

Austin Setup Guide

2026年3月（改訂）

Contents

0. はじめに.....	2
I. 日本での手続き	5
1. VISA	5
2. 宿泊先の予約.....	7
3. レンタカー	8
4. 保険	8
5. 日本国内での銀行手配.....	9
6. その他.....	12
II. 渡米後の手続き	15
7. 大学関連手続き	15
8. 家探し.....	15
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	27
17. 生活関連.....	28
18. 医療関連.....	34
19. 育児・小児医療関連.....	36
20. 配偶者向けの学習や交流の場.....	42
21. 出産関連.....	44

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。

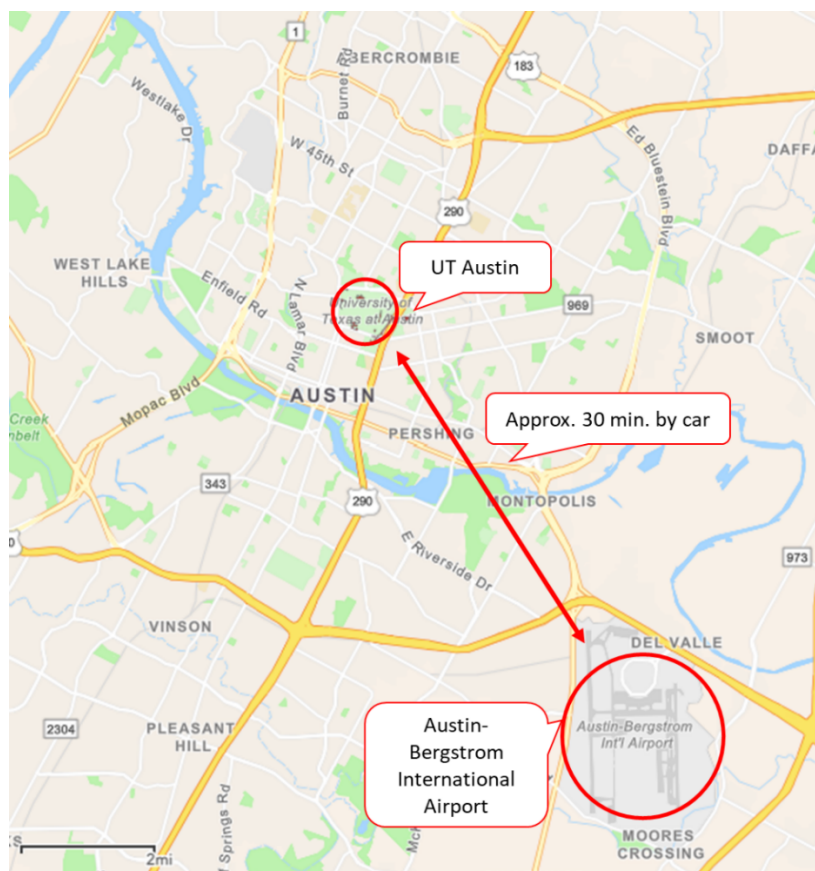
AJC ホームページ <https://austinjapancommunity.org/>

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

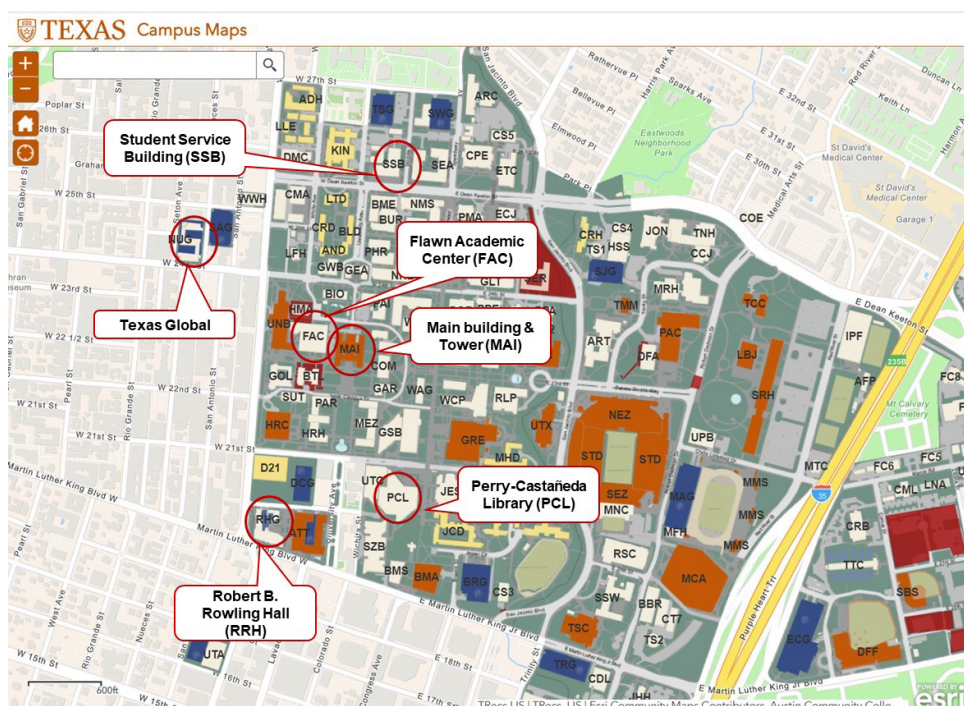
UT Austin の最寄り空港は Austin-Bergstrom International Airport (AUS) です。日本からの直行便はないので、ダラス、ヒューストンまたは他州の空港で乗り継ぐ必要があります。空港から大学までは車で 30 分程度です。移動手段は自家用車か Uber や Lyft などの Ride share が主流です。乗り場は空港建屋を出て道路を挟んで反対側にあるパーキングロット内の 2 階にあります。”Ride Share” の案内を信じて歩き続けるとあります。Uber や Lyft のアプリで呼ぶと乗り場内の場所(柱色と番号)が自動でアサインされてそこに配車されます。途中にタクシー乗り場もありますが割高です。



