

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 5月 24日

|                  |                          |               |                    |
|------------------|--------------------------|---------------|--------------------|
| 東京大学での所属学部・研究科等: | 経済学部                     | 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:        | シンガポール国立大学         |
| 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: コンサルティング等) |               | ✓ 6. 起業            |
|                  | 7. その他( )                |               |                    |

派遣先大学の概要

国際ランキングではアジア圏で一位を維持するリベラルアーツ大学。交換留学や世界の有名大学への派遣制度、卒業後数年間国内で働くことを条件とした奨学金の支給など、大学のグローバル化に大きく力を入れている。

留学した動機

国際的な場で議論をする体験を試みたかったため。  
東大や経済学部では学びにくいことを学び、また異なった教育方法を体験するため。  
多様な環境において視野を広げ、今後の勉学やキャリア設計に役立てるため。

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   | S1      | 学期まで履修   |
| ②留学中の学籍:           | 留学                     |       |       |         |          |
| ③留学期間等:            | 2016年                  | 6月~   | 2017年 | 5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   | S1      | 学期から履修開始 |
| ⑤就職活動の時期:          | 2018年                  | 学部4   | 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               |       |       |         | 単位       |
|                    | 留学先で取得し、本学で単位認定申請を行う単位 |       |       |         | 単位       |
|                    | 留学後の取得(予定)単位           |       |       |         | 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:

学部の所属が決まり、語学力などの準備も整い、かつ就職活動前の時期だったためです。なお、NUSの授業開始は8月だったのですが、その前にハーバード大学でのサマースクールに参加したため6月出発となりました。

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)

基本的に親切に指示してくれるので期限を守って行っていけば大丈夫だと思います。ただ事前に履修を申請した学部以外の情報は入ってこないの、もし後で他の学部の授業も取りたくなった場合は自分で情報収集が必要です。

|  |      |         |  |      |         |
|--|------|---------|--|------|---------|
| 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)   |      |         |  |      |         |
| 入国後、NUSの指示に従ってStudent Passというビザを申請します。オリエンテーションウィークに間に合えば他の留学生たちと一緒に手続きを行えますが、そうでない場合は自分で足を運んで申請しなければならず少し面倒です。  |      |         |  |      |         |
| ③医療関係の準備(出発前の健康診断、常備薬、予防接種等)   |      |         |  |      |         |
| 特に必要はありません。個人的に、サマースクールのために様々な予防接種を行いました。歯科検診は出発前に受けておきましょう。   |      |         |  |      |         |
| 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)   |      |         |  |      |         |
| JEES 学研災付帯海外留学保険への加入が義務付けられ、その保障内容で十分でした。  |      |         |  |      |         |
| 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)  |      |         |  |      |         |
| 基本的には学部(経済学部)の指示に従い、書類を提出しました。サマースクールの関係で出発が6月となったので、多くの手続きは経済学部の方々をお願いすることとなりました。履修はS1の試験まで受けました。   |      |         |  |      |         |
| ⑥語学関係の準備(出発前の語学レベル・語学学習等)  |      |         |  |      |         |
| IELTS 7.0。TOEFLは受けたことはありませんでした。受験勉強時から英語は得意科目でしたが、ボキャブラリーやスピーキングなどが弱点でした。また留学後、リスニング能力の低さに気づかされました。  |      |         |  |      |         |
| 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   |      |         |  |      |         |
| 本はかなり重量を取るの、電子書籍リーダーが和書・洋書ともに本当に役に立ちました。プラグ変換器・WiFiルーターなどは高いので持っているなら持参した方がよいと思います。  |      |         |  |      |         |
| <b>学習・研究について</b>   |      |         |  |      |         |
| ①履修した授業科目のリスト(授業を履修した場合)<br>※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 |
| Multicultural Communication  | 4MCs | ●       | New Venture Creation                   | 4MCs | ●       |
| Social Media Marketing   | 4MCs | ●       | Technological Innovation               | 4MCs | ●       |
| Economic Dimension of Singapore  | 4MCs | ●       | Public Speaking and Critical Reasoning | 4MCs | ●       |
| Racial and Ethnic Issues   | 4MCs | ●       | Chinese 4                              | 4MCs |         |
|  |      |         |  |      |         |
| 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2時間(実質95分)のレクチャーと1時間(実質45分)のチュートリアルが週に1コマずつが基本ですが、3時間(実質2時間半)をすべてセミナー形式で行う授業もあります。レクチャーは教授が大教室で講義する形式、チュートリアルは教授またはTAがディスカッション形式で10-15人で行う授業です。チュートリアルでグループプロジェクトというものが進行し、3-6人程度の班でレポートやプレゼンテーションなどを完成させます。例えば、上記のNew Venture Creationの授業では6人の班でスタートアップのピッチを作り、教授にアドバイスを受けて最終日に投資家の前でプレゼンを行いました。 |      |         |  |      |         |
| 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  |      |         |  |      |         |
| 留学生は一学期あたり3~4つの授業を履修していました。授業以外の学習時間は本当に授業のレベル・学部によるのですが、平均して1授業あたり週3時間くらい勉強していました。授業4つ程度であれば他の勉強をしたり遊んだりする時間は十分あると思います。   |      |         |  |      |         |

