



bali study

PT. COCORO CAHAYA BALI

BEYOND TOURISM. INTO CULTURE.

家族で安心

バリ島移住 出発前 チェックリスト

準備から現地到着後まで。数多くの日本人ご家族の移住に寄り添ってきた私たちが、本当に必要な 100 の準備を一冊にまとめました。

100 項目の
チェックリスト

10 カテゴリー
3つのステップ

このチェックリストについて

実際に多くの日本人ご家族の移住をサポートしてきた Bali Study が、現場での経験と最新の情報をもとに作成しました。準備から現地到着後までの道のりを、ご家族みなで、迷わず・抜け漏れなく進めていただけます。

1

印刷して、家族で

冊子として印刷し、目につく場所へ。ご家族で分担しながら進められます。

2

ステップ順に進める

3つのフェーズは時系列。上から順にたどれば、無理なく準備が整います。

3

まず最初から

金色の印は、日数のかかる最優先タスク。早めに動くと安心です。

CONTENTS

3つのステップで、順番に

01 土台をつくる 出発の 3～2 ヶ月前

01	渡航・ビザ関連	P.04
02	お金・手続き	P.05
03	居住・生活インフラ	P.06
04	教育・子ども	P.07

02 安心を整える 出発の約 1 ヶ月前

05	健康・医療・保険	P.09
06	文化・安全・災害対策	P.10
07	通信・アプリ・IT	P.11

03 現地で動き出す 直前～到着後

08	移動・交通	P.13
09	コミュニティ・情報源	P.14
10	現地到着 & 最終確認	P.15

01

土台をつくる

出発の 3～2 ヶ月前

日数のかかるビザ・お金・住まい・学校の手配から。ここが決まれば、移住の輪郭がはっきりと見えてきます。

01	渡航・ビザ関連	10 項目
02	お金・手続き	10 項目
03	居住・生活インフラ	10 項目
04	教育・子ども	10 項目

01



渡航・ビザ関連

移住の入口。ビザとパスポートは取得に日数がかかるため、いちばん最初に着手します。

- ☐ パスポートの残存期間を確認 まず最初に
- ☐ ビザの種類を比較・検討（B211A、KITAS など）
- ☐ ビザ申請を信頼できるエージェントに依頼 まず最初に
- ☐ 電子税関申告（ECD）を登録
- ☐ 外務省「たびレジ」に渡航登録
- ☐ バリ観光税の支払い方法を確認
- ☐ 航空券の予約・出国用チケット準備
- ☐ 渡航日と空港の詳細を家族で共有
- ☐ 海外転出届を市役所に提出
- ☐ 在外選挙人名簿への登録を申請

達成した項目 _____ / 10

02



お金・手続き

海外送金や現地通貨の準備は、口座開設などに時間がかかるもの。早めに整えておくとう安心です。

- ☐ 月々の生活予算を作成 まず最初に
- ☐ WISE アカウント開設 まず最初に
- ☐ 到着後の当面の現金を準備 (IDR + US ドル)
- ☐ クレジットカードの海外利用可否を確認
- ☐ 銀行に渡航通知 & 制限確認
- ☐ 住民税・国民健康保険・年金の精算手続き
- ☐ 確定申告スケジュールを確認
- ☐ 年金・健康保険の扱いを確認
- ☐ VPN 契約で安全なネットバンキング
- ☐ サブスク・定期課金の整理

達成した項目 _____ / 10

03



居住・生活インフラ

住まいは現地で見決めてるのが基本。まずは最初の拠点だけ確保し、暮らしの準備を進めます。

- ☐ 希望居住エリアを選定（サヌール等）
- ☐ 最初の宿泊先を予約（Airbnb／ホテル） まず最初に
- ☐ 不動産の内覧を予約
- ☐ 住まいの条件リストを作成
- ☐ 家具付き物件を検討
- ☐ 水道・電気・Wi-Fi の状況を確認
- ☐ 引越荷物の量を見積もる
- ☐ 家具保管業者を手配（日本）
- ☐ 初期生活用品の購入場所を確認
- ☐ 電圧・プラグ形状に対応

