CAREER EXCHANGE

2024
アメリカ国務省認定J-1ビザ
有給インターンシッププログラム

最長18カ月アメリカビジネス研修でキャリアアップを目指す！

株式会社キャリアエクスチェンジ
〒100-6611 東京都千代田区丸の内1-9-2　グラントウキョウサウスタワー11階
Tel:03-6278-8750　Fax: 03-6264-8758　info@career-ex.com

米国J-1ビザインターンプログラム基本情報

本プログラムはアメリカ国務省認定のインターンシッププログラムです

キャリアエクスチェンジのアメリカJ-1インターンシッププログラムはアメリカ国務省認定、J-1ビザを取得してアメリカ国内で最長18ヶ月（ホスピタリティ業種は12ヶ月）まで、報酬を得ながら米国のビジネス現場で実務研修（インターンシップ）ができるプログラムです。

ビザの種類：Jビザとは？？交流訪問者ビザというカテゴリー

アメリカのJビザは交換留学生や研究者・インターンシップ生を対象とする国際交流ビザの種類です。期間限定・目的限定のインターンシップ（研修カテゴリー）でもこのJビザが発行されます。当社の扱う有給インターンシッププログラムはこの研修カテゴリー（TraineeまたはIntern)となります。
配偶者の帯同も可能でご本人はJ-1ビザを取得、ご家族同伴の場合ご家族はJ-2ビザを取得することができます。
尚、 **このカテゴリーではJビザの2年間ルールは適用されません**。

DS2019発行NPO団体とは？？滞在許可証（DS2019）発行権限を持つスポンサー団体

Jビザ申請にはDS2019という滞在許可証が必要となりますが、このDS2019の発行権限を持つのがアメリカ国務省認定のNPO団体です。認定NPO団体は30以上あり、キャリアエクスチェンジは複数の団体と提携があります。DS2019発行後、Jビザ申請を日本国内のアメリカ大使館で行うことができます。

報酬がもらえるから経済的にアメリカに長期滞在ができる！

J-1ビザインターンシッププログラムでは合法的に報酬を得ることができます。金額は各州の最低賃金が目安です。（一部最低賃金以下もあり）現地での滞在・生活をほぼカバーできるので経済的に魅力的です。

プログラム参加条件

	社会人	大学生・新卒者
年齢	**20歳～35歳位まで** *35歳～40歳は応相談	
学歴	高校卒業以上 *米国の学歴は含まない	米国以外の短大・大学・大学院在籍者 または、卒業1年以内
職歴	■　高校　5年以上 ■　準学士号（Associate Degree）以上　1年以上	—
英語力	目安TOEIC600点以上(スコア提出必要なし) ＊当社英語レベルチェックにて判断します	
その他	基本的なPCスキル　MS Word/Excelは必須です	
インターン期間	■ホスピタリティ関連業種 12ヶ月まで ■それ以外の業種 18ヶ月まで	業種に関わらず 12ヶ月まで

一目でわかる！J-1プログラム相関図

【重要】Jビザ申請には今迄の学歴または職歴と、インターンシップ業種・職種の関連性が必要！

インターン先企業の業種または職種は、今迄の学歴・職歴とある程度関連している必要があります。全く関連性のない業種・職種の場合、J-1ビザの申請ができないことがあります。企業選定でも未経験者OKという求人は少ないので、ご自身の現在のスキルや経験に基づいた分野でのインターンシップをされることが望ましいといえます。大学生または新卒の場合、確実に申請可能な専攻は、経済・経営学部となります。その他学部の場合はビジネスと関連がある単位を取得してあれば可能性があります。文・言語・社会学部の場合は、英文成績証にて可能性を査定します。

インターンシップ受入企業選定方法について

報酬の目安	時給＄15～/月給＄2,100～ *各州の最低賃金が目安
研修時間数	ルール上、最低週32時間～ 通常週40時間の勤務

【J-1ビザインターンシップで可能な業種・職種】
国際関連業務、貿易事務、通訳、翻訳、各種営業関連、コンサルティング業務、会計士、金融関連業務、販売、マーケティング、広報、アパレル関連業務、IT関連、エンジニア、プログラマー、カスタマーサポート、グラフィックデザイナー、Webデザイナー、ライター、編集、ホテル業務、ツアーオペレーター、経理、総務、オフィスクラーク、秘書、レストラン関連など多数。

