

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 11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4
参加プログラム:	全学交換留学	派遣先大学:	オークランド大学
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: IT)		6. 起業
	7. その他()		

派遣先大学の概要

ニュージーランド最大都市であるオークランドの中心部に位置する。QS World University Rankingsで総合81位、人文学分野では28位にランクインする(2016年度)。留学生の比率が高く、支援が手厚い。

留学した動機

語学力向上、法・政治学以外の関心分野の勉強、多民族・多文化社会への興味。

留学の時期など

①留学前の本学での修学状況:	2017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:	2017年	7月~	2018年	6月	
	学部4	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:	2017年	学部4	年生の	11月頃に	行った
⑥本学での単位数:	留学前の取得単位				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				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		0ヶ月間		
⑨留学時期を決めた理由:					

3年夏からの留学応募を家庭の事情で諦めたため、4年夏からの留学が最後の機会だと思い応募した。

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)

全てオンライン上で完結する。フォーム記入に加え、成績証明書(英語)、パスポートコピー、英語力を示す資格スコア(IELTS等)、パスポート用写真のファイルを提出した。「Nomination」は国際交流係から提出していただいた。

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)

全てオンライン上で完結する。フォーム記入に加え、パスポート用証明写真、パスポートコピー、派遣先大学からのAdmission letter、派遣先大学の交換留学プログラムのFact Sheet、残高証明、寮等住居への支払い証明書、出入国のフライト証明(帰国便は航空会社に相談すれば一旦仮予約しキャンセル料無料でキャンセルできる)等のファイルの提出が必要。また、ビザ取得のために指定病院で健康診断を受ける必要がある。

③医療関係の準備(出発前の健康診断、常備薬、予防接種等)

ビザ取得のために指定病院で健康診断を受ける必要がある。

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)

東大が指定する保険とは別に、オークランド大学の保険にも加入する必要がある。(オークランド大学の保険加入が免除になる日本の保険会社もあるので一応確認しておくが良い。私の年度で加入した東大指定の保険は免除対象外だった。)

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)

留学許可申請書、留学の目的、履修予定科目の概要、留学先大学の便覧を作成または用意し提出した。また、繰上げ試験の申請を行った。

⑥語学関係の準備(出発前の語学レベル・語学学習等)

ニュージーランドは独特の訛りがあるので、リスニングの練習でニュージーランド英語を聞くと良いと思う。ブリティッシュアクセントに慣れておくだけでも違うと思う。私はアメリカ英語に慣れていたので苦労した。

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

日本の食料品を売るスーパーマーケット(Japan Mart)やDAISO等があり、日本と比べると3~4倍の値段ではあるが日本の食料品や雑貨は手に入りやすいので最低限の荷物でいいと思う。むしろ、食料品の持ち込みに非常に厳しいのであまり持ち込まないほうが無難。また、大学のWi-fiが弱くなった時のためにeduroamアカウントを作っておくと良い。

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
Academic English Writing	15	●	Understanding New Zealand Youth	15	●
Wine Science	15	●			
Business and Enterprise	15	●			
Advertising and Society	15				
Film Studies	15				

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)

授業によるが、予習はリーディングの課題やディスカッションの準備が多い。復習はスライドを見ながら講義の録音をオンラインでダウンロードできるのでそれを聴くか、オンライン上での復習テストが課されている授業もある。Wine scienceの授業は、授業内で実際にワインのテイastingを行ったり、大学運営のワイナリーを訪問したりと面白かった。

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

通常、1学期あたりに3~4科目(45~60単位)履修する。1科目あたり週に合計2時間の講義と1時間のチュートリアル(チューターへの質問や授業の復習、ディスカッション等)が基本。とる授業にもよるが、授業以外では予習・復習の課題には1科目あたり最低週2~3時間ほどかかる。また、大きな課題の締め切り前2週間ほどはもっと増える。

④学習・研究面でのアドバイス

英語で論文を書くことに慣れていない人は、Academic English系列の授業を取ることや、留学生向けのワークショップに参加することをお勧めする。また、授業にもよるがチューターや教授は基本的に皆フレンドリーで留学生に親切なので、積極的にメールでの質問やオフィスパワーでの訪問を行うと良い。

⑤語学面での苦勞・アドバイス等

留学生向けのワークショップで「Let's talk」というものがあり、留学生や現地正規学生と交流する機会があるので参加すると良い。また、留学当初に「DELNA」という英語力診断テストの案内があり、交換留学生は受験は必須ではないが、受験すると大学の英語教育の担当者が結果と共に英語力向上のためのアドバイスをくれるので受けると良い。

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)

