

東京大学 海外留学・国際交流プログラム報告書(3ヶ月以上1年未満)

2017年 2月 20日

東京大学での所属学部・研究科等:	公共政策学教育部	学年(プログラム開始時):	専門職2
参加プログラム:	全学交換留学	派遣先大学:	フィリピン大学 Diliman校
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(業界:メーカー)		6. 起業
	7. その他()		

派遣先大学の概要

フィリピン大学(University of the Philippines)とは1908年に設立されたフィリピン共和国を代表する国立大学である。国内最高ランクの大学であり、法学、医学、政治学、社会科学、公衆衛生、自然科学、農学、人文科学の高等教育を提供している。中でもディリマン校は日本でいう東京大学のような存在であり、同国首相や経済界の大物などを多数輩出してきた。

留学した動機

日系メーカーへの就職が決まっており、今後輸出先の中心となる活気ある東南アジアの経済を肌で感じてみたいと思ったからです。また、BOPビジネスに関心があつたので、東南アジアの中でもフィリピンを選びました。

留学の時期など

①留学前の本学での修学状況:	2016年	専門職2	年生の	S2	学期まで履修
②留学中の学籍:					
③留学期間等:	2016年	8月~	2016年	12月	
	年時に出発				
④留学後の授業履修:	年		年生の		学期から履修開始
⑤就職活動の時期:	年		年生の		月頃に
⑥本学での単位数:	留学前の取得単位			48	単位
	留学先で取得し、本学で単位認定申請を行う単位			0	単位
	留学後の取得(予定)単位			0	単位
⑦入学・卒業/修了(予定)時期:	2015年	4月入学	2017年	3月卒業/修了	
⑧本学入学から卒業/修了までの期間:	2年		0ヶ月間		
⑨留学時期を決めた理由:					

大学院入学後に、東大内で多くのアジアからの留学生との会話を通じてだんだんと興味を持つようになりました。以前は留学に行くならアメリカかイギリスの大学という考えでしたが、今後の経済発展やポテンシャルを考えた結果若いうちに発展途上国で生活をするというのは自分にとって大きな資産になると考えました。

留学の準備

①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)

フィリピン大学は英語開講の授業だけでなく、もう一つの公用語であるタガログ語での開講も多いため気を付けてください。

②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)

到着後に大学の担当の方が教えてくださるので特に心配いりません。

③医療関係の準備(出発前の健康診断、常備薬、予防接種等)

予防接種は一通り済ませた方が良いでしょう。

④保険関係の準備(加入した海外旅行傷害保険・留学保険等)

学校から用意された保険に加入しました。他大学の方と比べても割安だった気がします。

⑤留学にあたって東京大学の所属学部・研究科(教育部)で行った手続きなど(履修・単位・試験・論文提出等に関して)

特になし。

⑥語学関係の準備(出発前の語学レベル・語学学習等)

英語はオンライン英会話などで毎日話すように心がけておりました。向こうに行ってから単語の勉強するのは時間の無駄なので、英検1級レベルの単語は留学前に覚えておくといと思います。

⑦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

常夏の国ですが、建物に入ると冷房がきついで長袖長ズボンは何セットか持っていきましょう。

学習・研究について

①履修した授業科目のリスト(授業を履修した場合)

※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(又は行う予定のもの)に●をつけてください。

授業科目名	単位数	単位認定の申請	授業科目名	単位数	単位認定の申請
Econ 172 THX	3				
Econ 186 THU	3				
Econ 190.1 THR	3				

②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)

東大でも英語開講の授業を取っていれば分かりますが、日本と大きな違いはないと感じました。国際貿易の授業では日本の話題になるたびに唯一の日本人留学生であるわ私に質問が集中するので受け答えに苦労しましたがいい勉強になったと思います。