(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。

- Flawn Academic Center (FAC): 学生証の申請と受取で訪問する。パソコンショップがあり、学割で少し安く買える。
- Texas Global: 国際学生センター(ISSS)の通称が Texas Global。I-20 発行や英語プログラムを担当している。I-20 の発行はオンライン申請・電子文書受け取りがメインであるので、対面で訪れる機会は少ない。I-20 に直筆のサインをもらう場合には訪問が必要。
キャンパスの外の建物にある。2400 Nueces St, Austin, TX 78705
<https://maps.app.goo.gl/DCw32jXEApddsKQg9>
- 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。
- Main building & Tower (MAI): UT のシンボル、時計台がある建物。中には Texas One Stop という履修前の各種残件の照会、履修登録や授業料支払、奨学金など、諸々の手続きができる場所が地階にある。上には歴史ある図書館があり、勉強も可能。
- Perry-Castañeda Library (PCL): RRH から近い、キャンパス内最大級の図書館。RRH 内で自習場所に困ればこちらへ。コーヒー屋、フードカーあり、自販機も完備。



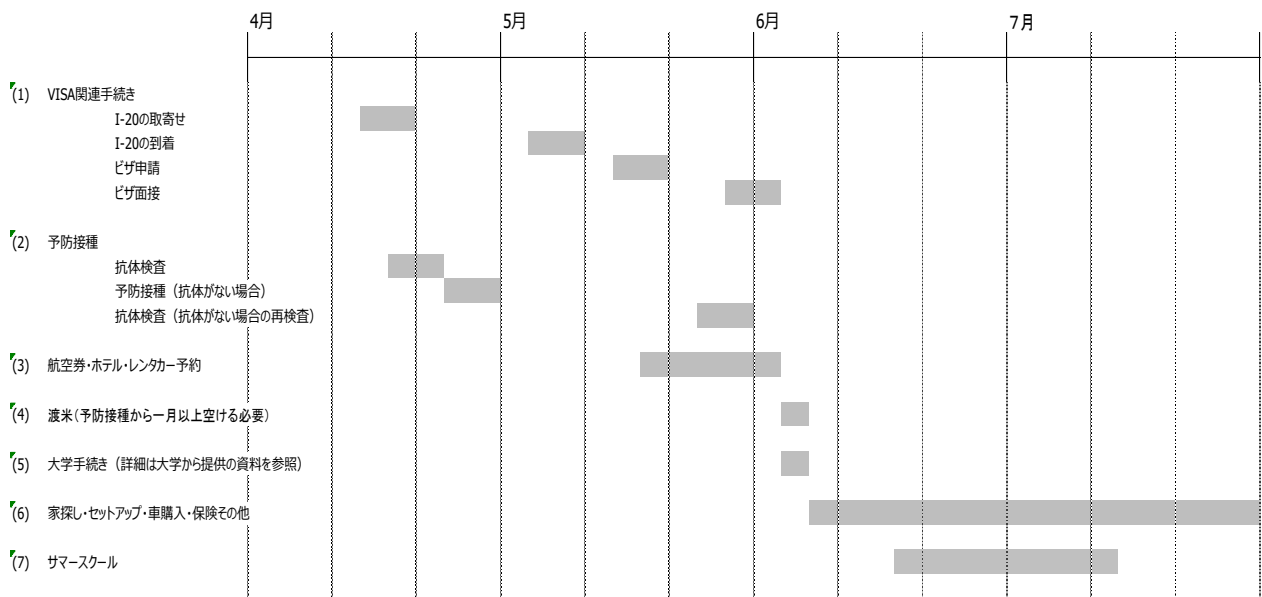
その他の建物の場所については以下からご確認ください。

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

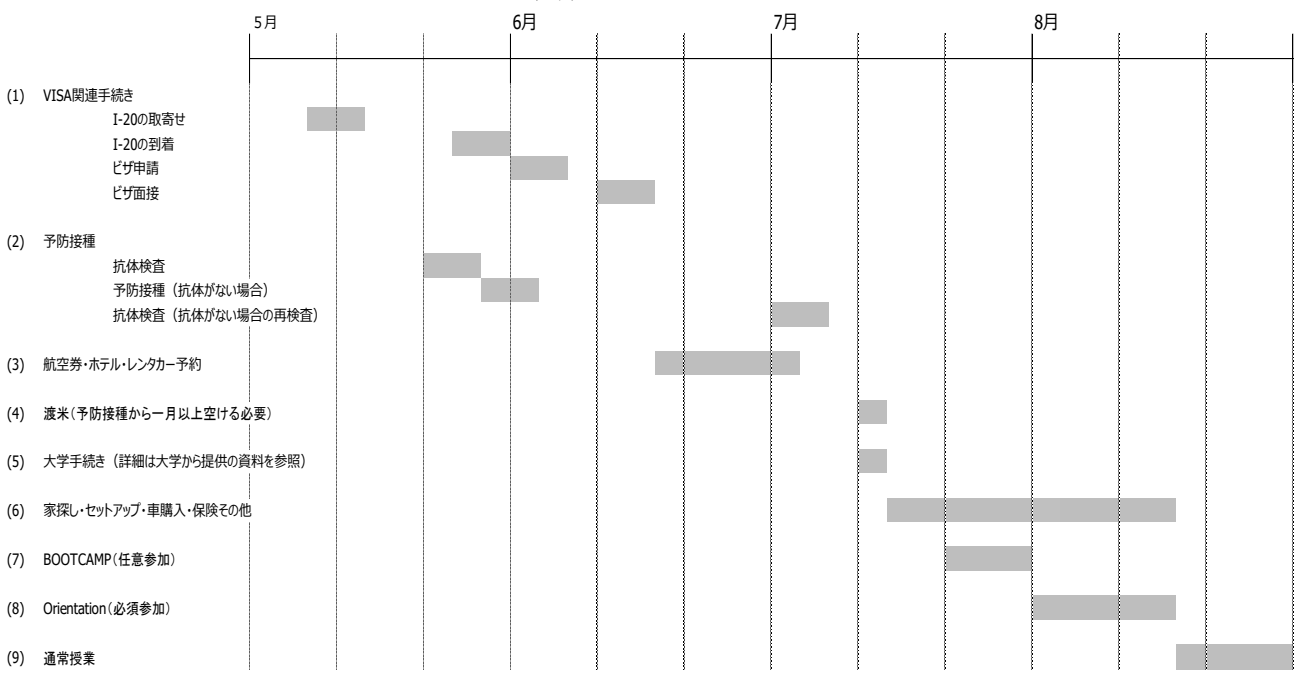
(c) 参考スケジュール

● 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



I. 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。過去にはこの入国可能日が後述のサマースクール用になっておらず、入国審査で別室送りになった人もいるので、必ず「EARLIEST ADMISSION DATE」を確認することをお勧めします。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たりしておくなど、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てもらう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、入国時/再入国時や米国運転免許の手続きなどでオフィサーに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。有効期間は発行日から 1 年間です。

- 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。2023～2024 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。)。2024・2025 年は Academic English Program が 6 月 20 日から 7 月 29 日まで開講されました。このコースは基本的なアメリカのコミュニケーションのマナーから、academic な writing 文章の書き方やプレゼンの仕方まで多岐にわたって学ぶことができます。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。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

旅行代理店に頼むと、費用はかかりますが楽です。HIS では 40 営業日前に連絡が必要で、12.4 万円と HP には記載されています(2024Intake T.S は、IACE トラベルという業者を利用し、費用は 3.6

万円、5/9 に大学が I-20 発行→5/24 大使館面接・5/31 ビザ発給という時系列でした)。

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/>)で行うこととなります。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。

以前は ESTA 等で過去米国へ入国歴がある場合は、面接免除の取り扱いも可能でしたが、2024 年時点では、「現在有効または 48 ヶ月以内に失効したビザを所持」といった条件があるため、基本的に面接が必要になります。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