寮(55 Symonds)に住んだ。家賃は2週間で65NZ。他の寮より価格帯は少し高めだが寮の中で唯一一人部屋だったため選んだ。大学までは徒歩10~15分。自分専用のキッチン、シャワー、トイレもついており、寮というよりは共用スペースがあるマンションのような作りだった。大学経由で応募し、簡単なエッセイを記入し、無事に許可が出た。

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)

日本とは気候が反対。冬は雨が多く、夏は紫外線がかなり強い。大学から繁華街まで徒歩10分ほど。交通機関はバスが中心で現地でAt hopカードを作りチャージしていくシステム(学割あり)。食事は基本的に自炊。お金は現地で口座を開けし家族に送金してもらった。クレジットカードが使えない店も意外と多く、基本的に現地の銀行で作ったEftposと呼ばれるデビットカードを使用していた。

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がつけた点など)

治安は非常に良いが、22時以降は1人では外出しないように心がけていた。特に大学すぐ近くのAlbert Parkはアジア学生を狙った事件がよく起きていたので夜は行かないようにしていた。医療機関は最初は町医者にかかり、必要があれば専門医を受診するシステム。東大の保険があれば受診に通訳がつくので特に問題はない。必要があれば大学内にカウンセリングサービスもある。

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

生活費は月に5万円ほどで食費と交際費。

・留学に要した費用総額とその内訳

航空賃が安い時で往復10万円ほど。授業料は東大への学費1年分。教科書代は1科目1万円ほど払ったが他は全て大学からオンライン上で無料で配布。家賃は2週間で65ND。南島への旅行を考えるなら、15万円ほどの予算が必要。

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。大学の紹介。月5万円の支給。

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)

ジム主催のヨガやダンスのレッスンに参加した。交換留学生向けのサークルに所属し、平日のイベントや週末の日帰り旅行に参加した。その他いくつかサークルに参加し時々イベントに参加していた。長期休暇では南島や北島のオークランド以外の都市を旅行した。

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)

手厚い。事前に申請しておけばバディ制度といって正規学生のメンターがついてくれる。私はバディ制度で日本人の正規学生と出会い、手続きや大学・街案内、日常生活品の用意等を手伝ってもらった。

②大学の設備(図書館・スポーツ施設・食堂・PC環境等)

図書館は規模は駒場キャンパスの図書館と同じくらい。他の海外大学のように24時間開いているわけではない。大学の寮に住めば無料で大学のジムが利用できる。ヨガやダンス、キックボクシングなど様々なレッスンも無料で参加できる。食堂はキャンパス内にフードコート、カフェ、コンビニ、屋台があるが価格帯は周辺の飲食店と同じくらいなので私は一度帰宅して自炊やお寿司・餃子などの簡単な食べ物を持ち帰りで購入して食べていた。PC環境は、大学のWi-fiがキャンパスと寮で利用可能、キャンパスではパソコンルームがある。

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

私は特に留学時期が特殊だったので、選考に参加できる企業の選択肢がかなり限られてしまったのがデメリット。しかし、その分、受けられる企業は留学経験者にかなり好意的だったのでそれは自分としてはメリットだった。また、距離が離れると情報感度は下がるが、その分周囲に惑わされずに自分が大切にしたい価値観を軸に就活できる。

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

--

③留学中の就職活動への対策など(もしあれば)

留学経験者対象のキャリアフォーラムへの参加を視野にいれると良い。また、留学前に自己分析や説明会への参加など多少始めておくとスムーズ。就活用マッチングサービスを利用して企業の方とオンライン面談を行うのも良い。

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

<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: IT)
<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

留学先では英語力も周囲と比べて圧倒的に低く、現地での生活も初めてのことで当初はかなり苦労したが、その分成長の実感も大きく、地道に努力を積み重ねることの大切さや楽しさを改めて知り初心にかえったような気持ちである。それに加え、英語という言語の性質上か、以前よりも自分の意見を明確に発信できるようになった。また、以前よりも偏見をできるだけなくし、相手を尊重することを意識するようになった。

②留学後の予定

本学に復帰。残り1学期を過ごし、2019年3月に卒業予定。

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

ニュージーランドは、海外への長期滞在が初めての方に特におすすめです。自然豊かで、気候は温暖で過ごしやすく、治安が良く、世界幸福度ランキングでも毎回上位に位置する国なので、きっと楽しい日々が送れることと思います。良い留学生活を！

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

「Nzdaisuki.com」(<https://nzdaisuki.com/>)、「地球の歩き方」、オークランド大学HP

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18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:	オークランド大学
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 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