【J-1ビザ研修カテゴリーで禁止されている業種・職種】
マッサージを含む医療関連職種、幼稚園教諭などの教育関連業種および職種、ネイリストや美容師などの美容関連、空港関連（グラウンドスタッフなど）、人材紹介会社、派遣会社、リテイル業（販売職 ※研修内容によってはOK）は2023年現在アメリカ国務省の規定にて、インターンシップビザで従事することが禁止されております。

受入実績がある企業一覧

下記は受入実績企業の一部です。キャリアエクスチェンジでは600社以上の求人取扱い実績があり、これまで100社以上にインターン生を派遣しています。

コンピュータ＆IT関係
Pacific Software Publishing, Inc
KDDI America, Inc

TV・メディア
United Television Broadcasting System, Inc.
Tokyo Television Broadcasting, Corp.

新聞／出版
Takuyo Corporation
Trend Pot LLC

ホテル
Outrigger Resorts
Sheraton Hotels and Resorts

旅行・ツアー関連
IACE Travel
H.I.S

サービス
Prestige International Inc
WDI International Inc

貿易・商社
Daiei Trading Co., Inc.
KC Central Trading Co., Ltd.

物流
NEC Logistics America, Inc.

アパレル
Kurihara Corporation

メーカー
Ezaki Glico USA Corporation
Yamaya USA, Inc.

法律
Flangas＆Associates
Ray Law International, P.C.

金融・不動産
Able Real Estates U.S.A. Inc
Relo Redac, Inc.

受入企業決定のポイント

下記4つの要素からご提案可能な企業の数が絞られます。
ご提案企業の中から最終的に1社に決まることになります。

要素①　参加者のバックグラウンド

- **年齢・学歴・職歴・スキル**
- **PCスキル･専門分野スキル（簿記・SE・WEB制作）・資格など**
- **英語力**　＊TOEICやTOEFL/IELTSスコアはあったほうがよいです。スコアがなくても、海外留学歴はアピールとなります。

＋

要素②　参加者のご希望

- **エリア**
  一番重要な要素！！エリア限定または車NGの場合求人が限定されます。
- **業種･職種**
- **報酬額** 目安＄2200（平均$2400）それ以上の場合求人が限定されます。
- **就労ビザサポート**

＊サポートありでも就労ビザが取得できるかはご本人の学歴・職歴次第です

＋

要素③　求人の空き状況

希望の渡航時期で希望の企業に受入枠があるかどうか、これは運次第。J-1の規定で1社1-2名の受入しかできませんので、J-1インターン生の在籍状況によって空き枠がないこともあります。

＋

要素④　受入企業側の希望

- **研修開始希望時期**
- **企業の求めるスキルがあるか？人物像とあっているか？**

企業側はインターン生だから誰でもよいというわけではないので、書類・面接でしっかりと選考して受け入れを決めています。

J-1ビザインターンシップ終了後のアメリカ就労ビザサポートを希望している方へ

多くの企業で正社員登用・就労ビザサポートを希望していますが、就労（H1-b)ビザ取得には**大学以上の学位且つ専攻が業種と一致している**という移民局審査要件があります。そのためインターンから就労ビザに切替ができているのは参加者の約15%程度にとどまります。また就労ビザへの切り替えは現地ではできないので、J-1プログラムを終了し一旦日本に帰国してからの申請が必要となります。

キャリアエクスチェンジの強み

今後のキャリアを見据えた留学・海外インターンプランをご提案

キャリアエクスチェンジは、丁寧なコンサルティングを実施し、皆様の今後のキャリアプランを見据えたうえで、最適な留学・海外インターンプランをご提案しております。キャリアエクスチェンジのカウンセラーは、海外経験が豊富で、海外就労経験者もおります。だからこそ、「海外での経験をどのように今後のキャリアに活かすか？」をアドバイスできるのです。キャリアプランといっても、皆様それぞれ違う中で、このJ-1プログラムが皆様のキャリアプランにとっては最適か否か、しっかりコンサルティングいたします。

