



だい かい こくさいこうりゅうふゆ りゅうがくせい ほしゅうようこう
第20回 国際交流冬のつどい 留学生募集要項

International Cultural Exchange Program

Applicant Handbook

ねん がつ か もく がつ にち か
2025年2月6日(木)～2月11日(火)

さんかひ はねだ えん はねだくこうはっちゃく おうふくこうくうけんつき
参加費：①羽田プラン 105,000円 (羽田空港発着 往復航空券付)

えん こうくうけん かくじ てはい
②フリープラン 58,000円 (航空券は各自で手配)

もう こ ほうほう もうしこみしょ すいせんじょう ゆうそう
申し込み方法：申込書・推薦状を郵送してください

ていいん めい せんちゃくじゆん
定員：40名/先着順

しめきり
2024年
12月20日(金)

しゅさい いっぱんざいだんほうじん ほっかいどうこくさいこうりゅう
主催：一般財団法人 北海道国際交流センター (Hokkaido International Foundation)

はじめに

留学生のみなさん、冬休みのスケジュールはきまりましたか？

2月中旬から白銀につつまれた北海道で実施される「第20回国際交流冬のつどい」に参加しませんか？

1979年の夏に早稲田大学留学生16名が南北海道にある七飯町の農家にホームステイしたことがきっかけで始まった、【国際交流のつどい】も2024年の夏で43回目をむかえることができました。

【国際交流のつどい】の参加者から「冬の北海道」も体験したいという声が年々多く聞かれるようになり【国際交流冬のつどい】も開催することになり、今回で20回目を迎えます。

多くのボランティアの手によって支えられているこのプログラムを通して「真の日本」を感じ、「真の国際交流」を体験してみませんか。

けんしょう H I F 憲章

北海道に住む私たちは
世界の地域から多くの人たちを迎え入れ
地域社会の一員として
家族の一員として
語り合い 学び合い ともに働く
無形の学園を各家庭、各地域に形成し
心のふれ合いを通して
人類の平和に役立てることを目的とする

■ もくじ

- ・ 2 ページ さん か し か く 参加資格
- ・ 3 ページ もう まえ かくにん お申しこみ前まへにご確認かくにんください
- ・ 4 ページ スケジュール
- ・ 5 ページ たび ち ず 旅たびの地図ち ず
- ・ 6 ページ ゆき たいけん 雪ゆきの体験たいけんについて
- ・ 9 ページ ホームステイについて
- ・ 10 ページ はこだて もり ふるる函館はこだて・ネイパル森もりについて
- ・ 11 ページ い かえ こうつうしゅだん 行きいと帰りかえの交通手段こうつうしゅだん
- ・ 12 ページ ひよう はねだ ほけん 費用ひよう・羽田プランはねだとフリープランほけんのちがい・保険ほけんについて
- ・ 13 ページ しはら ほうほう しはら きげん りょう 支払い方法しはら ほうほうと支払い期限しはら きげん・キャンセル料りょう
- ・ 14 ページ もう ほうほう う つ なが 申しこみ方法もう ほうほうと受け付けう つの流れなが

■ 参加資格

- 1) にほんこくない だいがく せんもんがっこうとう ざいせき りゅうがくせい さいいじょう ひと 日本国内にほんこくないの大学・専門学校等だいがく せんもんがっこうとうに在籍ざいせきしている留学生りゅうがくせいで18才以上さいいじょうの人ひと
- 2) こくさいこうりゅうふゆ もくてき りかい さんどう ひと 「国際交流こくさいこうりゅうふゆ冬のつどい」の目的もくてきを理解りかいし賛同さんどうする人ひと
- 3) しゅさいしや しじ ひと 主催者しゅさいしやの指示しじにしたがうことができる人ひと
- 4) しんしんとも けんこう ひと 心身共に健康けんこうである人ひと
- 5) がつ か もく がつ にち か にっぺい さんか ひと 2月6日(木)から2月11日(火)のすべての日程に参加さんかできる人ひと
- 6) せっきよくてき うけいれかてい こうりゅう いよく ひと 積極的に受入家庭うけいれかていと交流こうりゅうする意欲いよくのある人ひと
- 7) にちじょうかいわていど にほんご ひと 日常会話程度にちじょうかいわていどの日本語にほんごができる人ひと

■ お申しこみ前にご確認ください！

このプログラムには、ホームステイまたは合宿がふくまれています

ホストファミリー・日本人の大学生・一般の日本人は、
みなさんと交流することを、とても楽しみにしています。
その人たちと積極的に交流する意思のない方は、
申しわけございませんが、お申しこみをご遠慮ください。



参加資格(p2)、ホームステイについて(p8, 9)をよく読み、応募してください。

The homestay is included in this program.

