

観光、ワーホリ、学生
バンクーバーに滞在する全ての人に

Contents



バンクーバーの基本情報 1-5
滞在するために必要なビザ 6
安全に暮らすために 7

路線図と Zone について 8
公共交通機関と移動手段 9-10
空港到着からの流れ 11-12



お部屋探し 13
身分証明書 14
カナダで在留するときに 15
SIN ナンバーについて 16
携帯電話を手に入れよう 17

インターネットを使おう 18
仕事を探そう 19-20
お金の管理・両替 21-22
病気になるったら 23
保険への加入 24



ショッピングモール 25
ショッピングエリア 26

食料品店・日用雑貨 27
買い物の豆知識 28



バンクーバーのイベント情報 29-30
バンクーバーのみどころ 31-32
観光スポット 33-34
ウィンタースポーツ 35-36

夜遊び 37-38
レンタカー 39-40
ファームステイ 41-42



学校、資格について 43-44

学校一覧と特典情報 45-50



バンクーバー電話帳 51-52

情報サイト / 新聞 53-54



渡航に向けてのステップ 55-56
渡航にかかる費用 57

お金の持込み 58
持ち物について 59-60



役立つ英会話 61-62
広告情報

保険 63-64
クリニック 65
携帯電話 66

旅行・配送 67-68
ホテル 69
留学・ワーホリ 70



ダウンタウン 71-72
バンクーバー広域 73-74

Stanley Park / Richmond 75
Canada / BC 76

General Information

バンクーバーの基本情報



概要

カナダ最西端ブリティッシュ・コロンビア (BC) 州南西部に位置する都市。夏は日が長く爽やかな晴れの日が続くことから"パーフェクト・サマー"とも称され、世界各地から人が集まる。冬は日が短く雨が多い。都会と大自然が融合しており、年間を通して過ごしやすいため"世界で最も住みやすい都市"ランキングで何度も1位を獲得している。世界各国の人々が暮らす人種の坩堝であり、国内第8位の人口規模をほこる。州都はビクトリア。

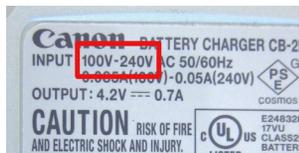
お金

カナダの通貨は"カナダドル (CAD)"。紙幣はプラスチック製。硬貨にはそれぞれ通称がある。日常生活でもよく使うので覚えておくと便利。

 1C (Penny) 2013年に廃止	 \$1 (Loonie)	 \$5
 5C (Nickel)		 \$10
 10C (Dime)	 \$2 (Toonie)	 \$20
 25C (Quarter)		 \$50
		 \$100

電源とプラグ

電圧は110-120V。電源アダプターに「100V-240V」と記載されていれば変圧器は不要。「100V」と記載されたものを使う場合は変換プラグがあると安心だが、長時間使わなければ問題ない場合が多い。



気候

北海道と同じ位の緯度だが、太平洋に暖流が流れているので年間を通して穏やかな気候。11月～4月は雨季で"Raincouver"の異称も。5月～10月は乾季。特に7月～8月は湿気のない晴れの日々が続くが、日陰や日没後は肌寒くなる。

服装

春/5月～6月

長袖のシャツ、フリース。ジャケットや軽めのコート。朝晩は冷え込む。

夏/7月～8月

湿度は低いが30度を超えることも。日中は真夏の装いで十分だが、朝晩は冷え込むため上着を持参すると良い。

秋/9月～11月

長袖のシャツ、ジャケット。11月以降は傘や撥水加工された靴があると便利。

冬/12月～4月

セーター、コート、マフラー、手袋などの防寒具と雨具は必需品。

【セントラルヒーティング(集中暖房システム)】セントラルヒーティングが備え付けられているため、室内は冬であっても暖かく過ごせる。ただしベースメントなどは比較的気温が低いので注意。

日焼け・紫外線

年間を通して紫外線が強く、日本の約7倍。
必需品:
日焼け止め、サングラス、帽子、薄手の上着など。
(日傘の使用率は低く、販売もほとんど無い)

単位

長さ	センチ	cm	1cm = 10mm
	インチ	in	1in = 2.54cm
	フィート	ft	1ft = 30.48cm
	ヤード	yd	1yd = 0.9144m
	マイル	mi	1mi = 1.609km
重さ	グラム	g	1g = 1000mg
	オンス	oz	1oz = 28.34g
	ポンド	lb	1lb = 453.59g
面積	スクエアセンチ	cm ²	1cm ² = 100mm ²
	スクエアインチ	in ²	1in ² = 6.45cm ²
	スクエアフィート	ft ²	1ft ² = 9.29cm ²
	スクエアヤード	yd ²	1yd ² = 8.36cm ²
電池	ディー	D	D = 単1
	シー	C	C = 単2
	ダブルエー	AA	AA = 単3
	トリプルエー	AAA	AAA = 単4
温度	セルシウス	°C	30°C = 86°F
	ファーレンハイト	°F	50°F = 10°C
服	エス、エム、エル	S、M、L	-
靴	インチ	in	8in = 26cm(男性)
			6in = 23cm(女性)

スーパーの量り売りは kg よりも lb 表記が多い。気温は °C、家庭用オーブンは °F を使う。服は XS、S、M、L、XL、XXL など日本と同じ表記だが、実際のサイズは日本のものより若干大きめの場合がある。





Transportation

公共交通機関と移動手段

交通の種類

公共交通機関は TransLink社が運営するバス・電車 (Skytrain: Expo Line/Millennium Line /Canada Line)・フェリー (SeaBus)があり、全て同じチケットで乗車可能。また全ての交通機関に持ち込み可能な自転車やスケボーも移動手段の一つとしてよく活用される。

時刻表 & ルート検索

図書館などで時刻表 (無料) が入手可能。TransLinkのWebサイト、GoogleTransit (GoogleMap) などでも見る事ができる。また携帯電話のテキストメッセージからバス停に記載されている5桁の番号を“33333”宛に送信すると、すぐに時刻表が送られてくる。

料金表

	Single Fare (通常乗車券 / 90分)	DayPass (1日券)	Stored Value (カード入金利用 / 90分)	Monthly Pass (1ヶ月定期券)
1 zone	\$3.20	\$11.50	\$2.60	\$107.30
2 zone	\$4.65		\$3.85	\$143.50
3 zone	\$6.35		\$4.90	\$193.80