15年にわたるJ-1ビザ申請実績のあるスタッフだからこそ、J-1ビザ取得率98%！

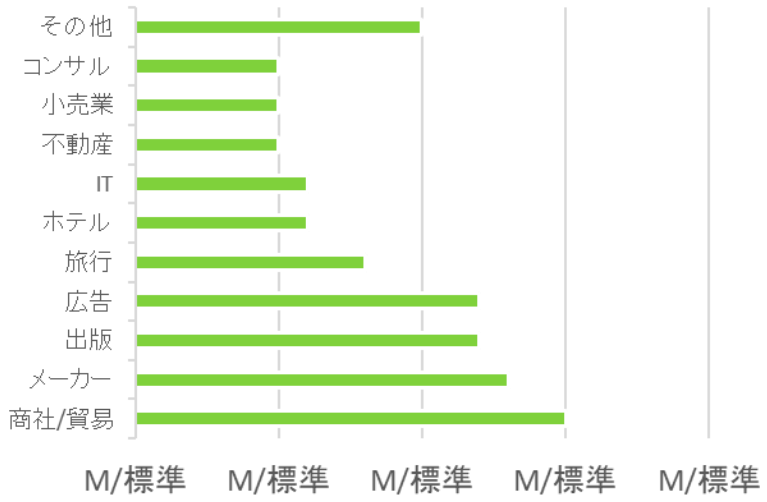
キャリアエクスチェンジのスタッフは2003年からJ-1ビザプログラム手配をしているベテランです。19年にわたる経験を活かしてサポートしているからこそ、DS2019及びJ-1ビザ取得率が98%なのです。インターン生個人の状況や、研修先企業の状況に合わせて、的確なアドバイスとサポートを提供しています。

アメリカ渡航後～インターンシップ終了まで、現地日本人スタッフによるサポート

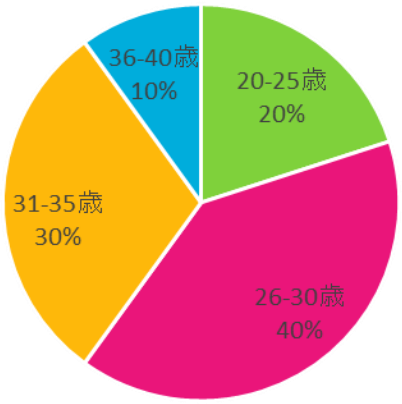
キャリアエクスチェンジは出発してからが「J-1プログラムの始まり」と考えています。そのため渡航後の現地サポートは重要です。現地スタッフが到着後～インターン期間終了時までしっかりとサポートします。

これまでのプログラム参加者の実績統計

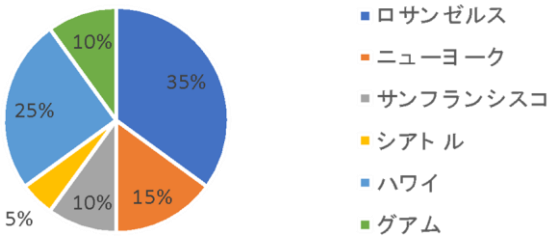
インターンシップ企業の業種



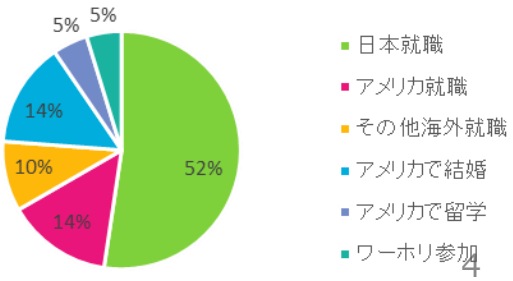
参加者の年齢分布



インターンシップ都市



インターン終了後の進路



お問合せからインターン開始までの流れ

1

お問合せ･無料査定　渡航希望時期の6ヶ月～1年前
ご経歴からアメリカJ-1ビザの申請が可能かを無料で審査いたします。
提案可能な求人がありましたら企業名と共にご提案いたします。