オークランド大学はニュージーランドの名門であり、様々な国から生徒が集まり共に勉強する場所である。都内にキャンパスがあるためアクセスが簡単で、近くにはレストラン、カフェ、博物館や公園などあり、充実した学生生活を送れる。一般的に一科目は週3回の授業があり、そのうちの1回はチュートリアルであるため生徒の学習は十分に支援されている。

留学した動機

入学時に望んでいたほど生態学の授業を履修できなかったため、他大学で留学しこの科目を専門的に学びたかったため。また、学生であるうちに国際交流を通して世界の様々な人々とコミュニケーションを取ってみたいかったため。

留学の時期など

①留学前の本学での修学状況:	2018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:	2018年	2月~	2018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	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			48	単位
	留学先で取得し、本学で単位認定申請を行う単位			6	単位
	留学後の取得(予定)単位			6	単位
⑦入学・卒業/修了(予定)時期:	2015年	9月入学	2019年	7月卒業/修了	
⑧本学入学から卒業/修了までの期間:	3年		10ヶ月間		

⑨留学時期を決めた理由:

4年では卒業論文や就活で忙しくなるため、3年であるうちに留学をしたかった。

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)

わかりやすいシステムで特に問題はなかった。何事も早めに行うことが大切だと感じた。

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)

申請後2週間以内に学生ビザが発行された。申請は約1時間で行えたが、写真の準備や家族の経済的情報を集めるのには少々時間がかかった。一度申請書を読んでから必要事項をまとめることが一番簡単なやり方だと思う。

③医療関係の準備(出発前の健康診断、常備薬、予防接種等)

歯医者での定期検診以外の準備は行わなかった。

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)

保険は指示通りに手続きを行い、一切問題は発生しなかった。ただし、派遣先の保険にも加入することが必須だったため、そちらの方の手続きを忘れないこと。

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 (PEAK)特有の手続きはなかったが、担当主任に留学の時期を報告した。

⑥語学関係の準備(出発前の語学レベル・語学学習等)

派遣先の言語は母語であったため特に準備はしなかった。

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

オークランドでは必要な物を大抵日本とあまり変わらない価格で入手できるので特に準備すべきものはない。ただし、日本製品は高いため、洗面や日用品にこだわりがある方はあらかじめ準備して持っていた方が良いと思う。

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
Global Issues, Sustainable Futures	2	●			
Principles of Ecology	2	●			
NZ Ecology and Conservation	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)

<p>全ての科目は週3回の授業があり、生態学の授業はフィールドワークを行う機会があった。教授たちは生徒の授業参加を重視し、大人数の授業でも自分の意見を発言するときもある。Principles of Ecologyでは5日間の合宿フィールドワークがあり、生態学に興味がある生徒には強く勧める。自然を楽しみながら研究と論文を書くスキルを極めることができる授業だった。</p>
<p>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</p>
<p>3つの科目を履修し、週9回の授業へ通った。授業外の学習時間は週4-5時間程度だったが、中間と期末試験期間中は平均的に1日7時間以上勉強した。期末試験前には2週間ほどの休みがあるため時間を有効に使えば十分復習できる。</p>
<p>④学習・研究面でのアドバイス</p>
<p>ほとんどの科目では毎回の授業の資料と動画がアップロードされるため、勉強するためには資料を見ながら動画を聴けることが便利だった。</p>
<p>⑤語学面での苦労・アドバイス等</p>
<p>派遣先の言語は母語であったため特に準備はしなかった。しかし、ニュージーランド英語は速いため教授によって分かりにくい人もいる。</p>
<p>生活について</p>
<p>①宿泊先(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>
<p>オークランド大学の学生寮で宿泊した。一番安い寮でも一ヶ月NZ\$800以上がかかったが、寮はキャンパスに近く、交流イベントがたくさんあるため友達は作りやすい。また、留学生と現地の学生の両方が住むため様々な出会いがある。</p>
<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>
<p>とにかく雨の日が多い。突然降り出し、突然やむため天気予報はあまりあてにならない。常に傘かレインコートを携帯することを勧める。大学周辺は安全で、特に気をつけることはない。ほとんどの移動は徒歩で十分であり、交通機関にはあまりお金を使わなかった。現地でも銀行口座を開くには手間がかかったが、お金の管理が簡単だった。</p>
<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>
<p>治安はとても良い。アレルギー反応があったため一度病院に行ったが、対応と処置もスムーズに行われた。風邪薬なども薬局で簡単に入手できる。油っぽい外食が多いため健康を気にする生徒には自炊を勧める。</p>
<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)</p>
<p>・毎月の生活費とその内訳</p>
<p>ほぼ毎日自炊する場合、食費代には一ヶ月約NZ\$280~\$300。日用品には一ヶ月NZ\$20ほど。合計:\$300~\$320</p>
<p>・留学に要した費用総額とその内訳</p>
<p>家賃:約NZ\$4,400、生活費:約NZ\$1500、旅行・遊び:約NZ\$2000。合計:\$7,900</p>
<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)</p>
<p>JASSOから毎月70,000円の奨学金が支給された。全学交換留学に応募する際にJASSOにも応募できるため便利だった。</p>

