

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)

2018年 7月 12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:	University College London
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 )		6. 起業
	7. その他( )		

派遣先大学の概要

University College Londonは、約4万人の学生が所属しており、文理合わせて11の学部を擁している。学生の約半数は英国外から集まっており、非常に国際色豊かな学習環境となっている。

留学した動機

マーケティングへの興味を探索し、自らの将来を定めることが留学の動機だった。  
 マーケティングへの関心は、日本政府によるクールジャパン政策がうまく機能していないように感じたことから生まれた。サービスや物が良くても、それを誰に届けるのか、またどのように伝えるのかで、提供する財が本当に消費されるかが左右される。それでは具体的にどのような手法が現在主流であり、またビッグデータなどデジタル化の波が押し寄せる中でマーケティングはどのような変化を遂げようとしているのかを学びたいと思った。東大ではあまりマーケティングに特化した授業が多くないので、経営コースが充実しているUCLに行きたいと思った。

留学の時期など

①留学前の本学での修学状況:	2017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:	2017年	9月~	2017年	6月	年時に出発
④留学後の授業履修:	2018年	学部4	年生の	S2	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	行った
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			10単位	
	留学後の取得(予定)単位			34単位	
⑦入学・卒業/修了(予定)時期:	2015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:	4年		ヶ月間		
⑨留学時期を決めた理由:					

卒業時期を伸ばしたくなかったという点と、春学期のみなどではなく一学年という期間留学したかったという点から、あまり選択肢はなく3年秋からの留学に決めた。1年秋からの留学は学部進学を遅らせることが必須であり、2年秋からの留学は、必須単位数の面から3年時の学部進学を遅らせる必要が生じる可能性が大きかったため、選択肢になかった。3年秋からの留学が一番卒業時期に影響がなかったため、この留学時期を選択した。

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、必要書類などは全学交換プログラムに応募する時点で東大の方からも教えてもらえるので、それに従ってやっていたら入学手続き自体に困ったことはなかった。最も重要な点としては、希望の大学応募に必要なTOEFLIやIELTSの点数を早めに確認し、準備しておくことだ。出来れば1年時の春休みにテストを受けて、早めに点数面では懸念を無くしておいた方がいい。

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)

UCLとの手続きが終わると、CASナンバーというVISA申請に必要な番号が通知されるので(6月頃)、その連絡が来次第すぐに申請を始めれば十分間に合うと思う。申請方法や注意点については、インターネットに体験談が挙げられたりしているのでそれを参考にすれば特に問題はないと思う。一番心配だったのは資金証明を提出しなかったことだが、大丈夫だった。日本国籍でUCLのような高等教育機関に留学する学生は基本免除されているらしい。しかし、英国ビザはかなり頻りにルールを変更するようなので、公式ウェブサイトでの確認が重要だと思う。

③医療関係の準備(出発前の健康診断、常備薬、予防接種等)

常備薬として、頭痛薬と腹痛用の薬を持っていった。また留学期間分のコンタクトレンズと目薬を持参した。

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)

学研災付帯海外留学保険

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)

経済学部で所定の手続きを行った。卒業論文に関しては卒業年次の4月に東大の方に在籍していなければならぬとの決まりなので、卒論提出を行いたい場合は、4月までに帰国するか、あるいは卒業時期を延ばす必要がある。またUCLにおける実質の留学終了期間がアカデミックカレンダー上の期間より短く、S2での帰国に間に合うことが分かったので、学部の留学担当の方に相談し実質終了期間の証明(授業日程や最終課題締切日に関する資料提出)を行ったところ、S2での復学を認めて頂いた。

⑥語学関係の準備(出発前の語学レベル・語学学習等)

特に何も行わなかった。しかし渡英してから、予めブリティッシュアクセントにもう少し耳を鳴らしておけば、より早く英国での環境に馴染めたかもしれないと思う。また日常会話と言う意味でのスピーキングは日本で準備していけばよかったかもしれないと感じた。ただそこまで困ったという事はないので、あまり語学の準備が出来なくても気に病むことはない。