|  |
|--|
| ④学習・研究面でのアドバイス   |
| 授業の質のばらつきがわりとあるので、最初の週を使って色々な授業を見てみると良いと思います。他の学部についてはわかりませんが、FASS(教養学部)の授業であれば2週目までは訂正ができます。ローカルの学生がかなり勉強している一方で留学生たちは遊びまくっているのも、自分が何を学びたいか、何をすべきかを考えながら自分なりのペース配分で学習を進めることが必要だと思います。   |
| ⑤語学面での苦勞・アドバイス等  |
| 多くの人が言うことですが、リスニングはいくら鍛えても鍛えすぎることではないと思います。ネイティブ同士の会話を聞き取るのはなかなか苦勞します。レクチャーの英語や日常会話で不自由を感じることはそれほどありませんでしたが、プレゼンテーションやレポートなどではネイティブとの差はやはり大きく、人より多く時間をかけて準備したり友人に手伝ってもらったりしました。  |
| 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)   |
| Tembusu CollegeというNUSの寮を割り当てられました。現地の学生の間では一、二を争う人気の寮のようです。家賃は朝食・夕食代込みで一学期あたり3000SGD=22万円前後でした。Suite(個室と6人の共用スペース・シャワー・トイレ)かCorridor(個室とフロア共用のシャワー・トイレ)、男女混合フロアかそうでないフロアかなどのオプションがあります。冷房ありなしも選ぶことができ、冷房ありの方が寮費が少し高くなるのですが、実際は天井に大きな扇風機があり冷房はいらないという話をよく聞きます。僕も冷房なしの部屋でしたが特に問題はありませんでした。 |
| 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)   |
| 暑いイメージがありますが、たいていの場所は屋根の下を歩いていくことができ、室内は冷房や扇風機があるのでそれほどつらは感じませんでした。外出する際はバスや地下鉄が便利で、総じて非常に快適な環境でした。食事は寮や大学のフードコートで基本的に食べていましたが、外出して食べることも多くありました。お金はクレジットカードについているキャッシング機能を使って現地通貨を下ろしていました。普段はキャッシュでの支払いが主です。   |
| 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)   |
| やはり治安は大変よく、国内で犯罪にあったという情報はほとんど聞きませんでした。大学の保健センターの他に大きな病院が最寄り駅にあるので、体調を崩した際には助けられました。ただ向こうの医療費は日本に比べるとかなり高額なので、留学生用の保険には必ず入っておいたほうが良いと思います。寮での他の学生との交流機会が多く、一方で個室のプライベートな空間も確保されていたことで、心理的なストレスやホームシックなどはほとんど感じることはありませんでしたが、それでも何か気分が滅入りそうなときは運動をするように心がけていました。                          |
| 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   |
| 1100SGD=8万5000円程度<br>家賃(朝夕食込み):600SGD<br>昼食・間食:200SGD<br>娯楽・外食:150SGD<br>書籍:40SGD<br>交通:30SGD<br>スマートフォン:30SGD   |
| ・留学に要した費用総額とその内訳   |
| 18,000SGD=約144万円(+東大授業料60万円程度)<br>上記生活費:9000SGD<br>旅行代(4回):3000SGD<br>航空賃(2往復):3000SGD<br>教科書代:500SGD<br>ビザ申請費用:500SGD<br>身の回り品(カバン・寝具・ルーターなど):400SGD  |

|  |                          |
|--|--------------------------|
| 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)  |                          |
| 東大の全学交換留学用奨学金をいただいていた。財源はFung Scholarship(当初はJASSO)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)   |                          |
| <p>現地の学生にとってはとにかく勉強が第一なので、日本の大学と比べるとサークル活動はやや下火の感があります。ただそれでも寮のイベントやスポーツサークルなどが数多くあり、バドミントンやフリスビーをしたり、興味のあるイベント(映画鑑賞、交渉術ワークショップなど)に参加したりしていました。授業やその他の勉強、インターン(僕はしませんでした、している学生もちらほらといました)などとの兼ね合いも考えつつ自分のポートフォリオを組んでいくことが大事だと思います。週末や時間のある夕方は主に留学生たちと遊びに出かけたり、ジムに通ったり、本を読んだり、たまったりリーディング課題を片付けたりと様々でした。長期休暇(学期間以外にも中間試験前・期末試験前に1週間ずつやすみがあります)は他の留学生たちと東南アジアの国へ旅行へ行っていました。英語圏ということで、欧米の留学生の友達も多くできるということは魅力だと思います。</p> |                          |
| 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)   |                          |
| <p>手続きに関する連絡は非常に丁寧で、トラブルは起きにくいと思います。学習面では、多くのクラスはやはり現地の学生を念頭に構成されており、少し違和感を覚えることもありましたが、大きな問題はありませんでした。生活面では寮の中に寮生のサポートを担当する上級生や教官がいるので、何かあれば相談できると思います。</p>   |                          |
| ②大学の設備(図書館・スポーツ施設・食堂・PC環境等)  |                          |
| <p>UTownという寮の周辺施設が本当に便利で、ジムやプールなども無料で使用できます。その他スターバックスやスーパーマーケット、薬局などもあり、外出する必要性を感じることは少なかったです。自習室もあるのですが、ややキャパシティ不足の感があり、試験前はキャンパス(スクールバスで5分)のほうにある図書館で勉強していました。</p>  |                          |
| 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   |                          |
| <p>シンガポールにおける働き方の魅力も知ることができましたが、一方で日本で就職することのメリットも再確認することができました。また、授業内外で得た知識や視野によって就職の選択肢が広がるとともに、興味のある業界をいくつか見つけることができました。</p>  |                          |
| ③留学中の就職活動への対策など(もしあれば)   |                          |
| <p>興味ある業界について自分で調べたり、必要になりうる勉強を自分でしたりしましたが、一年卒業を遅らせることもあり、留学先でしかできないことを優先しました。日系企業の説明会などはしばしば開かれるので、参加してみてもいいと思います。</p>  |                          |
| 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

