

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26日

東京大学での所属学部・研究科等:	教養学部	学年(プログラム開始時):	学部4
参加プログラム:	全学交換留学	派遣先大学:	北京大学
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: )		6. 起業
	7. その他( )		

派遣先大学の概要

北京大学。前半の学期は留学生が中国語を学ぶ「対外漢語教育学院」に所属。後半の学期は、中国人学生と同じ授業を選択、主に国際関係学院で授業を受けた。

留学した動機

1年時から中国語の学習に力を入れており、さらにレベルを上げたいと思っていた。国際関係論を専門とする中で特に日中関係に関心を持ち、中国の視点から国際情勢や日中関係を勉強してみたいと思った。

留学の時期など

①留学前の本学での修学状況:	2016年	学部4	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	9月~	2017年	6月	
	学部4	年時に出発			
④留学後の授業履修:	2017年	学部5	年生の	A1	学期から履修開始
⑤就職活動の時期:	2017年	学部5	年生の	7月頃に	行った
⑥本学での単位数:	留学前の取得単位			60	単位
	留学先で取得し、本学で単位認定申請を行う単位			2	単位
	留学後の取得(予定)単位			22	単位
⑦入学・卒業/修了(予定)時期:	2013年	4月入学	2018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		0ヶ月間		
⑨留学時期を決めた理由:					

「留学に行きたい」と心の片隅で思っていたが、3年時の留学はまだ専門の勉強も深めていない2年時に応募しなければいけないため、決断できなかった。国際関係の勉強をすすめる中でやはり留学して異なる視点を身につけたいと思い、公務員試験の合格もいただいたので、思い切って1年の留学を決意した。

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)

留学前から東京大学を通じて、寮の申請などの手続きをした。現地では到着2日後くらいに、「新太陽学生センター」という場所で、入学手続き・学生証交付・インターネットの開通・健康診断などの手続きを行った。北京大学日本人会のテントがあり、わからないことがあればサポートしてくれる。

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)

まず最初に日本で、北京大学から送られてきた書類とパスポートを持って、仮のビザを取った。手続きは新橋の華僑総会というところで行い、だいたい1週間位の所要時間だった。このビザの有効期限が約1ヶ月なので、現地で健康診断等の手続きを全て済ませたあと、大学を通して長期のビザの申請を行い、後日役所まで取りに行った。手続きを迅速に行うこと、大学の担当者の説明をしっかりと聞くことが大事だと思う。

③医療関係の準備(出発前の健康診断、常備薬、予防接種等)

出発前に健康診断を受けなかったのが、現地で北京大学が連れて行ってくれる病院の健康診断を受けた。予防接種に関しては、肝炎や狂犬病の接種を受けている人がいたが、私は受けずに行った。大気汚染がひどい場所なので、マスクやのど飴など持っていくと安心(もちろん現地でも買えるが)

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)

東大で加入必須の保険に加入、北京大学でも留学生は加入必須の保険に加入し、かなりの額がかかった。

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)

4年生だったので、卒論関係の相談を主体とするべきだったが、しっかりできないまま行ってしまったので、日本に帰ってきてから苦勞している。単位互換等についても、どれくらい認められるのかの相場観を知るためにもしっかり聞いておけばよかった。

⑥語学関係の準備(出発前の語学レベル・語学学習等)

もともとHSK5級を持っていたが、現地ではこれでは全然足りない。6級程度の勉強をしてみたほうが、語学を学ぶコースに入るにしても、より有意義な留学生活になる。中国語「で」専門の授業をうけるのであれば、6級を持っていても足りない。私は直前まで語学の勉強を怠ってしまい、当然苦勞した。

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

wechatのアカウントを作る(日本で使えるSNSが使えない)、有料のVPNを契約する(無料のものは接続できなくなることが多い)、中国の文化(音楽・ドラマ・映画・京劇・書など)への興味を深めておく、北京大学のウェブサイトでの授業のシラバスを見ておく。

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
汉语	?		中日关系史	3	●
口语	?		中国现代政治思想	3	
视听说	?		国际关系与东亚安全	2	
中国语言文化	?		中华人民共和国对外关系	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)