基本的には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、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。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。

- 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えます。

- 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、支払いは屋台やフードカー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) Sony Bank

また、日本でソニーバンク銀行の口座を保有、Money Kit 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、米国内の Chase の ATM から引き出す事ができ、便利です (Money Kit 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に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ヵ月必要ですので、渡米の1ヵ月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°C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度以下になる等、寒い日もあるといった感じですので、翌日は20°C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下さい。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 の方が若干利便性は高いと言えます。(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良い。2025年は店頭申し込みでガソリンとローカルなグロサリーストアで5%のポイント還元がもらえるキャンペーンあり、担当者に聞いてみることをお勧めする。

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良い。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→2025年夏時点、大学最寄りの店頭担当者と仲良くなりクレジットヒストリーなしでも発行してもらえました。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。

II. 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。なお、家の決定が遅くなってしまった場合は、在校生の先輩等の公共料金の支払い票等を借りて、そこでルームシェアをしているとして銀行口座を開設する手段もあるとのこと。こちらは不動産仲介会社の方曰く、一般的な Tip らしいのですが、過去実際にこちらの方法で銀行口座の開設をした人はいないので、どうしても銀行口座を先に開設をしたい場合にのみ活用してみてください。

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、家賃が上がったりす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が)、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なりましたが、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

< Hyde Park/North University (大学北部) >

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 もあり、同程度のグレードです。

<https://troubadourliving.com/>

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

< Downtown (大学南部) >

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>

< Mueller (大学北東部) >

Amlí Branch Park: Mueller (大学の北東エリア)にあるアパート。Mueller は直近10年にできた新興住宅街で非常に治安がよいエリア。HEB や Mueller central park が徒歩圏内にあり、ちょっとしたレストラン・バー・映画館などもあり便利であり、学校までも車で 10 分強、バスでも 30 分程度と立地も良い。新興住宅地ゆえに電波が悪く Wi-Fi がなければネット環境が整わないのがネック。

