

東京大学での所属学部/研究科・学年(渡航開始時):大学院公共政策学教育部 2 年

留学先大学:トロント大学

留学先所属学部/研究科等:政治学部

卒業・修了後の就職(希望)先: 1.研究職 2.専門職(医師・法曹・会計士等) 3.公務員 4.非営利団体 5.民間企業
6.起業 7.その他()

現在の所属学部/研究科・学年:大学院公共政策学教育部 3 年

1. 留学先大学の概要

トロント大学

カナダ随一の総合大学。東部のオンタリオ州にあり、1827年に創立された。学部生は約6万人、院生は約1万5千人が、3つのキャンパスに分かれて勉強している。学位の取得を目指す留学生の比率も約15%と高い。ハーバー首相の母校。学生はそれぞれ College に所属する。

2. 留学の動機

3つの目標から留学を決意しました。まず、国際政治、特に平和構築に関連する知識を深めること。異なる視点、価値観、常識を自分の中に取り込んで多角的な視野を得、様々な人の気持ちに寄り添えるようになること。そして日本とは異なったハードな環境に身を置き、自分を鍛えることです。

3. 留学の時期など

留学前の本学での修学状況: 西暦[2012]年 学部/修士/博士[2]年の[夏]学期まで履修

留学中の学籍: 休学/留学

留学期間: 2012年8月 ~ 2013年4月 学部/修士/博士[2]年時に出発

留学後の授業履修: 西暦[]年 学部/修士/博士[]年の[]学期から履修開始 未定

就職活動の時期: 西暦[2013]年 学部/修士/博士[3]年の[6]月頃に(行った/行う予定)

本学での単位数: 留学前の取得単位[44]単位 留学先で取得し、本学で認定された単位[6]単位(予定)
留学後の取得(予定)単位[0]単位

入学・卒業/修了(予定)時期: 西暦[2011]年[4]月入学 西暦[2014]年[3]月卒業/修了

本学入学から卒業/修了までの期間: [3]年[0]ヶ月間

留学時期を決めた理由

特になし。できる限り長期間行きたかった。

4. 留学の準備

留学先大学への入学手続き(手続きにあたってのアドバイスなど)

特になし。指示通りに手続きを進めれば問題ないかと。

ビザの手続き(ビザの種類、申請先、手続きに要した時間、ビザ申請にあたってのアドバイスなど)

学生ビザを申請。インターネットを通じて書類のPDFファイルを提出。申請後3週間でビザが下りる。他国のように面接などなく、大変スムーズで手間がかからなかった。ビザ自体は入国時に受け取り。他、アメリカでの乗り継ぎのためESTA申請。

医療関係の準備(出発前の健康診断、予防接種等)

特になし。

保険関係の準備(加入した海外旅行傷害保険・留学保険等)

海外旅行保険を9か月分契約。11万円ほど。他、留学先の大学で医療保険(UHIP)加入。

留学にあたって東京大学の所属学部・研究科で行った手続きなど(履修・単位・試験・論文提出等に関して)

留学届提出。単位認定申請。

語学関係の準備(出発前の英語レベル・語学学習等)

出願に必要なTOEFLのスコアを満了した(iBT101)以外、特になし。準備をしていたとしても苦労していたと思う。

日本から持参の方がよいもの、その他出発前にやっておくべきこと・アドバイスなど

たいていのものは留学先で購入できる。クレジットカードは必須。パソコンは持ち歩きができる軽いものの方が良い。健康な体。こちらでも購入できるが、iPad(授業の参考文献を電子ファイルで配布する教授が多い)。

5. 学習・研究について

履修した授業科目のリスト(そのうち、帰国後東京大学で単位認定の申請を行ったものに をつけてください。)

平和構築、安全保障、開発 (ほか、聴講)

留学中の学習・研究の概要(授業・予習・復習のスタイル、印象に残っている授業等)

履修予定の科目がほとんどキャンセルされていたので、計画と比べてかなり変更があった。しかし、おおむね「どうすれば紛争を解決、予防できるか」という関心に沿った学習ができた。

秋学期

平和構築

平和構築を網羅的に学んだ。週ごとに平和構築の各分野、もしくはアフリカの事例に関する論文を50-100ページ程度読み、6人の学生とともにディスカッションをした。ディスカッションの前には、その週の文献に関するプレゼンテーションを行った。中間レポートとして、レバノンにおける宗派別割当制が平和構築全体にどのような影響を与えたかを考察した。最終レポートでは、ケニアにおける和解プロセスに対して政策提言を行った。

安全保障

カナダから見た安全保障上の課題について学んだ。毎週100-200ページほど文献を読み、計8名のクラスでディスカッションを行った。中間試験では、サウジアラビアの主要な安全保障課題についての概要文書を作成し、それをもとにプレゼンテーションを行った。最終レポートでは、小型武器規制について政策提言を行った。また、留学当初はクラスのディスカッションのテンポになかなかついていけなかったため、教授のご厚意でクラスとは別に毎週1時間一対一のディスカッションも行った。

冬学期

開発

開発における主要概念について週替わりでディスカッションを行った。地理的条件および資源、対外援助の論文に関する批評レビューを作成した。最終レポートでは、対外援助の協調について政策提言を行った。

Ethnic and Racial Violence(聴講)

週に1冊程度の文献を読み、民族、人種に基づく暴力、ジェノサイドについて議論した。バルカン半島、アフリカ中部、アメリカの事例を授業では取り扱った。文献についてのプレゼンテーションも行った。

交渉学(聴講)