前半の学期は、学期の終わりにHSK6級で240点を取ることを目標に、中国語の学習に集中した。授業は全て留学生で、オーストラリアやイギリスなどの生徒とともに、10人位の少人数クラスで授業を受けた。会話の機会が圧倒的に多く、日本で受ける語学の授業とは比べ物にならない効率で中国語が伸びた。中国語がある程度身についた後半の学期は国際関係の講義が主になったが、基本的に大講義で双方向性がなく、少し残念だった。レポートの執筆などの要求が多く常に復習が必要だと感じたが、心身の不調で全うできなかった(後述)

### 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学期目:履修科目は4つ、それぞれのコマ数は8(漢語)、6(口語)、4(視聴説)、2(中国語文化)、1コマ1時間、単位数は(単位互換等の対象になるのかも含め)把握していない。授業以外には1日2~3時間位の勉強だが、ランゲージパートナーとの会話や中国語のドラマ視聴も学習の一環に含めればもっと多くなる。2学期目:上記の通りで、1週間あたりの授業時間数は基本的にコマ数と同じ(合計11時間位)。当初はもっと多くの授業を受けていたが、心身のバランスを崩すうちに減っていき、最終的には上に書いた授業の単位ももらえていない。最も多いときは授業以外に1日3~4時間の勉強もしていた。

### ④学習・研究面でのアドバイス

語学の授業に関しては、負担が全く重くなく、基本的に授業についていければ確実に中国語が伸びると思う。授業時間外に、中国人の友達を作る、中国のドラマを見るなどして、いかに中国語に接することができるかが重要だと思う。中国語以外の授業は、自分で教科書や関連書籍を読み込むなどして、その分野でよく使われる単語や表現、中国ならではの考え方に慣れておくと良い。中国人で勉強を手伝ってくれる友達を見つけるとなお良いが、大講義では探すのが難しいのも事実。ゼミ形式の授業を探してとるべきだったと感じる。

### ⑤語学面での苦労・アドバイス等

後半の学期、講義を聞き慣れるまではだいぶ時間がかかった。中国語は身につけすぎて困ることはない、早めに授業対策の中国語学習をするべき。一方で漢字に慣れている日本人は、文献を読むこと、文章を書くことには、そこまで時間がかからないように感じる。苦労したのは語学とはまた別で、後半の学期の折り返しあたりから無気力な状態になり、授業に行くこと、部屋で学習することを含めて全てができなくなったこと。体調も大きく崩し、だいぶ授業の履修に影響が出てしまった。一旦心が塞ぎ始めるとどんどん引きこもりが悪化するので、友人をしっかりと作り、なるべく1人で過ごす時間を減らしておけばよかった。

### 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)

大学に隣接する留学生寮。1日100円の宿泊料。部屋は「2人1部屋」だったが、共有なのは玄関とトイレ・シャワーだけで、寝室は分かれているので、実質1人部屋だった。部屋は新しくキレイで、備え付けのベッド・クローゼット・机は全て使いやすかった。ルームメイトは中国人で、一緒にご飯を食べに行ったりした。留学前に北京大学から送られてきたメールに返信する形で応募、基本的に日本人は全員入居できると思う。1泊70円より安い部屋もあったが、こちらは寝室をルームメイトと共有するタイプなので、100円のものにした。

#### 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)

冬は非常に寒く-10°Cくらいになるので、東京より一歩進んだ防寒が必要。大気汚染が激しくなるのもこの頃なので、毎朝アプリで汚染の状況をチェックすることが日課になる。大学の中に住む人が大多数なので大学は常に賑やか、食堂は開店時間が短く非常にごった返す。校内にスーパーや映画館、ジムがあり生活が完結するため、中国人はあまり外出しない。ただデパートや電機店の多い「中関村」、韓国料理屋やクラブに外国人留学生が集まる「五道口」など外出先も近くにあり、頤和園や円明園と言った素晴らしい史跡もすぐそこ。食事は学食がメインになるが値段相応、飲食店の出前も発達しているためよく頼った。お金は中国工商銀行に口座を作り、送金してもらった。クレジットカードは使えないところが多いが、wechatやalipayなどの決済手段を使えるところが多く便利。

#### 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)

治安は非常にいい。医療機関に関しても、日本語の通じる病院が多数あって安心(特に、留学生診療に力を入れているクリニックがあり、よくお世話になっていた)。簡単な診療ならば大学の病院もある。心身の健康管理には失敗したが、特に外部に原因があるのではなく、ひとえに個人的な精神の脆さが出てしまったのだと思う。