<https://www.amli.com/apartments/austin/mueller-apartments/amli-branch-park>

< Round Rock (北部) >

The Wyatt: Austin の北部に位置するエリア、距離感としてはキャンパスから車で通常 25~30 分、朝夕のラッシュ時は 40~60 分(通学時間帯は工夫要)。ファミリー層向けのエリアで、日本人の駐在員の方も多く住んでいる。McCombs 生は多くないが、International・子連れの同期がちらほら。生活・通学には自動車が必須。H.E.B は車で 10 分以内の距離に必ずあり、加えて H Mart (大きめのアジア系スーパー)や The Domain (小綺麗なショッピングエリア)も近い。家賃は市街地と比べるとさすがに安い。子どもの小学校選びの観点からこのエリアを選んだが、その点でも非常に満足している。治安は非常によい。

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

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。在校生に質問いたしても結構です。

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、The Wyatt 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されています。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 沿いのダウンタウンに多く住んでいます。なお、Route 183 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

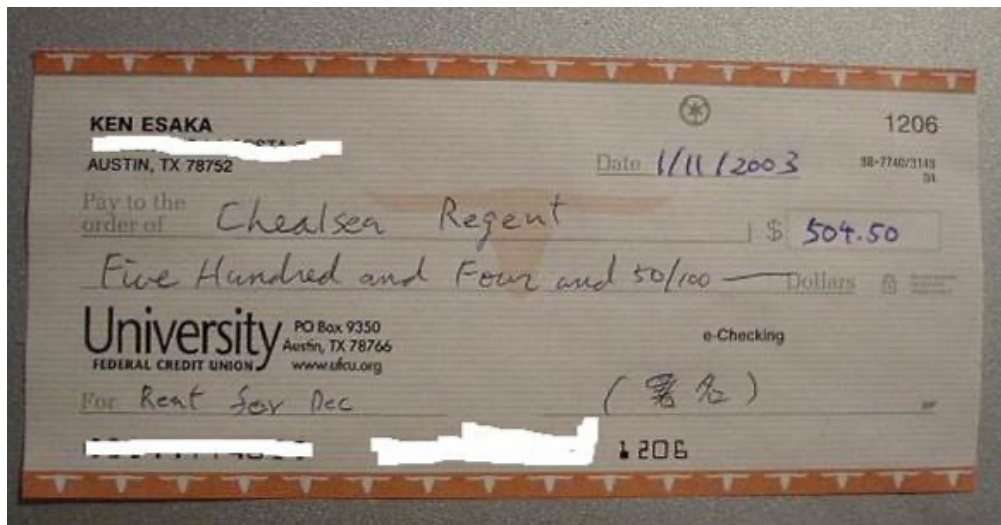
送金用に SMBC 信託銀行等の口座を日本で開設したとしても、渡米後に日常の決済用に Checking 口座のある米国銀行の口座を開設することになります。特に、家賃の支払いはクレジットカードの場合多額の手数料がかかり、米国銀行口座からの引き落とし手数料は無料、ということがあります。そのため、アパート契約後急いで口座開設する必要があります。複数の銀行がありますが、JP Morgan Chase Bank および Bank of America (Coop 近くの Guadalupe 沿いに小さな出張所がある)がお勧めです。University Federal Credit Union も大学内や近辺に窓口や 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、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ります。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を使い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。Wi-Fi 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>
 - ATT “Fiber“ であることを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 Google Fiber、高速です。
- Astound (Grande): <https://www.astound.com/texas/>
 - 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、ソファー、ソファーテーブル、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**(ソファーベッドのソファー部分)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おうと思います。ソファー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。帰国時の買取りもお願いできます。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割高なので、安く購入したい場合は別の方法を探すのが良いです。

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 Google Map 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/qa.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(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 のレシートの上に 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擦り減っていたり、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を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)。

(c) 事故対応

運転している際に事故が発生した際は、日本と同様に①安全を確保、②救護者対応、③警察へ連絡(Police Report: 事故証明書の作成)、④事故相手との連絡先等を交換(目撃者も可能であ

れば交換)、⑤車が動かなければレッカー、⑥必要であれば保険会社へ連絡というのが大まかな流れになります。

2024Intake T.S のケースでは、事故が軽微な接触且つドライブレコーダーで記録できていたため、お互いの保険証・ナンバープレート・運転免許証等を写真で撮って後日相談しました。保険を使うか否かは事故の規模次第で、軽い接触であれば示談で済ませる方がお互いのためになります。保険料の上昇は米国でも深刻になりつつある状況下で、保険を行使した場合、翌年度の保険料が大きく上昇するリスクがあるためです。Caliber Collision 等で修理見積を取り、合意を得られればその金額を受領する形で終了です。