前半の授業では交渉を分析するための視座、各種交渉の特色等を文献購読、ディスカッションを通じて理解を深めた。後半の授業では模擬交渉を行った。

1学期あたりの履修科目・単位数、週あたりの学習・研究時間(授業時間・授業以外の学習時間)など

秋学期は2科目(留学先では合計1単位)、冬学期は1科目を履修、2科目を聴講した。それぞれ2時間のディスカッションクラスが週に1回だった。

授業外の勉強時間が圧倒的に多い。授業以外の時間は図書館か自習室にこもり、余裕のある時でも夜の11時半まで授業の準備、課題をやっていた。提出物の締め切り前は図書館に泊まることもざらだった。(学校側も0時過ぎにサンドイッチや飲み物を配布などしていた。)その点も考慮して単位は互換して欲しい。

学習・研究面でのアドバイス

先生のオフィスアワーには毎回、気軽に行くことをお勧めします。授業中分からなかったことへの質問や、ディスカッション中言えなかった意見などについて話しました。そうして先生方との信頼関係を築いたからこそ、上に書いたように一対一のディスカッションをやってもらえたのかと思います。また、レポート作成中、テーマをどうすればよいか分からない、こういった資料がなくて進まない、などの壁にぶつかったときも、先生方は真摯に相談に乗っていただきました。

語学面での苦労・アドバイス等

最初は授業についていくのは無理だと腹をくくり、プライドを捨て、助けを求められるところにはすべて求めることが早く慣れるコツかと思います。単純に英語が聞き取れない、話せない、といった言語としての問題もあると同時に、ディスカッションのテンポが速い(誰かがしゃべっている最中にすでに何人も手を挙げている)など文化的な差もありました。「話す」ということに関しては、日本人でさえ普段は文法通りの日本語をしゃべっているわけではないので、英語を母語としない人間がきちんとした文章を話す必要など全くない、と思いつつアグレッシブすぎるぐらいにするのが適度だと思います。

7. 生活について

住居(住居の種類(寮・ホームステイ・ルームシェア等)、家賃、宿舍の様子、見つけた方法など)

学生寮(Chestnut Residence)。学校のリンク先から見つける。1000人ほどで、学部1年生が多い。一人部屋(バス・トイレ付)。院生専用フロアがあり、そこは静かで部屋も広め。キッチンはなく、食事はビュッフェ形式の食堂で取る。自習室、ラウンジ×2、ジム、ビリヤード室、練習室などあり。学校から歩いて20~30分で、学生からは「遠い」と言われている。

生活環境(気候、大学周辺の様子、交通機関、食事、お金の管理方法(海外送金・クレジットカード)など)

日本よりもクレジットカードの使用が普及しているので、ほとんどそれで支払いをしていた。現金はシティバンクの口座を日本で作り、そのキャッシュカードが必要に応じて引き出していた。ただ手数料がかかるので、寮費などまとまった出費は、日本の郵便局から現地で作った口座に送金してもらった。

危機管理関係(留学先の治安、医療機関の事情、心身の健康管理で気をつけた点など)

治安は大変良い。夜中の一時に地下鉄に乗ったり徒歩で寮まで帰ったりしても問題なかった。寮も警備員が入口に常駐しており、各部屋もオートロックであったため、盗難などは一切なかった。ただ友人は、道路に停めていた自転車を、チェーンを切られて盗まれていた。

薬が合わずに体調不良を起こしたことがあったため、西洋薬は飲まなかった。近くにあるチャイナタウンで漢方薬を買い、体調を崩したときはそれで対処していた。

寮の食事はカロリーが高く、最初の一月で4キロ太ったため、時間を見つけては寮の地下のジムに通う、時々バドミントンに行く、ダンスのクラスを取るなどした。

留学に要した費用について(航空賃、授業料、教科書代、家賃、食費、交通費、娯楽費などの概算)

・毎月の生活費とその内訳

食費(友人との外食含む)\$150、服飾\$60、交通費\$50、その他雑貨\$150が必要経費。

寮費に食事、電気水道、インターネット等が含まれていたため、計算不能。

・留学に要した費用総額とその内訳

寮費\$14000(一人部屋、バス・トイレ付。食事付き。電気、水道、インターネット、ハウスキーピング込)

航空券約40万(2往復)

授業料は交換留学のためなし。教科書代はおそらく合計で\$250ほど。電子書籍を利用して抑えた。

その他旅行(ボストン、イエローナイフ、モントリオール、ニューヨーク)

奨学金(受給していた場合は、支給機関・支給額・見つけた方法など)

なし。

学習・研究以外の活動(スポーツ・文化活動、ボランティア・インターン、週末や長期休暇の過ごし方など)

日本語学習者支援

・Japanese Language Table 参加

トロント大学において日本語を教えている有森教授が開催するJapanese Language Tableに参加し、隔週2時間ほど学生と日本語で会話をした。また日本への留学に関する相談にもなった。

・オンタリオ州日本語弁論大会補助

予選を通過したトロント大学の学生に対し、原稿のチェック、発音指導をした。また大会当日は会場準備、参加者誘導等を行った。

トロント大学日本人学生会

・Language Exchange 参加

日本への理解を深めるため、日本語と英語で毎週一時間ずつ参加者と会話をした。

・東日本大震災チャリティーイベント開催

東日本大震災への寄付を集めるため、3月12日にチャリティーイベントを開催した。展示部門の責任者として、被災地の被害、復興の様子を伝えるパネルを作成した。

スポーツ

Ballroom Dance を冬学期に履修。バドミントンサークル参加。他、寮のジムを定期的に利用。

長期休暇

12月の休暇は、日本に一時帰国し省庁の説明会をまわった。他、ストラットフォード、ボストン、イエローナイフ、ケベック州、ニューヨークに旅行した。

8. 留学先大学の環境について

留学生へのサポート体制(語学面・学習面・生活面・精神面でのサポート等)