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

ロンドンを始めとして、ヨーロッパの都市はかなりカード支払いが進んでいるので、クレジットカードの持参は必須。また万が一の場合に備えて2枚持っておいた方がいいと思う。特に現地で口座を開く必要はあまり感じなかった。また、留学前、到着後、帰国前、帰国後に東大側と行う手続きに関してしっかり確認しておいた方がいい。

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
Global Entrepreneurship	2	●	Business in the Digital Age	2	●
Marketing Communications	2	●	Human Resource Management	2	●
Innovation Management	2	●	Strategic Project Management	2	●
Organizational Psychology	2	●			
Digital Marketing	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)

経営学部に留学したという事もあってか、授業内のちょっとしたアクティビティや教授との会話などを通じて、強く学生の参加を促すような授業スタイルが多かった。基本的に課題は個人課題とは別にグループ課題が与えられ、自分達で主体的に毎週ミーティングを行ったり進捗管理をする必要があった。グループ内でコミットメントの量にかなり差が出る時などもあり、ある学生を課題提出直前にグループから外さざるをえないこともあった。教授が非常に学生のサポートをしてくれるので、オフィスアワーやスカイプを通して頻りに課題の相談や授業内容に関する質問している学生が多かった。また殆どの授業は、毎週2時間のレクチャーに、1時間の少人数セミナーと言う形式を取っており、レクチャーの内容をセミナーで実践的に展開するので、復習に役立った。

### 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

1学期につき4科目の履修が必須だった。各科目、レクチャーとセミナーを合わせて週3時間の授業時間だった。授業以外の学習時間は、基本的に授業のある平日は約2時間、週末は約5時間だった。ただし試験期間や課題提出前は、1日のほとんどを学習に費やす必要があった。

### ④学習・研究面でのアドバイス

レクチャーの進捗に合わせてテキストを読むなど、求められている準備をしていれば授業についていくことはあまり難しくないと思う。個人課題で何を求められているかよく分からない場合は、とにかく教授やTAに質問すれば大体解決する。提出前のドラフトを読んでくれることもあるので、何でもとりあえず聞いてみるとよい。グループ課題での貢献度を高めるには、授業内容を毎回きちんと理解することが一番だと思う。課題は、授業内容にしっかり沿っている。

### ⑤語学面での苦労・アドバイス等

UCL、そしてロンドンという都市も含めて、英語が母国語でない人々がたくさんいるので、かなり気負わずに生活できる。Northernerと呼ばれる北部からの学生の英語は聞き取るのが最後までとても難しかったが、ネイティブの学生でもうまく聞き取れないという声があるのであまり心配しなくてよい。

## 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)

UCLの寮に住んでいた。寮費などの希望を出して、UCL側からランダムに振り分けられた。「ルームシェアをしてもいい」という風な希望を出すすと2人部屋などに割り振られる場合もあるが、そうすると一人になれる空間が全くと言っていい程無くなってしまうので、一人部屋を強くお勧めする。私の寮では、各階が3つの区画に分けられていて、各区画に10ほど部屋があり、そこでキッチン、トイレ、シャワールームを共有するスタイルだった。平日は大体毎日共有部分にクリーニングが入る。ランドリールームはグラウンドフロアにあり、洗濯機、乾燥機ともに4つあった。郵便物などは、部屋に直接届けられるのではなく、寮の横に立つレセプションの建物に行き、自分で回収する。家賃は£129.15/週だった。

### 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)

気候は、サマータイムが終わる10月末頃から本格的に寒くなり始め、そこから3月いっぱいまでは大体0度~10度台をさまよい、長い間ダウンコートやマフラー、手袋を使うことになった。4、5、6月にかけて暖かくなり始めるが、20度を超えたらかなり暖かいといったレベル。雨がそこまで降らなかった印象。UCLはロンドンの真ん中とあっていい場所にあり、周辺にキングスクロス駅や英国博物館など観光スポットもたくさんあり、終日人がいる。交通機関は、バス、地下鉄、Uberがあり、夜間もバスや電車があるので全く困らない。一番安いのはバス。食事は基本的には自炊で、学生がよく使うスーパーはSainsbury、Tesco、Lidlがある(Lidlが一番価格帯が低い)。お金は基本的に日本から持参したクレジットカードで管理していた。キャッシュを使わなければいけない場面はあまりなく、UCLの寮費なども基本オンラインでの支払いなので海外送金の必要もなかった。