(a) UT Parking Permit

キャンパスには複数の駐車場がありますが、その多くは利用するために事前登録が必要です。ただし、利用権(Parking Permit)の数には限りがあり、基本的には先着順で、8月上旬に翌一年分のPermit販売が開始されます。駐車できる場所に応じてPermitの種類は複数ありますが、需要は非常に高いと理解しています。筆者は応募開始直後にWebページへアクセスして取得しましたが、アクセスが集中していたため、非常に遅かったことを覚えています。また、Permitの購入には車のライセンスナンバーが必要なため、この時点で自動車の購入を済ませておく必要がある点にご注意ください。なおPermitの料金ですが、授業を行う校舎に近い駐車場のPermitほど料金が高くなります。

なお、余談までに自動車購入のディーラー選びに絡めて筆者の経験を共有すると、経緯の詳細は省きますが、セットアップを進める中でPermit+自動車通学の方針を固めつつある段階で、まだ自動車の購入が完了しておらず、急ぎで購入しライセンスナンバーを把握する必要がありました。通常であれば、日程的にPermit販売開始日までにライセンスナンバーを取得することは難しいタイミングでしたが、HoustonにあるJapan Autoの担当者に相談したところ、特例的に購入手続きの完了をもってライセンスナンバーを確約できるよう調整していただき、Permit購入を進めることが出来ました。米国のディーラーでも同様の対応が可能であったかもしれませんが、さまざまなセットアップが重なる中で、日本人の方にこうしたアクロバットなお願いを相談できたことは非常にありがたく、感謝の意を込めて、日本系ディーラーで購入するProsを共有させていただきます。なお、日本系ディーラーであっても担当者によって対応が異なると思われる点も添えておきます。

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、及び住所証明書類が 2 種類必要です。この住所証明は、原則 30 日以上テキサスに在住していることを示す、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、認められる書類への要件が厳しいので事前に[公式ページのリスト](#)を確認し、念のためあるだけ(3 種類以上)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、アポ取り時に適当な数字を記入し、DPS で「SSN 申請していません」との誓約書を作成します。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認が無い場合は、住居確認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、誓約者の住居の確認を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](#) で受験か選べます。前者は予約が非常にとりづらく、後者は容易ですが高価です。テストには Learner's Permit と IMPACT と呼ばれる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です。

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 回だけの事例ですので、原則 2 回アポを取る算段で考えましょう。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。昼前後にスロットの空きが出たケースもあるため、時間のある方は定期的にチェックすることをお勧めします。

(2024年10月 T.S 追記) 日本で国際免許を取得してきたケースに限り、DPS ですべての手続きを一度に終わらせる方法があります。仮免許は、公道でドライビングテストを行うために必要になりますが、国際免許があればその資格を満たしているため、DPS に初めて訪問した際ドライビングテストができます。オンラインコースを受講完了後、DPS に「[I am required to take a road test](#)」でアポ取りし、仮免・本免申請に必要な書類を揃えて DPS 窓口の担当者へ「国際免許でドライビングテストを受けたい」旨を伝えます。書類に不備がなければそのままドライビングテストに移行できます。なお、この方法では、DPS ではドライビングテストが出来ますが、3rd Party では受けられません(要仮免許のため)。

ただし、筆者のケースではその時点で自家用車がなく Enterprise のレンタカーで受験を試みたところ、同乗者保険(Personal Accident Insurance: PAI)が付保されていないため試験官に同乗を拒否されました(通常必要な損害賠とされる損害賠償等は当然付保)。受付にてその旨を伝えたところ、翌日にドライビングテストのアポイントを取り直してくれました。Enterprise では PAI が付保できないため、翌日独立系のオンライン損保会社で PAI を付保して試験官へ見せたところ無事受験することができました。なお、同じ方法で受験された方で、PAI を付保していたにも関わらずレンタカーであることだけを理由に断られた方もいましたので、最終的には試験官の裁量だと考えられます。可能であれば保険付きの自家用車で DPS へ行くことをお勧めします。

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、ウィンカー、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いでしょう。DPS の営業時間外なら特段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。後者の方が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

- 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

(2024年5月 Y.K 更新)オンラインでインタビューの時間帯を予約することが可能になっています。事前にオンラインで予約した上で、当日にオフィスに到着後に携帯でチェックインし、番号札の交付を受けます。チェックインはオンライン予約した時間の15分前からのみ可能なため、予約時間の20分前くらいを目安にオフィスに到着すると良いでしょう。私の場合は、予約時間の15分前にチェックインし、約30分後(予約時間の15分後)にインタビューに呼ばれました。オンライン予約してもその時間から幾らか待つのはどこでもよくあるので広い心で待ちましょう。運転免許では2時間待ったことがあります。予約は Social Security (<https://www.ssa.gov/>) の website 内の Request number for the first time から入って予約が可能です。

1029 Camino La Costa, Austin, TX 78752

<https://goo.gl/maps/BM2KGTMRb6XfFKXY9>

⚠️ 当日の注意点 ⚠️

・中に入ってから電子端末受付→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。

▼与口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。

■亀井/鈴木の場合は、インターンシップ先からのオファーレターをもらった後にテキサス大学から CPT 認定を受けて I-20 を更新して持参しました。通常はこのタイミングで SSN 取得にチャレンジすることが多いようです。ただ、与口さんのように早めに SSN を取得すると恩恵も受けやすくなります。