大変充実している。Centre for International Experience という場所があり、そこが海外に関する業務を一括して担当している。オリエンテーション、イベントが豊富。困った際にはそのアドバイザーの人に気軽にコンタクトが取れ、1対1で30分ほどのカウンセリングを受けることができる。他にも学習支援センターやキャリアサポートセンターがあり、ドロップインの時間を設けている。

英語を母語としない大学院生にも専用のサポート体制がある。具体的には、単位にならないコースと1対1のペーパーチェックサービスがある。ディスカッション対策、ライティング対策等、6週間のクラスが10種類ほど用意されている。ペーパーチェックは、博士課程の方に45分間ライティングに関して相談できる。こちらは1学期最高4回まで。

大学の設備(図書館・スポーツ施設・食堂・PC環境等)

素晴らしい。図書館はメインの15階建てのものが一つあり、そこがほぼすべての蔵書を網羅している。基本的に休みはなく、24時間使用できる。スキャナもスピードが速く大変重宝した。貸し出しも院生は100冊まで&6週間可能。データベースも充実。他にも十何か所か専門の図書館がある。スポーツ施設も広く、すべて無料で使用可能。大学全域にWifiが飛んでいるので便利。自習スペースも豊富にある。

9. 留学と就職活動について

(就職活動を既に行った場合)留学が就職活動に与えた影響、メリット・デメリットなど
面接をスカイプで1社だけ受けたが、不合格。基本的に忙しくて準備に時間が割けない。

(今後就職活動を行う場合)留学が就職に対する考え方に与えた影響
妙な強迫観念がなくなったと思う。日本にいたときは「ここ決めなきゃ終わり」といった感じで焦っていたが、こちらの大学院で

様々な年齢、国籍、バックグラウンドをもつ学生と知り合い、就職後も博士課程進学、転職等で自分の目指す道を追うればよいのだと考えるようになった。また、国内で仕事が見つからなければカナダで就職することも考える予定。

留学中の就職活動への対策など(もしあれば)

就職が決まっている場合は、差し支えない範囲で就職先をお知らせください

- 1.研究職
- 2.専門職(法曹・医師・会計士等)(職名:)
- 3.公的機関(機関名:)
- 4.非営利団体(団体名又は分野:)
- 5.民間企業(企業名又は業界:)
- 6.起業(分野:)
- 7.その他()

10. 留学を振り返って

留学の意義、留学を通じて成長したこと、その他留学を通じての所感

学習面に関しては、自分の関心のある範囲を深く学べたのでよかったですと思います。3本ほどポリシーペーパーを書いたのも勉強になりました。

全体としては、自分が出来ない、ということをきちんと認めて人に助けを求めるようになった点が成長したかと思います。留学初期のクラスディスカッションなど、自分があれほど何もできない状況に陥ったのは初めてだったので、なぜ出来ないのかと相当ストレスを感じていました。最終的にはできないものはできないのだから自分なりに頑張っていくしかない、と腹をくくり、教授や留学生担当の方に助けていただき、なんとか乗り切ることが出来ました。

トロントという土地も、日本と真逆で、重大な影響を私に与えたと思います。カナダは移民国家ですが、中でもトロントは特に多様な人々がいました。international studentの比率は15%ですが、実際には移民一世、二世の人も多いので(友人の中にも「このあいだカナダ人になった」という人が何人かおりました)、まさに国連のような感じです。またアイデンティティも複雑で、例えば私なら「日本人」で済むところ、「生まれ育ったのは だけど今は 国籍で××でこれまで働いていた」というような答えが何度も返ってきました。学生の年齢層も幅広く、私と同じくらいから30前後、40前後、50過ぎまでおりました。

留学後の予定

就職。ただ、留学を通じて、しばらく働いたのち博士課程に入る、国際機関を目指す、などの選択肢も視野に入れるようになった。

今後留学を考えている学生へのメッセージ・アドバイス

行くかどうか迷っている人へ。どうぞ行って、たくさんのことを吸収してください。帰ってきたくなくなるくらい楽しいです。間違いなく人生に対する考え方が変わります。私は学部時代興味があったけれど行かなかったのを、今では後悔しています。行くと決まった人へ。最初の内は誰でも慣れるのに大変なので、自分は難しいことに挑戦しているんだ、と認めてストレスをためないようにしてください。また、私はできませんでしたが、外部のボランティアなどをやって、学校や日系のコミュニティ以外にも足を延ばしてみてもいいのではないでしょうか。

