

Welcome to the University of Iowa. We understand the most of the new students are wondering how to squeeze tons of stuffs into those two petty suitcases of them. Well, you may find many of the stuffs you bring here are indeed unnecessary. Therefore, we have prepared a list of "what to bring" for the new students for reference. Enjoy it, and remember to find somebody who is good at packing ☺

1. 学习资料

Textbooks in English and browse their Contents to get yourself oriented as soon as possible. Tool books of abstracted math. Linear Algebra, Complex variable, Partial Differential Equations, Valuable books for major and research,

(computer textbooks)

Speak training cassettes

英汉字典 (选择性)

汉英字典 (选择性)

专业辞典

(数学手册) 数学课本

格尺, 三角板, 书包 (highly recommended, the bag is so expensive here)。

2. 娱乐

烹饪书若干

随身听 中文流行歌曲. 包括磁带, CD, VCD, DVD 等 Favorite tapes.

地图

3. 衣物

一打以上各种质地, 色泽, 长短, 厚薄 T 恤

正统衣服: 西装和礼服 1-2 套

领带: 如果你不会打领带, 则至少带一条一拉得领带。

Shirts, several to match suites (5, 7-12) 衬衣

3 条以上牛仔裤

春秋季节休闲裤 3-5 条

Light sweaters (of different color and styles)

Short pants for summer

Underwear, 12+ (14 pairs) 内衣, 全棉内衣裤

Jacket or overcoat, various thickness 4-5 (3-6) 防水或防风的茄克类外套, 大衣或风衣 A very warm overcoat with wind-proof hat, 薄外套 1

游泳衣

long and Short sporting wear (water-proof long sporting wear is preferred, for you may need them at skiing. By the way, there are several good skiing spots around Iowa City)

Winter coat, 1-2 (羽绒衣或皮衣, 雪衣)

1-2 双皮鞋 旅游鞋 More than 4 Light shoes, 拖鞋 凉鞋。

(More than 12 pair good thick) 厚袜, 薄尼龙袜子

手套,

A warm knitted hat

棉被 (If bring quilt, 4 pound is recommended)

枕头

毛巾被 1
枕头套 2
2-3 条床单
毯子(1 thick, 1 thin)
毛毯 1
Covering bags
Swimming Towel 0-1
Towels 1-3(5-10), a big one for pillow.
鞋垫, highly recommended. 10 pairs (recommend again)
上好好茶 (optional)
好酒(optional)
围巾
全家福及亲友照片
剃须刀(optional, they are cheap in Walmark. You can bring an electronic one if you like)
指甲剪
折叠伞(recommend)
浴室用品 (don't forget soap holder)
肥皂
牙膏
搓澡巾
剪刀
理发工具
手表
计算器
4. 厨房用品
Cleaver, carbon steel 菜刀 Grindstone or knife sharpener Traditional iron frying pan with stirrer, round or better flat, Non-stick ones are cheap in US.
Pressure Pot (option), Rubber sealing rings for backups Stainless steel pot, bigger is better.
Rice cooker (110V) (option)
竹木筷子
Plastic food boxes Microwave-safe ones (一加热的塑料饭盒, 碗)
菜板, 案板(可选) Zhenlban3 炒菜勺 汤勺
5. 箱子
Two large Cases One or two small cases bags
6. 软件
Chinese Star 中文之星(optional)
97 RichWin (optional)
VC++5
BC++5
(many are bringing Microsoft development kit actually)
VB5 or higher versions
Productivity softwares

Win98/2000

MS Office 98/2000

AutoCad1.3

Photoshop

CorelDraw

Math Lab (Full version better)

Mathematics AutoCAD

Origin

UNIX 的书

能拷贝的软体及电脑档案全部带一份

能拷贝的软体及电脑档案全部带一份

7. 药品

Anti-biotic Band-aid Sleep pills Seasick/carsick pills Ginseng etc (No)

滋补品(No)

维他命 各种药膏 胃肠药 万金油

眼镜(3), 并将验光单随身携带.

消化不良(泻痢停, 黄连素, 藿香正气丸, 丽珠肠乐)

水土不服 过敏(息斯敏, 扑尔敏)

感冒药, 流感(银翘片, 康泰克, 感冒通, 阿斯匹林)

消炎, 消火(牛黄解毒片, 西瓜霜润喉片) 镇痛, 止痛药, 消炎药(APC, 芬必得)

外伤, 烫伤, 外伤急救药物(云南白药, 创可贴, 正红花油)

皮肤药(皮炎平, 达克宁霜)

8. 其他

专业类工具书 毕业论文, 发表的文章, 以及本专业经典的参考书。文件夹(I-20, 录取信, 各种证明、公证、成绩单、毕业证放起来, 并且做个 Copy, 分开放, 万一丢失, 有 Copy 恢复起来也快。整理亲友地址电话表, 以便联系。 good AA size Rechargeable batteries 充电电池(110V 兼容) 充电器(110V 兼容) Notarization for health and immunization are generally not necessary Favorite comb, manicure/pedicure

9. 现金

\$3300 recommended, At least \$2500, 5 for \$1, 5 for \$5, and 3\$ for quarters.