運賃はZone (移動距離) によって異なる。長期滞在者は右ページのCompass Cardを使用するのが一般的。短期滞在者や公共交通機関をあまり利用しない場合は1回限り有効のSingle Fare (通常乗車券) 、DayPass (1日券) などを利用すると良いだろう。Monthly Passは【毎月1日～月末】の1ヶ月間有効。購入は【前の月の20日～該当する月の15日まで】となる (1月1日～31日の間に利用: 12月20日～1月15日の間に購入) 。

追加料金

Single Fare、Monthly Pass を所有している状態で Zoneをまたぐ場合 (1→2 / 3 Zone、2→3 Zoneへの移動) は、各駅またはバスの自動発券機で追加料金 (Add Fare) を支払う。Compass Cardに残高がある場合は自動チャージされる。

乗車券の購入場所

バス専用使い捨て乗車券は、乗車時に運転手機の発券機に現金 (釣り銭なし) を入れて購入する。SkyTrain、SeaBusの乗車券は各駅の券売機 (現金、クレジットカード) で購入可能。Compass Cardの詳細は右ページ参照。



平日6:30pm 以降と土・日・祝は全ゾーンを1ゾーン料金で利用可能。
Single Fare、Stored Value は90分以内乗り継ぎ自由。
バスでの移動に限り全てのゾーンを1ゾーン料金で利用可能。



豆知識



Compass Cards

電子カード。日本の Suica のようなもの。1枚のカードにMonthly Pass (1ヶ月定期券) 、DayPass (1日券) 、Stored Value (希望額) を登録することで利用できる。新規カードは各駅の券売機、市内の「London Drugs」などで購入可能。登録、入金、管理は券売機がオンライン (compasscard.ca) で行う。



Adult Compass Card
最も一般的に使われるカード
(デポジット \$6)



Concession Card
子供、学生、65歳以上向けの割引カード
(デポジット \$6)



Compass Ticket
駅の券売機で「Single Fare」または「DayPass」を購入した時に発行される1回限りの使い捨て電子乗車券。有効期限内であれば乗り換え可能。

バスの乗り方

乗車時 基本的には前のドアから乗車。2両編成のバスの場合、Compass Cardを所有していれば後部ドアからも乗車可能。

Compass Card: カードリーダーにタップする (下車時はタップ不要)。
運賃の支払い 現金: 発券機にコインを入れる。紙幣は使用不可。釣銭は戻ってこない。
※現金でバスに乗車した場合、SkyTrain、SeaBusへの乗り換え不可。

- 下車時**
- ① 車両前方上部の電光掲示板に、次に停まるバス停が表示される。
 - ② 窓際の黄色いロープをひく or 手すりの赤いボタンを押す。
 - ③ 停車後にドアのバーを押す or 階段を一步降りるとドアが開く。

SkyTrain・SeaBusの乗り方

Compass Card、または券売機で購入した乗車券 (Compass Ticket) を各駅に設置された自動改札にタップして入退場する。タップするとピープ音と共に自動改札に取り付けられたディスプレイに「Proceed」と表示され、改札が開く仕組み。



豆知識

乗車券の有効期限はカードに印字されないため、タップした時間を覚えておく必要がある。駅の券売機で有効期限を確認することもできる。



Accommodation

お部屋探し

予備知識

「出発前の長期契約」「高額な仲介料・手数料が発生する斡旋会社(学校・エージェントなど)の利用」はお勧めしない。現地に着けば即日～2週間程度で見つかるため、到着後数日は短期入居可能な部屋を契約するかホステルなどに滞在し、その間に自ら足を運んで部屋探しをすると良い。ワーホリや留学生など短期滞在者が利用する住居のタイプは大きく分けて以下の3つ。

ホームステイ	平均 \$1,100～\$1,300 (食事付き)。移民の多いバンクーバーではオーナーがカナディアンとは限らない(フィリピン人、中国人など)。現地の一般家庭の生活を体験できるが、各家のルール(ハウスルール:洗濯・食事・入浴・帰宅時間など)に合わせる必要があるため自由度は低い。また、ほとんどの場合郊外となる。
シェアハウス 貸し部屋	平均 \$800～\$1,000。余っている部屋を家具付きで借りるタイプ。オーナーと共同生活するケース、オーナーが持ち家を丸々軒貸すケースなどがある。一軒家の場合はダウンタウン以外がほとんど。
アパートシェア	\$2,000～(人数で分割)。カナダでは1つのアパートを他の人とシェアして生活するスタイルが一般的。地元カナディアンも、他国からのワーホリ・留学生も、ルームメイトを募集している。比較的に見つけやすく、家賃を安く抑えられるが、ルームメイトとの相性が重要なポイントとなってくる。もちろん自分だけでアパートを借りることも可能。その場合は光熱費・インターネットなども個人で契約する。

※シェアハウスやアパートシェアの場合、家賃の半額以下の「デポジット(保証金)」が発生する。契約時に支払い、退去時に部屋の汚れや破損がなければ返却される。

部屋の探し方

クラシファイド系のネット掲示板が便利。学校や街の掲示板、現地新聞にも情報がある。「Vacancy (空室)」のサインが出ているアパートに直接問い合わせで見学することも可能。ホームステイを除き「毎月1日～月末の月単位契約」「退去前1ヶ月前通告」を定めている物件が多いため、毎月月初旬に翌月の空室情報が掲載され始める。

注意事項

見学時は複数人で行くのが理想。安全が確保でき、多角的な視点で見学できる。アパートシェアの場合、留学生の間でTakeover(引継ぎ:前の住人が使用していた生活用品等を買う)制度があるが、高額で売りつけられることも多い。また英語に不慣れな短期滞在者を狙った詐欺(見学前にお金の振込を要求してくる等)やセクハラも頻発しているので要注意!学校や職場への交通費を考慮するの忘れずに。

Identification

身分証明書

免許証の切り替え

6ヶ月以上のビザ&日本の免許証を持っていれば、実技・学科試験を受けずにBC州の免許証に切り替えが可能(免許取得後2年以内の場合は「初心者用免許証」の発行となる)。日本の免許証は申請時に没収されるが、日本帰国時に紛失届けを出すことで再発行できる。

申請に必要なもの

- ・日本の免許証
- ・日本の免許証の翻訳証明(バンクーバー日本総領事館などにて有料で申請可能)
- ・2つのID(有効期限が6ヶ月以上のビザ + パスポートなど)
- ・申請費 \$31

