

東京大学での所属学部/研究科・学年(プログラム開始時): 教養学部 3年

参加プログラム: IARU GSP: YAL1

派遣先大学: イェール大学

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( 未定 )

<p><b>派遣先大学の概要</b>                  イェール大学アイビーリーグの一つであり、アメリカの大学の中でも名門校です。ニューヘブンという、ボストンとニューヨークのちょうど間の東海岸の小さな町に位置します。</p>
<p><b>参加した動機</b>                  アメリカの大学の学部生活を体験してみたかったためです。今までの勉強や自分の語学力が、海外でどのくらい通用するのか試してみたかったためでもあります。</p>
<p><b>参加の準備</b></p> <p>① プログラムの参加手続き(手続きにあたってのアドバイスなど)                  募集が早く始まるので、東大のホームページをこまめにチェックすることが大事だと思います。                  イェール大学との連絡は、サポーターの方がこまめに連絡をくださったのでスムーズにできました。</p> <p>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)                  アメリカビザは面倒と言われますが、そこまででもなかったように思います。ただ大使館での面接時には並びました。</p> <p>③ 医療関係の準備(出発前の健康診断、予防接種等)                  特にありませんでした。</p> <p>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)                  クレジットカード保険と、イェール大学のサマースクール全員加入の保険に加入しました。</p> <p>⑤ 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)                  試験期間まるごとプログラムとかぶっていたため、レポートで単位を取得できる授業をなるべく選びました。一部繰り上げ試験を実施していただいた科目もあります。</p> <p>⑥ 語学関係の準備(出発前の英語レベル・語学学習等)                  直前に英語を勉強すればよかったのですが、繰り上げ試験の勉強で全く手が回りませんでした。                  日常的に英語のニュースやポッドキャストは聞くようにしていました。</p> <p>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                  英語はやはりもっとやっておけばと思いました。特に final essay は、私にとって初めての長い英語エッセイでしたので苦労しました。それから、インスタント味噌汁はじめ日本食は自分用としても、友達にあげても喜ばれたので重宝しました。</p>
<p><b>学習・研究について</b></p> <p>① プログラムの概要(授業・予習・復習のスタイル、印象に残っている内容等)                  International law and foreign policy というタイトルでしたが、国連の話が中心でした。教授が事務総長のそばで働いていた際の、国連の内部の話はとても興味深かったです。授業は週2回で、readingとして教科書の数チャプターと論文数本が課されました。また、プログラムの中ほどに mid-term exam があり、最後に 10p の final essay がありました。</p> <p>② 学習・研究面でのアドバイス                  授業では、とりあえず発言してみる事が大事だと思います。自分の専攻以外の学生も来ている前提なので、間違えても的外れなことを言っても恥ずかしいことはありません。黙っていると議論に置いていかれて、面白くもなくなってしまいます。Reading は量は多そうに見えますが時間はたっぷりあるので、計画的にやれば問題ないと思います。</p> <p>③ 語学面での苦労・アドバイス等                  ネイティブが喋る速い英語についていけず、会話では苦労しました。話の概要はわかるもののニュアンスがわからず、きちんと受け答えができず苦労したこともありました。私の場合、ルームメイトのシンガポール人の女の子が、私の言おうとしていることを汲み取ってくれ、何度も助けてくれました。わからなかったらなんでも聞く、婉曲的な表現を使おうとせずハッキリ言うことがアドバイスかと思います。できないと思って黙ると余計できなくなるので、とりあえず喋ってみた方がよいです。</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)  
寮。イエールが指定してくれました。
- 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)  
イエール以外周りには何もありません。しかしエールで生活が完結します。ご飯も寮で食べられ、ジムもありました。
- 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)  
イエールのあるニューヘブンと言う町は治安が悪いので、夜は出歩かないようにしていました。  
健康に関しては、よくたべ、よく寝て、ジムで運動していたのでむしろ健康になりました。
- ④ 要した費用とその内訳(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)  
航空券 17 万円、プログラム参加費約 35 万円、寮費約 35 万円、娯楽費(他の都市への旅行費含め)約 4 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)  
東大からの奨学金 32 万円  
Banco Santander 奨学金 約 35 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、週末の過ごし方など)  
ほぼ毎日ジムに通い、スポーツやパーティといった交流イベントにも参加しました。週末はニューヨークやワシントンD Cへ小旅行に行きました。

## 派遣先大学の環境について

- ① 参加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)  
イエールの学生が何名か寮でサポートスタッフとして助けてくれました。イベントを企画してくれたのも彼らです。  
語学面、学習面のサポーターは特にありませんでした。
- ② 大学の設備(図書館・スポーツ施設・食堂・PC 環境等)  
設備はどれをとっても素晴らしかったです。オンラインジャーナルの数も豊富でした。ジムは特に充実していて、テニスやスカッシュをしたりプールで泳いでいる人もいました。

## プログラムを振り返って

- ① プログラムの意義、参加を通じて成長したこと、その他留学を通じての所感  
語学面では、困難もありましたが、積極的に話せば楽しくやっていけることがわかりました。時には会話についていけず落ち込むこともありましたが、最終的にクラスメイトと旅行に出かけるほど仲良くなることができました。語学ができるだけでなく、要は気の持ちようかなと思います。とりあえず話してみる、わからないことは聞くといった積極的な姿勢が大切だと思います  
学習面では、海外の大学の学生が授業中に出すコアをついた質問や意見におどろきました。何人かの学生は、リーディングを隅々まで読み色々な知識を結びつけ、いつもディスカッションを進めてくれました。日本ではディスカッションといってもあまり批判的な意見や別の視点からの意見が出ないので、このような面白いディスカッションがもっとできればと思います。
- ② 参加後の予定  
4 年の 9 月からの留学を検討中です。もしくは大学院に行くかもしれません。日本だと 3 年生は就活、公務員試験に忙しい時期ですが、プログラムでのクラスメイトと話す中でそんなに焦ることはないのではと思うようになりました。
- ③ 今後参加を考えている学生へのメッセージ・アドバイス  
東大の単位認定に関しては、事前に調べて教授に直接聞けばなんとかなります。私は、実は直前まで単位やお金のことで参加を辞退しようか迷っていましたが、参加して本当に良かったです。奨学金もたくさん出ているので、このような素晴らしい機会はぜひ利用してください。

## 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  
東大のホームページ
- 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