(Notes: if you are given full assistantship by the university, \$1500 is enough for settling down here in the first month. Of course you may want to bring more ☺)

10. 禁带物品

以下物品都不准入境, 如果查到, 轻者会被没收, 重者则处分

- (1) 新鲜、脱水或罐装的肉类、肉制品
- (1) 新鲜、脱水或罐装的肉类、肉制品
- (2) 植物种子、蔬菜、水果及土壤
- (3) 昆虫及其他对植物有害之虫类
- (4) 非罐装或腌熏之鱼类及鱼子
- (5) 野生动物及标本
- (6) 毒品及危险药品
- (7) 盗印(无版权)书籍及录音、录影带
- (8) 彩券
- (9) 军火弹药

11. 打包行李

- (1) 重的物品置於皮箱最下方。
- (2) 大件物品先摆进去。
- (3) 内衣、毛衣先卷成圆筒状。
- (4) 容易损坏的物品，可用衣物包裹着。
- (5) 剩餘空间可放置手帕、袜子等小件物品。东西放置愈紧密，愈不会损伤行李。
- (6) 每件行李要写明姓名、美国地址与联络电话。如果没有在美地址，可以写上外籍 学生顾问办公室的地址或就读学校同学会地址。行李内也需放置一份美国联络地址电 话，万一行李外的名条遗落，航空公司可打开行李，找到行李主人的联络线索。

12. 结汇

- (2) 在出发前，需至外国汇率公认之银行兑换美元，一般而言，带钱到美国最好全部使用 旅
- (3) 行支票或汇票，并保留部分美元现金。
- (4) (购买前可先了解每天变动的汇率。目前较 具代表性的旅行支票有：美国运通(Americ
- (5) an Express)、曼哈顿西洋银行(Chase Manhattan)、美国银行(Bank of America)、花旗

an Express)、曼哈顿西洋银行(Chase Manhattan)、美国银行(Bank of America)、花旗 银行(Citibank)、汤玛斯库克公 司(Thomas Cook)及东京银行(Bank of Tokyo)等等。通常结汇超过一万美元是可 以议价的，不妨至不同的银行比价，再选最有利一家结汇。

将全部费用一次结汇，买旅行支票或汇票随身带来美国，抵美後至银行开户，再将旅 行支票全部如数存入户头，身上则保留三百美元左右的现金花用。

13. 汇票及旅行支票须知

1. 随身携带汇票及旅行支票（最安全的办法是放在腰包里），并将收据妥存於行李箱 内，最好再影印一份交给家人或亲友收存。
2. 万一遗失，立刻向当地警察局报案，由警局 出具证明，连同副本上的支票或汇票号 码，向原银行申请补发。
3. 补发的过程需时二至三个月。
4. 使用旅行支票时，须注意的事项如下：
 - (1) 领到旅行支票後立即在上面签名，签中、英文名字皆可，但一定要和护照上的名字 相同。有签过名的旅行支票只限本人使用，兑现旅行支票时不需看 ID，对方只核对上下 签名 是否完全一样。
 - (2) 付款时，须在收款人面前签名，签好名的支票相当於现金。
 - (3) 购买後，记下金额与旅行支票之号码，万一被偷或遗失时，只要知道旅行支票之号 码便可申请补发。
 - (4) 旅行支票也可适用於一般的饭店、餐厅和商店等，但是必须出示护照之类的证件。
 - (5) 在购买便宜物品时，一般都拒收高额的旅行支票，而且在乡镇的小商店等地，旅行 支票也不被视同现金使用，这点务必留意。

14. 小额零钞及硬币

1. 随身携带一百元以内的小额零钞（廿元、十元、五元、一元）及硬币（廿五分），以 便在旅途中采购、打电话及付小费，和下机时付车资等。
2. 最好不要用五十元、一百元的大钞购物，因为许多商店根本拒收大钞。
3. 美钞不分面额、尺寸、颜色均完全相同，付现时要小心，以免给错钞票。
4. 硬币、小额现钞不够用时，可在机场内的商店或换钞机换零钱。

15. 电汇

如果不幸在旅途中遗失旅行支票或汇票，从挂失到银行补发有两、三个月的作业期。这

种情况 很可能得向家人申援；或因某些特殊理由，未能将全部金额带来，可以在 抵美後先至银行开户，再以传真或写信的方式通知家人电汇馀款至你的帐户。电汇的 手续费虽高，但汇率优惠，方便又快速。电汇时须注明收款人的帐户姓名、帐号、收款银行的全名及住址，约两个工作天（假 日不计）即可入帐。

