

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 25日

東京大学での所属学部・研究科等:	法学部	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:	マギル大学
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( )		

派遣先大学の概要

カナダ・ケベック州・モントリオールに所在し、トロント大学及びブリティッシュコロンビア大学と並んでカナダトップクラスの公立大学です。特に医学の研究で世界的に有名です。大学自体は英語系ですがフランス語圏に所在していることもありフランス語による授業も豊富にあり、フランス語で試験を受けることも認められています。こうした事情からフランス語圏からの留学生が他の大学と比べて多くなります。

留学した動機

マイノリティに関わる問題に対する政府の政策やマイノリティが直面する可能性のある格差や差別などを勉強したいと思っていました。そのなかでケベックにある大学を選択したのは、カナダ全体から見るとマイノリティであるもののケベックではマジョリティを構成するフランス語系が自分たちよりもマイノリティな存在に対してどのようなアプローチをとるかについて知りたかったからです。

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~	2016年	4月	
	学部3	年時に出発			
④留学後の授業履修:	2017年	学部4	年生の	S1	学期から履修開始
⑤就職活動の時期:	2017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			68	単位
	留学先で取得し、本学で単位認定申請を行う単位			12	単位
	留学後の取得(予定)単位			12	単位
⑦入学・卒業/修了(予定)時期:	2014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:	4年		0ヶ月間		
⑨留学時期を決めた理由:					

法学部での勉強をある程度終えることができ、自分の興味を深める余裕が生まれたから。

## 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)

マギル大学からの指示に従えば入学手続きで特別困ることはないでしょう。それよりも後述するビザ手続と家探しが煩雑です。

### 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)

ケベック州の大学に留学する場合にはカナダの学生ビザとは別にCAQというケベック州独自のビザが必要となります。カナダの学生ビザを申請するには先にCAQをとらなければなりません。CAQの申請には1か月ほどかかる場合もあるため、マギル大学からの入学許可が下りたらできるだけ早く申請しましょう。

### ③医療関係の準備(出発前の健康診断、常備薬、予防接種等)

特にしていません。

### 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)

東京大学から付帯海学とOSSMAの加入を義務付けられます。それに加えてマギル大学からも独自の保険の加入を義務付けられます。

### 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)

法学部の教務課から留学先で履修する予定のある授業を申請するように求められました。

### ⑥語学関係の準備(出発前の語学レベル・語学学習等)

英語のニュースを聞いていました。

### 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

大学がダウンタウンにあるため現地で必要なものは簡単に手に入ります。特に日本から持参しなければならないものはないでしょう。

## 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
Curr Topics:Japanese St 1	3	●	Listening Comp & Oral Exp 2	3	●
Listening Comp & Oral Exp 1	3	●	The Art of Listening	3	●
Suspect Minorities in Canada	3	●	Sociology of Ethnic Relations	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)
エッセイで評価する授業では事前に指定される文献を予習として読んだうえで授業のなかで読書課題に関する議論を行い、授業後にレポートを書くこととなります。僕のとった授業では読書課題のテーマに限らず大統領選挙など皆が関心のある時事ネタも取り上げて議論する機会がたびたびあり、飽きがきませんでした。
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
正規の学生は一学期あたり4コマ授業を履修することが多いようです。ただし、上級生は必修をある程度とり終えているためあまり履修していない人もいました。やはり大変な量の読書課題を課されるので英文を読むのに慣れていない限りペースをつかむのに苦労すると思います。全て読もうとすると時間が足りなくなるので重要だと思うところを重点的に読み、それ以外のところは授業の中で勉強すればよいと思います。
④学習・研究面でのアドバイス
個人的には興味のある授業を厳選して一つ一つの授業を深く勉強するほうが良いと思います。たくさん授業を履修しても課題に追われるだけで結局表面的なことしか身につかないという事態は避けたいです。一年間留学される方は1学期目で少なめに履修し自分のレベルを把握したうえで2学期目で履修数を調整するのもよいと思います。
⑤語学面での苦労・アドバイス等
教授は分かりやすく整理して話してくれるため問題はなかったのですが、議論するときに学生は必ずしも整理して話してくれるわけではなかったので要点を掴むのに苦労したこともありました。こればかりは学生と話す機会を増やして慣れるしかないと思います。
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)
大学が経営しているアパートに住みました。新入生に優先的に大学寮の部屋が割り当てられるため交換留学生には部屋が保障されていません。新入生に部屋を割り当てたうえで尚空き部屋があれば交換留学生に部屋が提供される仕組みとなっています。そのため、自分で住居を探さなければならないこともあるようです。部屋が提供されない事態に備えてある程度住むところの候補を見つけておくことをお勧めします。僕は運よく6月中旬に大学から部屋を提供されました。
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)
交換留学中に雨が降ったのは数えるほどでした。雨が降ったとしても激しく降ることはなかったので傘を使う機会は少ないでしょう。冬にはマイナス20度くらいになりますが慣れれば問題なく外に歩くことができますし、建物の中は暖房が効いているため半袖で過ごすことができます。ただし、さすがにマイナス30度を下回ったら歩くのを控えた方がいいかもしれません。外食は質の割には高くつくので自炊することが多かったです。日本とは違い現金を使う機会は少ないです。基本的にデビットカードかクレジットカードを使います。現地で口座を開くことをお勧めします。
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)
治安は非常に良いため深夜に歩いても特に問題はありませんでした。日本にいるのと同じ危機意識でよいでしょう。
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
総計:14万円
家賃:10万円 食費:2万5千円 通話代:5千円 その他:1万円