③1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

現地の学生は5コマほど履修していましたが、日本からの留学生は3~4コマの人が多かったと思います。やはり慣れない環境でのスタートなので無理をしすぎないことが肝心でしょう。授業時間外は日本の日商簿記の勉強をしていました。また、日本について尋ねられることが非常に多かったため、大学受験レベルの基礎的な教養を英語で説明できるように学習しなおしたりしていました。

④学習・研究面でのアドバイス

留学前に必ず東大内での英語開講の授業をとっておきましょう。プレゼンやレポートの進め方など、日本と外国では大きな違いが存在します。フィリピンはアメリカの影響を強く受けているので、その点は東大内で英語の授業を履修することでかなり慣れると思います。

⑤語学面での苦労・アドバイス等

大学受験レベルの基礎は完璧にした方が良いと感じました。下手に難しい表現を覚えても実際の会話の中で使うのは難しいです。

生活について

①宿泊先(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)

現地の友人に紹介していただいたコンドミニアムに住んでいました。家賃は月に40000円ほどでした。

②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)

クレジットカードが使えない店が多いです。モールに入れば多くの店で利用可能ですが、それ以外では使える店は高級な店に限られてしまいます。交通機関に関してはタクシー含めすべてが安いです。ジープニーも一般に言われているほど危険ではないでしょう。

③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)

マニラは治安が悪いと言われていますが、私の住んでいた地域は安全でした。これは完全に地域によると思うので、現地の学生にどういう場所が危ないのかしっかりと確認をすべきでしょう。

④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

家賃が月に4万円、その他で4万円ほど使ったと思います。航空券に関しては時期によろしか言えませんが、私の場合は往復で4万円以内だったと思います。

・留学に要した費用総額とその内訳

一か月に8万円×5か月で40万円。これに保険や航空券の代金を足しても60万円以内だったと思います。

⑤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)

JASSOから毎月7万円頂いておりました。東大から案内されたものです。

⑥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)

バスケットボールとビリヤードに打ち込みました。

派遣先大学の環境について

①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)

特にトラブルも無かったので利用することはありませんでした。

②大学の設備(図書館・スポーツ施設・食堂・PC環境等)

東大にあるような基本的な設備に加え、学内にジープニーが走っているため移動は楽でした。ネットワークの速度は遅いので覚悟しておきましょう。

留学と就職活動について

①(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

既に就職活動を終えてからの留学のため特にありませんでした。

②(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

同上

③留学中の就職活動への対策など(もしあれば)

同上

④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

- | | |
|-------------------------------------|--------------------------|
| <input type="checkbox"/> | 1. 研究職 |
| <input type="checkbox"/> | 2. 専門職(法曹・医師・会計士等)(職名:) |
| <input type="checkbox"/> | 3. 公的機関(機関名:) |
| <input type="checkbox"/> | 4. 非営利団体(団体名又は分野:) |
| <input checked="" type="checkbox"/> | 5. 民間企業(企業名又は業界:メーカー) |
| <input type="checkbox"/> | 6. 起業(分野:) |
| <input type="checkbox"/> | 7. その他() |

留学を振り返って

①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

②留学後の予定

4月から就職ということで、ビジネスマンとしての基本的なスキルを身に着けたいです。具体的には英語力・会計・ITの力を伸ばしたいと考えております。

③今後留学を考えている学生へのメッセージ・アドバイス

迷っているなら絶対留学の方が良いです。今後は日本国内で経済が完結する可能性は相当低いでしょう。そのような時代に備えるためにも若いうちに海外の経験があった方が良いと思います。

その他

①準備段階や留学中に役に立ったウェブサイト・出版物

②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 海外留学・国際交流プログラム報告書(3ヶ月以上1年未満)

2017年 7月 7日

東京大学での所属学部・研究科等:	農学部	学年(プログラム開始時):	学部3
参加プログラム:	全学交換留学	派遣先大学:	フィリピン大学
卒業・修了後の就職(希望)先:			
<input checked="" type="checkbox"/>	1. 研究職	<input type="checkbox"/>	2. 専門職(医師・法曹・会計士等)
<input checked="" type="checkbox"/>	3. 公務員	<input checked="" type="checkbox"/>	4. 非営利団体
<input checked="" type="checkbox"/>	5. 民間企業(業界: 農業関連)	<input type="checkbox"/>	6. 起業
<input type="checkbox"/>	7. その他()		