入境指南

16. 旅程须知

★ 重要文件(登机前准备) 新生登机备忘录。

1. I-20 (入关之后个人会留下第三张，千万妥善保存)。(贴身带，千万别 放在行李相里
2. 护照。。(贴身带，千万别放在行李相里
3. 机票。。(贴身带，千万别放在行李相里
4. 其它重要文件:接种疫苗证明，财力证明。
5. 同学会及接机人的姓名、电话。
6. 所有文件请影印二份备用。一份留在国内家中，一份随身带著。 起飞前二小时到达机场，早一点出门。

★ 出境(上飞机)

1. 缴交机场税(航空公司柜台)。

【 原文由 patran 所发表 】

不瞒你说，我在出国之前也认真地看了看BBS，研究汇总出了一个单子，并且战战兢兢地照办。但是到这儿来过了一段时间之后，方 才醒悟到有些东东根本不是那么回事，白白浪费银子。其原因就在于 单子中水分太多：有些网友事无巨细，实在是婆婆妈妈。兹特意总结 经验，完全从实用角度出发，拨乱反正如下： 按照规定每个出国人员可以免费托运 32 公斤×2 的行李，这就是 你来米国的嫁妆了。所以第一件事情是买好两个合适的行李箱。高档 的箱子是工程塑料外壳，上面可以站人的那种，巨沉，贵至 400RMB 以上。较普通的是帆布面加衬底的那种，半硬不硬，200RMB 左右。建议 一样买一个，贵重怕压的东西放在体面箱子中。以后如果旅行、开会 ，体面箱子也用得上。注意附带还要买捆在箱子外面的那种带子，箱 子装好之后捆牢。天下乌鸦一般黑，这里也是野蛮装卸。另外上飞机 你还可以随身携带一件小行李，建议带一个小旅行包。 鉴于只能携带有限的行李，所以明摆着：你不可能把所有需要的 东西全都带齐，有些东西势必要到这里之后才买。那么究竟带那些东 西才划算呢？

(1) 服装：信不信由你，这里所有的日常衣服都是 Made in China。但是如果折算成 RM B 的话，相同的衣服要比国内贵出几倍（可 怜的米国人民们!）。所以带衣服是最划算的。具体带什么衣服就无 需指出了，总之是春夏秋冬长短内外从头到脚户外室内，多多益善。 最好能做到来此地之后一两年之内不用买衣服，这样你就赚翻乐！ 多买些新衣服，而且要买就买品质好的。出国嘛，精神精神是应 该的，别给咱中国人丢脸。不用担心带的衣服不对路，因为鬼子穿的 衣服跟咱一样。体面的西装带一套就够了，比较正式的场合用的上。 袜子要多带，棉质白色为主。还有一点，这里洗衣服都是烘干，所以 会缩水的衣服缩得更厉害一些。对于需要经常换洗的衣服，例如 T-sh irt 之类，注意选 会缩水的衣服缩得更厉害一些。对于需要经常换洗的衣服，例如 T-sh irt 之类，注意选 购不易缩水的类型。 鞋这东东不好说，因为太占地儿。但是至少应该保证一双皮鞋和一 双 旅游鞋（不算你脚上要穿的那双）。如果你喜欢运动，可以带一双球 鞋。

(2) 床上用品：中米差价也很大，道理同上。需要带一条轻质 保暖的被子（含被套）

，不需要带枕头和褥子。毛毯较沉，而且这里 室内一般都有空调，不建议带。需要带枕套和床单若干。注意床单要 买双人大号的。如果你的箱子里还有足够的地方，可以考虑带一个双 人床罩。

(3) 烹调用具：一句话，统统不用带。有些人带齐了锅碗瓢盆 来，照我看纯粹是有病。包括传得有鼻子有眼的非带不可的电饭煲、 菜刀、菜板之类也尽是瞎掰。这些东东商店里有的是。如果折算成 RM B，它们是要比国内贵一些，但是我劝你还是把箱子中有限的空间让 给别的东东。原因很简单：如果连吃饭的家伙都买不起，你还来米国 混个什么。

(4) 电器：携带任何电器都是不必要的行为。原因有二：一是 电压不匹配 (220V vs 110V)，而且频率也不匹配 (50Hz vs 60Hz) 。很多人忽视了第二点，兴冲冲带了一些 “两用” 的东东来，结果还 是不能用；二是鬼子的各种电器确实很便宜 (TV, DVD, Vi deo, Audi o, Camera, Computer, ...)，折算成 RMB 后与国内相当或更低 (比 如 Came ra)。而且品质有保证 (正宗洋货!)，商家包退包换。所以 各种电器到这里来买比较 划算。但是如果你已经拥有一架质量上佳而 且小巧的相机，不妨随身携带。胶卷可以带两个，KODAK 在这里很流 行。还有两样小东西值得带：一是充电电池，建议带 4×2。干 电池也 可以带两组。二是电动剃须刀，在这里买一个还说得过去的电动剃须 刀要\$50 以上。但是如果你习惯用刀片的话，算你来对了地方。鬼子 不论男女都浑身是毛，商店里 最便宜的东西就是刀片，一把一把地卖 。