All host families are volunteers, and are looking forward to the exchange with you very much. Please refrain from applying for this program if you don't intend to positively participate in daily life with your host family. Please refer "Requirement for application", and "About home stay"(p8) before you apply.

이 프로그램은 홈스테이도 포함되어 있습니다.

호스트패밀리는 전원 자원봉사입니다. 여러분과의 교류를 즐거운 마음으로 기대하고 있습니다.
호스트패밀리와 적극적으로 교류할 생각이 없는 분은 죄송하지만, 신청을 고려해 주시기 바랍니다.

冬天的集會包括「家庭寄宿計劃」

「家庭寄宿計劃」的成員全是義工性質，他們衷心期待著和留學生們交流的機會。如果您有興趣和他們積極交流的話，歡迎您報名參加。*報名前，請參照第「參加資格」和第8頁「家庭寄宿計畫」的詳細說明。

冬天的集会包括「家庭寄宿计划」

「家庭寄宿计划」的成员全是义工性质，他们衷心期待着和留学生们交流的机会。如果您有兴趣和他们积极交流的话，欢迎您报名参加。*报名前，请参照第「参加资格」和第8页「家庭寄宿计划」的详细说明。

スケジュール

| がっ び 月 日 | じ かん 時 間 | ない よう 内 容 | しょく じ 食 事 | しゆく ぱく 宿 泊 |
|-------------------|------------------------------------|--|--|----------------|
| 2/6 もく (木) | ごご 午後～ よる 夜～ | はねだ はねだくこうほつ びん 羽田プラン：羽田空港発 9：45 の便 (ANA553) はこだてくこうちやく 函館空港 着 11：05 フリープラン：函館空港到着ロビー集合 (11:00) ⇒ オリエンテーション (場所：函館市地域交流 まちづくりセンター (「まちセン」)) やけい ぼしよ はこだてやま 夜景 (場所：函館山・ロープウェイ) はこだてせいししょうねんけんしゅう 函館市青少年研修センター「ふるる函館」到着 こうりゅうかい 交流会・フリータイム | ひる 昼：まちセン はこだて 夕：ふるる函館 | ふるる はこだて 函館 |
| 2/7 きん (金) | しゅうじつ 終日 ゆうがた よる 夕方・夜 | こくさいこうりゅう 国際交流イベントに参加 (会場：ふるる函館) こうりゅうかい 交流会・フリータイム | あさ ひる ゆう 朝・昼・夕： ふるる はこだて 函館 | ふるる はこだて 函館 |
| 2/8 ど (土) | しゅうじつ 終日 | がっしゆく はこだて [合宿 (ふるる函館)] もとまちさんさく じゆうこうどう 元町散策 (自由行動) ふるる はこだてしゅうごう 函館集合 (13：00) ⇒ じもと こ こうりゅう 地元の子どもと交流プログラム | あさ はこだて 朝：ふるる函館 ひる かくじ 昼：各自 ゆう はこだて 夕：ふるる函館 | ふるる はこだて 函館 |
| | | [ホームステイ] へ や そうじ たいめんしき 部屋の掃除・ホームステイ対面式 ⇒ ホームステイ スタート | あさ はこだて 朝：ふるる函館 ひる かくかてい 昼：各家庭 ゆう かくかてい 夕：各家庭 | ホームステイ |
| 2/9 にち (日) | ごご 午後～ | がっしゆく はこだて [合宿 (ふるる函館)] じもと こ こうりゅう 地元の子どもと交流プログラム (11:30 終了) | あさ はこだて 朝：ふるる函館 ひる はこだて 昼：ふるる函館 | ネイパル森 もり |
| | | [ホームステイ] ホームステイ ふるる はこだてしゅうごう 函館集合 (13：00) ⇒ おおぬまこくいていこうえん おおぬまはこだてゆき こおり さいてん 大沼国定公園「大沼函館雪と氷の祭典」 ⇒ ネイパル森 到着 ゆうしよくご ちやく 夕食後 ジャパンレンタル(スキーウェア試着) フリータイム | ゆう 夕：ネイパル森 もり | |
| 2/10 げつ (月) | しゅうじつ 終日 | おおぬま たいけん グリーンピア大沼 【スキー体験】 ひがえ おんせんたいけん 日帰り温泉体験 | あさ ひる ゆう 朝・昼・夕： ネイパル森 もり | ネイパル森 もり |
| 2/11 か (火) | ごぜん 午前 | へ や せいそう もり しゅつぱつ 部屋清掃 ⇒ ネイパル森 出発 わかさぎつり かいじょう おおぬまこくいていこうえん わかさぎ釣り (会場：大沼国定公園) ⇒ ラッキーピエロ フリープラン：13:00頃解散 (J R 函館駅周辺) はこだてくこうちやく 函館空港 着 はねだ はつ びん 羽田プラン：14：50 発 JAL586 の便 ⇒ 16：25 着 | あさ もり 朝：ネイパル森 ひる 昼： ラッキーピエロ | |