これは出発前からずっと思っていたことなのですが、留学の意義というのは総合的なものであって、一つに絞れるものではないと思います。英語力の向上だけであれば北米の大学のほうが効果的であると理解した上でNUSを選んだのはそれなりの理由があったので、留学後の今もその選択は正解であったと感じています。具体的な意義としては、世界全体を知る前にアジアの国々を俯瞰できたこと、人種的多様性のある環境で生活・勉強できたこと、自分が興味を持っていた経済問題についてシンガポールでしか得られない視点を得ることができたこと、などがあげられます。それ以外にも、留学すること自体で獲得した、アウトプットの手法とそれに必要なマインド、現地学生とのグループワーク体験、常に批判的に考える癖なども含め、様々な面で収穫を得ることができました。もちろん、東大の枠・経済学部の枠から外れた授業の内容そのものも今後の学習や人生設計に大きく役立つと感じています。

逆に反省点としては、出発前により確固とした視野を持っていれば、NUSでよりハイレベルな授業を受けたり、より多くの情報を吸収することができたのではないかと思います。今後またゆむことなく、貪欲に知識や経験を求めていきたいと思っています。

### ②留学後の予定

一年卒業を遅らせ、就職活動は来年の春となります。今年度中は経済学部の授業・ゼミや夏・冬のインターンなどが活動の中心となるほか、新たに学生団体への参加も考えています。

### 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

留学のメリット・デメリットは本当にその人の置かれた状況と将来像によると思うので、自らの頭で留学が必要か、どのような留学をすべきかというところを考えて欲しいと思います。NUSに限って言えば、教育システムや生活環境は全力でサポートしてくれるので、そういった計画を実現しやすい場所ではあると感じています。どのような針路をとられるとしても、皆様のご活躍を願っています。

## 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

YouTubeのCNNライブチャンネル…部屋でテレビ代わりにつけていた。

### 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8月15日

|                  |   |               |                    |
|------------------|---|---------------|--------------------|
| 東京大学での所属学部・研究科等: | 教育学部  | 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:        | シンガポール国立大学         |
| 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           |
|                  | <input checked="" type="checkbox"/> 5. 民間企業(業界: ) |               | 6. 起業              |
|                  | 7. その他( )   |               |                    |

派遣先大学の概要

アジア大学ランキングで1位、QS世界大学ランキングでも12位と評価されている大学。国際化に力を入れており、全体の4分の1が他国からの留学生である。12の学部があり、幅広い分野を学べる。

留学した動機

大学在学中に一度は海外に出て視野を広げたいという思いを入学当初から抱いていた。所属していた学生団体がシンガポール人と交流する中で、シンガポールが建国50年余りで先進国にのぼりつめたこと、様々な人種が共生していることなど他国にはない面白さを持っていることを知り、留学先に選んだ。経済成長により生まれた所得格差や、人種の違いが、子どもが受けられる教育にどう影響するのかを知るのが留学のテーマだった。

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                  | 8月~   | 2017年 | 5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:          | 2018年                  | 学部3   | 年生の   | 3月頃に    | 行う予定     |
| ⑥本学での単位数:          | 留学前の取得単位               |       |       | 46      | 単位       |
|                    | 留学先で取得し、本学で単位認定申請を行う単位 |       |       |         | 単位       |
|                    | 留学後の取得(予定)単位           |       |       |         | 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:

もともと留学を含めて5年で卒業することを考えており、就職活動や卒業論文執筆に余裕を持って取り組めるようにと考え、この時期にした。

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)