(5) 计算机硬件及软件：不要带任何硬件，理由同上。即使你 有钱，也不要买 Notebo ok (这里叫 Laptop) 往这儿带。由于或早或晚 都是要买计算机的，强烈推荐自带软件，这是另一个省钱的大头。基 本的原则是宜精不宜多，因为带太多也用不上，过一段时间就自然淘 汰了。推荐携带以下软件： Windows：第一个想到的就是它，但是其实不带也可以。因为如 果买整机的话，商家会附送；如果攒机的话，一般加\$80 也就齐了。Mic roSoft Office：97 或 2000 都行，注意要 Professional version。中文之星：写家信，浏览中文网站都用得着。金山词霸：这东东太有用了。注意要通译科技版。防病毒软 件：我带的是 KILL。不带也行，这里也很多，而且不太 贵。PhotoShop：这里店里卖\$ 400 以上。Adobe 的其他东东也很有用， PageMaker, Deluxe 等等。工具软件：诸如 “大 众软件” 这种合集。其实那些软件都可以从 网上下载，无非是比较麻烦罢了。游戏： 可以携带一些自己喜欢的游戏。这里当红的游戏一般卖\$40 以上，象 DiabloII。稍微过 时一点的游戏也要\$30。 另外提醒一句，应该把自己过去工作中积累的数据和文件整理 一下，记录在 Zip 或是 CD-R 上带来。来了之后一般要做一个 Presentatio n，最好也要事 先准备。

(6) 书籍：鬼子的书印刷得很好，但是也很贵。所以带书也可 以省钱。但是这东东死 沉死沉的，而且不容易事先知道该带什么书 。所以建议也应该遵循宜精不宜多的原则 ：带几本自己平时确实经常 用的书，可带可不带的坚决不带。 不要带字典！强烈推荐 携带一个英汉、汉英双向的电子字典。关 于专业词汇字典，如果你实在割舍不下，带一 本好了。

(7) 医药保健：可以带一些最常用的药，例如头疼脑热、感冒 发烧、拉肚子、跌打损 伤等等。但是没有必要把你这一辈子要吃的药 都带齐：一般来说，来这里的人都会参加 医疗保险，大病怪病可以去 医院去看。米国的医疗保健业中有两个暴利行当，一个是 Dental，另一个是 Vision。比方说吧，拔一颗牙要好几百\$。所以在出国之前，一定要 配两副好眼镜，修理好自己的牙齿。这是千真万确，至理名言。

(8) 日常生活用品：包括一些琐碎的东西，包括牙膏、牙刷、 毛巾、指甲钳、香皂、 护肤用品、针线包、折叠伞、笔、记事本、小 闹钟、拖鞋等等。牙刷和毛巾多带一些，

可以省几个小钱。

(9) 娱乐用品：建议带一些自己喜欢的 CD（音乐、歌曲等等）。相比之下这里较贵，而且不易找到大陆出版的东东。依我看磁带就不用带了，这东东已经快要淘汰了。如果喜欢看小说，可以带光盘版的那种书库（诸如“黄金书屋”之类）。不过来这儿之后也可以联网回国内去下载。如果喜欢运动的话，可以带球拍和球（网球、羽毛球、乒乓球等等）。关于游泳裤，鬼子在沙滩上喜欢穿平脚裤，在池子里才穿三角的，所以最好一样一条。太阳镜可以带一副。

(10) 小礼品：准备送给老板以及帮过忙的朋友。用不着特别名贵，但是要多备几份。如果是鬼子的话，推荐送丝绸：男鬼送领带，女鬼送丝巾。有些人带茶叶，我以为不可取。鬼子们不大喝茶。另外在出国之前要到中国银行兑换美元。按规定每人最多可以兑\$2000。借钱也要兑足，浪费了这个定额真可惜。如果你还有剩余的 RMB，不妨到黑市上换掉（此举从长远来看有点儿亏，因为 RMB 未来有可能升值）。注意手头还要留千把块，去机场以及将来回国时都用得着。带齐你的机票、证件和各种材料（护照、I-20/IAP-66、offer letter、公证、体检证明、毕业证、学位证、成绩单等等）。还有两件事很重要：一是找人去机场接你；二是最好事先能找到房子住，托老板或是托认识的人。这两件事搞定之后，就可以轻轻松松上飞机了。