たび ち ず

旅の地図



ネイパル森



ふるる函館



2/9(日)
~2/11(火)

ネイパル森に
2泊します。

わかさぎ釣り、
温泉体験などを
楽しめます

七飯町

2/10(月)

グリーンピア大沼で
スキーなど、雪体験
をします!



2/8(土)~2/9(日)

[ホームステイコース]
ホームステイで日本の暮らしを体験!

[合宿コース]
地元の子どもたちと交流!

それぞれの週末を楽しみましょう!

2/6(木)
バス移動

函館空港→市内観光→
函館山山頂→ふるる函館



五稜郭タワー

2/6(木)

函館空港集合
11:00
※フリープラン

東京 羽田発
飛行機で約1時間20分

札幌 新千歳空港発
飛行機で約40分

2/7(金)

ふるる函館
国際交流イベント!



※フリープランの学生へ

札幌~函館⇒約300km

・JRで最速3時間30分

・バスで約5時間30分

北海道はとてもひろく、
移動に時間がかかります!

2/11(火) 函館発

北海道・函館空港発
⇒東京・羽田空港着

飛行機で約1時間40分

雪の体験について

ふたつの雪の体験をすることができます。

- ① わかさぎ釣り体験 … 全員参加
- ② スキー体験&そり体験 … 全員参加 (別紙申込書あり)



■わかさぎ釣り体験

<わかさぎ釣り> …… 無料

- ・湖にはった氷の上に穴をあけ、わかさぎを釣ります。
- ・わかさぎとは、湖や沼にすむ魚です。おいしい食用魚でもあります。
- ・釣った後に、からあげにして食べます。



■スキー体験&そり体験

- ・スキー体験、そり体験など、色々な雪の体験をします★
全員参加します！



<スキー> …… 無料

- ・スキー場に行き、ゲレンデでスキーをします。
- ・はじめてスキーをする人・スキーがうまい人など、クラスにわかれてすべります。
- ・初めてスキーを体験する人のために、インストラクターにすべり方を教えてもらいます。
- ・自分勝手にすべると危険です。インストラクターの注意を守ってください。

<そり> …… 無料

- ・スキー場のそり専用コースをすべります。



■スキー体験では、全員ウェアなどをレンタルすることができます！

- ・スキー体験の時は、全員かならず、スキーウェアを着ます。
下の図で、ウェアのえらびかた、内容を確認してください。

■雪の体験の注意

- ・ケガをしないように、スタッフとインストラクターの指示をきいてください。
- ・雪の体験の時は、とっても、さむいです！！
かならずスキーウェアをもってくるか、
もっていない人はレンタルしてください。
- ・ジーンズやふつうのズボンでは、さむくて、
外で体験ができません。
下のウェアも用意してください。
- ・くつは冬用のあたたかいくつ、くつの裏は滑らないものを用意してください。
ヒールの高いブーツやくつ、
スニーカー・サンダルなどでは、
すべるので外で体験ができません。



① **スキー&そり体験**
無料
(リフト代・インストラクター指導料・そり)

レンタル料金：**有料**
※レンタル料金にふくまれるもの：
スキー板・ポール・スキー靴・ウェア・
グローブ・キャップ・ゴーグル

| | |
|--|---------------------------------------|
| ウェアなど レンタル する ¥6,600 | ウェアなど レンタル しない ¥0 |
|--|---------------------------------------|