受け入れ決定後(6月中旬)にNUSから届くメールの案内にしたがってあれば特に難しいことはない。

|   |      |         |                                |      |         |
|---|------|---------|--------------------------------|------|---------|
| 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)  |      |         |                                |      |         |
| 上記同様、NUSから手続き方法についてメールで案内が届くので、それにしたがっていけばよい。出国前に日本で申請、メールで送られてくる仮の証明書のようなものを持って入国、NUSで行われる留学生を対象にしたStudent Pass 発行のための手続きに参加、後日カードを受け取り、という流れ。                                     |      |         |                                |      |         |
| ③医療関係の準備(出発前の健康診断、常備薬、予防接種等)  |      |         |                                |      |         |
| 本郷の保健センターで結核とHIVの検査を受け証明書を発行してもらった(ビザ申請に必要)。また、保健センター受診時に、東南アジア諸国に旅行に行く可能性のあることを担当医に伝え、勧められた予防接種を受けた。常備薬については、痛み止めと整腸剤を持って行った。  |      |         |                                |      |         |
| 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)  |      |         |                                |      |         |
| 東大から義務付けられている、学研災付帯海外留学保険に加入した。   |      |         |                                |      |         |
| 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)   |      |         |                                |      |         |
| 所属学部の学生支援課に留学許可願を提出した。7月下旬出国だったため、試験・レポート提出は支障がなかった。  |      |         |                                |      |         |
| ⑥語学関係の準備(出発前の語学レベル・語学学習等)   |      |         |                                |      |         |
| IELTS6.5。通学時間にNHKラジオの語学講座を聴いていた。<br>ほとんどの授業でレポートや論述試験があるので、アカデミックライティングを鍛えておくとよい。   |      |         |                                |      |         |
| 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  |      |         |                                |      |         |
| 持参すべきもの: 常備薬・化粧品(日本製の化粧品・日焼け止めは現地でも買えるが1.5倍くらいの値段)・コンタクトレンズ・スーツ(日本人向け就活イベントや現地に参加していた吹奏楽の演奏会で使えた)・フォーマルなワンピース(寮のフォーマルディナーなどに使えた)<br>持参なくていいもの: コンタクトレンズ洗浄液・衛生用品(どちらも現地で日本と同じものが買える) |      |         |                                |      |         |
| 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)<br>※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 |
| Global Economic Dimensions of Singapore   | 4MCs | ●       | Singapore Society              | 4MCs | ●       |
| Southeast Asia: A Changing Region   | 4MCs | ●       | Social Thought & Social Theory | 4MCs | ●       |
| Making Sense of Society   | 4MCs | ●       | E-Learning                     | 4MCs | ●       |
|   |      |         |                                |      |         |
| 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)  |      |         |                                |      |         |
| 一つの授業科目が、毎週2時間のLectureと隔週2時間のTutorial(ディスカッションなど)で構成され、毎週30ページ前後のReadingが課される。期末試験の他に、中間試験やエッセイ、プレゼンなどが評価の対象となっている。グループプロジェクト(エッセイ・プレゼン)が課されることが多く、グループメンバーと話し合いながら取り組むのが面白い、かつ大変。  |      |         |                                |      |         |
| 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   |      |         |                                |      |         |
| 1学期あたり3科目履修(日本からの留学生は3~4科目が多かった)。<br>授業以外の学習時間は、週15~20時間だったと思う。エッセイ提出締切前・試験前は勉強が増えるが、そうでないときは課外活動をしたり友達と出かけたりする余裕もある。   |      |         |                                |      |         |

|   |
|---|
| ④学習・研究面でのアドバイス  |
| シンガポール人(2年生以上)に学習の仕方・エッセイの書き方・プレゼンの作り方などについてアドバイスを求めるとよい。どのように評価されるかを知っているので、有用なアドバイスをくれる。私は日本に興味がある学生と仲良くなって、プレゼン資料やエッセイをチェックしてもらう代わりに、日本語を教えたりしていた。<br>また、学習・課外活動・余暇の時間配分はよく考えたほうがいい。周りの交換留学生はかなり遊んでいるが、それに振り回されず、自分の留学の目的に沿った配分をするよう気をつけるべき。   |
| ⑤語学面での苦勞・アドバイス等   |
| エッセイは構想段階でTAのアドバイスを受けたり、提出前にネイティブのチェックを受けたりすることで、アカデミックライティングのスキルが上がると思う。Tutorial内・グループプロジェクトのミーティングでの発言については、初めのうちは、その場で考えて英語で話すのは難しいと感じたため、事前にある程度自分の意見をまとめておくようにしていた。<br>日常会話では、聞き取れない・言いたいことが話せないことに初めは苦勞していたが、シンガポール人は多文化共生社会なだけあって英語が苦手な人にも寛容なので、遠慮なく聞き返していいし、間違いを気にせず話せばいいと分かった。シンガポール人の独特のアクセントや語彙も数カ月で慣れるので心配なくていい。  |
| 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)  |
| NUSから大学内のTembusu Collegeという寮に割り当てられた。家賃は朝食・夕食付で、1学期(4カ月)約3000SGD(24万円)。一人部屋でバス・シャワーは共用。キッチン・洗濯機・乾燥機は4フロアごとに1つある。築5年ほどと比較的新しく、それなりに清潔。住民は現地生が8割、留学生が2割ほど。4フロアが1つのまとまり(Houseと呼ばれる)となっており、Houseごとに月に数回イベントがあるので、参加すると近くの部屋の人たちと仲良くなれる。Interest Groupと呼ばれる寮内サークルのようなものがあり、興味に合わせて自由に参加できる。  |
| 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)  |
| 蒸し暑く、スコールもしばしばあるが、バスや地下鉄が整備されていて安価であるため屋外を長時間歩くようなことは少なく、気候を不快に感じることもあまりなかった。むしろ室内の冷房が強くて寒いと感じることが多く、羽織るものは常に携帯していた。大学内の学食は種類が豊富で安価なので、基本的に昼食はそこで済ませていた。大学外でも食事は日本と同じかそれ以下の価格でおいしいものが食べられ、日本食も容易に手に入る。大学内や近くの駅にスーパー・ドラッグストアがあり日用品はそこで買っていた。総じて非常に快適な生活環境であった。お金は、基本的にはクレジットカードのキャッシング機能で現金を引き出していれば十分。私は現地の奨学金を受け取っていた都合で現地の銀行口座を開設していて、そのキャッシュカードがNETSと呼ばれる現地で普及しているデビットカードサービスにも対応していたので、よく使っていた。 |
| 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)  |
| 治安は非常に良く、帰るのが夜遅くなって女性一人で歩いても怖いと感じることはなかった。医療の質は日本と遜色ないと思う。大学病院や学内クリニックがあるし、加入していた保険の提携クリニックでは日本人医師による治療も受けられた。運動不足を感じたときには学内の無料ジムを利用していた。食事は油っこいものが日本より多いので意識して生野菜を摂るなどしていた。英語非ネイティブであることから勉強面で劣等感を感じることは多かったが、所属していた吹奏楽サークルでは現地生に負けないレベルで自信を持って演奏できたので、精神的安定を保つのに役立った。   |
| 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  |
| 家賃(朝食・夕食込): 60,000円<br>食費(昼食): 10,000円<br>交通費: 3,000円<br>娯楽費: 12,000円<br>SIMカード: 1,000円<br>生活用品: 4,000円<br>→合計90,000円   |