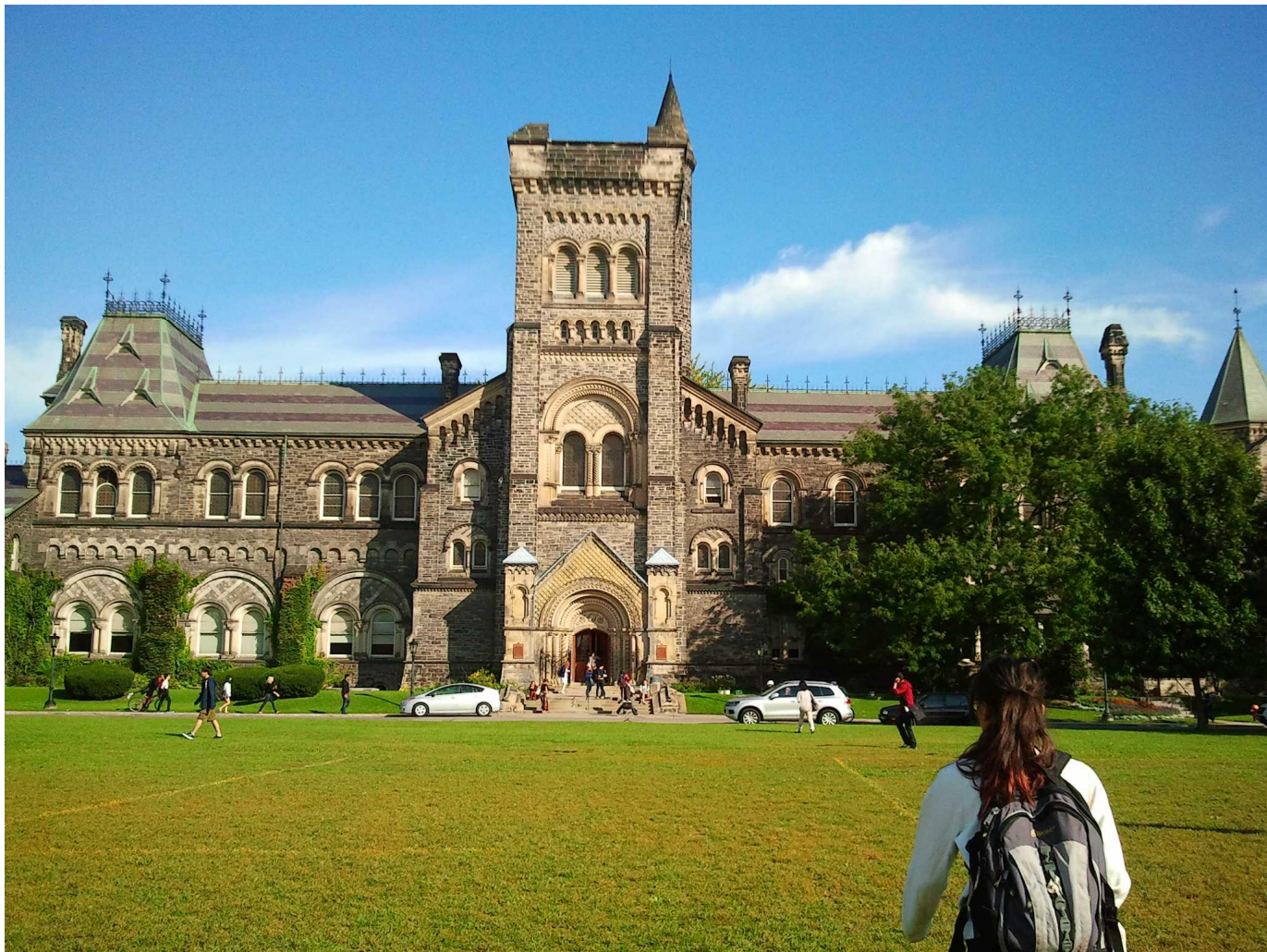
11. その他

準備段階や留学中に役に立ったウェブサイト・出版物

大学のウェブサイト。むしろ、困ったことがあったときは、自分で調べるより誰かに訊いた方が早い。

その他東京大学のホームページ・出版物等に掲載してよい留学中の写真があれば添付してください。

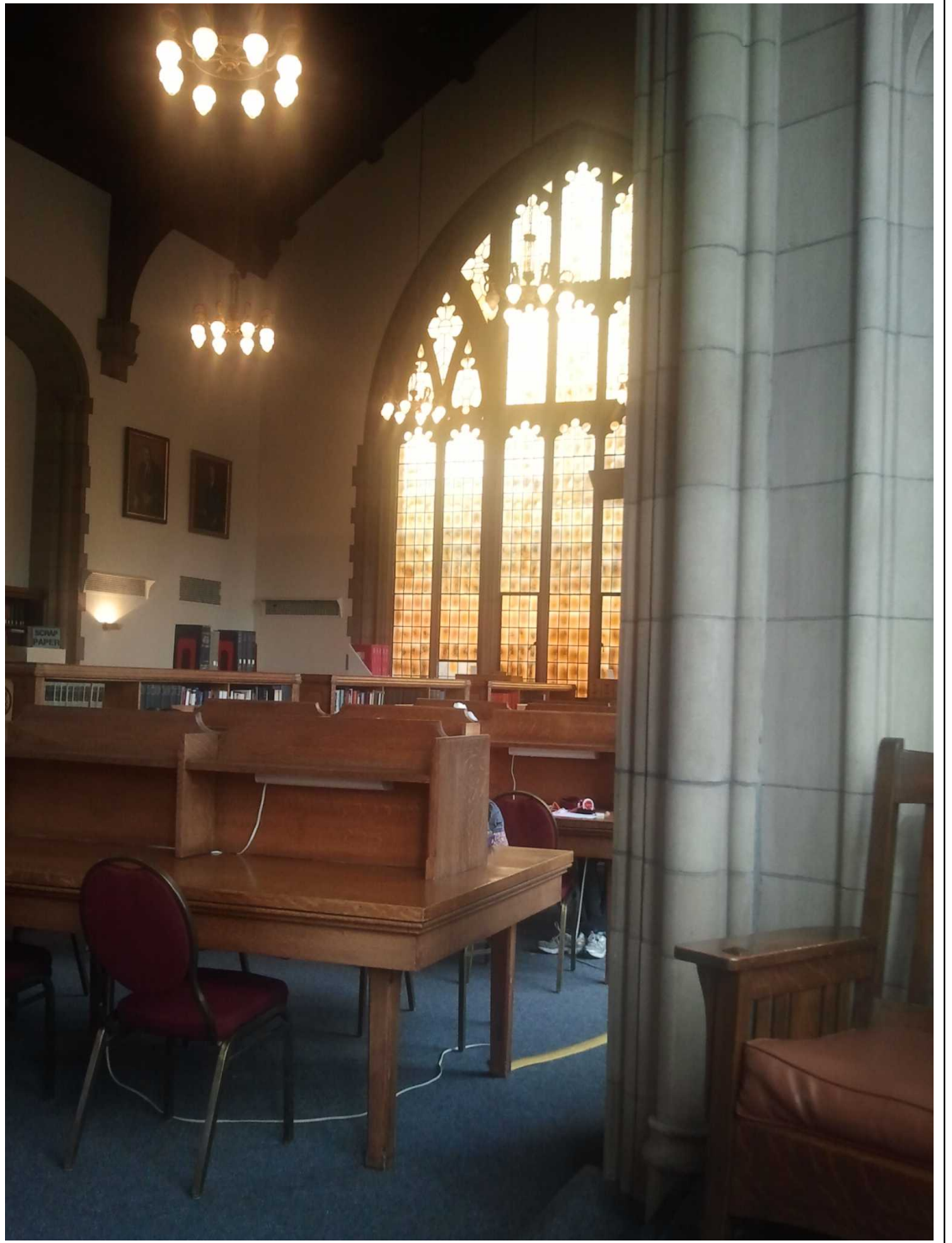
上から、校舎(University College)、教室(University College)、教室(University College)、Convocation Hall(授業にも使用)、図書館(Knox College)、校舎(Sydney Smith Hall)