2

お申込・英語レベルチェック実施33,000円のお支払い渡航希望時期の7ヶ月～6ヶ月前
プログラムへの参加の意思が固まったら英語レベルチェックを受けてください。
英語力があまりに低い場合は、留学や他プログラムのご案内をいたします。

3

プレースメント開始　渡航希望時期の5ヶ月～4ヶ月前
希望求人の優先順位が決まり次第書類選考を開始いたします。

4

企業とのインタビュー（オンライン・対面）
基本的にはオンラインで実施いたしますが、稀に対面の場合もございます。
※面接回数は企業により異なります。

5

受入企業決定・DS2019申請開始　プログラム費用残金＋DS2019申請料のお支払い
必要書類をご提出いただき、研修プラン等DS2019申請作成をNPO団体と進めていきます。書類完成後申請書類へご署名いただき、当社へご返送いただきます。

6

DS2019発行スポンサーNPO団体とのインタビュー　（スカイプ）
研修生・企業それぞれNPO団体と英語インタビューを実施する必要があります。確実にパスできるよう2回のスカイプ練習を積んで、本番に臨んでいただきます。

7

DS2019発行・アメリカ大使館面接の予約
DS2019が発行されましたら、アメリカ大使館面接の予約をします。大使館面接のためのオリエンテーションを行い、準備万端で面接を受けていただきます。

8

アメリカ大使館（東京または大阪）へビザ出頭申請・ビザ取得
大使館面接から1週間程度でビザが貼付されたパスポートが返却されます。航空券や滞在先を手配して、研修開始日に間に合うよう渡航に備えましょう。

9

アメリカ到着　研修開始日の2週間前から前日まで
現地日本人スタッフによるオリエンテーションを受けて、スムーズにアメリカ生活を開始していただけます。その後インターンシップ開始となります。

【注意事項】

- お問合せからアメリカ渡航まで最短でも4ヶ月、平均6ヶ月の時間がかかりますので、余裕を持ってお申込ください。
- 英語力が条件を満たさない場合でもオンラインレッスンなどを受けていただく条件でお申込いただける場合があります。
- 英語レベルチェックはスコアを書面にてご案内します。
- 企業との面接で「対面」とあるものは日本での対面面接です。面接地に赴くための交通費は自己負担となります。

プログラム参加料金のご案内

プログラム料金(税込)	12ヶ月/18ヶ月　500,000円

【料金に含まれるもの】

【渡航前】　登録費（33000円）、カウンセリング、現地スタッフによるプレイスメントインタビュー（英語レベルチェック含む）、履歴書添削、各種事務手続き、企業リサーチ、書類選考手配、企業紹介、企業インタビューアレンジ、企業情報提供、受入確認書取寄せ、受入先企業のDS2019手続きサポート(提出書類作成サポート）、DS2019申請書類作成、通信・郵送費、海外送金代、ビザ面接予約、ビザ申請書類作成、面接前オリエンテーション、NPO団体及び大使館面接対策のための対策英語練習（3回）、現地生活情報提供、出発前オリエンテーション、消費税

【渡航後】　海外生活オリエンテーション、24時間緊急電話サポート、ソーシャルセキュリティナンバー申請サポート

NPO団体申請料金（傷害保険料込）	12ヶ月	18ヶ月
企業決定後、状況に応じて①～③のいづれかの団体に決定させていただきます。	①＄2950 ②＄3550 ③＄3750 ④＄4250	①＄3550 ②A/B＄4150

【料金に含まれるもの】

NPO申請費用、アメリカ国務省SEVIS費($220）、研修期間分のUS傷害保険代金（NPO指定保険会社/約月$65×滞在月）

ご注意事項

※為替変動より料金が変更する場合があります　　※当社のプログラム料金は税込み価格で表示しております
※お申込み後は当社規定のキャンセル料の対象となります
※ドル建てから円建てへ算出の際は、当月の社内レートにて算出させていただきます
※NPO団体及び大使館での申請却下の場合、申請費用の一部金は返金されませんので、ご注意ください。
※NPO団体規定変更により、DS2019申請費用の変更があった場合は、それに準じます