国際免許証 (+日本の免許証)

非居住者(短期滞在者)向け。法律上は日本の免許証だけでも運転できるが、警察関係者等の多くは日本語を理解できないため「国際免許証」、もしくはICBCが認可した翻訳者による「翻訳証明書」が必要。

BC州の免許証

旅行など短期滞在者以外は90日以内にBC州の免許証へ切り替えよう勧められている。切替の際、日本の免許証は没収される。強力なIDとしても使えて便利。

BC ID (BC Identification Card)

6ヶ月以上のビザを持っていれば、運転免許証と同様の効果のあるBC州公認の写真付き身分証明書の取得が可能。1ヶ月程度で指定した住所に郵送される。

申請に必要なもの

- ・2つのID(有効期限が6ヶ月以上のビザ + パスポートなど)
- ・申請費 \$35

申請場所

ICBC - Driver Licensing Office (ダウンタウン)

221-1055 West Georgia Street Vancouver (Royal Centre内)

「Burrard Station」近くにある「Royal Centre」内地下。



豆知識

役所、カジノ、バーなどでは2種類のIDを要求されることが多い。
【2種類のID】①顔写真付き(パスポート、免許証、BCIDなど)
②名前が印字されたもの(銀行カード、クレジットカードなど)

豆知識

月額アパートの場合、冷蔵庫、オーブンは基本設備。洗濯機、乾燥機はランドリー・ルームに設置しており、利用には \$1～\$2程度のコインや専用のカードが必要な場合が多い。



Money

お金の管理・両替

銀行口座について

カナダでは高額の現金を持ち歩く習慣が無く、「Debit カード（銀行のカード）」か「クレジットカード」を利用している人が多い。ほとんどの店でこれらのカードが使用可能なので、短期滞在者が以外は現地で口座を開設しておくが便利。仕事をする場合、口座開設は必須。



口座の種類

口座は大きく分けて「Chequing Account（普通口座）」と「Saving Account（定期預金）」の2種類。お金の引き出しがある場合は通常「Chequing Account」を利用する。カナダの銀行では「口座維持費（数ドル）」がかかる場合が多いが、預金金額によっては免除になるため、開設時にプランを検討する必要がある。開設後のプラン変更は窓口で簡単にできる。

ATM

ほとんどのATMは24時間稼働。口座開設銀行以外のATMでは手数料がかかる。日本の国際キャッシュカードは右記「Plus」「Cirrus」のマークのあるATMで利用可能。



お金の両替

日本円の「現金」を所持している場合、まずはそれらをカナダドルに両替する必要がある。両替所は街の至る所にあるが、店によって手数料やレートが大きく異なるので要注意。

VBCE (Vancouver Bullion & Currency Exchange)



バンクーバーの両替所の中では比較的両替レートが良く、手数料も不要。円建て送金の受付も可能。

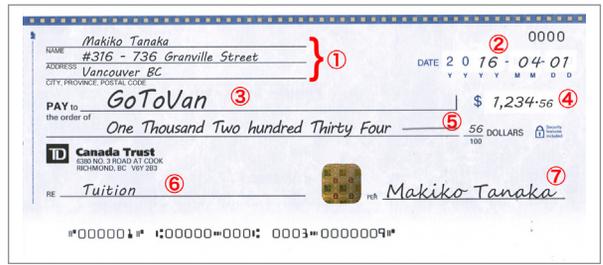
800 West Pender St. Vancouver
Tel: 604-685-1008

※両替の際にこのページを見せると特別レートで両替できる



小切手(Cheque)の書き方

カナダでは家賃の支払いや給与の受け取りに小切手 (Cheque) が使われることが多い。銀行によっては口座開設時に小切手用紙をくれるが、そうでない場合は有料で購入する。



- ① 自分の名前 & 口座を開設した時の住所
- ② 相手がチェックを現金化できる日付
- ③ 支払い先の名前
- ④ 支払額 (数字)。c まで要記入
- ⑤ 支払額 (アルファベット)。余白には一本線を入れ、書き込みができないようにする
- ⑥ メモ欄。用途 or 空欄。例: 授業料 (Tuition)、家賃 (Rent) など
- ⑦ 銀行開設時のサイン

銀行で使う英単語

銀行口座	Account	普通預金口座	Chequing Account
引き出し	Withdraw	定期預金口座	Savings Account
預金	Deposit	送金	Wire Transfer
残高	Balance	利率	Interest Rate
残高証明書	Bank Statement	口座維持費	Maintenance Fee
小切手	Cheque	口座を開く	Open an Account
為替	Currency Exchange	口座を解約する	Close an Account



Wise: オンライン海外送金サービス。世界各国にあるWiseの銀行口座を利用して国内送金だけで取引を完結させることで手続き手数料を抑え、為替手数料をゼロにしている。 wise.com





Grocery Shopping

食料品店・日用雑貨

T&T Supermarket

アジア系では国内最大級となる中華系スーパー。アジア各国の食材・調味料・日用品を豊富に取り揃えており、比較的リーズナブルな価格。日本の食材・調味料なども豊富。

Stadium-Chinatown駅付近/Marine Drive駅付近
Metropolis内 他

H Mart

韓国系スーパー。韓国の食材・調味料をとり揃えている。野菜、肉、米などの品揃えが比較的日本人の好みに近いものが多い。フードコートも安くて美味しいと人気。

Seymour St x Robson St
Aberdeen Centre内

Safeway

各地に多数の店舗を構えるスーパー。食品、日用品、ペーパーなどを販売。中にはガソリンスタンド、薬局、酒屋などを併設している店舗も。セール中の商品であれば比較的好買い得。

Robson St x Denman St
Davie St x Cardero St 他多数

100円均一ショップ

- **Daiso (\$2~\$3)**
バンクーバー City Square Mall内。
- **Oomomo (\$2~\$3)**
リッチモンド Aberdeen Centre内。
- **Dollarama (\$1~\$2)**
市内各地。