・留学に要した費用総額とその内訳	
総計:約160万	
航空費:20万 家賃:80万 食費:20万 通話代:4万 旅行代:35万	
⑤奨学金(支給していた場合は、支給機関・支給額・見つけた方法など)	
公益財団法人 業務スーパージャパンドリーム財団 月額15万円	
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)	
長期休暇を利用してヨーロッパ各地やメキシコ、アメリカ東海岸の都市を旅行しました。	
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)	
Service Pointに行けば学習面をはじめとする様々なサポートが受けられます。私の場合は履修の相談にのっていただきました。	
②大学の設備(図書館・スポーツ施設・食堂・PC環境等)	
図書館は複数ありますが、私は一番大きいRedpath LibraryとLaw Libraryをよく利用していました。テスト期間が近づく24時間開放されます。テスト期間には大勢の学生がRedpath Libraryを利用するため席を確保することが困難となります。Law Libraryは比較的空いているのでお勧めです。WIFIは学内であればどこでも問題なくつながります。ジムは大学から少し離れた場所にあります。食堂はないため家から弁当を持ってくる人が多かったと思います。	
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	
マギル大学は4月に学期が終わるため5月中旬から就職活動を始めることができました。それでも民間企業の就職活動は2~3週間ほどしかできなかったため業界を一つに絞りました。	
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	
③留学中の就職活動への対策など(もしあれば)	
カナダやアメリカに留学する人は秋にボストンキャリアフォーラムが開催されるのでそちらに参加することをお勧めします。業界に多少偏りがあるものの、その場で内定やインターンシップの参加権を得ることができます。また、そこで開催される説明会に参加して帰国後にまわる業界を絞るのもよいと思います。	
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

留学先の大学には様々な国から学生が来ていたため、いろんな価値観に触れることができ刺激でした。とにかく様々な活動に参加して知らない人と関わっていくことを意識していたため、日本にいた時とは比べ物にならないほど幅広い人脈を得ることができました。

### ②留学後の予定

残りの単位を修得して計画通り4年で卒業する予定です。

### 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

留学先での勉強は大変でしょうが是非いろんな人と話したり様々な場所を訪ねてください。自分とは異なる価値観を有する人と話すことは自分の考えを深めるきっかけとなります。海外の学生は政治に関心のある人が多いので留学先の政治を勉強しておくことは話を広げるきっかけになると思います。

## 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

Go Global

### 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 2日

東京大学での所属学部・研究科等:	法学部	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:	マギル大学
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( )		

派遣先大学の概要

マギル大学は、カナダ・ケベック州のモントリオールにある、英語圏の総合大学である。

留学した動機

一つはカナダの大学に留学し、英語力を育成すること。また、フランス語圏の町で生活することでフランス語をも身につけようと考えた。

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	1月	
	学部3	年時に出発			
④留学後の授業履修:	2017年	学部4	年生の	夏	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			60	単位
	留学先で取得し、本学で単位認定申請を行う単位			8	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:	2014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:	3年		11ヶ月間		

⑨留学時期を決めた理由:

学部生である間に長期留学を経験し、大学院留学の準備をするため。

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)

特になし。

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)

カナダに留学する場合、6ヶ月以上滞在するかによって行なう手続きが異なる。私は6ヶ月未満だったことから、特別な書類を準備することはなかった。

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)

東京大学から加入するように薦められた保険に加入したのみ。

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)

法学部でできるだけ多くの単位をとっておいた。留学先の大学で6~10単位を1学期で履修しようと考え、帰国後の学部4年生の夏・冬学期で20単位ほどを履修する計画をたてた。試験、論文に関する問題はなかった。

⑥語学関係の準備(出発前の語学レベル・語学学習等)

TOEFL IBT を受け、110点。  
DELF/DALFを受け、C2レベル合格。

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

学習に関しては特になし。  
モントリオールの冬は厳しく、気温が零下25度程まで下がる事が多く、暖かい衣類を準備するとよい。

**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
Introduction to East Asian Art	2	●			
Themes in European History	2	●			
Aboriginal Politics in Canada	2	●			
Social Psychology	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)