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。ダウントアウンの少し西と、川の南にあります。 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。最近で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。規模も大きく品揃いも良いため、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 Burn 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)	Musashi no 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)	Kome: 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
(8)	512	醤油・担々・豚骨・まぜそばと多彩、たまに二郎インスパイアを作ってくれるのでジロリアンは要インスタフォロー。 https://www.ramen512.com/
(9)	Uroko	日本人の大將が握っているお店。日本に比べればやや割高になるが、日本らしい手巻き寿司が食べられる。 https://www.urokoaustin.com/

(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トインもある。値はそれなりにする。 5222 BURNET RD #535,Austin, TX 78756
(8)	Mendocino Farms	サンドウィッチ・サラダを提供。就活で Houston に通っていた時の思い出店。Austin にも Central Market 近くにあります。"Not so Fried" Chicken がオススメです。 https://www.mendocinofarms.com/eathappyaustin/
(9)	Ike's Sandwich	San Francisco 発のサンドウィッチ店。特製の Dirty Sauce がジャンキーだが美味しい。 https://locations.ikessandwich.com/tx/austin/524/

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で問題ありませんが、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。もし米国にて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/>)にて 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My UHS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と言われるので注意

• 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In Network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。

ホームドクター

- 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

Urgent Care

時間外でも看てもらえるのが Urgent Care です。ホームドクターが開いていない時間帯や、怪我の応急処置などで訪れます。

- 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

⑤ 病院名 : Next Level Urgent Care Red River <夜間・土日診察>

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

更に緊急性が高い場合は ER に連れていくことになり、最も緊急度が高い場合は 911 に電話して救急車を要請します。

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・・・Hepatitis B 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・・・Hepatitis A 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 などでご確認ください。

<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るでし
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、Great School 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5年生まで Elementary School に通い、6年生から Middle School に通います。一部の Elementary School は6年生まであります。また、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。住所の確証、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おくと良いと思います。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、クラス備品の寄付用)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-児童名に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・医者サイン付き)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・選択できるところもあります。

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 以上かかるところもあります。

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

住所: 1717 West 10th Street Austin, TX 78703

電話: (512) 477-9632

- 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

- 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 オースティン日本語授業補習校(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、5月末から8月中旬は夏休み。

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 \$130/月, 国語 \$130/月, 算数 \$35/月 (2024年時点)

<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)

- ・母子手帳の英訳
- ・日本語のDVDや書籍、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

(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. 配偶者向けの学習や交流の場

(a) University Lutheran Church (<https://ulcaustin.com/ism/>) *無料で都度参加が可能

Red River 通りを大学から少し北にいったところにある St. Paul Church で無料 ESL クラスが提供されている。テーマ別に週にいくつかクラスがあり、複数受講することも可能。英語を話したい人が集まる気軽な雰囲気。レベルは多様で積極的に話す人、まだ苦手な人が混在、おしゃべりな人が多く話しがちなので、積極性がある。オンラインと対面のハイブリッド。主催の牧師ご夫婦は神のように優しく、日本に滞在経験があることから積極的に日本語で話しかけてくれる。

(b) First United Methodist Church (<https://fumcesl.org/>) *無料で都度参加が可能

州議事堂に近い教会で無料の英会話が提供されている。レッスンのテキストに沿って進むため ULC より体系的に学べる。オンラインと対面のハイブリッド。Lower class と Upper class の 2 段階があるが、どちらのクラスに参加するかは自己申告制のため、そこまでレベルに差はない。HP には「完全初心者はお断り」というような文言があるが、実際はほぼ喋れない生徒もいるため気にしなくて OK。

★上記(a),(b)の教会 ESL はともに、自身がクリスチャンであることは求められない。興味があれば聖書クラスも開催されている。先生方はクリスチャンであり、リタイアされたご高齢の方々。ESL 以外にもホームレスへの炊き出しなど、教会関係者として活動されており、とにかく人間性が素晴らしい。彼らから英語以外に学ぶことも多く、あのような年齢の重ね方をしたいと思わせる。

(c) Austin ISD (<https://www.austinisd.org/ed-support/adult-ed>) *無料で事前登録が必要

※本来は F-2 ビザ保持者に受講資格がないが、先方の手続きミスで受講できてしまった。

公立学校の教育委員会 AISD 主催の大人向け ESL。開校前に手続き日があり、その場で筆記と口頭の試験を受ける。レベルは超初心者向けで、全く話せないヒスパニック系の人が多い。テキストがなく、フリースタイルでひたすら 3 時間、クラスメイトとおしゃべりをする形式。遅刻早退も自由で、緩い英会話カフェのイメージ。Semester 制のため学期途中からの参加はできない。

(d) ACC (<https://continue.austincc.edu/esol>) *有料で事前登録が必要

正式名称は Austin Community College で、いわゆるコミュニティカレッジ(コミカレ)。日本の大学、短大、専門学校をすべて網羅しているといっても過言ではない大きな団体で、UT との繋がりが強い(コミカレを経て UT 進学を目指す層がたくさんいる)。キャンパスも迷子になるほど広い。ESOL (English for Speakers of Other Languages) というプログラムがあり、オーラルコミュニケーション、文法、ライティング、リーディング、アメリカ発音のクラスで構成され、それぞれがレベル 1~4 に分かれている。入学には試験があり、スコアによって受講できるクラスが指定される。クラスメイトはアジア系駐在配偶者も一部いるが、中南米からのガチ移民が多い。彼らは ESOL 修了後、同コミュニティカレッジ内の専門コースや、人によっては UT 進学を目指しており、人によるが熱量は高め。前述の無料 ESL に比べ、しっかりとしたカリキュラムやテキスト、定期テス