#### 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:3000円 食費:2000円 交通費:50円 書籍代:300円 娯楽・その他ショッピング:500円  
合計5000~6000円(80000円~90000円)くらい

##### ・留学に要した費用総額とその内訳

毎月の固定費に加え、行き帰りの航空費がそれぞれ50000円くらい、長期休みの国内旅行(1ヶ月半)が150000円くらい、入学当初の保険加入やビザ申請が30000円くらい、年間合計で100万円くらい

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 1ヶ月6万円の支給(本郷の学生支援課から案内があった)

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)

中国人と同じサークルに属していればよかったのだが、勧誘の期間が短いこと・留学生の加入が少ないこと・そもそも活動団体が少なくあまり魅力的なものも多くなかったことなどから、参加を逃してしまっ。スポーツも趣味もなかったのも、これが精神的に良くなかったと思う。一方で本科生中心の北京大学日本人会に参加し、日中交流会などのイベント企画を行えたのは楽しかった。人民中国雑誌社で、3ヶ月間、日中翻訳の仕事を無給で手伝っていた。週末は友達とご飯を食べたり部屋でゆっくりしたりしたが、今考えるともっと生産的に動きたかった。長期休みにはハルビンから雲南まで鉄道を使って旅行、小さい休みにも西安や四川に旅行し、北京以外の空気も味わった。

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)

対外漢語教育学院で学ぶ留学生に対しては、留学生事務室による英語でのガイダンスや履修相談、語学の水準を測るためのテストなどの仕組みがあり、支援が充実している。ランゲージパートナーの紹介制度もあり、ここで中国人の話し相手を見つけられると非常にいい(北京大学日本人なども紹介してくれる)。一方で、語学の授業以外を受ける留学生に関しては、積極的な案内や支援をしてくれないので、自ら事務室に行き情報を聞き出さないと何もわからない(聞き出そうとしても何もわからない担当者、冷たい担当者もいる)

②大学の設備(図書館・スポーツ施設・食堂・PC環境等)

図書館はとにかく大きい、非常に混んでいてあまり行かなかった。食堂は複数あるが、どれも非常に混んでいてゆっくりと食べることは難しい。開業時間も短く、味もそこまで美味しくない上に中華以外はあまりないので留学生には少しづらい。ジムや体育館は充実していて、割合安い料金で使える。スーパーやファミマあり、映画館や劇場あり。インターネットは毎月10元、寮の部屋・教室でどこでも使い放題、ただVPNを自分で契約しないと見られないWEBサイトが多い。寮の中には洗濯機(1回3元)やジム、ボーリングなどの設備、カフェあり。

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

国家公務員、特に安全保障に関係する官庁を希望していたので、中国の視点から国際関係論に接することができて(授業・メディア)、問題意識が洗練された。ただそれ以上に、中国語を曲がりなりにも習得し、北京大学の中国人や日本人、中国の公務員、旅行先で出会った人たちなどとの交流を通じ、中国が好きになり、日中関係の安定に何かしらの貢献をしたいと強く感じた。民間就活の時期に日本にいないで、選択の幅が狭まったという大きなデメリットはあったが、今は納得する進路を見つけたので、後悔はまったくない。

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

③留学中の就職活動への対策など(もしあれば)

公務員試験に合格していたので、帰ってからすぐ官庁訪問をしようと考えていた。当初は民間企業も受ける気満々だったので、社会人交流会に参加するなどしてOB訪問をしていたが、途中でスケジュール的に官庁訪問前の民間就活が難しいことがわかり、きっぱりとやめた。

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:防衛省)         |
|   | 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

就職活動①に書いたことに尽きる、中国留学は確実にキャリア選択に影響があったし、そのキャリアを選択する上で(面接でのネタと言う意味でも)大きな後押しになった。一方で、かつてないほどよくない心の状態を経験し、自分に落胆し、人に迷惑をたくさんかけてしまった。自分は精神的に弱いということを実感し、社会人になってからストレスにどう向き合っていくか、考える契機に(良くも悪くも)なった。