### 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)

留学先の治安は、肌感覚としてあまり東京と変わらなかった。バックなどを置きっぱなしにしない、ジーンズの後ろのポケットに財布を入れないなど当然の危機管理の意識があればあまり困ることはないと思う。また少なくとも大学や寮のある中心部に関しては、夜になっても人がいるのでそういう意味でもそこまで危なくはなかった。医療機関は使う機会がなかったが、何かあった場合は周囲の学生に聞けば英国国民でなくてもすぐ行けるクリニックや、110のような緊急用番号に電話すれば適切な機関に案内してもらえるようだ。心身の健康管理としては、UCLで提供されているメンタルヘルスの相談室などの存在を確認して何かあれば行こうと思っていた。試験期間になるとメンタルブレイクダウンを起こす学生も多いらしく、そういう意味でも相談できる場には困らないと思う。

### 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

月17万3千円(寮費9万6千円、食費5万円、交通費1万7千円、娯楽費1万円)

・留学に要した費用総額とその内訳

費用総額123万(航空費往復25万、家賃81万、保険料8万円、ビザ申請費用5万、教科書代4万)

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)

阪和育英会から準備金15万円と毎月7万円、Fung Scholarshipsから毎月10万円を頂いていた。どちらの奨学金とも、東大を通して申請した。

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)

サークル活動として、Film Societyに参加し映画の制作などを行った。またSexpressionというUCLでのボランティア団体に入り、高校に出向いて性教育をするボランティアをしていた。学外での活動としては、Future Frontiersという団体に中学生の進路相談をサポートする10週間のプログラムに参加した。長期休暇では、比較的安い旅費であることを利用して、スウェーデンやデンマーク、アイルランドやポルトガルなど欧州の別の国に旅行した。

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)

直接留学生向けのサポートプログラムはあまりなかったように思うが、UCL自体が、留学生だけではなく正規の学生としても国外からの学生を多く受け入れているので、相談窓口がきちんとあったように思う。また各国の学生で組織されたコミュニティも多いので、何か困ったことがあれば日本から来た学生で構成されているJapan Societyに相談するのもいいと思う。

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24時間開館。学生割引のあるジムがある。学内に食堂もあるが、カフェも5、6個はある。学内。寮内でwifiが提供されている。

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

3月からの日本での主要な就職活動期に参加できないので、日系の大手企業などを志望している人にはややデメリットがあるかもしれない。ただ留学生を対象としたキャリアフェアや、帰国後の夏選考を実施している企業も多くあるので、事前にそれを調べておけばそこまで影響はないかもしれない。

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

仕事に対して日本とは異なるスタンスを持っている学生が多いたり、給与や社内環境など何を重要にするかも学生の育ってきた文化によって違ったので、「こうでなければならない」「このような業界が望ましい」などの自分の固定概念を見直し、改めて自分は何を大事にしたいのかを考えることが出来た。またUCLでの授業を通して、進みたい業界が定まった。

③留学中の就職活動への対策など(もしあれば)

留学中はボストンキャリアフォーラム、ロンドンキャリアフォーラム、そして帰国後は東京キャリアフォーラムに参加した。フォーラムでは、当日に履歴書を提出しその場で面接を行うウォークインを行っている企業も多いが、対にフォーラムの1か月前程から選考を開始する企業もあるので、早めの準備が重要。

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: コンサルティング )
	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