|  |
|--|
| <p>・留学に要した費用総額とその内訳</p> <p>生活費: 900,000円 (= 90,000円 × 10ヶ月)<br/> 航空賃: 110,000円<br/> 教科書代: 4,000円 (教科書購入の必要があったのは一つの授業だけでした)<br/> 海外留学保険: 94,000円<br/> NUSに納める雑費: 19,000円 (Miscellaneous Student Fees。117SGDずつ2学期分)<br/> 入寮金: 32,000円 (Acceptance Fees。200SGDずつ2学期分)<br/> ビザ: 10,000円<br/> 初期費用: 20,000円 (寝具・ルーター・掃除道具・収納用品など)<br/> →約120万円</p> |
| <p>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)</p> <p>◆トビタテ留学JAPAN! 日本代表プログラム: 190万円 (20万円 × 9か月 + 航空賃10万円)<br/> 前年度留学していた先輩の紹介で知った。<br/> ◆TF LEARN Programme @ NUS :52万円 (6,500SGD)<br/> 東大の国際交流課の推薦で応募できる。この奨学金の存在は、2016年3月に国際交流課から連絡をいただいて知った。アジア各国からシンガポールに留学する学生を対象としてシンガポールの財団が支給しているもの。</p>  |
| <p>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)</p> <p>課外活動として、吹奏楽サークル週3回、小学生対象の学習支援ボランティアと移民労働者への食料配布ボランティアを週1回ずつをやっていた。サークルについては8月の新歓イベントで見つけた。ボランティアについては、授業内の告知や寮のFacebookで知り、自分で応募した。週末は友達と出かけたり、課題をこなしたりしていた。長期休暇は各学期の中間試験前と期末試験前に1週間、1学期と2学期の間に一ヶ月あり、他国からの留学生の友達と周辺諸国を旅行することが多かった。</p>   |
| <p>派遣先大学の環境について</p>  |
| <p>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)</p> <p>非英語圏からの留学生は、期末試験で紙辞書持ち込みが許可されている (私は結局使わなかった)。Tutorialの担当TAがオフィスアワーを設けているので、エッセイやグループプロジェクトの相談には行きやすい。寮の事務の人は非常に丁寧で、長期休暇中の滞在など、留学生の事情にきちんと対応してくれた。留学生を多く受け入れている大学なので、特に不便を感じることはなかった。</p>  |
| <p>②大学の設備 (図書館・スポーツ施設・食堂・PC環境等)</p> <p>寮があるUTownと呼ばれるエリアに、無料ジム・無料プール・スーパー・コンビニ・ドラッグストア・学食・レストラン・自習室・PCルームなどが揃っている。キャンパスの別の場所にも運動施設や図書館があり、無料のシャトルバスで寮から5分ほどで行ける。だいたいの自習スペースには電源があり、NUS Wifi とeduroamが使える。寮の自室だけは大学のWifiが届きにくかったのでルーターを3000円ほどで購入し、有線に接続して使っていた。</p>  |
| <p>留学と就職活動について</p>   |
| <p>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</p>   |
| <p>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</p> <p>シンガポールで働く日本人に会う機会があり、将来的に海外で働くのもいいと思えるようになった。</p>   |
| <p>③留学中の就職活動への対策など (もしあれば)</p> <p>留学生の就職活動を支援している企業が主催していたセミナーやイベントに複数回参加したが、19卒だったこともあり、就職活動の雰囲気をつかめたという程度の収穫だった。ただ他の日本人留学生の中には、主催企業から、12月の長期休暇の間にはできるインターンシップを紹介してもらっていた人もいた。</p>  |

