくれますので、それを頼りにしても特段問題はありません(追加料金不要)。

● 予防接種

米国の予防接種制度は種類、対象年齢、間隔等、日本と異なります。ビックリするくらい数種類の予防接種をまとめて接種することもあります。同時に数種類の注射を打つと高熱(38度以上の熱)を出すことがあります。予防接種の前に Tylenol(解熱剤)を飲んでおくと比較的軽く済みます。

子供の入学、入園の際には過去に受けた予防接種の確認を求められます。英文の予防接種証明書を準備しておいたほうがいいです。予防接種は大学提携の保険が適用できます。ホームドクターにお願いする方がいいでしょう。

◎ ワクチンの種類

ポリオ・・・Polio: 日本は経口タイプだがアメリカは注射

ジフテリア・破傷風・百日咳三種混合・・・DTP/DTaP

麻疹・おたふく風邪・風疹・・・MMR: 日本と異なり3種混合

B型肝炎・・・HepatitisB 2回目は1回目から4週間以上あけて

3回目は2回目から8週間以上あけて接種をする。日本では任意接種です。

A型肝炎・・・HepatitisA。日本では任意接種です。

インフルエンザ B型・・・Hib ワクチンの名前で知られています: 日本では任意接種です。

水痘・・・Varicella: 日本では任意接種です。

肺炎球菌・・・PCV: 肺炎球菌は髄膜炎や中耳炎などの感染症を起こします。日本では任意接種です。

◎テキサスのチャイルドケアで必要とされている予防接種

最新版はテキサス州の HP などをご確認ください。

<https://www.dshs.texas.gov/immunize/school/child-care-requirements.aspx>

3ヶ月まで ポリオ 1回、DTaP1回、Hib1回、B型肝炎 1回、肺炎球菌 1回

5ヶ月まで ポリオ 2回、DTaP2回、Hib2回、B型肝炎 2回、肺炎球菌 2回

7ヶ月まで DTaP3回、ポリオ 2回、Hib2回、B型肝炎 2回、肺炎球菌 3回

16ヶ月まで DTaP3回、ポリオ 2回、Hib3回、B型肝炎 2回、肺炎球菌 4回、
MMR1回、水痘 1回

19ヶ月まで DTaP4回、DTaP3回、ポリオ 3回、Hib3回、B型肝炎 3回、肺炎球菌 4回、
1歳になったら、MMR1回、水痘 1回

25ヶ月まで DTaP4回、DTaP3回、ポリオ 3回、Hib3回、B型肝炎 3回、肺炎球菌 4回、
MMR1回、水痘 1回、A型肝炎 1回

43ヶ月まで DTaP4回、DTaP3回、ポリオ 3回、Hib3回、B型肝炎 3回、肺炎球菌 4回、
MMR1回、水痘 1回、A型肝炎 2回

ツベルクリン反応が必須になってきます。BCGを接種しているので陽性になることがありますが、その場合はレントゲンを撮ってもらいましょう。

◎アメリカの子供の予防接種についての日本語による説明

<http://www.kenkyuu.net/guide-5-02.html>

<https://sappieblog.com/immunization/>

(b) 子供の学校

① 公立小学校（以下は、2025 卒亀井の経験に基づきます）

UT 周辺の公立学校は AISD (Austin Independent School District) と呼ばれる学校区になります。情報は [オースティン学校区ホームページ](#) にあり、転入手続きもポータルサイトでアカウントを作成して進めます。質問などはサイト内からの問い合わせフォームを使うと丁寧に返信がきます。

通う学校は住居で自動的に決まり、学区外に通う場合は許可が必要です。就学児童がいるご家庭は住居を探す際に学区(小学校選び)や小学校への通学距離や手段も考慮する必要がありますでしょう。結局のところ学校は通わせてみないと分かりませんが、[オースティン日本人会のロコミ](#)、[スクールランキングサイト](#)や、学校の公式サイト(AISD サイト内にリンクあり)を参考に、ご自身の大学への通学も鑑みて決めることになると思います。現地の日本人の方の評判が良い学校は、ランキングサイトでも概ね高評価であり、GreatSchool のランキングで 7 や 8 以上の学校を選ぶのが良いようで