留学を通じて、マーケティングへの理解を深めるに伴い、進路がより明確に定まった。経営学部では、非常に実用的な内容の授業が多く、マーケティングにおける理論やモデルを学びつつ、実際のケーススタディや、企業のマーケティング担当者のゲスト講義を用いて、それらの知識が学生の中で応用できるものとして根付くような工夫がなされていた。その結果、デジタル化が急速に進む中、消費者を自然に巻き込むような交流型のマーケティング・広告や、業界の垣根を超えたコラボレーションがどんどん主流になってきていることを学び、また、次の10年程で真のデジタルネイティブと呼ばれる今の10代が有力な消費者となっていく波を控えて、まだまだ変革の可能性のある分野だと感じた。自分が貢献できる度合いがより大きいように思えるこの業界で働きたいと、具体的な企業などに絞って進路を考えることが出来た。加えて、国際色豊かな環境でこれらの学びを行い、価値観や考えの違いを議論に生かしながら一つの目標に周囲を導くコミュニケーションの力がついたと感じる。必ず課されるグループ課題では、メンバー全員の国籍が違う事もよくあり、人生観や将来プランの違いも様々にあって、自分や相手の持つ価値基準が絶対的なものでないということをもぎまぎと感じ、またそのことで自分の視野が解放され広がった。

### ②留学後の予定

2019年3月卒業予定。

### 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

少しでも留学に興味があるなら、絶対に行くことをおすすめする。卒業時期や就活時期など、その他多くの学生と別のルートを歩む必要があるため心配になることもあると思うが、それらのことはそれなりに準備していれば将来にマイナスの影響はない。いろんな国から来ている19~21という同年代の若者と切磋琢磨できる機会は、これを逃すとほぼない。留学をしてもそこまで人は変わらないという意見もあり、確かに私自身コアな部分は変わっていないかもしれないが、価値観や人生観にはパラダイムシフトが起きたと感じている。また学業の面でも、特定の学問に集中したコースの設置されていることの多い留学先の大学では、ややジェネラルな東大の授業構成では難しいような、自分の興味の探求が可能であり、実りが大きなものになると思う。

## 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

留学生向けに設置されている、UCLの「Study Abroad Guide」というウェブサイト。

### 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)

2018年7月13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:	University College London
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

UCLはロンドン大学群最初の高等教育機関であるが、現在ではロンドン大学を構成する他の教育・研究機関同様、独立した学位授与機関である。

留学した動機

関心分野である難民の社会統合に関して更に学びを進めたかったため。

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	S2	学期まで履修
②留学中の学籍:	留学				
③留学期間等:	2017年	9月~	2018年	6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	A1	学期から履修開始
⑤就職活動の時期:	2018年	学部4	年生の	8月頃に	行う予定
⑥本学での単位数:	留学前の取得単位			40	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			40	単位
⑦入学・卒業/修了(予定)時期:	2015年	4月入学	2020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:					

就職活動を見据え、学部3年で留学する事が最も都合が良かった。

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)

送られてくるメールに従えば容易。

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)

かなり煩雑だった記憶。パスポートを一週間強預けなければいけないので注意。

③医療関係の準備(出発前の健康診断、常備薬、予防接種等)

保険は入っておくべき。

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)

大学に指示された保険に加入。

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)

特になし。事前に学部の教授との簡易な面接。

⑥語学関係の準備(出発前の語学レベル・語学学習等)

TOEFL iBT 115

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

日本の薬。歯医者や美容院。

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
Crime and Society	2	●	Migration and Health	2	
Cultures of Conflict	2	●	Identity Politics and Trigger Warnings	2	
Law in Action	2	●	Urban Inequalities and Global Development	2	
British Politics	2	●			
Spanish	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)

予め文献がいくつか出されるため、それを読み、まとめ、授業に臨んでいた。

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

履修科目:4科目8単位週9-10時間の授業

④学習・研究面でのアドバイス

予習次第でどれほど講義やセミナーにコミットできるかわ変わってくるので注意。

⑤語学面での苦勞・アドバイス等

特になし。

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)

Garden Halls。月15万円。最寄り駅(Kings Cross, Russell Square)から徒歩5分。朝夜ごはん付き。部屋内にバスルーム付き。先輩の紹介。