東京大学での所属学部/研究科・学年(渡航開始時): 法学部第2類3年

留学先大学: University of Toronto

留学先所属学部/研究科等: Political Science

卒業・修了後の就職(希望)先: 1.研究職 2.専門職(医師・法曹・会計士等) 3.公務員 4.非営利団体 5.民間企業
6.起業 7.その他()

現在の所属学部/研究科・学年: 法学部第2類4年

1. 留学先大学の概要

トロント大学は北米でも規模が大きい大学で、政治、経済から音楽や演劇まで専攻も幅広く学生も多様である。移民の国のため、人種も多様で、アジア系、中東系の人口も多い。交換留学生も何百人といるため交換留学生のネットワークも強く、留学には十分すぎる環境だと感じた。

2. 留学の動機

学生のうちに海外の大学生活を経験してみたかったのと大学3年になり、大学生活がマンネリ化していたため。また、卒業後の自分の進路がはっきりしていなかったため、考えるきっかけをくれたらと感じた。

3. 留学の時期など

留学前の本学での修学状況: 西暦[2012]年 [学部/修士/博士[3]年の[夏]学期まで履修

留学中の学籍: 休学/留学

留学期間: 2012年9月 ~ 2013年4月 [学部/修士/博士[3]年時に出発

留学後の授業履修: 西暦[2013]年 [学部/修士/博士[4]年の[夏]学期から履修開始

就職活動の時期: 西暦[2013]年 [学部/修士/博士[4]年の[6]月頃に(行った/行う予定)

本学での単位数: 留学前の取得単位[32]単位 留学先で取得し、本学で認定された単位[]単位
留学後の取得(予定)単位[40]単位

入学・卒業/修了(予定)時期: 西暦[2010]年 [4]月入学 西暦[2014]年 [3]月卒業/修了

本学入学から卒業/修了までの期間: [4]年[0]ヶ月間

留学時期を決めた理由

進学振り分けなどかぶらず、留学準備がしやすい時期だったため

4. 留学の準備

留学先大学への入学手続き(手続きにあたってのアドバイスなど)

寮や大学の授業などははやめにリサーチしておく、手続きがスムーズになる。ネットで得られる情報は限られているので、現地に留学した先輩などがいれば積極的に聞くとよいと思う。

ビザの手続き(ビザの種類、申請先、手続きに要した時間、ビザ申請にあたってのアドバイスなど)

Student Visa

カナダ大使館(インターネット上で申請)

手続きに要した時間: 1ヶ月前後

医療関係の準備(出発前の健康診断、予防接種等)

特になし

保険関係の準備(加入した海外旅行傷害保険・留学保険等)

留学先大学で保険に加入(University Health Insurance Plan)

留学にあたって東京大学の所属学部・研究科で行った手続きなど(履修・単位・試験・論文提出等に関して)

法学部の定期試験を7月中旬に繰り上げて受けた

語学関係の準備(出発前の英語レベル・語学学習等)

TIME や Newsweek を読んでいた

日本から持参の方がよいもの、その他出発前にやっておくべきこと・アドバイスなど

基本的に現地でなんでも調達できるので、特に持参しないと困るものはあまりない。

しいていうならば、雪道に適した靴(防水加工のブーツ等)があると便利。

5. 学習・研究について

履修した授業科目のリスト(そのうち、帰国後東京大学で単位認定の申請を行ったものに をつけてください。)

Introduction to International Relations

International Law
Modernities in Asia
Global Cities
Statistics
Culture and Society
Tourism and Global

留学中の学習・研究の概要(授業・予習・復習のスタイル、印象に残っている授業等)
授業は大教室で講義する形式がほとんど。
予習は課題で Reading(40 ~ 80 ページ前後)を課せられる

1学期あたりの履修科目・単位数、週あたりの学習・研究時間(授業時間・授業以外の学習時間)など
一学期あたり平均 3 ~ 5 科目がめやす
授業時間: 週 2 ~ 3 時間/科目
授業外の平均学習時間: 週 2 ~ 3 時間/科目、課題の量で言えば 40 ページ/科目

学習・研究面でのアドバイス
予習の量が多いため、集中力が続かず効率的に勉強するのが難しかった。
課題を一気にすべてをこなすのはある程度ペースになれてからでないと難しいので、こまめに目標をたてつつ進めてモチベーションをキープするのがよいと感じた。また、教授は誰も求めれば答えてくれるので自発的に office hour を使ってアプローチするとよいと思う。