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

シンガポール人や他国からの留学生と交流する中で、自分と全く違う生活習慣や価値観を受け入れ、互いを尊重するということが自然とできるようになったと感じる。バックグラウンドが違えば考え方も違うのだということ意識し、ものごとを見られるようになったと思う。

関心のあった社会学的観点からみた教育についても、授業や学生との交流で知ることができた。具体的には、業績主義の考えが国民全体に浸透していて幼いころから教育現場で競争原理が働いていること、教育機会の均等を実現するための施策はある程度取られているものの、所得が低い家庭・人種の少数派が教育の機会を得にくいという事実は残っており、その事実は業績主義の考えによって覆い隠されがちであることなどだ。一方で、国が違えばその社会構造も大きく違うため、例えばシンガポールで行われている施策をそのまま日本でいうようなことは難しいとも感じた。

②留学後の予定

帰国後は学生団体での活動やアルバイトに力を入れつつ、サマーインターンの選考を受けている。夏休みはインターンに参加し、9月からは授業に復帰する予定。

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

留学したことで上記のような学びを得られたし、留学準備をする過程で周りの人的・物的資源をフル活用しながら自分のやりたいことを実現していく力も身についたように思う。また一年弱英語を使って生活したことで、ある程度英語力は伸びた。一方で、留学をしたことで、留学前まで日本で行っていた課外活動や勉学を一時中断しなければいけなかったのはデメリットだったと率直に感じている。自分にとっての留学のメリット・デメリットをよく考え、うえで決断してほしい。

また、交換留学の応募・英語スコアの獲得・奨学金への応募など早めに情報収集をしておくとい。ウェブ上で得られる情報だけでなく留学経験者・予定者から直接話をきくことがとても有効だった。

**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

留学準備段階では、東大のGO GLOBALのサイトをよく見ていた。

シンガポール社会については「シンガポールを知るための65章」という本で、おおまかなことがつかめた。

NHKラジオ講座やNHK WORLDは英語の音に慣れるためにきいていた。

留学中は、Strait Timesというシンガポールの新聞のアプリをスマホに入れて記事を読んでいた。

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。



**The University of Tokyo Study Abroad/Student Exchange Program Report Form**  
(for programs from one semester to a year)

Date: 10/05/2017

|   |   |                                  |                                  |
|---|---|----------------------------------|----------------------------------|
| Faculty/Graduate School at UTokyo:      | College of Arts and Sciences                                      | Year at the time of Study Abroad | B3                               |
| Program Attended:                       | USTEP (Outbound)  | Host University:                 | National University of Singapore |
| Occupation after graduation (intended): |   |                                  |                                  |
|   | 1. Research   |                                  |                                  |
|   | 2. Specialist (Medical • Judiciary • Accountant)                  |                                  |                                  |
|   | 3. Civil Service  |                                  |                                  |
|   | 4. NPO  |                                  |                                  |
|   | ✓ 5. Private sector (Type of industry: Still looking at options ) |                                  |                                  |
|   | 6. Entrepreneurship   |                                  |                                  |
|   | 7. Others ( )   |                                  |                                  |

|   |   |    |                 |         |                   |               |               |         |
|---|---|----|-----------------|---------|-------------------|---------------|---------------|---------|
| <b>Outline of the receiving institution overseas</b>  |   |    |                 |         |                   |               |               |         |
| National University of Singapore (NUS) is the oldest, as well as the biggest research university in Singapore. NUS constantly ranks one of the top universities in the world.   |   |    |                 |         |                   |               |               |         |
| <b>Reason why you decided to participate</b>  |   |    |                 |         |                   |               |               |         |
| I have always wanted to study abroad because I wanted to see how and in which level classes take place in other prestigious universities in the world. I also wanted to get to know students from many backgrounds. Singapore, a multi-racial and multi-religious country was thus a perfect place. On top of that, my academic interest lies in Southeast Asian history. Classes in this field were limited in UTokyo, so I chose NUS where there are many well-known professors of the field. |   |    |                 |         |                   |               |               |         |
| <b>Period of Study etc.</b>   |   |    |                 |         |                   |               |               |         |
| (1) Academic status before the program:   | Completed the   | A2 | semester of the | 3rd     | Year of           | Undergraduate | study in year | 2016    |
| (2) Status during the program:  | Study Abroad [留学]   |    |                 |         |                   |               |               |         |
| (3) Duration etc.:  | From (Month) (Year)   |    | January         | 2017    | to (Month) (Year) | May           |               | 2017    |
|   | Departing in  |    | 3rd             | year of | Undergraduate     | study in year |               | 2017    |
| (4) Registering for classes on return:  | Re-registered for classes from  | S2 | semester of the | 3rd     | Year of           | Undergraduate | study in year | 2017    |
| (5) Period of job hunting:  | Planning to start   |    | in the month of | October | 2017              | of the        | 3rd           | Year of |
|   | Undergraduate   |    | study in year   |         | 2017              |               |               |         |
| (6) Number of credits earned at UTokyo:   | Number of credits earned before program:  |    |                 |         |                   |               | credits       |         |
|   | Number of credits earned during the program which will be processed for transfer: |    |                 |         |                   | 12            | credits       |         |
|   | Number of (expected) credits after program:                                       |    |                 |         |                   | 20            | credits       |         |