派遣先大学の概要

フィリピン大学は国内に幾つかのキャンパス(分校)があり、私の行ったロスバニョス校は農学や林学を担っています。マニラからバスで2時間ほどで、近くに国際稲研究所もありフィリピンの農学王国といった街です。農学部とそこから派生した獣医学部、林学部、経済学部、開発コミュニケーション学部、教養学部などがあります。

留学した動機

食糧問題や途上国開発に興味があり、また日本で途上国のために農学の研究をしているのが役に立っているのか現場を見てみたいと思っていました。フィリピンに短期で行ったこともあったのですが長期で行ってみたいと彼らが本当に考えていることはわからないなと思ったので留学制度を利用して安く行くことにしました。

留学の時期など

①留学前の本学での修学状況:	2016年	学部3	年生の	S2	学期まで履修
②留学中の学籍:	留学				
③留学期間等:	2016年	7月~	2017年	7月	
	学部3	年時に出発			
④留学後の授業履修:	2017年	学部3	年生の	A1	学期から履修開始
⑤就職活動の時期:	2020年	修士2	年生の	4月頃に	行う予定
⑥本学での単位数:	留学前の取得単位			120	単位
	留学先で取得し、本学で単位認定申請を行う単位			21	単位
	留学後の取得(予定)単位			32	単位
⑦入学・卒業/修了(予定)時期:	2014年	4月入学	2019年	3月卒業/修了	
⑧本学入学から卒業/修了までの期間:	5年		ヶ月間		
⑨留学時期を決めた理由:					

夏から行くなら3年の夏が一番東大での手続きに支障がないと思って決めました(2年は進振り、4年は就活/院試)。半年にしてもどうせ1年留年なので1年間にしました。留学先で会った日本人の中には留年なしの人もいて、3年の1月から1年間来てそこで卒論を書いて院試のために一時帰国していた人、3年の夏から1年間で卒論のデータを集めて就活もオンラインで始めていた人もいました。

留学の準備					
①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)					
言われた書類を揃えれば良いです。UPのOffice of International Linkages(OIL)は返信が遅いですが仕事は正確です。時々催促したほうが良いかもしれませんが内容は信頼してよいです。					
②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)					
観光ビザで入って、着いてからビザを変えます。OILの人が全部やってくれるので言われた書類を揃えるだけで良いです。5000ペソほどかかります。ただ、観光ビザだと出国する航空券がないとフィリピンに出国できないので何か案を考えたほうが良いです。私は知らなかったので出発時にその場で一か月後の捨てチケットを買いました(おすすめしません)。					
③医療関係の準備(出発前の健康診断、常備薬、予防接種等)					
A型肝炎、B型肝炎、狂犬病、日本脳炎を打ちました。健康診断はいりません(着いてから大学でやります)が歯医者に行っておけば良かったなと思いました。むこうで行くのはちょっと恐いので…。でも大学の病院は無料で割と充実しています。ロスバニョスにいる分にはマラリアは心配ありません。お腹の薬と風邪薬は絶対必要です。野菜不足になりがちなのでビタミン剤もあると良いです(むこうで買っても良いです)。ちなみにポカリスエットは売っています。					
④保険関係の準備(加入した海外旅行傷害保険・留学保険等)					
東大から言われて保険とOSSMAに入りました。					
⑤留学にあたって東京大学の所属学部・研究科(教育部)で行った手続きなど(履修・単位・試験・論文提出等に関して)					
私の学科はS2の授業が7月第3週までだったので、全部出てから行くことができました。通年の実習は2年に分けて履修するというので先生たちをお願いしておきました。					
⑥語学関係の準備(出発前の語学レベル・語学学習等)					
英語にはそれなりに自信があったのでTOEFLの前に少し勉強しただけでした(TOEFLは提出必須ですが要件はそれほど高くないです)。タガログ語はわからなくても生きていけますがわかるとかなり便利です。					
⑦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					
アリの巣コロリがかなり重宝しました。あとはロスバニョス(UPでも、IRRIでも)に少しでもコネがあったら連絡を取っておくことをおすすめします(留学の応募にコネを使ってもいいかもしれませんが、通った後過ごしやすくするためには有効です)。私にも連絡してくれたらできる限りお手伝いします。					
学習・研究について					
①履修した授業科目のリスト(授業を履修した場合) ※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(又は行う予定のもの)に●をつけてください。					
授業科目名	単位数	単位認定の申請	授業科目名	単位数	単位認定の申請
Plantation crop production and management	3	●	Participatory methodologies in agricultural systems research and extension	3	●
Community survey and program planning	3	●	Special problem	3	●
Community organizing	3	●			
Rural sociology	3	●			
Agricultural extension and communication	3	●			