語学面での苦労・アドバイス等
政治系の授業はとくに課題(Reading)が多いため、渡航前に英語の文献を多く読んで慣れておくといよい。

7. 生活について

住居(住居の種類(寮・ホームステイ・ルームシェア等)、家賃、宿舎の様子、見つけた方法など)
学生寮(3LDK を 4 人でシェア)
家賃: 学生寮はやや高い。値段で選ぶならダウンタウンのコンドミニアムが安い。

生活環境(気候、大学周辺の様子、交通機関、食事、お金の管理方法(海外送金・クレジットカード)など)
気候: 寒い。2 ~ 3 月がピークで最低気温は -30 度近くまで下がる。
大学周辺: 街の一部にキャンパスがあるため、ダウンタウンへの移動は便利。
お金の管理方法: 始めに渡航はトラベラーズチェックで持って行き、現地の口座に預けた。その後は必要な時に送金してもらった。寮費はクレジットカードでの支払いができないため、海外送金できる手段はあった方がよい。

危機管理関係(留学先の治安、医療機関の事情、心身の健康管理で気をつけた点など)
トロントの治安は比較的良い。
しかし、学生寮は人の出入りが多く、セキュリティが甘いので盗難の被害が多い。戸締まりはきちんと行うこと。

留学に要した費用について(航空賃、授業料、教科書代、家賃、食費、交通費、娯楽費などの概算)
・毎月の生活費とその内訳
800 ドル/月ぐらい

・留学に要した費用総額とその内訳

奨学金(受給していた場合は、支給機関・支給額・見つけた方法など)
経団連の奨学金を受給(100 万円/一括支給)
大学の留学サイトで見つけた

学習・研究以外の活動(スポーツ・文化活動、ボランティア・インターン、週末や長期休暇の過ごし方など)
活動: English Speaking Club, Culinary Arts Club, Yoga Club, Etiquette Club
長期休暇: ニューヨークやナイアガラの滝へ旅行にいった

8. 留学先大学の環境について

留学生へのサポート体制(語学面・学習面・生活面・精神面でのサポート等)
CIE という留学生をサポートする機関があり、ECP(English Communication Program)など留学生用に語学授業を実施してくれる。

大学の設備(図書館・スポーツ施設・食堂・PC 環境等)
とても充実していて、不便したことはない。スポーツ施設は学生証を提示すれば無料で利用できるの、おすすめ。

9. 留学と就職活動について

(就職活動を既に行った場合)留学が就職活動に与えた影響、メリット・デメリットなど

(今後就職活動を行う場合)留学が就職に対する考え方に与えた影響
海外に勤務する機会が多い業界への関心が増えた

留学中の就職活動への対策など(もしあれば)

北米に留学する人はポストンキャリアフォーラム(10月)に参加することをおすすめする。準備する時間がなくても、参加するだけでも就職活動の知識が増えるため、余裕があるならいくと良い。そこで本格的に就職活動をする予定の人は夏前から準備した方がよい。

就職が決まっている場合は、差し支えない範囲で就職先をお知らせください

- 1.研究職
- 2.専門職(法曹・医師・会計士等)(職名:)
- 3.公的機関(機関名:)
- 4.非営利団体(団体名又は分野:)
- 5.民間企業(企業名又は業界:)
- 6.起業(分野:)
- 7.その他()

10. 留学を振り返って

留学の意義、留学を通じて成長したこと、その他留学を通じての所感

学生のうちに海外で自分の力を試せることはとても貴重だと感じる。

勉強面はもちろんだが、外国の地で一人で一から学んでいくことは自分の視野を大きく広げる経験になった。

留学後の予定

法学部に戻り卒業し、日本で就職する予定。

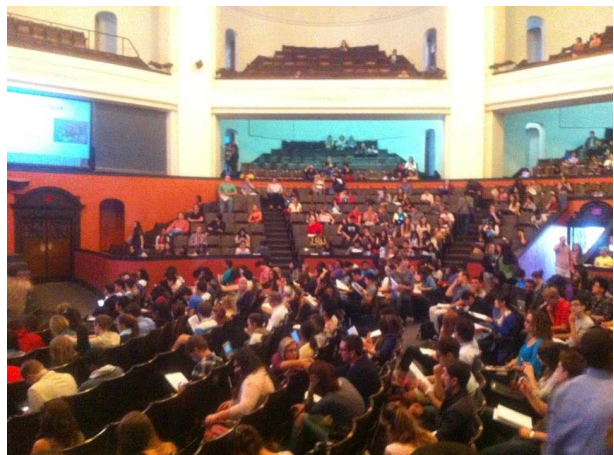
今後留学を考えている学生へのメッセージ・アドバイス

留学は学生のうちだからこそできる経験だとも思う。もちろん大変なことは多いが、短い期間で多くのことを得られるのでチャレンジする精神がある人はぜひ挑戦してほしい。大学生活がマンネリ化して物足りない人、違う環境で成長したい人や海外の学生と交流したい人たちにはとても良い経験になると思う。

11. その他

準備段階や留学中に役に立ったウェブサイト・出版物

その他東京大学のホームページ・出版物等に掲載してよい留学中の写真があれば添付してください。



東京大学での所属学部/研究科・学年(渡航開始時): 東京大学 法学部 三年
 留学先大学: the University of Toronto 留学先所属学部/研究科等: the Faculty of Arts and Science
 卒業・修了後の就職(希望)先: 1.研究職 2.専門職(医師・法曹・会計士等) 3.公務員 4.非営利団体 5.民間企業
 6.起業 7.その他()
 現在の所属学部/研究科・学年: 東京大学 法学部 四年