|   |                             |                    |         |  |                    |      |
|---|-----------------------------|--------------------|---------|--|--------------------|------|
| (7) Enrolled/<br>Expected timing<br>of graduation:  | Enrolled: (Month)<br>(Year) | October            | 2014    | Graduated/comp<br>leted: (Month)<br>(Year) | September          | 2018 |
| (8) Time taken from enrollment to<br>graduating/completion:   |                             | 4 years            |         | 0 months                                   |                    |      |
| (9) Reason for choosing period to study abroad:   |                             |                    |         |  |                    |      |
| I wanted to graduate within four years, which is why I decided to only study abroad for one semester.   |                             |                    |         |  |                    |      |
| <b>Preparation for the program</b>  |                             |                    |         |  |                    |      |
| (1) Application process (please give any advice on dealing with the application process)  |                             |                    |         |  |                    |      |
| There are a lot of different documents (e.g. Certificate for English tests, letter of recommendation, etc.) that must be submitted, so I strongly recommend to start preparing for the application early.   |                             |                    |         |  |                    |      |
| (2) Visa application (type of visa, where to apply, processing time, any advice on visa application)  |                             |                    |         |  |                    |      |
| I entered Singapore with a tourist visa, then got my student visa during the orientation week. The guideline National University of Singapore provided me was very detailed and easy to understand, thus there wasn't any trouble getting the visa. The Visa application process was all done within the NUS campus.        |                             |                    |         |  |                    |      |
| (3) Medical check-ups (health check-ups before departure, inoculations, etc.)   |                             |                    |         |  |                    |      |
| Since I was only on exchange for one semester, medical checkup was not a requirement for me.  |                             |                    |         |  |                    |      |
| (4) Insurance (information about insurance for travel/studying abroad purchased)  |                             |                    |         |  |                    |      |
| I used the insurance which was recommended by the university.   |                             |                    |         |  |                    |      |
| (5) Procedures required by your Faculty/Graduate School (any information about course registration, credits, exams, submission of dissertations etc)  |                             |                    |         |  |                    |      |
| Because Semester 2 at NUS started in early-January, I had to skip the last few weeks of classes I took at Utokyo. I negotiated with each teacher, and for classes where I had to take exams, I wrote an extra final paper. Also, in order to make up for my absense, I wrote an extra paper for some other classes as well. |                             |                    |         |  |                    |      |
| (6) Language preparation (language level before the program, lessons etc.)  |                             |                    |         |  |                    |      |
| Aside from academic English used in classes, conversational Chinese will be really useful for talking with locals, although it is not required  |                             |                    |         |  |                    |      |
| (7) Items which should be taken with you from Japan and any other advice on things which should be done before leaving Japan.   |                             |                    |         |  |                    |      |
| I brought medicines which I normally use in Japan.  |                             |                    |         |  |                    |      |
| <b>Information on the academic/research program</b>   |                             |                    |         |  |                    |      |
| (1) Copy of list of subjects taken (if classes were taken)  |                             |                    |         |  |                    |      |
| ※ Please mark with ● all subjects which you are processing to transfer credits to the University of Tokyo   |                             |                    |         |  |                    |      |
| subject   | number of<br>credits        | credit<br>transfer | subject | number of<br>credits                       | credit<br>transfer |      |
| Singapore and Japan:<br>Historical and Contemporary<br>Relationships  | 4                           | ●                  |         |  |                    |      |
| Introduction to Southeast<br>Asian History  | 4                           | ●                  |         |  |                    |      |
| Gender and Sexuality in<br>Japan  | 4                           | ●                  |         |  |                    |      |
|   |                             |                    |         |  |                    |      |

