

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 11月 23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:	クィーンズランド大学
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 type="checkbox"/>	4. 非営利団体
<input type="checkbox"/>	5. 民間企業(業界:)	<input type="checkbox"/>	6. 起業
<input type="checkbox"/>	7. その他()		

派遣先大学の概要

クィーンズランド大学は、ブリスベンにキャンパスを構えている大学。オーストラリアを代表する大学連合GROUP OF EIGHTの1つでもある。また、世界の大学ランキング”QS University Ranking (2016 - 2017)”で46位にランクするなど、高い評価を得ている。

留学した動機

将来国際的に活躍するために、語学力の習得に加え現地の文化に触れることや、専門的な学問を英語で学ぶ経験を得るため。

留学の時期など

①留学前の本学での修学状況:	2017年	学部3	年生の	A2	学期まで履修
②留学中の学籍:	留学				
③留学期間等:	2017年	2月~	2017年	11月	
	学部3	年時に出発			
④留学後の授業履修:	2018年	学部4	年生の	S1	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			68	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			2	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:

4年次に研究活動で忙しくなる前に、海外の授業や研究を経験したいと思っていた。

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)

東京大学国際交流課を通じて手続きを行った。書類の作成には時間がかかるので、時間に余裕をもって取り組むとよい。

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)

2016年から学生Visa申請の手続きが一部変更になり、Genuine Temporary Entrantのreportが義務化された。このreportを英文で作成するのに時間がかかった。

③医療関係の準備(出発前の健康診断、常備薬、予防接種等)

特になし。

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)

大学指定の保険のみ。

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)

所属学部に留学願を提出した。

⑥語学関係の準備(出発前の語学レベル・語学学習等)

オーストラリア英語に慣れるため、現地のラジオ番組を聞くなどして、リスニングの勉強をした。また、英語でニュースを見るなどしていたが、もっとスピーキングの練習をしておけばよかったと現地で痛感した。

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

語学関係の準備を入念にした方がよい。特に大学の授業で使うような学術用語を英語で覚えておくとよいと思う。

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
Genes, Cells & Evolution	2		Foundations of Biophysics	2	
Mathematical Biology	2	●	Introduction to Software Engineering	2	
Physical Basis of Biological Systems	2		Introduction to Psychology	2	
Theory & Practice in Science	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)

授業は主に、週2～3時間の授業と週1～3時間のtutorialで構成される。多くの授業で毎週か隔週で課題が出され、それをこなすのに苦労した。ほとんどの授業でグループワークが課され、学生同士で協力させるよう仕向けられていたのが印象的だった。

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

Semester1は4科目、Semester2は3科目履修した。授業時間は週15時間ほど。平日は1～2時間、週末は3時間ほど勉強していた。

④学習・研究面でのアドバイス

日本と比べて課題量が多く、さらに英語で課題に取り組むのも日本語より時間がかかるので、計画的に取り組まなければいけない。

⑤語学面での苦労・アドバイス等

TutorialのGroup discussionで、自分の意見を正しく英語で伝えるのに苦労した。また留学生はそれぞれ違ったアクセントの英語を話すので、初対面の時は聞きとるのが難しかった。

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、宿舍の様子、見つけた方法など)

2～7月は以前に東京大学から留学していた方に紹介していただいたご家庭にホームステイしていた。7月以降は大学付属の寮に住んだ。

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)

夏は気温が40℃近くなることもありとても暑かったが、それ以降は過ごしやすかった。大学内にフードコート、銀行、映画館、美容院、ジム、プールなどの施設があり便利だった。交通手段はバスが主で、電車はほとんど使わなかった。クレジットカードを利用していた。

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)

ブリスベンは治安が非常に良く、危険な体験をすることはなかった。

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

ホームステイの家賃は食費込みで月8万円ほど。その他に、交通費1万円、娯楽費2万円。

・留学に要した費用総額とその内訳

寮費80万円、ホームステイ家賃50万円、交際費20万円、航空券10万円

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)

東京大学短期・超短期海外留学等奨学金 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)

寮のスポーツ、ソーシャルイベントに参加した。長期休暇中は現地で知り合った友人と旅行するなどした。

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)

大学や寮が留学生を丁寧にサポートしてくれた。

②大学の設備(図書館・スポーツ施設・食堂・PC環境等)

図書館が広く、PCの数も多く勉強スペースが充実してる。また、24時間使用可能な図書館もあり、便利だった。フードコートはあるが、値段が高いわりにおいしくない。

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

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

	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

語学面でも学習面でも毎日がチャレンジの連続だったが、その中で様々な面で成長できたように思う。また様々なバックグラウンドを持つ人々との交流を通して自分の視野が広がった。また自分が日本で学んだものと異なった思考方法や問題解決方法に触れることができた。これは今後の自分の研究活動に活かすことができる。将来も海外で挑戦を続けたいと考えるようになった。