### ②留学後の予定

残った単位を取りきり、卒業論文を提出できれば、来年4月より防衛省にて働く。

### 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、行ってみましょう！留学が必ず「成功談」になるとは限りませんが、私はある意味失敗し、思い描いていたとはぜんぜん違う留学生活になってしまいました。一方で、その全体としては「失敗」だったかもしれない留学生活の中にも小さい思い出や収穫はたくさんあり(それは東京にいると得られないようなものです)、「失敗」すら、自分に対する自分の期待値を下げて、今一度自分の人生を考える上で大きな助けになりました。もちろん、皆さんには薔薇色の留学生活を送ってほしいですが、かといって「留学はこうじゃなきゃいけない」みたいなものはどこにもありません、とにかく新しい体験が皆さんを待っています！一人でも多くの方が留学に行ってくると(そしてそれが中国だと)嬉しいです！

## 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 10 月 3日

東京大学での所属学部・研究科等:	教養学部	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:	北京大学
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・金融・IT)		6. 起業
	7. その他( )		

派遣先大学の概要

北京大学は、清華大学と並ぶ中国トップレベルの大学であり、最近アジアや世界でのランキングを上げたことでも注目を集めている。工学系が強い清華大学に対し、文系、中でも国際関係学や経営管理学が強いと言われる。中国トップの大学とだけあり、中国全土から厳しい選考を勝ち抜いた優秀な学生が集まる。

留学した動機

・華僑の両親の元に生まれながら中国で生活したことはなかったため、中国への一年の留学は大学入学時からの目標であった。二年半学習してきた中国語も、一般的な華僑のような準ネイティブレベルまで磨きたかった。  
 ・将来日中をつなぐビジネスに携わりたいと思い、経営管理学が強い北京大学で経営や中国のビジネストレンドを学びたかった。

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	夏	学期まで履修
②留学中の学籍:	留学				
③留学期間等:	2016年	9月~	2017年	6月	
	学部3	年時に出発			
④留学後の授業履修:	2016年	学部4	年生の	冬	学期から履修開始
⑤就職活動の時期:	2017年	学部4	年生の	11月頃に	行う予定
⑥本学での単位数:	留学前の取得単位		42	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		30	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:					

一般的に一年の交換留学を開始する時期であったから。

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)

北京大学からの受け入れ許可が来た後、オンラインポータルで出願、メールで宿舍の予約をする。宿舍は東大が一括してメールで入寮希望アンケートを取ってくれるはずだが、予約が遅いと宿舍に入れてもらえず、物件探しで後々大変な思いをするので、早めに中関新園(留学生のほとんどが住む寮)とコンタクトを取っておくべきである。質問があるなら、留学生事務室の先生に英語か中国語でメールすれば問題ない。

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)

日本でエーエージェントを通じてX1ビザを取得してから、渡航後に北京大学教務課の指示に従って、外国人居留許可証を取得してやっと完了である。日本では今年から個人で大使館に出向くのではなく、一括してエーエージェントがビザ申請を引き受けることになったので、費用は高いが、スムーズに仮ビザを取得することができた。渡航後は北京大学教務課で時間を予約して公安局に行くのだが、現地で一時間以上待たされ、扱いも雑で、ストレスがたまるかもしれない。

③医療関係の準備(出発前の健康診断、常備薬、予防接種等)

日本では中国大使館が指定する中日友好病院など一部の病院でしかできない上、費用も約3万円ほどと高価である。私は北京渡航後に大学側が手配した日程で健康診断を受け、あちこちで長時間待たされたものの、費用は約1万円で済んだし、列に並んでいるうちに留学生の友人が増えた。念のため、渡航前にA型肝炎・B型肝炎・破傷風・日本脳炎・狂犬病の予防接種を打つと良い。(私は一つもうっていないが。)

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)

東大が斡旋している約10万円の保険に強制加入させられた後、北京大学でも留学生用の約1万円の保険に強制加入させられた。二重に払っている費用がもったいないが、学校のルールである以上は仕方ないので、東大で加入した保険の手厚い保障を思いっきり使い倒すべし。北京大で加入した保険は一度も使ったことがない。

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)

アドミニ棟に「留学届け」を出しに行き、学科主任の先生に留学の報告をした。

⑥語学関係の準備(出発前の語学レベル・語学学習等)

北京大側の語学要求は、「中国語で専門の授業を取る場合HSK6級」のみで、加えて東大側の「IELTS6.5以上またはTOEFL(確か)79以上」さえ満たせばいい。IELTSは学部二年の時に7.5を、中国語は学部3年になる前の3月にHSK6級を取得した。その他、中国人の友人と積極的に交流して中国語を話す機会を持つようにした。