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)	
週末は友人たちとレンタカーを借り、北島を観光した。春休み中(2週間)は授業の合宿に参加し、その後南島へ旅行した。その他、博物館へ行ったり、オークランド内の観光もした。	
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)	
何事も相談できる留学生サポートセンターがあり、単位、銀行口座の開き方や授業の履修についての疑問を丁寧に解決してくれた。また、オークランド大学が要する保険制度では、精神カウンセラーと3回無料で面談できるため精神面のサポートも良かった。	
②大学の設備(図書館・スポーツ施設・食堂・PC環境等)	
図書館とスポーツ施設はきれいで充実しており、特に文句はない。食堂という場所はなかったが、学内には小さなフードコートやカフェがある、PCを持参しなくてもキャンパスで借りられるところはたくさんある。	
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	
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	
留学前は進路に迷っていたが留学先で受けた授業のおかげで自分の興味ある分野や目標を明確にすることができた。就職活動も行うが、大学院受験を重視することに決めた。	
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	
知り合いが一人もいない環境に行き、また一から友達作りをすることが不安だった。だがこの経験を通して、社交性を極め、また友達作りにおいての自分の価値観をより深く知ることができた。また、進路を明確にし、将来への目標を見つけられたことを成長だと感じる。	

②留学後の予定

学部4年生になったため主に就職活動と大学院受験で忙しくなる。また、留学中に勉強したことをヒントとして卒業論文のための研究も始める。

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

これほどの支援があり、安全に海外へいける機会は留学中のみ！休み中に行ける旅行とは違い、他国の文化を深く経験し楽しむことができる。初めて海外へ行く学生でも、東大と派遣先の大学の両方のサポートがあるため安心して暮らせる。新しい経験をチャレンジとして捉え、自分ができるとは思わなかったことに挑戦してみてください。

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

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11月14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:	オークランド大学
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 checked="" type="checkbox"/>	4. 非営利団体
<input checked="" type="checkbox"/>	5. 民間企業(業界: 商社・コンサル・金融)	<input type="checkbox"/>	6. 起業
<input type="checkbox"/>	7. その他()		

派遣先大学の概要

ニュージーランドでは最大の大学かつ、大学ランキングでも本学より上位に位置するオセアニアを代表する大学である。マオリ学や太平洋学など、他に類を見ない学部を擁し、ニュージーランドの大学としての存在価値を高めている。

留学した動機

先住民・移民など社会において周縁的な人々のメンタリティを卒業論文のテーマにしようと考えている。アジア系・太平洋系・マオリ人など、こういったマージナルな存在について、上記学部などの設置により、しっかりと研究が進んでいることから留学を希望した。

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	7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	9月頃に	行った
⑥本学での単位数:	留学前の取得単位			39	単位
	留学先で取得し、本学で単位認定申請を行う単位			14	単位
	留学後の取得(予定)単位			37	単位
⑦入学・卒業/修了(予定)時期:	2014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:	6年		0ヶ月間		
⑨留学時期を決めた理由:					

半年間では留学先に慣れるだけで終わってしまうと感じており、1年かけてしっかりと理解を深めたいと考えたから。また、帰国後にスムーズに就職活動に接続させるため。

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)

とても煩雑でわかりづらい上に、必須加入保険などで予想以上に費用がかさむ。十分な余裕を持って行うこと。

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ビザは、帰国のチケットの提示が求められる。Air New Zealandの帰国予定日のノーマルチケットを購入し、ビザ申請フォームに提出後に払い戻すことをオススメする。この際できるだけ限り帰りを遅くしたチケットを買わないと、帰国便に合わせてビザ期限が決められることもあるため、学校終了後に旅行などをする時間がなくなることもあるので注意。②NZに滞在できるだけだけの資金提示が求められる。100万円あれば大丈夫だと言われるだけに事前に親などに相談し目処をつけよう。

③医療関係の準備(出発前の健康診断、常備薬、予防接種等)

特に問題ないが、虫歯だけは気をつけよう。

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)

NZは旅行するならばレンタカーが一般的なため、運転に関しても含まれる保険に加入することが望ましい。

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)

学科主任からの承認としてサインをもらう。

⑥語学関係の準備(出発前の語学レベル・語学学習等)