【プログラム料金に含まないもの】　渡航費、滞在費、現地生活費・交通費、ビザ申請料金（＄185）、速達郵送費、配偶者・お子様同伴の場合配偶者プログラム料金及びNPO団体申請料金　　2024年4月現在

プログラム参加料金のお支払いの流れ

プログラム料金は各ステップに進まれる段階で、分割してお支払いいただきます。次のステップに進まれるかどうか参加者に確認してからお支払いただいております。

ステップ1： お申込時　33,000円のお支払い	
プログラム参加登録	英語レベルチェック実施、必要書類案内

⇩

ステップ2： 書類選考⇒面接⇒受け入れ企業決定後 46,7000円+NPO団体申請費用のお支払い	
選考開始	書類選考、企業面接設定、受け入れ企業決定、受入確認書の取り寄せなど
DS2019・J-1ビザ申請	DS2019申請書類作成、NPO面接対策、米国大使館ビザ書類作成、大使館面接対策、渡航前オリエンテーションなど

J-1プログラム参加総費用概算

レート＄＝140円で換算

	ニューヨーク 12ヶ月間	ニューヨーク 18ヶ月間	ロサンゼルス 18ヶ月間
プログラム費用	500,000円	500,000円	500,000円
DS2019申請費用 （US傷害保険含む） ＊NPO団体①の場合	413,000円 （$2950）	497,000円 （$3550）	497,000円 （$3550）
アメリカ大使館 J1ビザ申請費用	25,900円 （$185）	25,900円 （$185）	25,900円 （$185）
片道航空券（目安）	120,000円	120,000円	100,000円
小計：最低限初期費用	**1,058,900円**	**1,142,900円**	**1,122,900円**
オプション滞在先手配費	35,000円	35,000円	35,000円
オプション：4週間 ホームステイ滞在費	203,000円 （$1450）	203,000円 （$1450）	206,500円 （$1475）
自動車購入費（目安）	―	―	700,000円（$5000）
合計＝目安初期費用	**1,296,900円**	**1,380,900円**	**2,064,400円**

現地滞在中の収入と支出の概算

	ニューヨーク		ロサンゼルス	
収入：平均手取報酬額/月	**$2,100**	週35時間研修の場合 平均	**$2,170**	週35時間研修の場合 平均
シェアアパート家賃	$1,000	目安	$850	目安
生活費	$850	目安	$600	目安
交通費/車リース費	$200	目安	$400	目安
支出：滞在生活費合計/月	**$2,050**	目安	**$1,850**	目安
エリア別追記事項	冬は極寒のため衣類に費用がかさむ。また外食の機会も多くなるので報酬内でギリギリ生活できるレベルと考えることが重要！		車があるので買出しで節約でき、旅行なども車でどこにでも行ける。	

プログラム参加に必要な最低資金は130万円、余裕をもって150万円（車購入の場合は200万円）を目安にしてください。これは必要となる英文残高証明書の額とほぼ同額です。

アメリカ留学の場合、最低でも1年で400万円以上の費用がかかります。留学と比較するとJ-1有給インターンプログラムがいかに経済的なプログラムかがお分かり頂けます。

- 上記はあくまでも概算費用となります。個人の生活レベルにより異なります。
- 車は日本帰国前に売却することができ、売却分費用（購入価格の30-50%目安）が戻ってきます。
- ホームステイ以外の滞在スタイル・他エリアの滞在手配に関しては担当カウンセラーにお問合せください。
- ドル建てから円建てへ算出の際は、当月の社内レートにて算出させていただきます。
- 料金は予告なく変更される場合もあります。ご了承ください。