②留学後の予定

海外の大学院に進学することを考えている。

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

一年間毎日有意義な体験ができるチャンスだと思う。特に、海外の学生と本気でDiscussionして、新たなことを学ぶという体験はやはり単に旅行ではなく、留学をしないと得られない。自分は留学をすることで卒業を一年遅らせることになったが、本気で一年間勉強して貴重な体験ができたので全く後悔はしていない。理系の学生はあまり留学しないように思うが、今後の研究活動に生きる体験が必ず得られるので是非応募してほしいと思う。

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

特になし

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。

--

東京大学での所属学部・研究科等:	理学系研究科	学年(プログラム開始時):	修士2
参加プログラム:	全学交換留学	派遣先大学:	クイーンズランド大学
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 type="checkbox"/>	4. 非営利団体
<input checked="" type="checkbox"/>	5. 民間企業(業界:)	<input type="checkbox"/>	6. 起業
<input type="checkbox"/>	7. その他()		

派遣先大学の概要

オーストラリアの国立大学で、国内でGroup of Eightと呼ばれるトップ8校に含まれている。メインキャンパスはブリスベン市内のSt Luciaキャンパスだが、農学・獣医学・動物科学の学部はブリスベンから西に80kmほど離れたGattonキャンパスに置かれている。

留学した動機

進学振り分けの後に野生動物学・生態学など現在の専門とやや異なる分野に興味を持ち始めたが、どのように方向転換して学んでいったらよいかを悩んでいた。また、学部時代は1週間程度の海外渡航経験しかなく、より長期の留学に興味があった。これらを組み合わせ、環境・野生動物保全が盛んな国で一定期間学ぶ機会を得たいと考えた。就職活動などの兼ね合いから1 Semester(約半年)よりも長くは行くことができないと思ったため、1 semesterで講義・実習の両方が含まれたコースを提供している大学を選んだ。

留学の時期など

①留学前の本学での修学状況:	2017年	修士2	年生の	S2	学期まで履修
②留学中の学籍:					
③留学期間等:	2017年	7月~	2017年	11月	
	年時に出発				
④留学後の授業履修:	2017年	修士2	年生の	A2	学期から履修開始
⑤就職活動の時期:	2018年	修士2	年生の	6月頃に	行う予定
⑥本学での単位数:	留学前の取得単位			18	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			16	単位
⑦入学・卒業/修了(予定)時期:	2016年	4月入学	2018年	9月卒業/修了	
⑧本学入学から卒業/修了までの期間:	2年		6ヶ月間		

⑨留学時期を決めた理由:

準備開始が修士1年になってからと遅く、応募可能なプログラムや就職活動との兼ね合いを考えると選択肢はあまりなかった。当初は半年の留学でも卒業を1年延ばさなくては行けないと考えていたが、理学系研究科で秋卒業が認められるようになったため、修士2年夏~翌年春の可能な期間に留学し、卒業を半年延期することに決めて、学校を探した。

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)

クイーンズランド大学から折々に丁寧な手続き案内のメールが届いた。情報量が多いが、読み落とさないよう丁寧に確認すれば問題ないと思う。不明点は国際課を通して問い合わせさせていただきました。

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)

Student Visa Subclass 500 に申請。インターネットから申請できる。いくつかの質問への回答と、2000文字 (= 300~400語) 以内の 'Genuine Temporary Entrant' (入国動機が正当なことを述べるエッセイ) の提出を求められる。クイーンズランド大からの案内に沿って作成し、提出した。申請後は1週間以内に許可がおりたが、早めに来ればそのほうが良いと思う。

③医療関係の準備(出発前の健康診断、常備薬、予防接種等)

・常備薬をそろえた。
・歯科検診を受けて渡航前に必要な治療をした(が、渡航先で再度治療が必要になってしまった)。

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)

付帯留学保険(東京大学指定)とOverseas Student Health Care (Allianz, クイーンズランド大学指定)に加入した。
歯科治療のカバーが無く、現地で急遽歯科治療が必要になってしまった際にとってもお金がかかった。(診断1回150ドル、虫歯治療1ヶ所300ドルほどかかった。)心配な点がある場合は万一の場合も見越して追加で保険を探しておいたほうが良い。また、治療が保険外であった場合でも、書類を揃えれば帰国してから国民健康保険での返金申請ができる。