トがあり、成績もつく。個人的感想としては、文法クラスだけは中学英語レベルでもついていけるが、その他のクラスは結構大変だった。まずは無料の教会 ESL に参加し、慣れてからコミカレに挑戦するのがおすすめ。

(e) Austin Japan Community

Austin の日本コミュニティ。日本人に限らず日本にルーツがある人や純粋に日本が好きの人などが集まり、日本人と日本人以外が半分半分ぐらいの感覚。月一の交流イベントの他に、ゴミ拾いボランティアや子ども向けのイベント等、様々なイベントを開催している。詳細は以下の Instagram を参照。

https://www.instagram.com/austin_japan_community/

(f) その他 ESL 一覧

- ACC's Adult Education ESL Classes (austincc.edu/esl)
Online/in-person classes in basic English. Free. Classes begin five times per year.
- Advocacy Outreach of Bastrop County
(advocacyoutreach.org/englishasasecondlanguage.html)
In-person classes. Two programs: (1) Evening classes for beginning through intermediate level adults (Location: Manor High School, 12700 Gregg Manor Rd, Manor, TX 78653). (2) Daytime family literacy program for parents of young children.
- Austin Public Library's Talk Time (library.austintexas.gov/events/talk-time)
Free conversation practice. At locations throughout Austin. Online options as well. No registration required for in-person events. Register for online meetings to receive the Zoom link.
- Community Action (www.communityaction.com/classesandtrainings)
Free in-person classes at libraries and other community centers in Austin and surrounding areas (Travis, Hays, Bastrop, Caldwell, Williamson, and other counties). Online classes are also available.
- El Buen Samaritano (elbuen.org/services/adult-education)
Online classes. Four levels. Registration location: 7000 Woodhue Dr. Austin, TX 78745.
- Great Hills Baptist Church (lifebridgeaustinesl.weebly.com)
Online and in-person classes. (In-person location: 10500 Jollyville Rd., Austin, TX 78759, Main Building, Room C245).
- Literacy Council of Williamson County
(www.literacycouncilwilco.org/register-for-class)
Free in-person (Cedar Park, Leander, Round Rock, Georgetown) and online classes. At public libraries and other locations.

- Round Rock Public Library

(<https://www.roundrocktexas.gov/event/esl-all-levels-class/2023-03-27/>)

In person classes (Location: 200 E. Liberty Ave, Round Rock, TX, TX 78664).

- Todos Juntos Learning Center (todosjuntoslc.org/student-resources)

In person classes (Location: 409 W Ben White Blvd, Austin, TX 78704).

21. 出産関連

(a) 前提 (執筆者: 2025 卒 H.Y 妻)

2019 年に第一子を東京の都立病院で出産し、2025 年 1 月にオースティンの Ascension Seton Medical Center Austin で第二子を出産。

(b) 保険について

夫の派遣元企業で必須となっていた **United Health Care** にのみ加入していた。この保険は日本企業従業員向けのプログラムのため、日本国内において保険対象の項目(定期健診代、普通分娩費など)は全額支給された。ただし、日本国内において保険対象"外"の項目(出生前診断、無痛分娩費用など)は全額自腹であったため、出産時には大学の保険 (**Blue Cross Blue Shield**)も追加した。

(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ないと聞き(実際にそうでした)、経過を待って予約をした。加入している保険によって受診できる病院が限定されるため、保険会社の HP で受診可能な病院を探し、ロコミが良さそうなところ、家から近いところを選んだ。空き状況は潤沢とはいえないので、早めに予約した方が良いと思う。

(d) 初診

主治医が決定し、妊娠しているかの検査をしてくれる。妊娠していることが確認されれば、次回以降の予約をとる。以後、原則すべての検診と当日のお産を主治医が担当してくれる。検診やお産日は主治医のスケジュールありきともいえる。経膣検査はこの時のみだった。ちなみに、母子手帳やマタニティマークは存在しない。記録を残したい場合は、紀伊国屋に市販の母子手帳が売っているが、こちらでは病院で提示を求められることはない。マタニティマークは、電車に乗る機会や人混みに行く機会、列に並ぶ機会がないため、オースティンでの生活において必要性を感じることはなかった。

(e) 2 回目以降の診察(～24 週)

検診スケジュールは日本とほぼ同じで、24 週までは月に一度(主治医と妊婦の状態によって変わる可能性あり)。診察内容は、体重・血圧・尿検査・心音確認・質疑応答。日本との主な違いは、①体重増加について全く指摘されないこと ②パパの同室が OK なこと(ほとんどの夫婦が揃って受診していた) ③検診予約は出産予定日までまとめて取ること ④エコーは全期間通して 3 回しか行わないこと(うち 1 回は妊娠 4 ヶ月ぐらいの時に 1 時間程度かけ、事細かく行う。この時に希望すれば性別も判明。) ⑤予防接種(T-Dap 及び RSV) が推奨されること ⑥NIPT (出生前診断)が推奨されること ⑦グルコース検査の甘い炭酸が日本より飲みやすく、結果も 1 時間後に出ること(日本は試薬がかなりまずく、また半日がかりだった記憶)