Real Canadian Superstore

巨大スーパー。食料品、日用品、家具、家電、服、雑貨、おもちゃなど、生活に必要なものを比較的低価格で販売。アジアコーナーに日本の食材・調味料などもある。

Rupert駅付近/Marine Drive駅付近
Metropolis内/Richmond 他

London Drugs

バンクーバー発のドラッグストア。薬局（薬剤師常駐）、郵便局、日用品、コスメ、食料品の他、家具家電、書籍の販売、証明写真サービスなど幅広く展開している。

Granville St x Georgia St
Robson St x Bute St 他多数

Shoppers Drug Mart

カナダ最大のドラッグストア。薬局（薬剤師常駐）、郵便局の他、日用品、コスメ、お菓子などを販売。独自ブランド「Life」商品や週末のセールがお得。

Granville St x Dunsmuir St
Thurlow St x Davie St 他多数

オーガニック・スーパー

- バンクーバーは自然食品、オーガニック食品を扱うスーパーも多い。
- **Whole Foods**
 - **MarketPlace IGA**
 - **Choices Market**
 - **Urban Fare**

Shopping Tips

買い物の豆知識

返品・交換 (Refund / Exchange Policies)

日本では一般的ではないが、カナダでは特別な理由が無くても購入した商品の返品・交換が可能な場合が多い。希望する場合は、商品とレシートを店の定められた一定の期間内に購入店舗に持参しよう。詳細はレシート裏に記載されているので確認を。

プライスマッチ制度 (PriceMatch)

最安値保証の一種。他店で同じ商品が安く売っている場合、同額以下になるよう価格を調整してくれる制度。店員に他店の価格を告げ、確認がとれば適用してくれる。家電量販店などに多いが、店によるので確認を。

値札と実際の値段

稀に値札に書いてある値段と実際の値段が違うことがある。間違いを発見したらレシートを持ってサービスカウンターへ。

ビン・缶

缶・ペットボトル・紙パックなどの製品を購入する際に容器代(デポジット)を徴収される。缶・1ℓ以内のボトルで5¢、それ以上は20¢。容器を指定の場所(スーパー、酒屋、リサイクルセンターなど)に持参すると返金される。

オープンボックスに注意!

返品・交換された商品であっても、新品と同様に同額で販売されることが多い。つまり既に他人が使った中古の商品を新品価格で購入してしまう可能性がある。商品を購入する際は破損などが無いか確認しよう。

プライス調整 (PriceAdjustment)

購入した商品の価格が購入後に下がった場合、支払った金額と値下げ後の金額の差額を貰える制度。詳細はレシート裏に記載されているので確認を。

Rain Check (売り切れ特売品後日購買券)

セールなどで特売品が品切れだった場合でも、当該商品が新たに入荷された時に特売価格で購入できる制度。品切れ時に「Rain Check please」と言えば商品名・金額・有効期限等を記載した券を貰える。

“〇個で〇ドル”の秘密

北米のスーパーなどでよく見かける「5 for \$5」「5/\$5」(=5個で\$5という意味)などのセールの値札。一見5個買わないと割引にならないように見えるが、1個の値段が記載されていない場合、購入する個数分で割引してくれる場合がほとんど。





Vancouver Must-Sees

バンクーバーのみどころ



Gastown

ガスタウン

バンクーバー発祥の地とされる小さくも美しい街。19世紀に建てられたレンガ造りの建物を利用したブティック、レストラン、土産屋などが並び、地元民にも観光客にも人気のエリア。15分毎に蒸気を吹き上げながら汽笛が鳴るSteam Clock（蒸気時計）と Gassy Jack 像が名物。

Waterfront駅から徒歩

Chinatown

チャイナタウン

北米でも最大規模を誇る中華街。中国系のレストラン、スーパー、漢方薬局などが軒を連ね、アジア系の人々や観光客で賑わっている。文化的で魅力的な街である反面、麻薬中毒者やホームレスも多いので一人歩きには注意。特に夜間の立ち入りはお勧めできない。

Stadium-Chinatown駅から徒歩

Davie Street

デイビー ストリート

ダウンタウンの南西、ゲイコミュニティの中心となるストリート。バンクーバーはゲイ・フレンドリーな街として知られているが、特にDavie St周辺はGLBTの方々が多く暮らしている。ストリートや店にGLBTの象徴である レインボーフラッグが掲げられているのが特徴。ゲイ向けのレストランやクラブも多く立ち並び、

ダウンタウンのGranville St から #6 のバス

Yaletown

イエールタウン

1986年のバンクーバー万博開催跡地の倉庫街が再開発によって生まれ変わったファッショナブルなエリア。築100年以上のレンガ造りの建物を利用したお洒落なカフェやショップが並び、バンクーバーの流行の発信地となっている。最近では高級コンドも立ち並び閑静な住宅地としても人気。

Yaletown-Roundhouse駅から徒歩

Robson Street

ロブソン ストリート

ダウンタウンの中心を南西に走る目抜き通り。カジュアルブランド、アクセサリー、インテリア、コスメなど多種多様なショップ、様々な国のレストランやカフェが立ち並び、日中は人通りが絶えない。日本の食材販売店「みんなのコンビニ屋」もここ。

Burrard駅から徒歩

Granville Street

グランビル ストリート

空港周辺からダウンタウンへと続く長いストリート。高級住宅街やショップなどが立ち並びエリアを抜けてGranville橋を渡るとダウンタウンに入る。ダウンタウン内はショッピングモール、飲食店、カジュアルブランド、ホテル、ナイトクラブなどが軒を連ねており、週末は夜間でも賑わう。

City Centre駅から徒歩

Stanley Park

スタンレー パーク

ダウンタウンの北西にある広大な公園。原生林に覆われた公園内には湖や川もあり、アラグマヤリス等の小動物も生息している。水族館、トーテムポールパーク等の観光施設のほか、サイクリングロードやテニスコートもあり、街の人々の憩いの場となっている。展望台からの景色も美しい。

W Pender St から #19のバス

Granville Island

グランビル・アイランド

Granville橋の下にある小さな島。かつて工場地帯だったエリアを再開発し、今では美術学校、劇場、クラフトショップ、レストラン、ビール工場などが軒を連ねている。フードコートや新鮮な食材が所狭しと並び Public Market も人気。景色も綺麗な観光スポット。

Waterfront駅 or Granville St から #50のバス

Queen Elizabeth Park

クイーン エリザベスパーク

カナダ初の公営植物園があり、バンクーバーで最も標高の高い丘にある公園（海拔125m）。池や滝を配置した森林公園で四季折々の花々が見られるほか、300種以上の熱帯植物や鳥を集めたBloedel温室、テニスコート、ピッチパット場もある。結婚式を挙げるカップルも多い。