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)

残りの単位は修士研究・論文提出のみだったため、指導教員の先生と、修士論文の研究の中断・再開の時期についてご相談した。理学系研究科に留学届を提出した。

⑥語学関係の準備(出発前の語学レベル・語学学習等)

渡航前 TOEFL89 / 日常的に読む・書く・聴く機会を増やすように心がけた。またInternational Friday Loungeなど英語を話す機会が得られるイベントに参加した。

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

オーストラリアはコンセントの電圧が異なるため、重要な電子機器(パソコン・携帯など)については事前に対応を確認すると良い。
また物価が高めなため、必要な生活用品・衣類は日本でなるべくそろえて行ったほうが良い。

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
ANIM1026 Australian Terrestrial Vertebrate	2				
ANIM2021 Animal Environmental Physiology	2				
ANIM3018 Wildlife Technology	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)

Gattonキャンパスは周辺の自然が豊かで、毎週のように実習でフィールドワークに参加できた。野生動物を罠で捕獲して生息状況を調べたり、鳥類の分布状況を調べる実習はとても面白かった。またキャンパス内も牛・馬・ヤギなどの家畜が多く飼われており、実習や実験で日常的に出会うことができた。
最大で1学期4コースとれるところを3コースにしたため、残りの時間は興味のある研究テーマを扱っている教授を訪問したり、大学院生の実験を手伝ったりして過ごした。

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

1コースあたり講義2~3時間、チュートリアル0~2時間、実習3時間の計6~7時間ほどの授業時間があり、またそれとは別に予習・復習とレポート類に3~4時間充てることが求められている。始めは授業についていくのが大変だったため授業用教材を事前にすべて読んでいたが、後半は慣れ・提出物の増加にともなって授業は軽い復習中心にし、レポート作成に多くの時間を割いていた。

④学習・研究面でのアドバイス

各コースでは授業のスライドに加え、参考図書・参考文献などの情報がとても充実しているので、事前に丁寧に目を通すと理解しやすくなると思う。グループワークでは、とくに始めの頃は会話についていけずなかなか発言ができなかったが、事前に説明したいことの図と内容を用意して印刷しておくなど、言葉がすぐに出なくても伝えられるような工夫をするようにしたところ、少しずつ意見を伝えて参加できるようになった。

⑤語学面での苦勞・アドバイス等
<p>現地では必ずしも聴き取りやすい英語ばかりではなかったり、大人数の会話に入っていけなかったりと最初の1ヶ月ほど特に苦勞した。学習教材ばかりではなく、映画やテレビドラマなど、いろいろな種類の(くだけた)英語に触れる機会と、細かいことを気にせずにとんどん喋る機会をもっと作っておくとよかったと思う。</p> <p>また、英語を母語として育った学生は、どのような喋り方(単語、スピードなど)が留学生にとって難しいのか想像しづらいという話を聞いた。相手の言った事がわからないときは、知らなかった単語をはっきり伝えたり、「もう一度ゆっくり言って」と頼むなど、具体的にしたいことを伝えるとよりスムーズだった。</p>
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)
<p>St Luciaキャンパスの近くのホームステイ先を以前の東大からの留学生に紹介していただき、オリエンテーション期間中とMid-Semester Holidayなどに短期でお世話になった。学期中はGattonキャンパス内の寮で過ごした。寮は個室、毎日3食つきで10万円/月ほど(St Luciaキャンパスに比べて安め)。全体で400人ほど学生がおり、レクリエーションイベントも豊富で、新しい学生も輪に入れるよう気にかけてくれる雰囲気があり楽しく参加できた。</p>
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)
<p>* 気候:主に冬用の準備をしていたが、実際は8月後半からは非常に温暖で夏服ばかり使用した。</p> <p>* 周辺の様子・交通機関:Brisbane - Gatton間のアクセスは平日は大学のIntercampus Bus(往復4便/日、片道1時間半ほど、要予約、無料)が便利。公共交通機関(電車・バス乗り継ぎ)では2時間半ほどかかるため、なるべく平日を利用して行き来した。GattonキャンパスからGatton Townは公共バスあり(ただし本数は少ない)。国内の学生は多くが車を持っており、授業の野外フィールドワークでは車のアクセスが前提とされていたため、寮で同じコースをとっている学生を見つけて毎回乗せてもらっていた。</p> <p>* 食事:Gattonの寮の食事は充実していたが、こってり・塩辛い食事が多め。Brisbaneではお店が豊富でインスタントの日本食なども手に入る。</p> <p>* お金:クレジットカードと、海外キャッシュカード兼デビットカード、の2枚を持参した。</p>
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)
<p>* 治安:非常に良かったため、あまり心配しなかった。</p> <p>* 医療機関:先述のように歯科治療が高く困った。またGatton周辺の医療機関はあまり充実しておらず、Brisbaneに出たほうが安心である。</p> <p>* 心身の健康管理:寮が大学内にあり、またGattonキャンパスは比較的小さかったため、始めの頃は行動範囲が非常に狭まってしまい、すこし気が滅入るときもあった。徐々に休日に出かけたりBrisbaneに一時的に戻るなど、バランスがとれるようになった。</p>
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
約14万円(寮費10万円、生活費(買い物・交通費など)1.5万円、娯楽費~1万円、携帯3千円)
・留学に要した費用総額とその内訳
<p>約90万円(歯科治療費除く)</p> <p>毎月の生活費×5 = 約70万円(寮費50万円、生活費~8万円、娯楽費~5万円、携帯1.5万円)</p> <p>航空券 = 約10万円</p> <p>ホームステイ(学期開始前・終了後の1~2週間 + 週末にブリスベンに戻ったとき) = 約10万円</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)
JASSOの奨学金を月7万円いただいていた。
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)
寮の毎週のスポーツやレクリエーションイベントに積極的に参加した。Mid-Semester Breakは数日間の旅行をし、残りはBrisbane周辺にもどって課題などをやりながら過ごした。学期終了後は1週間のボランティア(Australia Zoo Wildlife Hospital)に参加した。
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)
Gattonキャンパスは学生の人数が少ないこともあり、サポートが手厚かった。Student Serviceという部署が無料でいくらでも使用でき、予約すれば1対1でWritingの校正、Presentationの準備や学習一般のアドバイスについて相談にのってもらえることができる。また小さな英会話クラスも開講していた。教員の方も非常にフレンドリーで、日中は気軽にオフィスを尋ねて質問に行くことができた。