達成した項目 _____ / 10



教育・子ども

04

学校選びは家族の移住を左右する要。学期のスケジュールに合わせて、早めに動き始めます。

- ☐ 現地学校のリストを作成
- ☐ 学校見学・通訳の手配
- ☒ 教育方針に合う学校を選ぶ まず最初に
- ☐ 成績証明書・在籍証明書の英訳
- ☐ 学期スケジュールを確認
- ☐ 健康診断・予防接種記録を整理
- ☐ バリ紹介の動画・絵本を用意
- ☐ 英語／簡単なインドネシア語の予習を開始
- ☐ 通学手段を検討
- ☐ サマースクールの手配

達成した項目 _____ / 10

02

安心を整える

出発の約 1 ヶ月前

健康と安全、そして日々の暮らし。ご家族が現地で心穏やかに過ごすための備えを整えていきます。

05	健康・医療・保険	10 項目
06	文化・安全・災害対策	10 項目
07	通信・アプリ・IT	10 項目



健康・医療・保険

05

海外での「もしも」に備える章。保険への加入は、渡航前に必ず済ませておきます。

- ☐ 健康診断を受診
- ☐ 予防接種を確認（A 型肝炎・破傷風・狂犬病 等）
- ☐ 常用薬の英文診断書を準備
- ☐ 医療保険を比較し加入（搬送付） まず最初に
- ☐ 現地の病院・歯科の場所を確認
- ☐ 出発前に歯科検診を受ける
- ☐ バリ腹対策と応急セットを準備
- ☐ 応急手当の講習を受ける
- ☐ 日本語対応クリニックを調査
- ☐ 熱帯気候用の医薬品を持参

達成した項目 _____ / 10



文化・安全・災害対策

バリの文化への敬意と、ご家族の安全。この二つが、心地よい暮らしの土台になります。

☐ バリの祝祭日（ニュピなど）を調べる

☐ 寺院マナーや文化的な所作を学ぶ

☐ 野犬・猿などの注意点を知る

☐ 家族で防犯対策を確認

☐ 詐欺・犯罪の事例を確認

☐ 災害対応（地震・火山）を共有

☒ 緊急連絡先を紙でも保存 まず最初に

☐ 大使館・領事館の連絡先を控える

☐ 地元のボランティア情報を探す

☐ バリ文化の書籍・資料を読む

達成した項目 0 / 10



通信・アプリ・IT

07

到着した瞬間から使えるように、通信環境とアプリは日本にいるうちに整えておきます。

☐ SIM カードを事前にオンライン注文 まず最初に

☐ GOJEK／GRAB アプリを導入

☐ WISE／銀行アプリをインストール

☐ Google マップにお気に入り登録

☐ オフラインマップを保存

☐ 家族用 LINE グループを作成

☐ パスワード管理アプリを導入

☐ 日本の携帯番号を維持（SMS 認証用）

☐ IMEI 登録の検討（90 日以上）

☐ Wi-Fi 業者を比較（Biznet 等）

達成した項目 _____ / 10

03

現地で動き出す

出発直前 ～ 到着後

移動手段や頼れる仲間、そして到着後の段取り。ここまで来れば、新しい毎日
はもう目の前です。

08	移動・交通	10 項目
09	コミュニティ・情報源	10 項目
10	現地到着 & 最終確認	10 項目



移動・交通

バリの移動はバイクが中心。安全を第一に、家族の移動手段を整えていきます。

- ☒ 空港送迎を予約 まず最初に
- ☐ レンタルバイク・車の料金を比較
- ☐ 運転免許証を取得
- ☐ 高品質なヘルメットを準備
- ☐ 移動アプリの利用を練習
- ☐ 長期滞在ならスクーター購入を検討
- ☐ 通学ルートと所要時間を確認
- ☐ 渋滞ピークを把握
- ☐ ガソリン価格を把握
- ☐ 雨季の移動用レイン装備を用意