King Edward駅から徒歩

English Bay

イングリッシュベイ

ダウンタウンの南西のビーチ（Denman St × Beach Ave）。砂浜の海岸が続いており、西に歩くと Stanley Park へ繋がる。年間を通して散歩、ジョギング、自転車、ローラブレード等を楽しむ人々で賑わっているが、海水浴には向かない。毎年恒例の花火大会もここで打ち上げられる。

ダウンタウンのGranville St/Davie St から #6 のバス or Robson St/Denman St から #5 のバス

Kitsilano

キットラン

Kitsilano Beach ~ 4th Ave周辺のエリア。通称「Kits」。元々ヒッピーが暮らしていたこともあり、自由や自然を好む人々が集まっている。オーガニックストアやヨガスタジオが並びスローライフの発信源ともなっている。高級住宅地としても人気。ダウンタウンから Burrard橋を渡ってすぐ。

ダウンタウンのBurrard St から #2、#22 のバス

Commercial Drive

コマーシャルドライブ

かつてはイタリアからの移民が多く「Little Italy」と呼ばれていたが、昨今は世界各国から多種多様な人種が集まっており、バンクーバーの中でも特に異国情緒漂う地域。美味しいカフェやレストランが多いこと、前衛的なアーティストが集うことでも有名。

Commercial-Broadway駅から徒歩





Car Rental

レンタカー

レンタカーについて

少し遠くの街まで足を伸ばす場合、人数によっては公共交通機関や長距離バスを使うよりもレンタカーを借りる方がお得な場合もある。レンタカーは通常24時間単位で借りることができるため、朝借りても、夜借りても、24時間以内なら料金は同じ。夕方に閉まってしまう店舗も多いため、借りる時に店舗の営業時間・返却方法も確認しておくが良い。

主なレンタカー会社

Budget

@budget.com



AVIS

@avis.com



Enterprise / Alamo

@enterprise.com @alamo.ca



National

@nationalcar.com



Hertz

@hertz.com



Thrifty / Dollar

@thrifty.com @dollar.com



レンタカーの借り方

予約は店舗カウンターかオンラインで可能。

長期連休などは通常よりも高額になったり、在庫車がなくなる場合も多い。

予定が決まったらなるべく早めに予約すると良いだろう。

車のピックアップ時に必要なもの

- ・BC州の免許証 or 国際免許証 (+日本の免許証)
- ・クレジットカード



カー・シェアリング

レンタカーよりも気軽に、短時間から利用できる。事前に会員登録をしておけば、街中に停められている専用の車を24時間365日、好きなときに借りて、好きなときに返せる。ただし通常年間登録となるため、どちらかという長期滞在者向け。

Evo (分・時間・日単位)

@evo.ca



Modo (時間・日・距離単位)

@modo.coop



自転車／電動スクーター・シェアリング

カー・シェアリングの自転車／電動スクーター版。免許が不要なため、年齢、ビザ、滞在期間に関係なく気軽に利用できる。スマホのアプリから検索・貸出し・返却が可能。ヘルメットは各自自転車に取り付けられていて無料で使用できる。

mobi (分単位)

@mobibikes.ca



Lime (分単位)

@li.me



豆知識

一般的にドライバーが25歳未満だとレンタル不可 or 追加料金を請求される。保険にはいくつか種類があるが、迷ったら全てカバーされる「フルカバー」を選ぶ。



Farmstay

ファームステイ

カナダのファームステイ

カナダでは年間を通してファームステイが盛んに行われている。自給自足を目的とした家庭菜園から商業ファームまで各種農場があり、有機農業の体験、都市部の生活とは一味違った体験ができるとして人気。地元カナディアンはもちろん、ヨーロッパからの参加者が多い。給料が発生する商業ファームもあるが、労働力と食事／滞在先を交換する無給の形態をとっているファームが多い。ここではファームステイの代表的な機関「WWOOF Canada」について紹介する。

基礎知識

仕事内容

農作物の栽培や動物の世話がほとんど。参加者の性別やファームによって異なるが、それほど重労働でない場合が多い。

労働時間

1日約4～6時間。1週間以上滞在する場合、休暇は週に1～2日。但し農作業は季節や天候に左右される面が大きく、動物の世話は毎日のごととなるため、ホスト側の都合に合わせる必要がある。農繁期の滞Inの場合、6時間以上の労働をすることもある。

期間

多くの場合ホスト側から2週間程度の短期滞在を提案される。滞在中に延長を提案されたり次のホストを紹介されることもある。もちろん自ら次のホストを探すことも可能。

年齢

19歳以上。19歳未満の場合は保護者の同伴、もしくはホスト側に保護者の役目を担ってもらい必要がある。平均年齢は20～30代。上限は定められていない。

予算

WWOOF 登録費、滞在先までの交通費。

ビザ

1つのファームにつき4週間までの滞在であればワークビザは不要。ただし商業ファーム（営利目的の農場）を除く。



参加方法

ファームステイをするためにはまずホストを探す必要がある。下記など、専用のWebサイトを利用して探すことができる。



WWOOF Canada

WWOOFはファームステイ希望者とホストをつなぐファームステイ専用NGOで、各国ごとにWebサイトがある。ファームステイ初心者はずっとご利用すると良い。

55 (1年)
wwoof.ca

WWOOF以外の検索サイト

Workaway

49 (1年)
workaway.info

Helpx

20 (2年)
helpx.net

労働力と食事／滞在先を交換する助け合い・文化交流専用の検索サイト。基本的には無給となる。カナダ国内外のファームステイも数多く登録されているが、ホテル、ホステル、B&B、キャンプ場での仕事など、様々な業種が登録されている。

※ホストは参加希望者の登録情報を見て受け入れを検討する。趣味、特技の他、自然や動物が好きであるなど、自己アピールはしっかり入力した方が良い。

ファームステイに向いている人

- 農作業や有機農業（オーガニック）に興味がある
- 自然や動物が好き
- 英語環境で生活をしながら英会話力を伸ばしたい
- メール、電話、仕事の指示などの場面で、英語による基礎的なコミュニケーションがとれる

ファームステイは自力で探す！

滞在先探しは英語の基礎的な読み書きさえできればそれほど難しい作業ではない。検索の工程は「ファームステイに参加する上で通るべき関門」とも言えるため、必ず自力でやろう。誰かに相談したい場合はカナダでのファームステイ経験者に聞くこと。特に他国で多い”金銭を目的としたファームステイ”体験者からのアドバイスは参考にならないことが多い。