必要書類のご案内

- **英文履歴書・和文履歴書・和文職務経歴書**
- **英文在籍証明書兼推薦状（社会人の場合は元・前・現職場の上司/学生・新卒の場合は大学の教授）**

※学校または企業のレターヘッドに印刷された推薦状をご用意下さい。それが不可能な場合、
推薦状を書いて頂いた方の名刺を添えて推薦状をご提出下さい。12か月以内に発行されたものに限ります

- **2年制短大・専門学校卒業以上の最終学歴の英文卒業証明書および成績証明書**

高卒・専門学校・アメリカ大学卒の方は日本の高校の英文卒業証明書もご用意いただきます
専門学校・短期大学・大学卒の場合、Degree（学位）が証明書に記載されていることが必要です

- **パスポートのコピー**

インターンシップ終了日までの有効期限が残っていること
過去にアメリカビザを取得したことがある方は、アメリカのビザ（シール）が貼ってあるページも必要

- **5センチ×5センチ・背景白の証明写真**
- **金融機関から発行される英文残高証明書（目安：$1000×滞在月数）**

ご本人名義の他に、保護者名義でも可能です。また、2つ以上の口座を合算でも可能です。

- **その他、申請者の状況に応じて、当社が依頼する各種書類**

アメリカ生活一般情報

アメリカでの滞在方法

アメリカではアパートシェアという滞在方法が一般的で、2-3人で2-3LDKの部屋をシェアするスタイルです。この滞在方法ですと滞在経費を極力抑えられます。アパートシェアはネット掲示板に多数募集がありますので大都市であれば簡単に見つけられます。ただネット掲示板ではトラブルも多いため、渡航後にご自身で物件を見に行って契約されることをオススメしています。当初は当社手配のホームステイをご利用ください。

アパートシェアの家賃目安ですが、光熱費込みで郊外エリアで1ヶ月＄700～、大都市圏ですと＄800～ハワイエリアですと＄1000～となります。

年金・税金に関して

●アメリカ滞在中の日本の年金・税金

渡航前に住民票を海外転出手続きをすることにより、国民健康保険料、住民税、国民年金の支払い義務がなくなります。
しかし国民年金は任意加入が可能です。国民保険の任意加入のメリットとしては、将来老齢基礎年金に反映されること、又海外での事故や死亡の場合は、遺族基礎年金や障害基礎年金が支給されます。

●アメリカ滞在中のアメリカの年金・税金

J-1ビザインターン生はアメリカの年金（Social Security)の支払い義務がありません。支払い義務が生じるのは、アメリカ連邦税、州税、市税となります。**税金の目安は約10%前後**とお考えください。
税金は毎回給与から源泉徴収され、翌年4月に確定申告を行うことによってTAX Returnを受けることができます。

自動車経費に関して

アメリカの多くの都市では通勤/生活において車の運転および購入が必須となります。

●運転免許申請経費：約5000円

アメリカには教習制度はありませんので、筆記試験と実技を受けていただくだけで取得ができます。

●車購入経費：約100万円～

中古車を購入していただきます。帰国時に売却すると購入資金の一部が戻ってきます。

●車リース経費：

リースという方法もあります。初期費用＄2000、毎月＄400 程度のリース料となります。メンテナンスがされている燃費の良い車がよいならリースがおすすめです。

●自動車保険経費：約8000円/月～

最低限の損害賠償責任保険への加入は必須です。

●ガソリン代：＄40/月～

中古車ディーラー・リース会社の御紹介をしています。ご希望の方は担当カウンセラーまでお申し付けください。

アメリカでの医療保険に関して

アメリカは世界でも医療費が高額ということで有名です。DS2019申請費用には研修期間分のUS傷害保険費用が含まれていますが、各NPO団体によって保険プラン内容が異なります。この保険では基本的な怪我・病気の治療費を補償しますが、生命保険・後遺障害、損害賠償の補償は含まれていません。アメリカ滞在中の保険補償を充実したものにするには、ご家族と相談いただいたうえ、別途海外旅行保険の加入をしていただいています。

キャリアエクスチェンジはジェイアイ火災保険の正規代理店です。海外保険に関しましては担当カウンセラーにご相談下さい。