レンタルしたいものを、えらべます。

かならず自分のものを、もってきてください

レンタルしたいものを、
申込書に書いてください！
・レンタルできるのは、**2月10日の一日**だけです。
・レンタル品をなくしたら、**紛失料**がかかります。
その場合は個人負担になるので、気をつけてください。



はこだてがっしゆく ふるる函館合宿とホームステイ

・2月8日(土)～2月9日(日)の1泊2日は、合宿またはホームステイをします。

＜ふるる函館合宿＞・・・定員20名・先着順

「ふるる函館」という研修センターで、函館の子どもといっしょにすごします。
地域の日本人と交流会があります。日本人の友達をつくりましょう♪

- ・合宿中は、HIFのスタッフ、ボランティアの大学生といっしょに、いろいろな活動をします。
くわしくは、つぎのページを見てください。



＜ホームステイ＞・・・定員20名・先着順

日本人の家庭で、家族といっしょにすごします。日本の生活を知る良い機会です★

- ・ホームステイ中は、それぞれの家族といっしょにすごします。
- ・ホストファミリーは、全員ボランティアです。下の注意事項をよくよんでください。



※合宿とホームステイか、どちらになるかは、あつまった人数しだいできます。

※合宿とホームステイの、どちらを第1希望にするか、申込書にかいてください。
(参加コースは先着順です。ご希望に添えない場合があります。ご了承ください。)



ホームステイについて

ホームステイは、観光が目的ではありません。
生活や日本語での会話をとおして、交流することが目的です。

- ホストファミリーと積極的に交流し、話をしたり、てつだったり、いっしょに家庭生活を楽しむ。
- × 携帯電話・インターネット・ゲームなどばかりして、ホストファミリーと全く交流しない。
- × 勝手に旅行などに行く・許可なく外出する・ホストファミリーに「遠方に遊びにつれていって」とたのむ。

- ・プログラムの目的を理解できない学生に対しては、
 期間中でもプログラムの参加を取り消す場合があります。
- ・ホストファミリーと観光などに行くときなどは、自分の分は自分ではらいましょう。
- ・ホストファミリーにはそれぞれの生活習慣・生活時間帯があります。
 ⇒ ほかのホストファミリーとくらべたり、勝手な行動はしないでください。
- ★家族の一員として自分の時間をあわせる努力をし、積極的に家事などのてつだいをしましょう。

■ 車・オートバイ

- ・プログラム期間中の車・バイクの運転 ⇒ 禁止
 (もし交通事故などをおこした場合は、自己責任になります)

■ 電話&インターネットの使用

- ・かならずホストファミリーにOKをもらい、短くすませてください。
- ・ホストファミリーの電話&インターネットをかりるとき ⇒ 料金を支払ってください。
- ・自分のパソコン・携帯・スマートフォンを使うとき
 ⇒ 大声で話す、夜中の通話、長時間の通話はやめましょう。
 ⇒ SNSにホストファミリーの写真をのせるときは、許可をもらいましょう。



ホストファミリーは、留学生とたくさんお話をすることをたのしみにしています。
 いっしょにいるときは、SNSやメールなど携帯電話を使用せず、たのしみましょう。

はこだて もり ふるる函館・ネイパル森について

■ 宿泊中の注意

・宿泊中は、函館市民といっしょに、いろいろな活動を行います。国際交流をして、友達をつくるのに、とてもいいチャンスです。

留学生どうしや、日本人とたくさん交流して、共同生活を楽しんでください。

・【ネイパル森】・【ふるる函館】は研修センターです。ホテルではありません。

食事をはこんだり、ふとんをしいたり、身のまわりのことは自分でしてください。

また、門限など施設のルールをまもってください。



ふるる函館ホームページ <https://fururu.or.jp/>

QR



ネイパル森 ホームページ <http://napal-mori.org/>

QR



行きと帰りの交通手段

■羽田プラン

| | |
|---|---|
| 行き | 帰り |
| はねだくうこう はつ はこだてくうこう い 羽田空港 発 函館空港 行き | はこだてくうこう はつ はねだくうこう い 函館空港 発 羽田空港 行き |
| 9 : 45 ^{はつ} 発 ANA 553 | 14 : 50 ^{はつ} 発 JAL 586 |
| はこだてくうこう ちゃく 函館空港 着 11 : 05 | はねだくうこう ちゃく 羽田空港 着 16 : 25 |