1. 留学先大学の概要
 カナダのトロント大学に留学。トロント大学は、カナダを代表する大学であり、国際的にも評価が高い。トロント市と同様に、学生は国籍・人種の多様性に富んでいる。東京大学に比べて、学生数も多く、キャンパス・建物も大きい。

2. 留学の動機
 ・ 日本での選考である法学とは別に、経済学(中級)を学習すること。
 ・ 英語力の向上。
 ・ 海外生活を経験することによる異文化理解の促進、視野の拡大。

3. 留学の時期など
 留学前の本学での修学状況: 西暦[2012]年 [学部] / 修士 / 博士[3]年の[夏]学期まで履修
 留学中の学籍: 休学 / [留学]
 留学期間: 2012年 9月 ~ 2013年 4月 [学部] / 修士 / 博士[3]年時に出発
 留学後の授業履修: 西暦[2013]年 [学部] / 修士 / 博士[4]年の[夏]学期から履修開始
 就職活動の時期: 西暦[2013]年 [学部] / 修士 / 博士[4]年の[6]月頃に (行った / [行う予定])
 本学での単位数: 留学前の取得単位 [56]単位 留学先で取得し、本学で認定された単位 [18(予定)]単位
 留学後の取得(予定)単位 [16]単位
 入学・卒業 / 修了(予定)時期: 西暦[2010]年 [4]月入学 西暦[2014]年 [3]月卒業 / 修了
 本学入学から卒業 / 修了までの期間: [4]年[0]ヶ月間
 留学時期を決めた理由
 進学振り分けを終えてから、最も早く現地の正規課程に参加できるのが、今回参加した時期であったから。

4. 留学の準備
 留学先大学への入学手続き(手続きにあたってのアドバイスなど)
 大学の書類・ホームページによく目を通し、分からない点は問い合わせること。実際に留学を体験した人に、現地での生活について話を聞くこと。
 ビザの手続き(ビザの種類、申請先、手続きに要した時間、ビザ申請にあたってのアドバイスなど)
 カナダの学生ビザ(Study Permit)。オンラインでカナダ政府へ提出。数週間で手続きが完了するが、十分な時間的余裕をもって提出した方がよい。近年、大使館での書類提出からオンラインへ移行したので注意すること。
 医療関係の準備(出発前の健康診断、予防接種等)
 カナダの入国に際しては、持病・疾患がなければ、医療的措置は不要。(変更の可能性があるので、要確認)
 保険関係の準備(加入した海外旅行傷害保険・留学保険等)
 カナダ・オンタリオ州の義務保険制度(UHIP)を利用。追加プランもあるが、利用せず。
 留学にあたって東京大学の所属学部・研究科で行った手続きなど(履修・単位・試験・論文提出等に関して)
 出発前に、法学部に、留学、試験時期の前倒しの申請をし、単位交換・認定、帰国後の履修などを確認。
 語学関係の準備(出発前の英語レベル・語学学習等)
 留学前、TOEFL 105。日常より英語を勉強していたが、留学前に特別なことはせず。
 日本から持参した方がよいもの、その他出発前にやっておくべきこと・アドバイスなど
 ・帰国後の単位・履修について事前に確認をとること。
 ・現地で手に入らないもの(食材、証明書、文房具、書籍など)を持参すること。
 ・留学の期間を活用するために、日本で行うべきこと・日本でした方が速く済む用事を片付けておくこと。

5. 学習・研究について
 履修した授業科目のリスト(そのうち、帰国後東京大学で単位認定の申請を行ったものに をつけてください。)
 Microeconomic Theory
 Macroeconomic Theory and Policy

留学中の学習・研究の概要(授業・予習・復習のスタイル、印象に残っている授業等)
経済学の授業は、教室での大人数講義と少人数の解説・復習のセットとなっていた。予習としては、教科書該当箇所を読むこと、復習としては問題を解くことが主であった。政治学の授業は、演習形式であった。予習としては、論文・文献を読むこと、課題としてはプレゼンテーションと論文の提出があった。

1学期あたりの履修科目・単位数、週あたりの学習・研究時間(授業時間・授業以外の学習時間)など
一学期: 履修科目5科目 Lectures 8時間 Seminar 2時間 Tutorials 4時間 その他に予習・復習
二学期: 履修科目4科目 Lectures 8時間 Tutorials 4時間 その他に予習・復習

学習・研究面でのアドバイス

- ・(特に大人数の)クラスで友達を作ると、質問を共有したり勉強の助けになったりする。
- ・論文に関しては、形式や引用の基準が異なることがあるので注意すること。
- ・授業の前後や Office Hour を活用して、教授に質問に行くこと。

語学面での苦労・アドバイス等

- ・英語を理解できない時は、あいまいな返事をせずに質問すること。(ネイティブ同士でもそうしている)
- ・留学の機会を活用し、英語を話す機会を多く求めること。
- ・最初は英語力の問題だと思っても、単に不慣れなだけであることもある。

7. 生活について

住居(住居の種類(寮・ホームステイ・ルームシェア等)、家賃、宿舍の様子、見つけた方法など)

- ・大学の寮。7人のスイートに住み、その中の一部屋を一人で使用、キッチン・バスルームはスイートで共有。
- ・家賃は、2学期分のルーム料金・食堂の300食を合わせて11,000ドル程度。
- ・留学手続きにトロント大学に希望を出して、数ヵ月後に決定の通知を受けた。

生活環境(気候、大学周辺の様子、交通機関、食事、お金の管理方法(海外送金・クレジットカード)など)