②大学の設備(図書館・スポーツ施設・食堂・PC環境等)	
図書館は資料・コンピュータースペースとも非常に充実している。コンピュータースペースは24時間利用でき、便利だった。キャンパス内のジム・プールは寮生は無料で利用することができた。食堂の食事は時間が決められており、すこし不便に感じることもあった。	
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	
就職活動の前年の7-11月の留学となったため夏～秋のインターンシップは参加できなかった。まだ就職活動を行っていないため詳しいコメントができないが、卒業を半年延ばして9月としたため、通常の新卒応募のほか秋入社の転職(未経験可)のものに応募が可能。	
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	
もともと就職と博士課程への進学で迷っていたが、留学中に沢山の人の人に出会って話を聞くうちに、卒業後は就職しようという気持ちがかたまりつつある。やりたい仕事の種類も留学前に比べて範囲が広がり、内容も具体的になったと思う。また、進路ややりたいことについて他の人と話をするのが苦手だったが、留学を通して以前に比べると自分の希望や意見を人に話したり、相談できるようになってきたと思う。	
③留学中の就職活動への対策など(もしあれば)	
具体的な活動はしなかったが、まわりの学生やホームステイ先のご両親とよく進路や仕事の話をしたことが、自分の考えをまとめる助けになっていると思う。	
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	
私の場合は、現在の専門の転換を考えること・海外の生活を存分に体験することを目標として行ったが、実際はそれ以外にも新しい人や予想外の出来事に出会う機会が多くあり、行ってみたいとわからないものだと感じた。日本で自分の居た場所を外から見直すという意味でも良い機会になったと思う。また、留学中は自分のものの考え方・人とのコミュニケーションのとりかたなど、普段意識していなかったこともじっくり考え直す機会になった。	
②留学後の予定	
修士課程の研究を再開し、また同時に就職活動を行う。	
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	
実際に行くと思われている以上の体験が沢山出来ると思います。全学交換留学を含め、東大は制度が非常に充実していて、実際に留学している学生も大勢います。留学に少しでも興味があったら、国際交流課の説明会や、実際に留学した先輩に会うなど、いろいろな人を訪ねてみると、自分が具体的にどういった形で行きたいのか、考えがまとまってくるのではないかと思います。	
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	
<ul style="list-style-type: none"> ・オンラインの英英辞書 (Oxford Learners Dictionary, Oxford Living Dictionaries) ・Grammarly (Website / Application) : スペルチェックや校正を行ってくれるソフト。私は無料版のみ(冠詞の変更やスペルチェックのみ)を利用していた。有料版は文法チェック、文章の構成の改善なども可能らしく、クイーンズランド大学のStudent Serviceの方が推奨していた。 	
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。	