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)

街の中心部で、バスや地下鉄でどこにでも行けた。クレジットカード。

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)

治安には気を付けていたが、特に何もなかった。日系の病院を一回利用した。

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

5万円(多くは交際費)

・留学に要した費用総額とその内訳

200万円程度

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 月16万円

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)

授業が週3日で時間があつたので、ボランティアやバイトを精力的に行っていた。また3月に授業が終わつたため、4月より2か月インターンしていた。

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)

特になし。

②大学の設備(図書館・スポーツ施設・食堂・PC環境等)

良好。

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

社会人に多く会う機会があり、刺激を受けた。

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

特になし。

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

もちろん海外の大学で学ぶ、という学問的な意義はあったが、むしろ自分自身にとって最もためになったのは、海外で一年間一人暮らしをする、という経験である。当初は面倒なこともあったが、無事終えることができた、という自信がついた。

**②留学後の予定**

学部に復学し、就活。

**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**

そこまで深く考えずに、飛び込んでいくことも楽しいかと思います。

**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**

**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)

2018年 7月 12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:	University College London
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: 未定)		6. 起業
	7. その他( )		

派遣先大学の概要

ロンドン大学のひとつ。QS世界大学ランキングで10位を取るなど、世界トップレベルの大学。歴史的にリベラルで、性別や人種などに関わらず学生を受け入れた英国初の大学。国籍は非常に多様で、男子よりも女子の方が多い。卒業生には伊藤博文やガンジーも。

留学した動機

①多様な人に出会い、また今までと異なる環境で生活することで、自国の社会・文化や自分の価値観を相対化して発見を得ること、②英国や欧州の政治を学ぶこと、③英語力の向上、の3つのことを実現する最も効率的な手段がロンドン留学だと考えたから。

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	S2	学期まで履修
②留学中の学籍:	留学				
③留学期間等:	2017年	9月~	2018年	6月	
	学部3	年時に出発			
④留学後の授業履修:	2019年	学部5	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	12月頃に	行う予定
⑥本学での単位数:	留学前の取得単位			56単位	
	留学先で取得し、本学で単位認定申請を行う単位			16単位	
	留学後の取得(予定)単位			8単位	
⑦入学・卒業/修了(予定)時期:	2015年	4月入学	2020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:

前期課程では自分に専門性がないため尚早であると考えていた一方で、就職活動を本格的に行う前に留学し、周りに流されずに自分の将来を考える機会が欲しいと考えていたから。

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)

早めに行動すること。留学受け入れ通知が5月半ばに来るはずが、(おそらく自分の)手違いで確認できず、6月半ばに催促し受領。寮の優先受付に間に合わず抽選となった上(奇跡的に空気が回ってきた)、ビザ申請も忙しくなった。入学手続きは、受け入れ通知に対して返信をした後、マイページ作成やガイダンス参加申込、履修希望授業の再確認などの指示が来るので、それに従えばよい。

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)

Tier 4 (General) ビザを取得。ビザの取得方法は受け入れ先大学から指示がある。汐留近くのVFS Globalなるオフィスに書類を提出するが、その前にWeb上でフォームに記入する必要がある。自身も記憶にあまりないほど煩雑(ごめんさい)。不明点は受け入れ先大学に問合せることを勧める。申請には受け入れ通知返信後大学から通知されるCAS (Confirmation of Acceptance for Studies) Statement の情報が必要。書類提出から旅券返却まで数週間(有料で優先受付)。

③医療関係の準備(出発前の健康診断、常備薬、予防接種等)

日本の風邪薬や下痢止めなどを持って行ってもいいかもしれないが、スーパーで買える市販薬で事足りた。健康診断はすべきだったのかもしれない。予防接種は不要だと思う。

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)

東大指定の保険に加入。

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)

教務係からの指示に従い、履修予定の授業の説明など種々の書類を提出。面接もあった。

⑥語学関係の準備(出発前の語学レベル・語学学習等)