す。小学生がいるような日本人家族はオースティンから北に離れた Roundrock や Cedar Park に多く、その地区では小学校の ESL プログラムも提供されているようで概ね好評ですが、UT への通学に車で片道 30 分程度かかることがネックです。筆者は、自身の通学も考慮して、UT すぐ北の Russel Lee 学区を選びました。日本人はおらず、ESL 学生へのサポートも手厚くはありませんが多様性を受け入れる文化がある学校で特に問題は起きていません。ランキングサイトや学校の公式サイトに、学生の多様さや ESL 学生比率、貧困家庭比率などが確認できますので、国際学生の受け入れに慣れていそうな小学校を選ぶ、高評価(8+/10 段階)な学校を選ぶ、学校に電話して話してみるなどから決断すると良いと思います。

通常 K(キンダー9月1日で5歳)から小学校に通います。しかし以下の条件が当てはまれば pre-K(9月1日で4歳)から公立小学校教育が受けられます。

- ・英語理解力が乏しい子
- ・教育障害のある子
- ・親が軍人の子
- ・ホームレスの子

自分の住んでいる学区の学校に pre-K がない場合は隣の学区に通うことができます。

★入学手続き

AISD サイトの[ポータルサイト](#)でアカウントを作成し、住所などを入力し、学校を選んで申請します。住所の確認、パスポート写し、予防接種記録(後述)のアップロードが必要です。入力する項目がかなり多く、わからないところもありますが(かかりつけ医連絡先など)入れられるところだけで大丈夫です。

申請後に小学校に電話して、オンライン申請が通っているか、ガイダンスの日時、不足書類の確認などをしておくが良いと思います。渡航する 6-7 月は小学校も夏季休業ですが、7月20日頃からは新学年の準備のため学校の業務が再開されます。ガイダンスは 8月10日頃で、新学年の直前です。持っていく学用品(学生本人用、クラス備品の寄附用)などの情報を得て買い出しが必要ですが、完璧さは求められません。給食は初日から提供されます。[School Café](#) というサイトで学校・児童名が紐づいたアカウントができますので、そこでチャージし、児童本人が食堂で名前か学生 ID を伝えて購入します。ランチの持参も半数くらいいます。AISD だけかもしれませんが、給食の支払は 2 週目からでした。残高不足でも給食は食べさせてもらえます。

予防接種の履歴票

Austin Public Health Service のクリニックで予防接種履歴票を作成してくれます。本クリニックは主に無料の予防接種を提供しているので、電話予約時に「海外から移動してきた、予防接種記録を作って欲しい」ときちんと要件を伝えて予約を取ります。日本から持参した予防接種記録(英訳版・

医師のサイン付き)を提出すると数十分で作成してくれます。AISD サイトで問い合わせると丁寧に教えてもらえますので活用しましょう。

Austin Public Health Service

電話: (512) 972-5520

営業時間: Monday through Friday from 8 a.m. to 12:30 p.m. and 1:30 p.m. to 4:30 p.m.

Clinic 住所: Far South Austin clinic, 405 West Stassney, Austin, 78745

St Johns clinic, 7500 Blessing Ave, Austin, 78752

② 保育園/幼稚園

Childcare、Nursery、Preschool、Pre-K、Kindergarten などと呼ばれるものが日本の保育園もしくは幼稚園にあたります。日本と異なり施設によって独自に受け入れ年齢を定めており、多種多様なため選択の幅が広いです。

入学時年齢 0-2 歳の保育園に相当するのが Childcare もしくは Nursery と呼ばれる施設で、3-5 歳の幼稚園に相当する施設のうち、3 歳までが Preschool、4 歳までが Pre-K(Pre-K4 と呼んだりもします)、5 歳までが Kindergarten と分類されることが多いようです。基本的には子供の日々のオペレーションを含めて日本の保育園・幼稚園と同様と考えて問題ありません。通学日数も施設によって柔軟に相談・選択できる場所もあります。

経営母体は教会系や学校法人系、モンテッソーリ教育系が主流です。日本と同じように朝から夕方まで週 5 日通う場合、大体\$1,200~1,800/月くらいが多いようです。高いところは\$2,000 以上かかる場所もあります。

Preschool あるいは Pre-K 以上になると公立・私立に関係なく小学校と一体となった一貫校形式の施設もあります。

どのように選ぶかについてですが、キャンパスビジットの文化がありますので、各施設にアポをとって直接見学して決めることとなります。選択の幅は広いですが、人気のあるところは既に定員数に達しているためキャンセル待ちになるケースもあります。入園手続きについては各施設ごとに異なるため個別の指示に従って対応します。