※集合場所のくわしい地図や搭乗券との引き換え方法は、後日参加者にお知らせします。
 ※函館空港までは引率者がいません。函館空港で「HIFの旗」を持って、スタッフがまっています。

■フリープランの方

【注意！】 このプログラムは、2月6日(木)函館で集合、2月11日(火)函館で解散です。
 航空券等を手配する時は間違えないようにしてください！！

| | | |
|------------|------------------------------|-----------------------------|
| | しゅうごうばしょ はこだてし 集合場所 (函館市) | かいさんばしょ はこだてし 解散場所 (函館市) |
| にっぺい 日程 | がつ か もく 2月6日(木) | がつ にち か 2月11日(火) |
| ばしょ 場所 | はこだてくうこう とうちゃく 函館空港 到着ロビー | JR 函館駅 周辺 |
| じかん 時間 | しゅうごう 集合 11 : 00 | かいさん 解散 13 : 00 頃 |

※スタッフとほかの留学生がバスで着くまで、ロビーで待っていてください。
 ※フリープランの方は、自分で行きと帰りの交通手段を手配してください。

【フリープランの集合場所】

はこだてくうこう とうちゃく
函館空港 到着ロビー

しゅうごう
11 : 00 集合

〒042-0952 函館市高松町 511

Google マップ





ひょう はねだ

費用・羽田プランとフリープランのちがい

・申込後にプランを変更する場合は手数料がかかります。

時期により金額がちがうのでお問い合わせください。

| | | |
|------------|----------|----------------------------------|
| < 羽田プラン > | 105,000円 | 行き・帰りの飛行機代を <u>ふくむ</u> |
| < フリープラン > | 58,000円 | 行き・帰りの飛行機代を <u>ふくまない</u> ⇒ 自分で手配 |

| 羽田プラン | フリープラン | 費目 | 日程 | 参加費内訳 |
|---------------------|--------|--|-------------|---|
| ○ | × | 航空 チケット | 2/6 2/11 | 羽田空港～函館空港 (羽田発9:45) ANA553 函館空港～羽田空港 (函館発14:50) JAL586 |
| ○ | ○ | 貸切バス | 2/6 | 函館空港 → 市内観光 → ふるる函館 |
| ○ | ○ | 貸切バス | 2/9 2/11 | ふるる函館 ～ グリーンピア大沼 ～ ネイパル森 ～ ～ 函館空港 |
| ○ | ○ | 宿泊 | 2/6～2/11 | ネイパル森・ふるる函館 ホームステイ |
| ○ | ○ | 食事 | 2/6～2/11 | 朝食夕食 (ふるる函館)・朝食夕食 (ネイパル森)・ 昼食 (ラッキーピエロ) |
| ○ | ○ | そのほか | | 傷害保険・国内旅行保険・事務経費・施設入場料・温泉体験料 ・スキー体験料・スタッフ引率経費・パーティ経費・連絡通信費 |
| 参加費のなかに ふくまれないもの | | 集合場所(羽田)までの交通費/貸切バスで移動中の個人的な飲食/フリープラン 参加者の旅費/滞在中の個人的な出費/「合宿コース」の2/8昼食(自由行動時間) | | |

ほけん

保険について

- ◆ 参加留学生は参加費の中から傷害保険と国内旅行保険に加入します。(H I F で手続きします)
下記の金額で不安な方は各自で保険に加入してください。(保険の紹介はしていません)
- ◆ 病気の場合は自分の健康保険を使用してください。

■ 傷害保険

| 病 気 | け が | | | |
|---------------|-----------|-----------|-------|-------|
| | 通 院 | 入 院 | 賠償責任 | 死亡時 |
| 実費：自分の健康保険を使用 | 1日：3,000円 | 1日：5,000円 | 100万円 | 800万円 |

- ◆ 国内旅行保険は、飛行機の欠航・着陸地変更による、宿泊費・交通費が含まれます。

※1名1フライトにつき、支払い限度額は20,000円となります。

支払い方法と支払い期限

・参加決定通知といっしょに、郵便振込用紙を送ります。

< 支払いの流れ >

1 郵便振込用紙を、見本のとおりに記入する。(下の図を見てください)

2 郵便局に行き、郵便振込用紙と費用をわたす。(受領証はとっておく)