School Info & Benefits

学校一覧と特典情報

総合英語
 ビジネス英語
 IELTS
 資格・キャリア系
 進学準備・テスト対策

スピーキング
 TESOL-J-Shine
 カフェトレーニング
 インターンシップ

Vancouver Toronto Calgary

Bayswater Vancouver

追加特典 **入学金OFF**

タイプ:

世界5ヶ国10都市に学校を展開する老舗語学学校のバンクーバー校。アクティビティの一環として、社会貢献活動にも参加できる珍しい学校。仕事に直結するソフトスキルを同時に磨ける独自のカリキュラムで、プロジェクトやプレゼンを通して実践的に学ぶことができる。4週間で専門的な学習ができるプロフェッショナルコースが人気。



プログラム	日本人カウンセラー	電話番号	住所
総合英語、ビジネス英語、大学進学準備、IELTS、デジタルマーケティング、ビジネスマネージメント、他	Sumiyo	604-684-9577	9F - 549 Howe Street Vancouver

Vancouver

Canadian College of English Language (CCEL)

追加特典 **スタバカード**
Starbucks Card \$50

タイプ:

独自で開発した「SMARTシステム」を使い、インターネットやオーディオ機器を駆使した授業を行っている。基本となるESLの他、専門学校を併設しているため、ビジネス、国際貿易、ホスピタリティー等、多岐に渡る専門コースが受講可能。学校が運営するカフェ&レストランで就業するチャンスもある。充実したアクティビティーも人気。



プログラム	日本人カウンセラー	電話番号	住所
総合英語、ビジネス英語、IELTS、進学準備、他	Ayako	604-688-9366	#450 - 1050 Alberni Street Vancouver

Vancouver

College of English Language (CEL)

追加特典 **入学金OFF**

タイプ:

カルフォルニア州を拠点とする語学学校で2024年末にバンクーバーに進出。6~10名の少人数クラスを保ちながらも、リーズナブルな授業料を実現している。授業は、講師からの一方通行ではなく、生徒同士の対話や協力を重視したマルチ方向のアプローチが特徴。「伝える力」「聞く力」「質問する力」を養うことで、総合的な英語力をバランス良く向上させる。



プログラム	日本人カウンセラー	電話番号	住所
総合英語、Cambridge、IELTS、他	Soomen Kazu	604-681-9961	#300 - 1190 Melville Street Vancouver

基本特典

学校を申込みと利用できる無料サービス
 ビザ申請サポート
 生活サポート
 滞在先の手配
 空港送迎

特典条件

- ・フルタイムの申込み
- ・申込み期間 → 4週間以上 8週間以上 12週間以上

特典利用の際はGoToVanまで 専任ページを参照ください

Vancouver Calgary

Cornerstone International Community College

追加特典 **スタバカード**
Starbucks Card \$50

タイプ:

マネジメントコースとIT系コースの専門学校。ダウンタウンに3キャンパス、カルガリーに1キャンパスを構え、世界90か国以上からさまざまな経験を持つ学生が集まる。キャリアアサーブとしてそれぞれのコースのスペシャリストが在籍し、専門的なサポートがすべて無料で利用可能なことが特徴。



プログラム	日本人カウンセラー	電話番号	住所
総合英語、IELTS、CELPPIP、フランス語、ビジネス、ホスピタリティー、ウェブ開発、デジタルマーケティング、他	Shigeo Miki Yulia	604-620-1111	609 W. Hastings Street Vancouver

Vancouver Toronto Montreal

EC Vancouver

追加特典 **スタバカード**
Starbucks Card \$50

タイプ:

世界6か国、16都市にキャンパスがある大規模語学学校のバンクーバー校。週20/24/26/30レッスンの4つの時間割から目的や予算に合わせて選択できる。会話力向上にフォーカスした新しい参加型の授業を導入していて、教材は世界中の教育機関で採用されているNGLを使用。工夫を凝らしたアクティビティーも豊富に実施されている。



プログラム	日本人カウンセラー	電話番号	住所
総合英語、ビジネス英語、Cambridge、30歳以上限定英語、AIライティング、他	Mina	604-683-1199	#300 - 570 Dunsmuir Street Vancouver

Vancouver

Global College (GC)

追加特典 **入学金OFF**

タイプ:

「スピーキングに特化した学校で、全クラス少人数制。一般英語の授業では、文法やライティング、リスニングもスピーキングをベースに進め、先生がその内容を紙に書き起こして訂正やより良い表現に直す独自のメソッドを毎日実施している。さらに、IELTSやTESOL、ビジネス英語、Co-op付き専門プログラムに加え、5歳~14歳対象のキッズプログラムも人気。



プログラム	日本人カウンセラー	電話番号	住所
総合英語、TESOL、IELTS、ビジネス英語、キッズプログラム、デジタルマーケティング、ホスピタリティー、他	Mifumi	604-669-1603	#298 - 1199 W. Pender Vancouver

Steps

渡航に向けてのステップ

渡航前の準備について

初めての海外生活は不安がつきもの。そこで多くの人々が留学センターや斡旋業者に多額の“サポート費”を支払っているが、現地到着後に後悔するケースが後を絶たない。現在渡航に向けて準備を進めているのであれば、当冊子を参考に限られたお金と時間の使い方を要検討頂きたい。

ビザ・eTAの申請 申請方法はビザの種類やその年度によって異なるため、最新情報に基づいて取得すること。詳しくはカナダ移民局HPを参照。
#ircc.canada.ca