UT 付属の Childcare(<http://www.utexas.edu/childcenter/>)もあります。また、こちらのサイトで条件に応じた Childcare の検索が可能です。

(http://www.dfps.state.tx.us/Child_Care/Search_Texas_Child_Care/ppFacilitySearchDayCare.asp)

また、筆者(2025 卒-与口/4 歳同伴)は幼稚園から小学校までが含まれる公立一貫校の Mathews Elementary School を選択しました。子供は付属の Pre-K から入学させています。公立校のため、対象学区であったことが学校を知るきっかけでしたが、キャンパスビジットもして設備環境やクラスの雰囲気、先生の印象等を確認しました。日本人が過去に在籍していた履歴もなく、米国の子供がマジョリティにはなりますが、先生含めた学校の印象が良かったことと、見学した他の私立よりも在籍生徒の国籍・人種が比較的富んでいたこともありこの学校に決めました。入学手続きや学費等の扱いについては上記小学校編に記載の通り AISD に準ずることとなります。

- UT 近郊で日本人子女が通った実績のある保育園・幼稚園

① 施設名 : Northwest Montessori House of Children, INC. (<http://www.nwmontessori.net>)

住所: 1903 W. Koenig Ln. Austin, TX 78756

電話: (512) 451-6134

② 施設名 : Open door Preschool (<https://www.opendoorpreschool.org/>)

住所: 1717 West 10th Street Austin, TX 78703

電話: (512) 477-9632

③ 施設名 : The Early Childhood Development Center at Saint Louis Church (<http://www.st-louis.org/ecdc.htm>)

住所: 601 Burnet Rd. Austin, TX 78757

電話: (512) 454-0384

④ 施設名 : Mathews Elementary School (<https://www.mathews360.com/>)

住所: 906 W Lynn St, Austin, TX 78703

電話: (512) 414-4406

③ 日本語補習校(幼稚園の年中～中学3年)

在オースティンエリアの邦人及び日本語を話す子供の為の非営利法人学校。主として卒業生及び在校生の親が中心となったボランティアの学校運営委員会により運営されている。

学期開始: 4月開始

場所: O. Henry Middle School

時間: 土曜日の午前

初期費用: 受験料 \$40, 入学金 \$150

月謝: 準備コース \$125/月, 国語 \$125/月, 算数 \$35/月

<https://www.austinjs.org/home>

(c) 持ってきて良かったもの/持ってきたほうが良かったもの(育児関連)

- ・英語版母子手帳
- ・日本語の DVD、絵本
- ・日本でしか手に入らないお気に入りのおもちゃ(トミカ・プラレール)
- ・お弁当グッズ
- ・リージョン 2 対応の DVD

※FAQ3 もご参照下さい。

(d) お稽古事

Gymboree、Music Together、Swimming、YMCA、公文式、体操、バレエなどいろいろあります。

(e) 情報収集

日頃の細かな情報はママさん同士の口コミが多いですが、Austin では毎月子育て雑誌が出ています。近くのスーパーで手に入ります。ここでイベントなどの情報収集できます。

・Austin Family (<http://www.austinfamily.com/>)

20. 出産関連 (情報が古いですが参考のため残しています)

(a) 前提

2015 年に大学の保険(Blue Cross Blue Shield)に加入して、産婦人科は Women Partners in Health にお世話になり、Seton Medical Center Austin で第一子を出産した経験をもとに書いております。第一子であったため、日本との比較はできておりません。また、加入保険や出産される病院によって負担金額や診察内容が異なると思います。しかし、アメリカで出産するときどのようなことがあるかの参考になればと思いスタートアップガイドに追記させていただきます。

(b) 保険について

大学が提携している Blue Cross Blue Shield に加入していると、産婦人科および出産にかかる医療費に保険が適用されます。ただし、妊娠してから渡米された場合、保険の適用が明確ではないので International Office の保険カウンセラーと予約を取り、保険を適用できるのかを明確にしておくことをお勧めします。日本で加入できる旅行保険の多くは妊娠、出産にかかる費用をカバーしないようなのでご注意ください。