3 入金後5日位で、HIFから入金確認メールがとどく。

111,600

111,600

***羽田プランの場合**
 羽田プラン ¥105,000
 スキーレンタル代 ¥6,600

***フリープランの場合**
 フリープラン ¥58,000
 スキーレンタル代 ¥6,600

※支払い期限は、参加決定通知送付日の、およそ10日後です。(「参加決定通知」に

書いてあります。)

(土日・祝日・冬季休暇をはさむ場合、期限日が前後します)

※支払い期限までに入金しない場合、

キャンセルとなることがあります。

期限をまもってください。

※支払いが出来る場合は、かならず

HIFまでご相談ください

キャンセル料

・参加費を支払ったあとに申し込みを取り消す場合、キャンセル料がかかります。

| キャンセル日 | 羽田プラン | | フリープラン | |
|-----------|----------|---------|---------|---------|
| | キャンセル料 | 払戻額 | キャンセル料 | 払戻額 |
| 入金日～12/31 | ¥33,480 | ¥78,120 | ¥19,380 | ¥45,220 |
| 1/1～1/5 | ¥55,800 | ¥55,800 | ¥32,300 | ¥32,300 |
| 1/6～ | ¥111,600 | ¥0 | ¥64,600 | ¥0 |

(表の金額にはスキーレンタル料を含みます。)

・1月5日(日)以降の取り消しはいかなる理由(病気・入院・帰国など)においても払い戻しいたしません。

※プログラムの途中で帰る場合は、参加費の払い戻しは致しません。

申しこみ方法と受け付けの流れ



< 申込方法 >

- 2つの書類を 郵送する ⇒ ①申込書 ②推薦状

| | | |
|-----------------------------------|---|----------------------|
| ちゅう 注 意 す る こ と | 署名欄にサインがない (申込書) 印鑑が押されていない (推薦状) | ⇒ 無効になります (再提出) |
| | メールアドレスを書いている・字が読めない・アドレスを変えた | ⇒ 入金確認メールが、とどきません |
| | 寮やアパートの名前・部屋番号を書いている 郵便受け・部屋の前に名前が書いている 引っ越しをして、住所が変わってしまった | ⇒ HIFからのおしらせが、とどきません |

< 受け付けの流れ >

- 1 Google フォームから申込 → HIFから申込書・推薦状を郵送します!
 - 2 申込書・推薦状をHIFにおくる
 - 3 HIFで選考する
 - 4 参加決定通知・参加費振込用紙などがとどく
 - 5 郵便局に入金する
 - 6 <入金後5日位> 入金確認メールがとどく
 - 7 <1月下旬> ホストファミリーの案内と、くわしいスケジュールがとどく
- ☆ 2月6日 出発

☆ 申込Google フォーム ☆

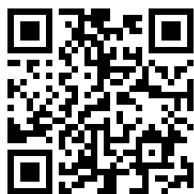


・ 申込受け付けは 先着順 です。
 ・ しめきり前でも 定員になったら、受け付けをしめきり ます。

申込最終締切：2024年12月20日 (金) 必着 申込書必着

定員 [合宿 (ふるる)] 20名 ・ [ホームステイ] 20名

☆^{もうしこみ}申込Googleフォーム☆



Google フォームリンク <https://forms.gle/bo6FHb5ahcU5xsk69>

お申込みの際は正しい住所・メールアドレスを日本語で記入してください

詳しい情報は北海道国際交流センターホームページをご覧ください

HP リンク⇒ <https://www.hif.or.jp/2024/10/19-19-20242-5612.html>



◆ ^{もう}申し込み・^と問い合わせ : ^{いっばんざいだんほうじんほっかいどうこくさいこうりゅう}一般財団法人北海道国際交流センター (H I F)

^{じゅう}住 所 〒040-0054 ^{ほっかいどうはこだてしもとまち}北海道函館市元町14-1

TEL・FAX Tel 0138-22-0770 ・ Fax 0138-22-0660

E-mail tudoit@hif.or.jp

ホームページ <http://www.hif.or.jp>

ホームページは^{ざいじこうしん}随時更新します。
お申込み書、^{もうしこみしょ}推薦状を^{すいせんじょう}ダウンロードできます。

・ わからないことがあれば、お気軽に^{きがると}お問い合わせください。
^{でんわ}電話・FAX・E-mailで受けつけています。

・ HIFは、12月25日(水)～1月5日(日)まで^{ねんまつねんしきゅうか}年末年始休暇のため返信ができません。
この^{きかんちゅう}期間中のお問い合わせは、tudoit@hif.or.jpへメールしてください。