オークランド大学はIELTS6.0で出願できるが、そのレベルの英語力では非常に困るので、しっかりと留学前から英語には磨きをかけること。4000～5000単語が掲載されているレベルの単語帳程度には熟達していないと、現地での授業のキャッチアップに苦しむ。

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

単位互換や留学後に必要な書類や内容は留学中にまとめて終わらせてしまおう。(単位互換は授業内容や日付が必要なため、帰国後は資料紛失などの恐れがあり、非常に労力がかかる)

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
Asian 140	2	●	Maori 190	2	●
Maori 130	2	●	Pacific 206	2	●
Pacific 105	2	●			
Anthropology 100	2	●			
Chinese 200	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)
太平洋研究・マオリ研究・アジア研究を中心に履修した。特に太平洋研究とマオリ研究はエンパワーメントの色が濃く、プライド高く、意欲的な講師陣が多かった印象を持っている。また、所謂なキウイとは異なったニュージーランドの様相について知る事ができ、この国の良くも悪くも多面性を窺い知ることができる。
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学期最大5コマかつ、2学期合計8コマまでしか履修できない。1コマ3時間(2時間の講義と1時間の少人数ゼミ)が原則なため、自分が納得して、理由を明確にした上で授業を取るべき。(予習復習課題の量が多いため。)
④学習・研究面でのアドバイス
時間はどれだけでも費やせるし、支援体制も整っているが、それらを活用するかはひとえに個人の意思に任されている。基本的に留学生だからといって甘やかしてはくれない。
⑤語学面での苦労・アドバイス等
今までの教育で慣れ親しんだアメリカ英語ではないため、慣れない事が多いと予想される。NZ英語に慣れるためには、とにかく事前に学習したり、わからない単語があれば調べる、地元の人と会話をするといった地道な手段しかない。
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)
オークランドの家賃は高く、4人共用のフラットで月額890NZDであるため、シェアハウスを見つける形でもいいかもしれない。ただ、寮生であれば、大学のジム使用权(寮によってはWifiも)や寮生との交流もあるため、素晴らしいオプションであることは間違いない。ただ、シェアする相手は選べないため、ストレスフルになる可能性もある。
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)
基本的にはデビットカード方式での支払いが一般的。クレジットカードだと手数料を要求されることもあるため、現地の銀行口座を開き、そこに送金してもらうのがベターな方法ではあるが、人によってはよりよい選択肢もあるだろう。
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)
治安は悪くない。南オークランドだけは、夜に行くときは気をつけた方がいいかもしれない。
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
航空費往復10万円。寮費 ¥ 75000/月。食費 ¥ 15000~20000(自炊)+外食代(¥ 1000~/回)。

・留学に要した費用総額とその内訳

210万円(寮費食費120万円+東京大学への学費54万円+飛行機代10万円+旅行費20万円+交遊費6万円)

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)

JASSO・月7万円・東京大学への奨学金応募

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)

スペイン語クラブに加入していた。サルサクラスに応募し、受講生とともにサルサクラブに踊りに行ったりした。また、ジムに通っていた。長期休暇は隣国オーストラリアやニュージーランドの他地域を訪れていた。

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)

英語を母語としない学生向けの支援室があり、英語で話す機会には探しさえすれば恵まれる。ただ、自ら助けを求めないと何もしてくれないので、勇気を持って支援を自分の力で探す事が大事。

②大学の設備(図書館・スポーツ施設・食堂・PC環境等)

wifiがよく通じる。ジムが非常に充実しており、寮生は無料。食堂は高く、貧弱。図書館は試験前には混み合うが、それ以外は比較的すいている上に、日本語書籍も多く蔵書。

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

まだ行っている途中である。

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

大学の成績やそこで得たスキル・知識が就職で重要視される、履修できるコマ数に上限があるため、一つ一つの授業に対しては真剣に取り組む。そのため、私自身授業に参加する際に、目的意識を明確にすることにした。

③留学中の就職活動への対策など(もしあれば)

就職について考えるより、留学中のことに全霊を捧げることに注力していた。

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:) |
| | 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

ボランティア活動や、長期休暇中にインターン等をしていればよかった。もう少し現地社会にとけ込めていただろう。

②留学後の予定

就職活動を行う予定。

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

単位互換については、大学側からの告知が少ないが、資料が手元にあり記憶がフレッシュなうちにしっかり留学中に終わらせてしまうことが肝要である。留学自体は多角的なモノの見方に触れるという意味で、人生において無駄だと感じることは全くなかった。

その他

役に立ったウェブサイト

<https://kiwi-english.net>

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。

無し