IELTSのスコアは8.0だったが、いわゆる純ジャパなのでスピーキングは苦手だった。大学入学後サークル活動で英語ディベートをやってはいたが、日常会話には全然慣れていなかった。

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

①Self-cateredの(食事の付かない)寮で自炊をするのであれば調味料などがありがたくなる。無論日中韓の食材の専門スーパーはあるが、決して安くはない。②前期課程での第2外国語を復習しておくとその言語を話す人と仲良くなりやすい。③コンタクトレスのデビットカードがあると便利。カード決済が基本で安く済むが、AMEXはあまり使えないのでVISAかMastercardのカードを準備すること。磁気不良やスリなどに備え、現金(日本円)も多めにあったとよい。

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
Law in Action	2	●	Politics of the European Union	2	●
Sustainable Energy	2	●	Political Geography and Geopolitics	2	●
British Politics	2	●	Urban Inequalities and Global Development	2	●
International Security	2	●			
EU Law	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)

ものにもよるが、大抵は講義とセミナーの2つでなっており、前者では主に指定された文献の内容を教授がかみ砕いて説明、後者では各自読んできた文献に基づき教授またはTAの誘導の下学生主体で討論や発表をすることが多かった。基本的に毎週1つの授業につき3本ほど論文を読んでもらうことが要求される。参考文献は基本PDF形式で入手可能。セミナーを利用しフィールドスタディをする授業もある。British Politicsでは1人1回プレゼンをするが、皆デザイン・質ともにレベルが高く驚いた。

### 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学期あたり履修する科目数は4つ。1コマ1時間で、講義は1科目につき週2コマ、セミナーは週1コマのことが多い。先述のように1授業につき3つほど文献を読まされ、さらに議論するであろう論点について知識を準備しておく必要がある。慣れるまでは1科目週6~8時間ほど予習・復習することになるかもしれない。また、エッセイ提出直前になると、かなり長い間机に向かうことになる。

### ④学習・研究面でのアドバイス

課題文献はある程度流し読みしないと読み切れない。Web上で基礎知識を補っておくと、授業、特にセミナーでの議論についてゆきやすい。セミナーでは常に自分の考えを述べるのが期待されるので、文献や講義の内容を覚えるだけではなく様々なことを自分なりに解釈しそれについて意見を持つようになる。エッセイは1500語から4000語と様々だが、とりあえずプランを立てて書き始める前に、関連するテーマの論文を大量に読んでおくと、書き進めやすいし、評価も高くなる。

### ⑤語学面での苦労・アドバイス等

日本で英語教育を受けると、英国アクセントは初め聞き取りにくいかもしれないが、rの音に馴染みの薄い日本語話者には、実は米国英語より発音しやすい。YouTubeには両者を比較した動画が多いので、慣れることはできる。ただ、ロンドンは国際都市であり、留学生・教授も多国籍なので、英国アクセントだけではなく様々なアクセントを聞くことになるだろう(だから日本語訛りがあっても恥じることはない)。スラングは使うべきではないが、知っておくと楽。

## 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)

Campbell House Westというself-cateredの寮で、ルームメイトとの2人部屋。キャンパスから徒歩5分。フラットメイト8~10人とキッチンとシャワー・トイレを共用。上の階のフラットと合わせたハウス単位で仲良くなった。週125ポンドで、大学が提供している寮で最も安かったと思う。近いのに安だけあって、建物は古く温水が止まるなどのトラブルはあったが、さほど気にならなかった。寮の申し込みの案内は入学手続きの際にあるので、家賃等希望の条件を入力すると割り当てられる。

### 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)

秋・春は非常に快適だが、冬はやはり東京より寒い。雨は多いが、土砂降りになることはめったになくすぐに止むので、傘は不要。大学周辺は寮が多く静か。バスの方が地下鉄よりも安い。外食は高いので基本自炊だが、屋台が大学の近くに出ており、昼時々利用した。スチューデントカフェ・バーが安い。コンビニはないがスーパーが便利。基本的に現金は使わない。必要になればデビットカードでATMで引き出せる。VISAかMastercardが必須。現地の銀行口座は開設しなかった。