|  |
|--|
| (2) Outline of the program (Style of the lessons/preparation study/review study, thing which left an impression on you, etc.)  |
| There was a weekly 90-min lecture, along with a bi-weekly 90-min tutorial. The lectures took place in large lecture halls where it was mainly taking notes of the professor's lecture. Group discussions and presentations usually took place during tutorial sessions. Tutorials were much smaller in number (around 10 students per class) so it required a lot of participation. The average amount of readings assigned per class per week was around 50 to 100 pages.   |
| (3) Number of subjects/credits per semester, number of hours of study/research time in a week (including class hours and study out-of-class hours)   |
| Local Singaporean students took 5 modules per semester. For exchange student, the minimum requirement was to pass three modules. Although it sounds very little compared to the Utokyo, however the amount of readings   |
| (4) Advice on aspects of academic/research work  |
| Many of the classes in the Social Science field requires you to do a group presentation, which could be up to 20~30% of the overall final grade. Participation and group work are very important. Therefore I strongly recommend to talk with your group members from the early stage to be prepared for the presentation.   |
| (5) Problems experienced with language issues, advice concerning language, etc.  |
| For tutorial sessions active participation is required. It was quite difficult to speak out at first, however it was improved by gradually getting used to the people in the class.  |
| <b>Aspects of life</b>   |
| (1) Accommodation (Type (home-stay, room-sharing etc.), cost, atmosphere/appearance of accommodation, how you found it, etc.)  |
| I stayed at a single-room in the on-campus residential college "Cinnamon College (USP)" which was located in the University Town (UTown). There was no air conditioning however there was a fan on the ceiling. Many residents kept their window and door open for ventilation. Bathroom and shower room were shared, as well as the laundry room and the pantry. It was clean and comfortable. Since it was on campus, it was very convinient to go to classes.   |
| (2) Living environment (such as climate, environment around the institution, transport facilities, food, managing your money (overseas money transfer, credit cards))  |
| The living environment in Singapore for me was very convinient and comfortable. The weather was sunny and warm, and streets were usually really clean. Many buses were available from campus which allowed me to go to any parts of Singapore. Ubers and taxis are also much more accessible in Singapore compared to Tokyo. I did not open a bank account in Singapore since I was only there for one semester. I usually used my credit card. In places where I could not use it, I used cash that I brought from Japan. |
| (3) Aspects of risk and safety management (safety of local region, condition of medical facilities, any action taken in maintaining your mental and physical health, etc.)   |
| Nothing in particular. However the huge difference of the heat outside, and the air-conditioned rooms indoor occasionally made me feel sick therefore I always carried a jacket with me..  |
| (4) Details of expenses (breakdown of costs, such as airfare, program fees, cost of required books, rent, food, travel cost, money spent on entertainment)   |
| • Monthly living cost and its breakdown  |
| Around 1200 SGD<br>Rent (Including breakfast/dinner): 600SGD<br>Lunch: 230SGD<br>Entertainment (eating out, going out with friends): 300SGD<br>Transportation: 40SGD<br>Phone: 30SGD   |

|  |
|--|
| <p>• Total cost spent on studying abroad and its breakdown</p> <p>8850 SGD/ semester<br/> Living expenses: 6000SGD<br/> Travelling expenses 1700SGD<br/> Airplane to/from Singapore 850SGD<br/> Textbook fee 150 SGD<br/> VISA, misc: 200SGD<br/> Surroundings (wifi router, bedding, tableware):300SGD</p>  |
| <p>(5) Financial aid (if you were receiving financial aid/scholarships, please give the name of the source of the aid, amount, and how you found it, etc.)</p> <p>Didn't apply to any</p>  |
| <p>(6) Activities other than academic/research work (sports, cultural, volunteer/internship, weekend activities, etc.)</p> <p>There were a wide variety of talks and events hosted by the university, by the faculty, and also by the residential college. I took part in some events for exchange students, as well as events for the residential college, to make international and local friends. I also travelled to many countries in Southeast Asia during the weekends as well as the long holidays (Mid-semester holiday and reading week) I also took part in a volunteer where I did a presentation about my exchange life in Singapore, to Japanese middle school students who visited NUS as a part of a school program.</p> |
| <p><b>Environment of the receiving institution</b></p>   |
| <p>(1) Support facilities for students taking part in the program (such as language, academic, living support mechanism and counseling services)</p> <p>A wide range of support was offered to exchange students. Not only were the entire process closely guided, I was given a local Singaporean buddy from the exchange section of NUS, as well as a buddy from my residential college, and two buddies from the Japanese Society of NUS, who were all very supportive in helping me out with daily needs to bringing me around the country. Professors in my classes also paid close attention to the exchange students.</p>   |
| <p>(2) Facilities (libraries, sports facilities, cafeteria, IT equipment and facilities, etc.)</p> <p>My residential college was inside University Town (UTown) which was very convenient. There was a pharmacy, a barber, two cafeterias, a mini supermarket, a 24-hour convenient store, 24-hour Starbucks, two computer/study rooms, gym, book store, and several restaurants. The computer room (One Windows room and One Mac room) was also open 24 hours and I saw many students studying until late at night. There were printing machines in those rooms and printing was very cheap.</p>  |
| <p><b>Studying abroad and job hunting</b></p>  |
| <p>(1) (those that have job hunted) Impact that the your study abroad had on job hunting, merit and demerit</p>  |
| <p>(2) (those who will be starting job hunting) How the study abroad has impacted your thoughts towards employment</p> <p>Studying abroad gave me some time to reflect back on myself, and what I find important to me. It has also impacted me positively by allowing me to see the working environment in a country other than Japan.</p>  |
| <p>(3) Actions towards job hunting while studying abroad (if any)</p> <p>I participated in several job hunting events hosted by Mynavi in Singapore. I have also met many Japanese businessmen who were working in Singapore.</p>  |