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

各種の薬、女子は化粧品、日本語の本。中国語と英語は出発前にきっちり勉強しておくべきである。大学を一步出れば英語は全く通じないし、中国人と区別がつかない日本人は容赦なく中国語で話しかけられるので、中国語で日常会話ができないレベルだとかなり苦労する。さらに英語が流暢だと他の留学生と仲良くなりやすい。

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
高級漢語精読	NA	●	美国与東亜	3	●
高級漢語口語	NA	●	中国経済改革与发展	3	
英漢翻訳	NA		中国社会与商業文化	2	●
中国概況	NA		中国政治与公共政策	3	●
電子商務	3	●	東亜政治経済	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)

前半は対外漢語学院の語学の授業＋英語で行われる専門の授業、後半は中国語で行われる専門の授業がほとんどだった。語学の授業は留学生からなる少人数クラスで予習・復習・小テストとテンポよく進んでいき、特にスピーキングが飛躍的に伸びた。専門の授業は、国際関係学院では参考文献があった上で教授が講義をし、時々ディスカッション、というのが一般的で、光華管理学院では基本的に教授の講義と、グループごとに課題やプレゼンが課されることが多かった。光華管理学院には世界各国のビジネススクールから優秀な学生が集まっており、彼らとグループワークをしていると大変勉強になった。

### 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

前半は語学16時間＋専門6時間、後半は専門16時間。授業は50分で1単位×2,3コマ連続して行われ、途中に休憩があるので、合計3時間でも集中して聞いていられる。授業以外の学習時間は平日は3時間ほどだったが、テストやレポート前は6時間以上図書館にこもっていたこともあった。

### ④学習・研究面でのアドバイス

HSK6級を持っていたとしても、専門用語を駆使して発言したりレポートを書くことが求められる授業をいきなり取るのは大変なので、準ネイティブでない限りは対外漢語学院で語学の下積みをするのがお勧めである。また、留学生や北京大の教授から「東大はすごい」や「東大から来た生徒の意見が是非聞きたい」などと言われることも多く、海外にいながら東大という看板の重さを感じた。あまり気負う必要もないと思うが、東大というだけでかなり期待されているので(しかも東大からの交換留学生は例年少ないので)、積極的に授業に参加し、彼らの期待に応えたいところである。また、専門の授業のレポートは中国人の友人に添削してもらうべきである。中国語の専門書を読めばわかるが、語学の授業で鍛えたライティングスキルではカバーしきれないような、アカデミックな専門用語や書き方があるからである。

### ⑤語学面での苦労・アドバイス等

中国語をかなり勉強していたとしても、早口であったり、専門用語が多かったり、なまりが強かったりするとさっばい聞き取れない時もあるかもしれない。しかし中国語だらけの環境で数ヶ月生活していれば、いつの間にかわかるようになっていくので大丈夫。スピーキングは留学生用の授業に出て留学生と拙い中国語でおしゃべりしているだけでは身につかないので、中国人の友人を沢山作り、彼らの輪に果敢に飛び込んでいくといい。北京大を始め多くの団体がランゲージパートナー募集や日中学生交流会をやっているの、大学からのお知らせや微信の公众号(オフィシャルアカウント)で探してみるといい。

## 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)

学校の目の前にある中関新園(global village)という、留学生中心の寮に住んだ。私はトイレバスリビング共用、寝室は別の二人部屋に住んだが、同じ広さの寝室に二人で住むタイプ、完全に一人部屋のタイプもある。家賃は月3000元(約48000円)、水道電気を使いすぎると30円で追加料金を買わなければならない。キッチンと洗濯機は1フロア共用で、洗濯機はコインランドリー形式。部屋は所々作りが雑だが、新しく快適で、二日に一回おばちゃんが共用スペースを掃除してくれる。予約は早めにしたほうがいいと聞いていたので、はじめ自分で中関新園にコンタクトを取ったが、結局大学ごとに取りまとめて予約するようにとのことだった。