②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)
授業は講義だけのものと、講義とラボ(実習のようなイメージ、実験室とは限らない)を組み合わせたものがあります。私の取った授業は人数が少なく活気のあるものが多かったです。すごくたくさん課題が出るのでそれをやっているだけで割と忙しいです。グループ課題がたくさんあってミーティングに人が集まらなかったりタガログ語だったりして苦労しました。レポートとプレゼンだけでなく、歌わされたり劇をさせられたりすることも多々あります。
③1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
フィリピン人は皆一学期に20単位前後取っていますが留学生は9~12、多くて15です。基本は1科目3単位、週に5時間(講義1x2+ラボ3)か3時間(講義1.5x2)です。授業外の学習時間は週10時間程度でしょうか。日本よりはかなり勉強しましたがサークルやバイトが無い分時間はありました。期末はもっと忙しいです。
④学習・研究面でのアドバイス
東大生は一学期9単位では暇なのではないかと思います。私は2学期目は授業外でミニ研究のようなものをしてちょうどよかったです。
⑤語学面での苦労・アドバイス等
フィリピン英語は最初少し聞きづらいかもしれませんがすぐ慣れます。先生は留学生がいれば英語で喋ってくれますがグループでの話し合いなどは気付いたらタガログ語になっていることが多いです。すぐに通訳を頼む図々しさがが必要です。私はクリスマス休暇にタガログ語の文法を少し勉強して(動詞は挫折)半分くらい理解できるようになりました。
生活について
①宿泊先(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)
OILが用意してくれるのはホテルにもなっているところでまあまあきれいでエアコンもwi-fiもあります。2人部屋で一人3500ペソ/月、留学生しかいません。キッチンがないのが欠点です。他を探したくてもまずは1ヶ月そこに住んでその間に見つけるのを勧めます。
②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)
暑いです。12月から2月は薄手の長袖でも過ごせます。大学は敷地内に大きな広場や森(というか山の半分)があつてのんびりしています。正門前の通りにお店が集まっていて生活に必要な物はだいたい揃い、ご飯を食べるところもたくさんあります。ジブニーで40分くらいで大きなモールにも行けます。行き方は最初の日にOILの人が教えてくれるので心配いりません。食事は米と肉が中心で野菜不足になりがちです。果物を自分でたくさん買うようにしていました。お金はキャッシュパスポートを使っていました。海外口座なのでATM手数料がかなりかかり、いつも最大額引き出して鍵のかかるスーツケースに入れていました。フィリピンの銀行口座は作れませんでした。
③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)
ロスバニョスは治安が良いです。夜あまり遅くに一人で出歩かなければ大丈夫です。ただ私は一度クラスメイトにお金を盗られました。そういうのは気をつけましょう。病院は大学内にあり、無料で診察して処方箋を出してくれます。数日入院した留学生仲間もいましたが居心地良かったそうです。教室はエアコンが効きすぎて寒く外は暑いのが体に悪かったです。ビタミン不足もあってすぐ風邪をひいていました。最初のうちは外で出る生野菜やジュースでおなかを壊したりもしましたがだんだん慣れて何でも食べられるようになりました。
④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
12,000ペソ—家賃3500、食費・外食5000、携帯100、交通費500、洗濯(洗濯屋に出してました)300、旅行・娯楽2000、その他600
・留学に要した費用総額とその内訳
学費(東大)50万円、月々の支出12,000ペソ×11=132,000ペソ、航空賃6万円、予防接種6万円、ビザ5000ペソ 合計≒103万円