- ・滞在期間の気候は、25度～ - 20度。冬の寒さは厳しいが、空調が整っているので想像より快適。もっとも、日本より冬は長く、雪も積もるので、靴・コートなどはしっかりしたものを準備した方がよい。
- ・トロント大学は、囲いがなくトロントの街の中に位置する。教室間の移動距離は長い時もある。
- ・交通機関は、公共の地下鉄・バスがある。もっとも市内の多くは徒歩で回れる範囲にある。
- ・食事は寮の食堂が中心であったが、街の各所で世界各国の料理が手軽に食べられる。
- ・お金は、現地で銀行口座を開設し、クレジットカードも発行して利用した。
寮の費用は事前に送金し、生活費はトラベラーズチェックで運んだ後に銀行に入れて管理した。

危機管理関係(留学先の治安、医療機関の事情、心身の健康管理で気をつけた点など)

- ・トロントの治安は欧米ではかなり良好だが、東京と比べると危険な場合もある。
- ・Student Centre の中にある、大学の医療機関が充実している。市内では、保険が使える医療機関もある。
- ・海外での一人暮らしは孤独なこともあるので、寮やクラスでの友達と話すといい。
- ・勉強以外にも趣味や気晴らしとなることを持つことを薦める。例えば、大学の運動施設も整備されている。

留学に要した費用について(航空賃、授業料、教科書代、家賃、食費、交通費、娯楽費などの概算)

・毎月の生活費とその内訳

- ・寮費用(ルーム料金・食堂の300食/8ヶ月) 1,125ドル
- ・食費・娯楽費・旅行費など 700ドル

・留学に要した費用総額とその内訳

総額	21,000ドル
・寮費用(ルーム料金・食堂の300食)	11,000ドル
・航空賃	4,000ドル
・食費	1,500ドル
・教科書費	500ドル
・書籍費	400ドル
・携帯電話費	300ドル
・娯楽費	1500ドル
・旅行費	1,500ドル
・その他	300ドル

奨学金(受給していた場合は、支給機関・支給額・見つけた方法など)

- ・経団連による「経団連グローバル人材育成スカラーシップ」を利用。
留学開始時に100万円の一括支給。東京大学の留学情報により知ることができた。

- ・学習・研究以外の活動(スポーツ・文化活動、ボランティア・インターン、週末や長期休暇の過ごし方など)
- ・大学のスポーツプログラムでテニスを習っていた。
- ・コンサート・オペラ・トロント大学の学生の演劇等に定期的に行った。
- ・休暇を利用して、ニューヨーク・モントリオール・ケベックシティといった都市を観光した。

8. 留学先大学の環境について

留学生へのサポート体制(語学面・学習面・生活面・精神面でのサポート等)

- ・トロント大学のサポートは非常に充実していた。

語学面: 留学生のための英語のレッスンがあったので活用した。

生活面: トロント大学の留学センターがあり、適宜情報の提供や相談に乗ることをしてくれた。

その他、学習面・精神面などは、トロント大生と同様に設備の利用をすることができた。

大学の設備(図書館・スポーツ施設・食堂・PC 環境等)

- ・図書館は、中央図書館(Robarts)と各 College に図書館があり、どれも利用できた。
とりわけ Robarts は、14階建てで、24時間開いている日も多く、設備が整っていた。(下写真)
- ・スポーツ施設は、コートや器具など学生が自由に利用できるものがあり、充実していた。
- ・食堂は、寮のものを利用していたが、大学の建物内に食堂やファーストフード店が設置されている場所もある。
- ・ほぼ全ての教室・寮で Wifi が利用できた。



9. 留学と就職活動について

(就職活動を既に行った場合) 留学が就職活動に与えた影響、メリット・デメリットなど

(今後就職活動を行う場合) 留学が就職に対する考え方に与えた影響

仮にずっと東京にいた場合に比較して、自分の立ち位置をより相対化できたと思う。

東京大学での専門と異なる分野を学ぶこと、英語を通して物を考えることで、視野を広げられた。

留学中の就職活動への対策など(もしあれば)

就職が決まっている場合は、差し支えない範囲で就職先をお知らせください

1. 研究職 2. 専門職(法曹・医師・会計士等)(職名:) 3. 公的機関(機関名:)

4. 非営利団体(団体名又は分野:) 5. 民間企業(企業名又は業界:)

6. 起業(分野:) 7. その他()

10. 留学を振り返って

留学の意義、留学を通じて成長したこと、その他留学を通じての所感

- ・ 海外に住むことの重要性。住みなれた環境を離れてこそ新しい視野が得られる。
- ・ 英語が重要性を増し、それがいかにこれからも自分に重要な役割を果たすかということ。
- ・ 海外で自律的な生活を送ることの大切さと難しさ。
- ・ 短期滞在と異なる文化的ギャップへの対応の仕方。
- ・ 自分のなかの既存の価値・アイデンティティと新しい価値・アイデンティティの調和

留学後の予定

留学を通して、思ったことは、自分に与えられた環境で何ができるかを考えるのが大切かということである。それゆえ、例えば、法学部の学習では、法学部でしか得られないような知見を獲得したいと思っている。また、留学によって再認識できた東京という都市の特徴を意識しつつ暮らしていきたいと思う。

今後留学を考えている学生へのメッセージ・アドバイス

もし留学に興味があるのならば、一步踏み出して後悔することはないと思います。ためらう理由がいかなるものであれ、長い目で見れば、その理由を大きく超えるようなものがあるはず。思っている以上に新たな発見があるはず。留学という経験が、その期間だけでなく、それを終えた後も大きな意味を持つと私は信じています。

11. その他

準備段階や留学中に役に立ったウェブサイト・出版物

University of Toronto, Centre for International Experience (<http://www.cie.utoronto.ca/>)

その他東京大学のホームページ・出版物等に掲載してよい留学中の写真があれば添付してください。