(c) 初診の予約

アメリカでは妊娠から 10 週経過しないと産婦人科は診察をしてくれません。薬局で購入できる妊娠検査薬で陽性反応があっても初診を受けるまでしばらく時間があきます。

初診の予約方法は、まず主治医になっていただく産婦人科医を自分で見つけます。Austin で出産されている日本人の方もいらっしゃいますので経験者に話を聞くなどして見つけることになると思います。主治医を決めたら所属する病院を訪れ、診察を予約したい旨を伝えると妊娠 10 週目以降の空いている日に予約をとることができます。

(d) 初診

主治医が妊娠しているかの検査をします。妊娠していることが確認できれば、次回以降の予約をすることになります。

(e) 2回目以降の診察

毎月1回、主治医に検査を受けます。診察では体重と血圧の測定、尿検査、心音により子の状態を確認し、妊娠に関して不安や質問があれば主治医が答えてくれます。毎回の診察は10分ぐらいです。

また、出産までの間に3回ぐらい血液検査を受けます。その他にレントゲン検査が2回(希望して費用負担すればレントゲン検査は毎回でも受けることができます)、予防接種(T-Dap)を1回、グルコース(血糖値)検査を1回受けることになります。

(f) 妊娠36週以降

36週を過ぎると頻度が2週に一度なり、38週を過ぎると毎週になります。しかし、診察の内容は変わらず心音の確認、お腹の大きさの計測、問診などです。問題がなければ10分で終わります。

(g) 出産

36週目以降、陣痛の頻度が5分間隔、自宅破水、体調が優れないなどの症状があったら24時間いつでも病院に連絡するように指示されます。上記に該当する事象が確認されて、病院に連絡すると、陣痛の頻度、破水の有無などを聞かれ、主治医に確認する旨を告げられ一度電話が切られます。そして、病院からコールバックがあり病院に来るように指示が出ると思います(陣痛の頻度が長い場合はもうしばらく自宅で待て、という指示がでる可能性もあると思います)。病院で検査を受けてから入院になります。その後の子の摘出までの流れは個人差があると思いますが、入院から24時間以内に出産を迎えるのが一般的だと思います。なお、逆子などで事前に帝王切開が決まっている場合には、入院のスケジュールが事前に組まれるようです。

(h) 産後

出産後、母親は3時間ごとに血圧、体温の計測をされます。また、3時間ごとに授乳するように指示されます。さらに、授乳方法について教えてくれる看護師、小児科医などめまぐるしく病院関係者が病室を訪れることになります。よって、ほとんど寝られません。

無痛分娩で出産された方は入院から48時間以内、帝王切開で出産した場合には術後3日後に退院するのが一般的なようです。ただし、子供の体調がすぐれないなど病院側が退院許可を出さない場合には入院が伸びる可能性があります。

退院するときにはカーシートがないと病院から子供を連れだすことができません。事前に購入しておく必要があります。

(i) 小児科医

出産した病院から退院するまでに小児科医を見つけて、病院側に誰が小児科医になるのかを伝える必要があります。特に意中の小児科医がいなければ、産婦人科の主治医に尋ねれば知り合いの小児科医を紹介してくれます。退院後、数日以内に小児科医の初診を受けることになります。

(j) 出産にかかる費用

アメリカの病院は病院窓口での支払いはありません。診察の 10 日前後に郵送で請求書が届きます。一例にすぎませんが、Blue Cross Blue Shield に加入している方が Women Partners in Health にお世話になり Seton Medical Center Austin で出産すると、負担金額の合計は約\$2500-\$3200 になると思います(無痛分娩 or 帝王切開、また第一子 or 第二子などによって負担金額に差が生じます)。

(1) 産婦人科への支払い (Women Partners in Health への支払い)

産婦人科での毎回の診察は患者負担が\$20 でした(請求書の金額は\$200-\$250 ですが、保険によって患者負担は\$20)。別途、血液検査を受けた時には血液検査費用の請求があります(\$15 ぐらい)。そして、少しややこしいのですが出産にかかる産婦人科への費用負担として\$850 請求を受けます。\$850 は子の摘出にかかる産婦人科への支払いです。インターネットで支払いができます。

(2) 出産にかかる費用 (Seton Medical Center Austin への支払い)

出産する病院から事前に見込まれる費用の請求書が届きます。無痛分娩と帝王切開の場合についてそれぞれ費用が算出されております。負担金額は無痛分娩だったら約\$1460、帝王切開だったら約\$1900 です。出産にかかる費用は事前に病院へ支払う必要があります。支払い方法はクレジットカードまたはチェックです。

以上