航空券の購入 航空券を購入しないと滞在先や保険を決められないため、余裕をもって購入すると良い。

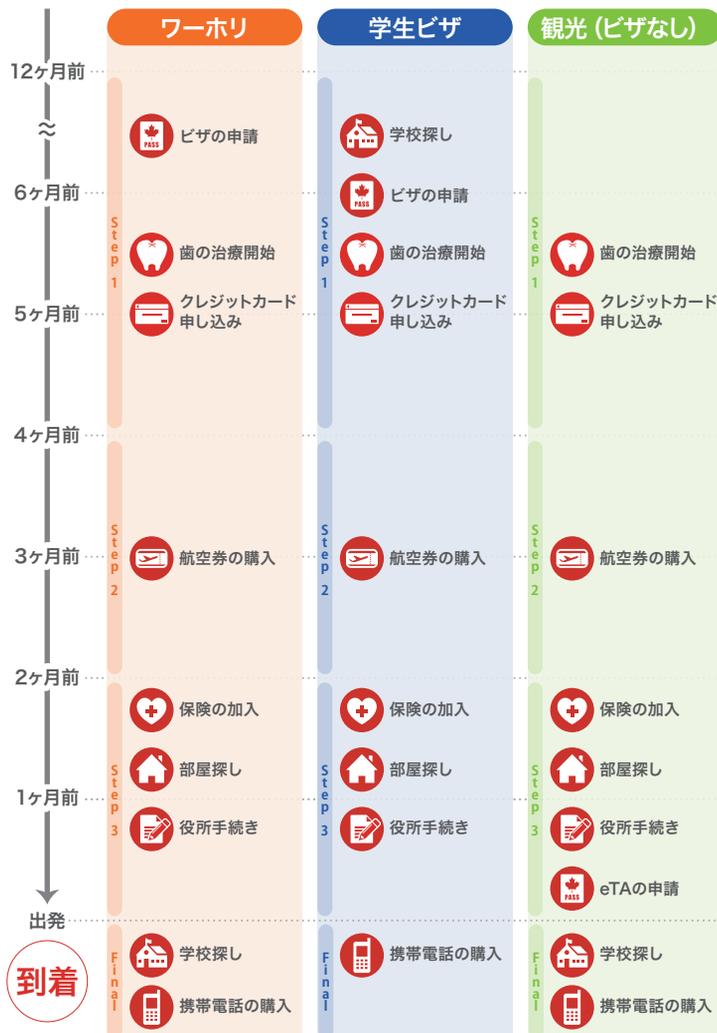
保険の加入 目的や価値観による所が大きいため、渡航前に重々検討を。日本の保険会社の提供する海外旅行保険、現地で加入可能な保険の他、クレジットカード付帯保険（3ヶ月）も利用できる。少なくとも「傷害治療費用」「疾病治療費用」へは加入しておく心安らう。

部屋探し 「出発前の長期契約」「高額な仲介料が発生する斡旋会社の利用」はお勧めしない。出発前にWebサイトなどで短期の部屋を探す場合は1～1ヶ月半を切ったからの方が見つけやすい。ホステルやホテルに仮滞在して滞在先を探すのも良い。