### 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)

夏は暑く冬は寒い、典型的な大陸性気候。大気汚染は言うほど酷くないが、冬は空が白く霞むほど深刻な時もあり、マスクが手放せない。大学構内には約10の食堂・スーパー・コンビニ・床屋・映画館など、あらゆるものが揃っているが、食堂は基本的に食事の時間しか開かないので、食いつぶれないように注意。西門前にはレストラン街があるが、逆に寮に近い東門前には何もなく、10分歩くとやっと零細レストランが現れる程度である。しかし中国の大都市は外食(デリバリー)が発達しており、アプリで注文すると近くのレストランのテイクアウトが20分ほどで届き、送料も数元と安いので、周りに食べる場所がなくてもほぼ問題ない。寮のすぐ近くには地下鉄駅があり、学校周りのあちこちにバス停があり、交通の便は良い。お金は銀行口座に入れ、その銀行デビットカードとAlipayなどの電子決済アプリとをリンクして、どの店舗でもバーコードスキャンで決済していた。はじめは安全性が気になり現金も使っていたが、慣れてからはほとんど財布を持ち歩かず、携帯アプリで決済していた。



**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)**

首都だけあって中国共産党もかなり気を使っているの、治安はすこぶる良いが、スリなどの軽犯罪は時々発生する。留学生は加入した保険指定の病院に行けば、無料で治療が受けられ、さらに交通費までもらえる。私は学校からバスで30分の病院に行っていたが、日本語ができる看護師と医者が常駐し、治療法も最先端で、安心して通っていた。体調を崩さないために、大気汚染が酷い日はマスクをする、屋台の食べ物は食べない、などといったことに気をつけていた。

**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**

寮費月3000元+食費・交際費・雑費などが月2000-3000元、トータル80000-96000円。学校で食事をするとも毎回5-10元ほどで、外食だと100元ほど。交通費も最高7円で、生活費は極めて安くすむ。

**・留学に要した費用総額とその内訳**

上記の他に航空費、旅費を含めて約90万円。

**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)**

トビタテ!留学JAPANの4期に合格し、毎月12万円の支給があった。交換留学の応募手続きと並行してトビタテの応募も進め、2月中旬に支給が確定した。

**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)**

サークルには所属せず、余暇時には中国人学生との交流会に参加したり、インターンをしたり、中国各地に旅行に行ったりした。インターンは北京の証券会社で、日本経済に関する記事を中国語で執筆していた。長期休暇には中国各地に友人や親族を訪ねに旅行に出かけた。

**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)**

オリエンテーションで学習面や生活面に関する説明があったほか、留学生オフィスが留学生のために、観光や買出しなどといったイベントを企画してくれた。その他のサポートは特になかったが、オフィスに行けば対応はしてもらえた。ただしオフィスの先生たちは素気なく融通が利かないところが大変中国らしく、こちらも強気で対応しなければならないこともある。

**②大学の設備(図書館・スポーツ施設・食堂・PC環境等)**

教室棟・宿舎・体育館・食堂・映画館・博物館・スーパー・レストランなど全てが大学構内に揃っており、困ることはない。その分キャンパスが巨大なので、移動に自転車か電動バイクが必須である。(自転車はofoやmobikeなどのシェアバイクを安価で使用できる)図書館は歴史ある建物に大量の蔵書があり、自習スペースも充実しているが、使い勝手が良いが、北京大生が勤勉なために自習スペースはすぐ埋まってしまう。古い建物が多く、お手洗いが汚いのが少し不満であった。一般的に、人気があって財源豊富な学部ほど教室棟が新しく綺麗で、建物から学部間の地位の違いが読み取れて面白い。

**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**

留学に行く直前の夏休みに3社のサマーインターンに参加した後、留学中は就活をせず、帰国してから再開した。留学生の中には中国国内で日系企業の選考を受けたり、頻りに帰国して面接を受けたりする者もいたが、前者では選べる企業の幅が狭くなり、後者では航空費がかかる。同期より一年遅れてでも有意義な留学ができたと確信できるのならば、留学が就活にもたらすデメリットはないと思う。

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

日本人として日本のために働きたいと考えていたのが、東アジア人として東アジアのために働きたいとか、成熟した日本よりもまだ発展途上の中国で働いてみたい、という考えに変わった。

③留学中の就職活動への対策など(もしあれば)

留学から帰って半年で卒業したい人は、①三年夏に外資系の内定を取る②留学中に国外で就活をする③留学中に日本で就活をする の三つの選択肢がある。②については、ボストンキャリアフォーラムの中国版・上海キャリアフォーラムが秋にあるので、出展企業に興味があれば行ってみるといい。(その場で内定が出たり、いきなり東京での最終選考に呼ばれることもあるらしい。)公務員志望なら、留学中に教養区分の勉強を始めておくといい。