⑤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)

Fung Scholarship、国際交流課より斡旋。月7万円

⑥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)

クリスチャンなので教会に行っかなりお世話をしてもらいました。キリスト教サークルにも顔を出していました。東大の学科の先生に紹介してもらってIRRIで一ヶ月インターンもしました。長期休暇はフィリピン国内を旅行したりもしました。学内の留学生団体のイベントに日本人皆で出たりもしました。

派遣先大学の環境について

①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)

OILがボランティアとして留学経験のあるフィリピン人学生をつけてくれました。いろいろお世話をしてきて普通に友達にもなってくれてとてもありがたかったです。学習面では私は東大の先生の紹介でアドバイザーがついたので研究などもしやすかったです。アドバイザーなしで卒論を書いている友達は大変そうでした。授業を取るだけならアドバイザーはいなくても平気です。授業の先生は人によってサポート度合いが違います。

②大学の設備(図書館・スポーツ施設・食堂・PC環境等)

図書館はありますがすごく古い本しかありません。エアコンとパソコンはあります。体育館、すごく大きな芝生の広場、バスケットコートとテニスコート、プールがあります。プールだけ有料で学生は20ペソです。キャンパスの森から登山もできます(笑)食堂は寮の一つと約50m先に3,4軒あってどこも一食50ペソくらいです。キャンパス内に他にもいくつもあります。wi-fiは寮のものが一番安定です。たまに停電して、寮に発電機はありますがwi-fiは使えなくなります。キャンパス内のほかの場所にあるUPLBwifiというのは留学生はアカウントをもらえないので、フィリピン人の友達のアカウントを教えてもらって使っていました(たぶん本当は駄目です)。

留学と就職活動について

①(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

②(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

就職するか修士に進学するか迷っていましたが進学する決意ができました。大学の先生や教会で会ったかなり活躍されているフィリピン人の方々、大学院の学位を取りに来ている留学生の方などの話を聞いて、いろんな生き方に触れたことが大きな理由です。小さい子供を置いて博士号を取りに来ている女性の留学生も何人かいて衝撃を受けました。

③留学中の就職活動への対策など(もしあれば)

④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() |

留学を振り返って

①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

強くなりました。多少のことで動じなくなりました。多様性を理解しました。今後使えそうなネットワーク(主に東南アジア)ができました。東大の学科の先生たちに顔が売れました。将来この人の下で勉強したい(まだ確定ではないですが)と思える先生に出会えました。英語がぼんぼん喋れるようになりました。英語がフィリピン訛りになりました。東大で勉強していること(生物学よりの農学)とは違うこと(社会学より、農業技術普及)を勉強したのでかなり視野が広がりました。

②留学後の予定

2ヶ月実家で過ごした後、3年後期から授業に合流。学部卒業後修士に進学。その後は未定。

③今後留学を考えている学生へのメッセージ・アドバイス

1年くらい遅れるのはたいしたこと無いので行きたかったら行ってみるのをおすすめします。全学交換留学は奨学金が出るので安く済みます。(東大の学費はUPの10倍くらいですが…)

その他

①準備段階や留学中に役に立ったウェブサイト・出版物

いろいろ見たのですが、結局行ってみたら違いました。予防接種のリストくらいだと思います。

②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。