役所手続き 必要に応じて出発前に「国外転出届け（住民票）」などの手続きをすること。

クレジットカード申し込み 北米では現金よりクレジットカードが主流なため、持っておくと便利。但しJCBは使えない事が多いため、お勧めできない。

歯の治療開始 一般的な保険では歯科治療は適用外。相当高額になる場合が多いため、出発前に日本で治療してくることをお勧めする。



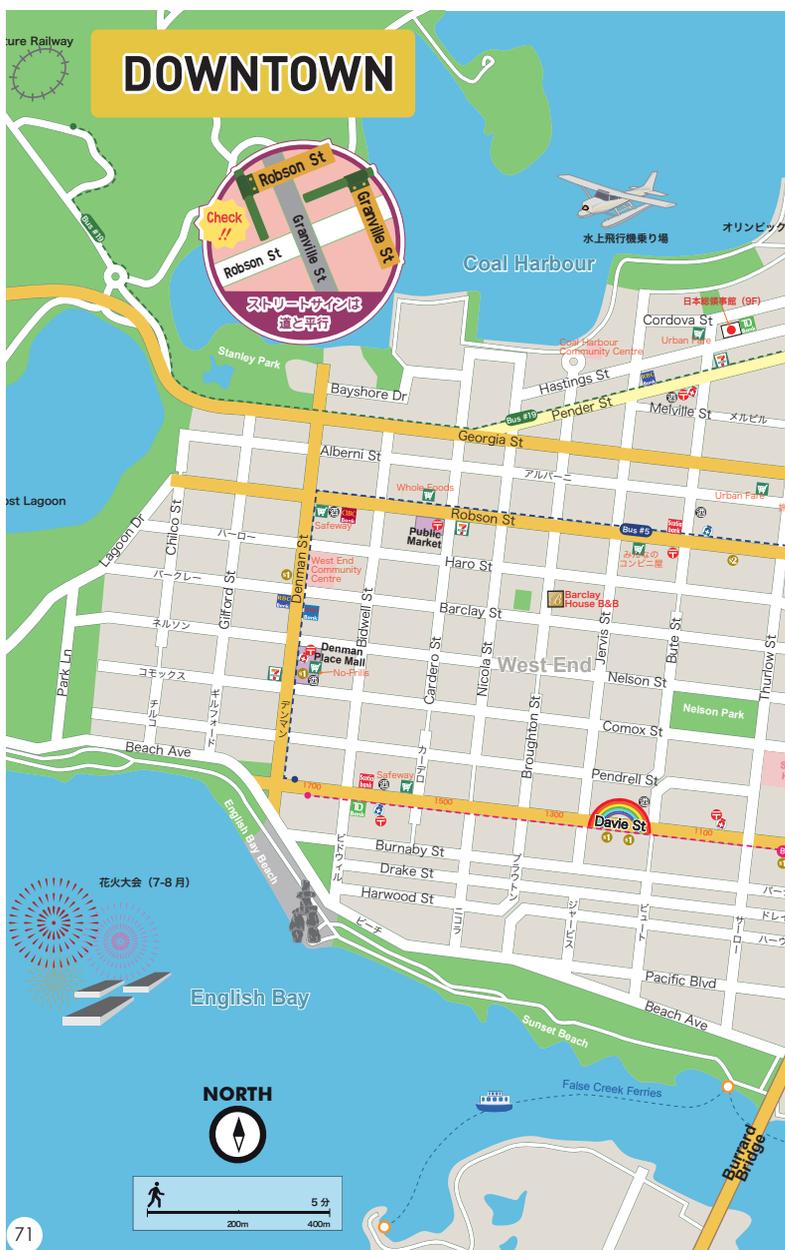
Useful English Phrases

役に立つ英会話

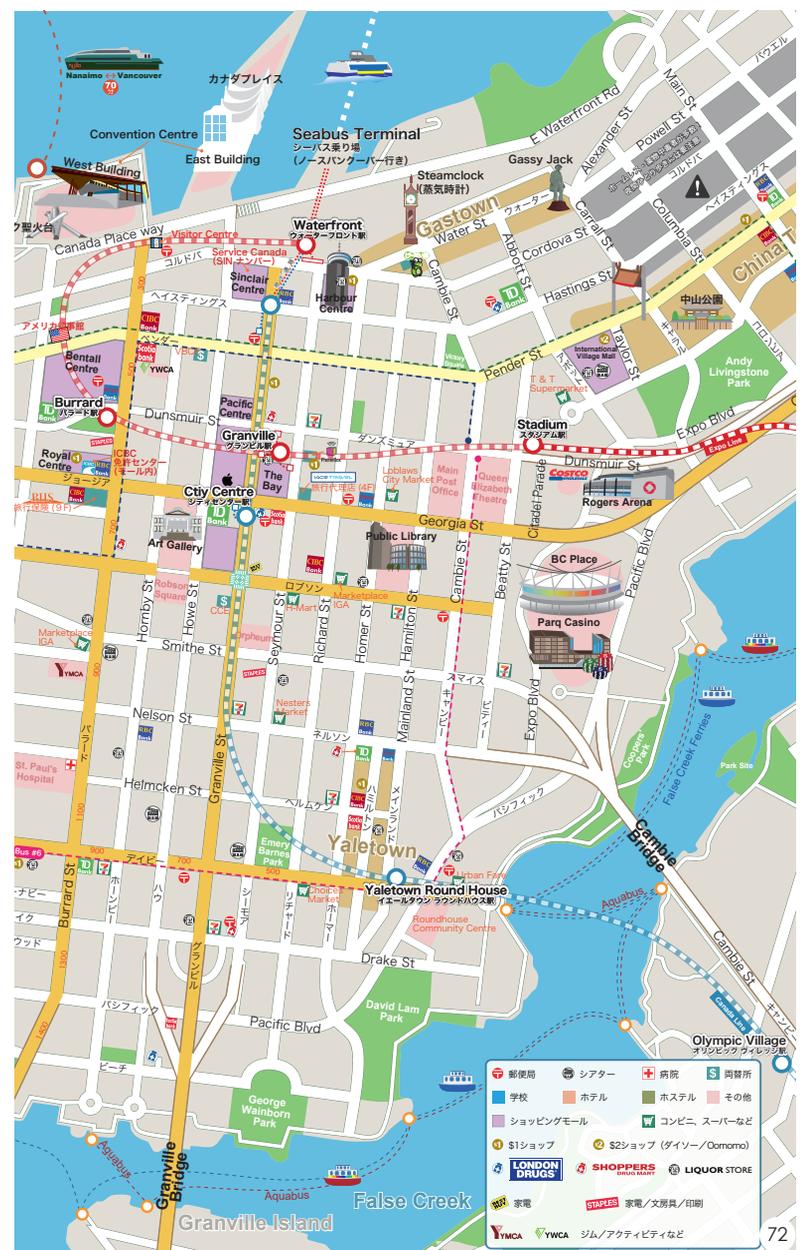
🛒 Shopping	
(これ)はいくらですか?	How much is (this)?
(これを)試着しても良いですか?	Can I try (this) on?
(ギフト)を探しているのですが。	I'm looking for (a gift).
(これらのシャツ)はセール中ですか?	Are (these shirts) on sale?
見てだけです。ありがとうございます。	I'm just browsing, thank you.
(クレジットカード)で支払えますか?	Can I pay by (credit card)?
(レインチェック)をいただけますか?	Can I have (a rain check)?
他のサイズのものに変えたいのですが。	I would like to change this to a different size.
サイズ(6)の靴はありますか?	Do you have (these shoes) in size (six)?
大きな/小さなサイズはありますか?	Do you have this in bigger/smaller size?
返品したいのですが。返金頂けますか?	I would like to return this. Could I have a refund?
レシート頂けますか?	Could I have a receipt, please?
お勧めはありますか?	Do you have any suggestion/recommendation?
何時閉店ですか?	What time do you close?
🍴 Restaurant / Cafe / Fast food	
(M サイズのコーヒー)をいただけますか?	Can I get (a medium coffee)?
持ちかえりです。	To go please.
はい、それで全部です。	That's all. / That's it.
角/窓際の席が良いのですが。	We would like a table in the corner / by the window.
お勧めはどれですか?	Which one do you recommend?
甘い/辛い/すっぱい/しょっぱいですか?	Is it sweet / spicy / sour / salty?
まだ決まっていません。	I'm still deciding.
注文した料理がまだきません	My order hasn't come yet.

残りを包んで頂けますか?	Would you please wrap up the leftover?
お会計をお願いします。	Can I have the bill please?
🏞️ Sightseeing	
(トイレ)はどこですか?	Where is (the washroom)?
(駅)を探しているのですが。	I'm looking for (a train station).
徒歩で行けますか?	Do you think I can get there by walking?
どれくらいかかりますか?	How long does it take to get there?
この住所までお願いします。(タクシー)	Take me to this address, please.
🚉 Transit	
このバスは(モール)に行きますか?	Does this bus go to (the mall)?
このバスが(モール)に着いたら教えてください。	Please let me know when this bus gets to (the mall).
(空港)まで、どのくらい時間がかかりますか?	How long does it take to get to (the Airport)?
💰 Bank	
銀行口座を開設したいのですが。閉じたいのですが。	I would like to open (an account). close (my account).
(\$100)を引き出したいのですが。入金したいのですが。	I would like to withdraw (\$100). deposit (\$100).
(Brown さん)と会う約束があるのですが。	I have an appointment with (Mr. Brown).
(日本の銀行)にお金を送金したいのですが。	I would like to transfer money to (a bank account in Japan).
💵 Exchange	
(1万円)分の日本円を両替したいのですが。	I would like to exchange (10,000YEN) to Canadian Dollar.
(\$20)札を両替していただけますか?	Can you break this (\$20) bill?
円建て送金をしたいのですが。	I would like to transfer Japanese Yen
🏨 Hotel	
チェックインをお願いします。名前は(Makiko)です。	I would like to check in. My name is (Makiko).
予約していません。空いている部屋はありますか?	I have no reservation. Do you have a room available?
荷物を預かってもらえますか?	Can I leave my baggage at your hotel?
今晚、空いている部屋はありますか?	Do you have any vacancies tonight?

DOWNTOWN



NORTH



- 郵便局
- シアター
- 病院
- 調剤所
- 学校
- ホテル
- ホステル
- その他
- ショッピングモール
- コンビニ
- スーパーなど
- \$ショップ
- \$2ショップ (ダイソー/Oomomo)
- LIQUOR STORE
- LIQUOR STORE
- LIQUOR STORE
- LIQUOR STORE