個人的には、日本に比べてすべてにおいて寛容だと感じた。体重増加を指摘されることはまずなく、食べてはいけないもの等の指導もない。飛行機での旅行について臨月直前に行ってもいいか相談したところ、問題ないよ！との回答だった。逆に言うところから質問しない限り、ドクターから積極的に情報をくれることはない。

(f) 妊娠 24 週以降

24 週を過ぎると頻度が大体 2 週に 1 度となる(主治医と妊婦の状態によって変わる可能性あり)。診察の内容は変わらず。以降、エコーは 1 度のみ実施した。

臨月(36～38 週頃)に入ると、陣痛の感覚が 15 分間隔ぐらいになったら産院(検診病院と産院は別)に連絡するように指示された。私の場合は計画無痛分娩を希望していたが、日本と異なり事前に日時を決めてもらえるわけではなく、「産院のベッドに空きが出たら 39 週を目安に連絡するから来て」というスタイルだった。陣痛が先か、産院からの連絡が先か、あるいは何もなく 40 週の検診を迎えた時点での判断となるか、その瞬間まで最後のゴールイメージが湧かないのはなかなかスリリングな気持ちだった。

(g) 出産

アメリカの主流である、計画無痛分娩を選択した。産院の空き状況により、39 週目のいずれかの日を分娩日に指定される。私の場合は出産予定日ちょうど 1 週間前だった。(当日の 2 日前にポータル上で連絡があった。) ※計画分娩であっても、39 週より先に破水や陣痛がきた場合はそのタイミングで出産のプロセスが始まる。麻酔が間に合う場合にはそのまま無痛分娩に移行する。帝王切開や自然分娩を選択した場合は流れが異なる。

日本でいうところの「陣痛バッグ」のような指定の持ち物はなく、母子に必要なものは病院が用意してくれるので、極論手ぶらでもどうにかなる。持って行って良かったものは下記の通り。

- 食べ物(病院到着～産まれた翌朝まで食事は出ない。翌朝以降の食事もパスタやサンドイッチなど栄養の乏しいアメリカ食のため、立ち会う家族の分含め持参をおすすめする。)
- 布団や上着(院内はひんやりしている)

- 乾燥対策品(リップクリームや加湿器など)
- お泊りセット(歯ブラシや洗顔フォームなど)

入院から退院までの流れは下記の通り。

1. 分娩室への入室・・・着替えや同意書へのサインなどの手続き。以降、通訳サービスを使うことが可能だが、タイミングと対応者の技量によるので当たりはずれは大きい。私の場合、各種同意書へのサインは通訳サービスを使ったが、それ以降は夫が全て通訳をした。
2. 促進剤の投入
3. 陣痛の確認・・・以降、麻酔注入のタイミングは自分で決めることができる。医師からおすすめめのタイミングは提示されるが、あくまで最終判断は自分。
4. 麻酔・・・麻酔を打つ瞬間は痛い、驚くほどに痛みがなくなる。
5. 出産・・・麻酔が効いており、すべての処置に痛みがない。立会者がへその緒を切ることも可能(助産師から尋ねられる)。出産後すぐに2時間弱(長い)のカンガルーケアを行いながら授乳するのが日本との大きな違い。
6. 部屋移動・・・分娩室と出産後の母子同室の部屋は異なるため、一通りの出産後処置が終わり次第移動。私の場合、出産を終えたのは日付が変わった頃だったが、午前4時に強制移動となった。
7. 48時間程度の入院・・・日付が変わった深夜の出産で、母子共に問題なかったため翌日昼過ぎまでの入院だった。その間、昼夜問わず医師、看護師、薬剤師、事務員、清掃員などがひっきりなしに部屋にやってくるためあまり休めない。これらの訪問ラッシュの中で母子の健康状況確認や、Birth Certificate 等の公的証明書の手続き方法のレクチャー、授乳指導などが行われる。とてもやることが多いので要注意。退院時は車にベビーシートが装着されていることが必須。

(h) 産後

新生児検診(予防接種含む)が、生後2日後、2週間後、1ヶ月後、2ヶ月後で実施される。出産後すぐにどこの小児科をかかりつけとするか聞かれるので、事前に決めておく、もしくは、おすすめを紹介してもらいと良い。病院からおすすめされ、実際にかかりつけとして活用して良かった小児科はこちら。

Pediatric Associates of Austin (<https://www.pediatricassociates.net/>)

母親の検診は2ヶ月後と5ヶ月後に実施される。

日本とアメリカそれぞれの出生届、パスポート申請の手続きが必要になる。アメリカの出生届は病院側が申請手続きまでしてくれるので、後日 **Office of Vital Records**

(<https://www.austintexas.gov/department/office-vital-records>)まで取りに行く。アメリカのパスポート、日本の出生届・戸籍登録・パスポート申請他それ以外の公的手続きは自分で行う。

(i) その他

妊娠・出産の支払い方法や負担費用については、使用する保険会社によって変わるため、個別に確認する必要があります。

一定の所得以下であれば、妊婦及び新生児に対して WIC (<https://texaswic.org/>)から HEB 等で使える食品プリペイドカードがもらえる。

以上