

ELSA ご到着前のご案内

— 安心・快適にご滞在いただくために —

ELSA では、皆さまに安心して留学生活をお過ごしいただけるよう、
ご到着前にご確認いただきたい大切なご案内・生活ルールを以下にまとめております。
ご出発前にぜひご一読いただき、快適な滞在にお役立てください。

【食事について】

当校では、以下の時間帯にお食事をご提供しております。

- 朝食：7:00～8:00
 - 昼食：12:00～13:00
 - 夕食：17:00～18:00
-

【食事内容について】

食事は土日祝関係なくビュッフェ形式で提供しております。

基本的には韓国料理が中心となりますが、辛いメニューもご用意しております。

また、スパゲッティやカレーなど、お子様にも人気のメニューも提供されます。

万が一、海外の料理が苦手な方やお食事をご心配な場合は、

日本からふりかけや即席のお味噌汁などをご持参いただくのもおすすめです。

なお、お湯が出るウォーターサーバーがございますので、
カップ麺などもお召し上がりいただけます。

【生活用品・日用品について】

当校では、日用品の貸し出しは行っておりません。

以下のものは現地でご自身でご購入いただくか、日本からご持参ください。

備え付けがないもの

- シャンプー・ボディソープ
- ヘアドライヤー
- バスタオル
- 扇風機
- 殺虫剤 など

ELSA でご用意しているもの

- トイレットペーパー（1 部屋につき初回 1 ロール）
- ロッカー
- ハンガー
- 冷蔵庫

電子レンジおよびウォーターサーバー（お湯）は、カフェテリアにてご自由にご利用いただけます。

また、日本と同じ形状のコンセントを使用しておりますが、

一部ご利用いただけない電子機器もございます。

変圧器をお持ちいただくと、より安心してご利用いただけます。

【お部屋について】

ELSA では、以下 3 つの宿泊棟をご用意しております。

- A 棟（3～5 人部屋）

お部屋が広く、バスタブ付きです。

赤ちゃん連れや動き回るお子様がいるご家庭には快適な環境ですが、

部屋が広い分、エアコン代が他の棟より高くなる傾向があります。

※お部屋内での Wi-Fi 利用はできません。

- B 棟（1～2 人部屋）

A 棟に比べるとコンパクトですが、2024 年にリノベーション済みで清潔感があります。

お部屋内で Wi-Fi をご利用いただけます。

- C 棟（1～3 人部屋）

最も新しく建設された宿泊棟です。

お部屋内で Wi-Fi をご利用いただけます。

※学校敷地内には、カフェテリアなど共用エリアで利用可能な Wi-Fi もございます。

【トイレ・シャワーについて】

フィリピンでは配管の関係上、

トイレットペーパーはトイレに流すことができません。

使用済みの紙は、トイレ横のゴミ箱へお捨てください。

ゴミ袋は、オフィスにお声がけいただければ毎日交換可能です。

また、シャワーの水圧は日本に比べて弱く感じられる場合がございます。

あらかじめご理解の上、少し時間に余裕を持ってご使用ください。

【洗濯ルールについて】

洗濯は週2回まで無料でご利用いただけます。

ただし、日本とは洗濯環境が異なるため、衣類が破損する場合がございます。

高価な衣類や大切なものにつきましては、

手洗いをしていただくか、洗濯に出さないことをおすすめいたします。

【就寝・夜間のルール】

敷地内には他の生徒様も生活しております。

22時以降は、お部屋内での大きな音や騒音はお控えください。

夜間にカフェテリアやテラス等でお過ごしになる場合も、
周囲の方のご迷惑とならない音量でお過ごしくださいますようお願いいたします。

【プールのご利用について】

プールの利用時間は以下の通りです。

- 平日（月曜を除く）：18:00～22:00
- 土日祝日：10:00～22:00

プール奥は水深が約 170cm ございます。

泳ぎが苦手な方やお子様は、十分ご注意ください。