教授から読むように薦められる文献が多く、試験の問題の一つとして、授業で学んだ研究者の研究成果、議論を紹介し、他の研究者の議論と比較することも問われた。一応、文献リストの論文、本は読むことを薦める。ただ、他のカナダ人学生の授業態度を観察していると、全員がそれほどまじめにすべての文献に目を通している訳ではないようで、授業を理解するのに必要なだけ読んでいた印象がある。  
予習・復習は、授業ノートを読み直し、授業で紹介された論文の要点を理解することで足りる。

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、履修したのは4科目、合計12単位分(東京大学に申請した際に8単位と換算された)。1週間あたり勉強時間は、授業以外で20時間ほど。

④学習・研究面でのアドバイス
せっかくの留学なので、できるだけチャレンジングな授業を履修してみるのがよい。
⑤語学面での苦勞・アドバイス等
教授の英語、論文はすべて理解しやすく、特に問題はなかった。
<b>生活について</b>
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)
大学の近くにシェアハウスをみつけた。月700ドル。6~7人の男子学生(最後に女子学生が一人加入)が共同生活を送り、シャワー、台所、リビングなどは共通。 マギル大学がアパート、シェアハウス、学生寮に関しての情報をインターネットサイトに載せており、3軒のシェアハウスを見学し、最も大学に近い物件を選択した。
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)
10月ごろまで比較的暖かい。10月後半になると一気に気温が下がり、零下20度を毎日経験するようになる。ただ、キャンパス内や町の建物、地下鉄内は暖房が効いているので、外出するときのみ、厚着する。 大学周辺には多くのレストラン、カフェ、モール、バーがあり、週末を友人たちと楽しく過ごす環境は整っている。モントリオールには充実した地下鉄網、バス交通が整っており、移動するのには問題ない。ただ、町の中心で道路工事をしていることが多い。また、日本人よりカナダ人の運転は荒々しく感じた。私は自炊したが、多くの学生は自家製サンドイッチ、パスタをタッパーに入れて持参していた。モントリオール独自の食生活というのは存在せず、夜はインド、中国料理などを学生は好んで食べる。
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)
モントリオールは基本的に安全な町である。もちろん、朝の3時頃に散歩をすると興味深いシーンに出くわすこともあるが、身に危険を感じるほどのことではない。人々は礼儀正しく、問題があれば喜んで助けてくれる。 医療機関も充実している気がする。大学内に一応診察室があるが、週に数日しか開いておらず、診察が行なわれる日は大勢の学生が朝早くから診察室の前で待機しており、できれば大学外の医療機関を利用する方がよいのかもしれない。
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
家賃700ドル、食費160ドル、娯楽費10~50ドル、教科書代(9月のみ)120ドル
・留学に要した費用総額とその内訳
航空費1000ドル程(ただ、私の旅程は:東京~カナダの都市~モントリオールではなく、東京~パリ~モントリオールだった)、上記生活費を4ヶ月分
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)
なし
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)
週末に大学の体育館でバドミントンをした。モントリオール市内を散歩、モン・ロワヤル付近を散歩。 休暇をつかってケベック市、トロント、カンクン(メキシコ)に行った。
<b>派遣先大学の環境について</b>
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)
留学生の友人をつくるのが最も望ましいサポートである気がする。大学側からのサポートはなかった。



<b>②大学の設備(図書館・スポーツ施設・食堂・PC環境等)</b>	
いくつもの図書館がキャンパス内にある。私は中央図書館をいつも利用しており、毎日24時間開いていることから、好きなときに利用できる。スポーツ施設は整っており、ジム、プール、体育館がある。学生証を提示すれば利用可能。 食堂はない。PC環境は整っている、キャンパス内では基本的にどこでもインターネットにアクセスできる。	
<b>留学と就職活動について</b>	
<b>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</b>	
特にない	
<b>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</b>	
特にない	
<b>③留学中の就職活動への対策など(もしあれば)</b>	
特にない	
<b>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</b>	
	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( )
<b>留学を振り返って</b>	
<b>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</b>	
英会話能力が確実に上達した。フランス語は、ケベック特有のフランス語単語や表現になじめた。	
<b>②留学後の予定</b>	
学部を卒業、海外大学院(安全保障、国際法コース)に留学。	
<b>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</b>	
金銭的に可能な限り、海外の大学で学習し、東京大学では履修できないような授業を外国語で体験することを薦める。日本国内では感じない問題意識をもてると思う(ちなみに私にとって、カナダの先住民政策を学ぶことは、現在の日本に存在する数々の先住民コミュニティに関する諸問題を考えるきっかけとなった)。また、東京大学(私の場合は法学部)は決して留学をさせることに関して積極的であるとは感じなかったが、その壁を乗り越えて長期留学を決断することを願う。	
<b>その他</b>	
<b>①準備段階や留学中に役に立ったウェブサイト・出版物</b>	
<b>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。</b>	