### 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)

ブルームズベリは大学街なので治安は極めて良好。サウスロンドンやイーストエンド、ノースは、やはり治安が良くないと思われる。医療機関にはかかっていないので詳しくはわからないが、入学ガイダンスで病院の案内がある。健康管理は自炊であれば基本的には東京で一人暮らしをするのと何ら変わりはない。欧米出身のフラットメイトが一時帰国するクリスマス休暇が一番寂しくなるので、その時期は帰国するのも手。

### 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9万円、食費(外食などを含む)5万円、旅行費5万円、雑費(服など)1万円。

#### ・留学に要した費用総額とその内訳

200万円(航空券15万円、家賃75万円、生活費110万円)。

### 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)

公益財団法人業務スーパージャパンドリーム財団より、月15万円。大学で公募されるので国際交流課経由で申し込む。

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)

フラットメイトと一緒に、バーでフットボールやラグビーを観戦したり、キッチンで映画観賞会やパーティをしたり、クラブに行ったりすることが多かった。趣味で、インディー系のレコード屋やカフェ巡りをしたり、美術館・博物館(無料)に行ったりもした。課題等が忙しくなかった週末や長期休暇には、英国や欧州にしばしば旅行に。東京にいたときからのオンラインの教育系バイトも続け、旅費の足しにしていた。フラットメイトからフランス語を教えてもらうなどもしていた。

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)

エッセイライティングの添削をしてもらえる。課題などで質問があれば、オフィスアワーに先生に質問に行ける。その他、Student Unionが心の健康の様々なサポートを提供している。

②大学の設備(図書館・スポーツ施設・食堂・PC環境等)

メインの図書館は平日及び試験期間である第3学期(4月～6月)は24時間空いている。会員になればジムも利用可能。食堂はさほど安くないが、キャンパス内のピザ屋や学生カフェ・バー(複数ある)は比較的安い。図書館は複数あり、いずれでもPCやプリンタが利用できる。基本的に建物はあまり新しくなく教室も狭めだが、リノベーションが続いている。

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

19年3月に卒業する予定でポストンキャリアフォーラムに参加したが、さほど結果はなく、また急ぐ必要もないような気がしてきたので、20卒に変更。その他のヨーロッパ内での日本人学生向け就活イベントには参加しなかった。様々な国の人と出会い、今まで描いてきた将来像がいかに浅い知識や経験に基づいたものか、いかに自分の知っている世界が狭いかを知った。BCF前はオンラインでの面接やテストが多くなり忙しい上、エッセイの提出時期と被りうる。

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

日本では世間体や社会的なステータスを気にしがちであったが、ロンドンでの生活を経て(外国人であり、また学生であることもあり)そうしたものが気にならなくなった。同時に、様々な世界に触れ、知らなかった生き方を学び、周りの意見に惑わされず自分という人間について真剣に考える時間ができたことで、自分が本当に歩みたい人生が分かり始めたように思う。

③留学中の就職活動への対策など(もしあれば)

いわゆる就活対策本は海外では手に入らないので、BCFなどに参加するのであれば持参すると便利。

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

自分について知ることができること。知った気になるだけかもしれないけれど、少なくとも周りに合わせず自分なりに物事を考える癖は付くので、今後の選択がより意義あるものになる気がする。特別英語がうまくなったとは感じない(思うに、言語そのものの運用能力が低くても、会話の場で共有されるコンテキストに対する理解があればよいし、むしろその方が大事)。その他思ったこととしては、日本人は細かいことを気にしすぎ、ルールに固執するきらいがあるということ。

## ②留学後の予定

必要な単位には余裕があるので、半年は休学し、インターンを含め自分のやってみたいことに取り組む予定。

## 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

楽しんでください。留学の目的は人それぞれだと思うので、それを見失うことのないように。

## 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

あまり調べませんでした。VISAの申請の仕方程度。第2外国語で選択した中国語のテキストは中国語話者と仲良くなるのに役立ちました。

### 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。