達成した項目 / 10



コミュニティ・情報源



頼れる仲間と、信頼できる情報。この二つが、はじめの頃の不安をやわらげてくれます。

- ☐ 日本人向け Facebook グループに参加
- ☐ WhatsApp グループを探す
- ☒ Bali Study の LINE に登録 まず最初に
- ☐ バリ関連の Podcast をフォロー
- ☐ 同時期に移住する家族と連絡を取る
- ☐ 通訳やナニーの紹介者を探す
- ☐ コミュニティイベントの予定を確認
- ☐ 翻訳アプリで日常会話を練習
- ☐ 情報収集の SNS を整理（信頼性重視）
- ☐ お気に入りの飲食店・病院を MAP 登録

達成した項目 _____ / 10

10



現地到着 & 最終確認

出発直前と到着後の総仕上げ。ここまで来れば、ご家族の新生活はもうすぐそこです。

- ☐ 渡航前日に全項目を再チェック
- ☐ フライト・宿泊情報を再確認
- ☐ 到着後の買い出し計画を立てる
- ☐ 空港の ATM・SIM スポットを把握
- ☐ 1 週間の予定表を作成
- ☐ 現地銀行口座の準備書類を確認
- ☐ 生活拠点周辺の施設を地図登録
- ☐ 到着後 30 日の行動計画を作る
- ☐ 子どもの現地生活のサポート手段を確認
- ☐ 到着後、LINE や SNS で無事を連絡 まず最初に

達成した項目 _____ / 10

これだけは、**忘れずに**



出発の直前に、もう一度そろっているか確認したい書類と持ち物です。原本は手荷物へ、コピーはクラウドにも保存しておくで安心です。

重要書類

- ☐ パスポート（残存2年以上が安心）
- ☐ ビザ関連の申請書類一式
- ☐ 証明写真（規定サイズ・複数枚）
- ☐ 母子手帳と、その英訳
- ☐ 予防接種証明・英文診断書
- ☐ 各種証明書の英訳（成績・在籍・戸籍）
- ☐ 海外医療保険の証券
- ☐ 運転免許証＋国外運転免許証

常備・持ち物

- ☐ 常用薬と英文処方箋（多めに）
- ☐ 日本の携帯番号を維持（SMS 認証用）
- ☐ 変換プラグ・電源タップ
- ☐ 予備のメガネ・コンタクト
- ☐ 重要書類のコピー一式（クラウド保存）
- ☐ 日本の常備薬・救急セット

ONE MORE THING

原本とコピーは分けて保管を。家族それぞれの書類は、名前ラベルを付けてまとめておくと当日あわてません。

最後のひと押しは、 私たちにお任せください

チェックリストをすべて終われば、バリ島での新生活はほとんど整います。それでも、物件契約の立ち会い、学校見学の同行通訳、ビザ延長や運転免許の取得、銀行口座の開設——“現地ならではの”最終段階で戸惑うご家庭は少なくありません。必要なタイミングだけのスポット依頼も承っています。

学校同行通訳・見学

ご希望校の見学予約から当日の通訳まで、ワンストップで対応します。

学校選択コンサルティング

ご家族の教育方針を伺い、最適な学校と学習プランをご提案します。

生活・移住支援

生活全般のご相談を LINE で随時サポート（通訳・トラブル対応を含む）。

サマースクール／短期留学手配

入学手続きや滞在手配を一括代行し、現地受け入れまでフォローします。

不動産契約サポート

物件選定から契約書チェック、通訳同行まで、安心して進められます。

「最後のひと押し」を私たちにお任せいただくことで、準備にかかる時間とコストを大幅に節約していただけます。どうぞお気軽にご相談ください。