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

・語学が飛躍的に伸びて、政治や経済の専門的なことも議論できるようになり、発音もだいぶ矯正されたようで、ネイティブか華僑かと間違えられるほどになった。  
・中国語が世界共通語になりつつあると感じた。大陸だけでなくシンガポール・マレーシアなど、華人世界では英語ではなく普通語が未だ支配的で、中国語ができると圧倒的に信頼関係が築きやすくなるので、将来中華圏でビジネスをするにあたり留学経験はかなり役に立つと思う。  
・西欧民主主義世界とは異なる中国独自の政治的論理が存在し、私が出会った中国国民も現在の政治体制を肯定的に捉えていることが印象的だった。また、授業や日々の生活を通して、中国の商習慣やビジネストレンドに対する理解が深まり、出発当初の目標は達成されたと思う。

②留学後の予定

民間就活をして、19年春に卒業。

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

中国は研究面でも生活面でも充実した時間が過ごせる留学先だと思うので、ぜひ検討してみてください！

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

中国留学経験者の先輩10人ほどに、この報告書と同じような内容でインタビューをしていたのが、最も役に立ちました。

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。

パーソナルな話になりますが、長期休みに両親の故郷、浙江省・寧波を訪ね、母の友人たちと食事をした時の写真。本人からは普段聞かないような、両親や祖父母が寧波にいた際の昔話をたくさん聞くことができ、感無量でした。留学中の大切な思い出の一つです。

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10 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4
参加プログラム:	全学交換留学	派遣先大学:	北京大学
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: 製造業)		6. 起業
	7. その他( )		

派遣先大学の概要

北京大学は1989年に創立された国立大学で、現在世界大学ランキングで中華圏最上位の42位である。歴史的にも多くの学生運動の中心となった大学であり、官民間問わず中国を支える多くの人材を輩出している。

留学した動機

日本と台湾のハーフということで、家族から「大陸」に対する批判を聞いて育ったが、そうした批判や昨今メディアでの中国人のい取り上げられ方に違和感を抱き、自分の目で中国を見てみたいという思いから留学を決意した。また、中国は今後アメリカと並ぶ経済大国になるといわれているため、現地経済の発展状況なども社会人になる前に見ておきたいと思った。

留学の時期など

①留学前の本学での修学状況:	2016年	学部4	年生の	夏	学期まで履修
②留学中の学籍:	留学				
③留学期間等:	2016年	9月~	2017年	1月	
	学部4	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:	2016年	学部4	年生の	6月頃に	行った
⑥本学での単位数:	留学前の取得単位		88	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		88	単位	
⑦入学・卒業/修了(予定)時期:	2013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:	4年		ヶ月間		
⑨留学時期を決めた理由:					

もともと卒業を遅らせることは考えていなかったため、一学期間の留学を考えていた。そして就職活動を終えて単位も取り終えた4年の後期で留学に行くのが一番心理的にも楽だと判断した。

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)

基本的には本部あるいは学部の国際交流課から手続きに関する情報や指示があるので、それに従っていれば問題はない。

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)

1学期間の留学の場合はX2ビザ(180日間有効、出入国不可)、1年間の場合はX1ビザ(出入国無制限、健康診断等必須)を取得することになる。中国ビザは旅行代理店のみでの手続きとなり、早いところでは数日間で取得できる。プロセスとしては北京大学から受け入れ許可書とビザの申請に必要な証明書が届くのでそれとその他必要書類を持ち込めばあとは代理店が手続きをしてくれる。

③医療関係の準備(出発前の健康診断、常備薬、予防接種等)

1年間の交換留学の場合は健康診断と予防接種が必須となっている。しかし出発前に時間がとれなかった場合現地で健康診断を受けることができ、しかも現地のほうが安く済むため個人的には現地での受診をおすすめする。X2ビザに関しては特に健康診断等は必要ない。

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)

大学側からの要請で東京海上日動の付帯海学に加入した。保障も手厚いので、現地で病院を訪れたときは非常に助かった。

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)

卒業要件を満たし、帰国後卒業できるよう4年の夏学期の履修を組んだ。卒業論文に関しては所属しているゼミが必須ではなかったため執筆していない。

⑥語学関係の準備(出発前の語学レベル・語学学習等)

前期課程でTLPに所属していたため、留学に最低限必要な語学力を身につけることができた。

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

薬はある程度持参したほうがよい。特に冬場は大気汚染が悪化するため、体調を崩しやすい。

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
Functional Words in Chinese	N/A				
Logistics and Supplychain Management	2				
Business Simulation Game	2				
Strategy Management	2				