【ジブニー配車サービスについて】

毎週土曜日・日曜日には、

学校から近くの大型スーパーまでジブニーの配車サービスを行っております。

（※土曜日はピックアップのみ）

- 料金：片道 50 ペソ
- 4 歳以下のお子様：無料

小さなお子様連れの親御様も、

外までジブニーを拾いに行く必要がなく、安心・安全にご利用いただけます。

【交通手段について】

セブでは以下のような交通手段があります。

- ジプニー（小型バス）

非常に安価ですが、ルートが複雑で慣れるまでは難しいです。

- トライシクル（三輪バイク）

短距離移動に便利ですが、価格交渉が必要です。

- タクシー

メーター制のタクシー、または配車アプリの利用をおすすめします。

※徒歩での移動は、日中以外はおすすめしておりません。

【タクシーアプリの利用について】

「Grab」は、当校のあるエリアでは範囲外のためご利用いただけません。

代わりに、「Maxim（マキシム）」という配車アプリが使用可能です。

Maxim を利用するには、フィリピンの携帯番号が必要となります。

現地 SIM カードを購入し、スマートフォンに挿入してからご登録ください。

【安全・治安について】

フィリピンは、日本とは文化や治安状況が異なります。
特に夜間の外出や貴重品の管理には十分ご注意ください。

不要な外出や単独行動は控え、
常に防犯意識を持って行動することをおすすめします。

また、未成年の方のみでの外出はできません。
必ず大人の方が付き添ってください。

教室や共用スペースへ移動する際も、防犯のためお部屋の鍵を閉めるようお願いいたします。

【医療体制について】

平日はスクールナースが常駐しており、簡単なお薬の処方が可能です。

ただし、日本で使い慣れたお薬がある場合は、
あらかじめ日本からご持参いただくことをおすすめいたします。

また、日本人スタッフによるオンライン診断も可能です。

体調管理のため、

- 飲み水以外の水は飲まない

- 手洗いをしっかり行う

など、基本的な予防を心がけてください。

【虫・ヤモリについて】

南国であるフィリピンでは、虫やヤモリの出現は避けられません。

苦手な方は、日本から虫除けスプレーや蚊帳、虫よけグッズをご持参ください。

現地スーパーでも殺虫剤の購入は可能です。

【天候（雨）について】

フィリピンでは、突発的に強い雨が短時間降ることがあります。

折り畳み傘やカッパなどをご持参されることをおすすめいたします。

【エアコン使用について】

フィリピンでは電気代が高額となります。

お部屋を出る際、誰もいない場合は、

エアコンをこまめに消すようご協力をお願いいたします。

【備品の取り扱いについて】

お部屋の備品に破損が生じた場合や、
お部屋の鍵を紛失された場合には、
状況に応じて実費をご負担いただく（弁償）必要がございます。

備品は大切にお取り扱いください。

【ベビーシッターサービスをご利用の方へ】

ベビーシッターは、お子様のケアだけでなく、
簡単な家事（洗濯・掃除など）に対応してくれる場合もございます。

ただし、業務内容には個人差があるため、
初回に必ずご希望内容をしっかりとお伝えください。

【先生との関わり方】

フィリピン人の先生はとても気さくでフレンドリーですが、
授業を受ける際には、相手へのリスペクトを忘れずに接しましょう。

【スタッフ体制について】

ELSA には、

- 24 時間常駐のフィリピン人スタッフ
- 日本人スタッフ

が同じ敷地内にあります。

お困りごとやご不安な点がございましたら、

いつでも遠慮なくスタッフまでご相談ください。

【最後に】

初めての海外生活は、不安なことも多いかと思いますが、

当校スタッフが全力でサポートいたします。

事前準備をしっかりと行い、

素敵なセブ留学・セブ生活をスタートさせましょう。

ご不明点がございましたら、いつでもお気軽にお問い合わせください。