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)

就活を経て興味関心が変わったため、申請時の履修計画を変更し、経営管理系の授業を主に履修した。授業は英語で行われ、世界中の有名大学から交換留学やMBAできた学生たちを議論を交わし、プレゼンを行った。経営戦略の授業ではハーバード大学MBAのケースを扱ったため、予習でそれを読み込む必要があった。

#### ④学習・研究面でのアドバイス

予習復習はしっかりとすること。特に本科の授業を履修する場合はHSK6級を取得していてもついていけないので、積極的に周囲の現地の学生やTA、先生に助けを求めること。留学生ということを伝えれば色々アドバイスもらえるうえに、友達も増える。

#### ⑤語学面での苦勞・アドバイス等

④でも述べたが、本科の授業はかなりハードルが高く、前期教養で学んだ程度では到底ついていけないので、1年間の留学の場合は前半は対外漢語学院でしっかりと語学力を上げ、そのうえで自分の水準をみて本科の授業にチャレンジすることを勧める。

#### 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)

留学生用の寮に宿泊した。他国の留学生によると自分で申請する場合は抽選になっていて年度初めはとくに倍率が高いらしいが、東京大学の交換留学制度で行く場合は北京大学から直接寮に関する連絡があり、それに返信をすれば寮に関しては問題ない。部屋は2人一部屋(寝室自体は分かれていて、洗面室のみシェア)で月5万円程度。

##### 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)

大気汚染を除けば日本に似た気候。北京大学と清華大学は隣接しているため、近くにはレストランやバーが密集する学生街がある。公共交通機関も充実しているため、移動には困らない。お金に関しては、送金よりもクレジットカードのキャッシングのほうが金利が低く、レートもよい。

##### 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)

海外留学保険に加入していれば、提携先の医療機関での診療はほとんど費用がかからない。なので、体調不良のときは遠慮せずに診察を受けたほうがよい。

##### 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

寮費:5万円  
食費、交通費等その他出費:3万円  
計:8万円

###### ・留学に要した費用総額とその内訳

寮費:25万円  
食費、交通費等その他固定費:25万円  
旅行費:10万円  
計:60万円

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)

トビタテ留学JAPAN！日本代表プログラム  
支給機関:文部科学省  
支給額:12万円/月

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)

中国ではバスケットボールが盛んなので、現地の学生に混じってキャンパス内でプレーしていた。  
国慶節の長期休暇は主に国内旅行に使い、四川や上海などを訪れた。

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)

留学生オフィスは毎日数多くの留学生の対応に追われているため、要件をはっきりと伝えないと協力してくれない。  
中国語で会話ができると○

②大学の設備(図書館・スポーツ施設・食堂・PC環境等)

学内には生活に必要な設備は全てそろっているが、学生の数がとにかく多いので、図書館、食堂等は基本的に人でごった返している。慣れてきたら学生たちの動きを観察し、オフピーク時を見計らって利用したり、穴場を探したりするとよい。

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

就職活動後に留学に行ったため、大きな影響はなかったが、入社後のキャリアパスについては様々な選択肢があることを留学を通じて知ることができた。

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

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

- |                                     |                          |
|-------------------------------------|--------------------------|
| <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:トヨタ自動車)  |
| <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

・海外に対する固定観念が覆された  
自らの体験を通じてバイアスのかかっている生の情報を得ることができる。  
・将来のキャリアの可能性が広がった  
今まで固定観念から敬遠していた中国でのキャリアも、留学を通じて本気で考えるようになった。  
・中国の民族性を吸収することができた  
中高時代アメリカでの生活を経験してきたが、アメリカとはまた違った「図太さ」のようなものを中国で身につけた気がする。

### ②留学後の予定

3月で卒業し、4月内定先へ入社。

### 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

今、中国はものすごいスピードで成長している。日本の背中を追って、とにかく模倣を繰り返していた中国は今や世界をリードする経済大国となっている。そのため、世界中から中国の今を知ろうと多くの留学生在が訪れており、中国を中心として世界中とつながる機会にあふれている。大気汚染は急成長の副作用みたいなもので、もちろん生活に支障をきたす場合もあるが、それを踏まえても中国への留学は強く勧める。

## 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

1期前で北京大学に留学していた友人の話と公開されていた報告書は非常に参考になった。

### 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。