

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 8月 10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4 |
| 参加プログラム: | 全学交換留学 | 派遣先大学: | シンガポール国立大学 |
| 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:金融) | | 6. 起業 |
| | 7. その他() | | |

派遣先大学の概要

1905年創立。11の学部を擁する総合大学で、メインキャンパスはシンガポール南西部のケントリッジに位置する(法学部などは別キャンパス、また交換留学生は履修科目に制限があるため注意)。シンガポール国内では南洋理工大学と並ぶ名門校だが、近年はTHEやQSなどの各種大学ランキングにおいてもアジアトップを獲得し、世界的にも高い評価を受けている。

留学した動機

- ①自らの価値観を相対化すること
- ②海外の優秀かつ勉強熱心な同世代と学ぶこと
- ③語学力の向上

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 | 8月~ | 2017年 | 12月 | |
| | 学部4 | 年時に出発 | | | |
| ④留学後の授業履修: | 2018年 | 学部5 | 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 | 12月頃に | 行う予定 |
| ⑥本学での単位数: | 留学前の取得単位 | | | 36 | 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 | | | 32 | 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:

単純に早い時期から留学を意識していたわけではなく、準備が遅かったため3年生の学年末から留学することになった(少し複雑だが、シンガポール渡航前に中国で既に1学期留学している)。オーソドックスな3年秋からの留学に比べて、留学が就活の本選考の時期と被るため何かと忙しくなるが、3年次にインターンに参加してから留学に行けるため、少し就活を経験してから留学できるのはメリットかもしれない。

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)

先方から送られてくるメールや書類などに目を通せばよい。ただ寮費や食費(meal plan)など金銭関係の支払いなども多く複雑で意外と忘れがちなので、早めに留学同期と連絡を取ってお互いにミスが無いか確認した方がよい。

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)

現地でStudent's passを取得。基本的には授業開始の前の週のオリエンテーションで手続きし学内で手に入れることが可能だが、オリエンテーション時に現地に到着することができない場合、自分でICA(入管)のオフィスまで足を運んで申請しなければならない。私は実際にICAで手続きしたが、最低半日は潰れると思ったほうがよい。また、1年間の留学の場合は日本で健康診断を受け所定のフォームを埋めることが必要。

③医療関係の準備(出発前の健康診断、常備薬、予防接種等)

半年の留学だったので健康診断などは特に行っていない。薬はいくつか持病の鼻炎用のものを持っていった。予防接種は特に行わなかったが、休暇中に近隣諸国へ旅行するなら済ませておいたほうがよいだろう。

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)

東大から案内される保険に加入。

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)

留学許可願などを学部の手続きに従って提出した。ゼミ・卒論に関しては特に手続きせず。

⑥語学関係の準備(出発前の語学レベル・語学学習等)

東大の学内選考のためにIELTSを受験。

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

Kindleは便利。書籍の現物をもっていくと飛行機などの預入荷物の重量制限にひっかかりやすい。また、洋書の場合Kindleで教科書が安く買えるケースも多い。

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 |
|-------|-----|---------|--------------------------------------|-----|---------|
| | | | Japan and the Asia-Pacific Region | 4 | ● |
| | | | Government and politics of Singapore | 4 | ● |
| | | | Asia and the Modern World | 4 | ● |
| | | | | | |
| | | | | | |

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)

各科目週2時間の大人数授業に加えて、隔週でチュートリアルと呼ばれる少人数ディスカッションを2時間行う。それとは別の形式として、Seminarと呼ばれる週1回3時間の少人数授業だけを行うものもある。

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

3科目計12単位を履修。科目にもよるが、平均して50ページ程度のリーディング課題が毎週出するため、各科目毎週10時間程度は勉強しないといけない。また、エッセイなどの課題(1回2000words程度)が学期中に数回出するため学習時間がさらに延びることもある。

④学習・研究面でのアドバイス

1学期あたり3~5科目を履修することになるが、基本的に文系っぽい科目をとるとリーディング課題が大量に出ることになるため、あまり科目数を増やさないほうがよい。一応科目ごとにレベルや想定学習時間などが設定されているが、アテにならないので1週目一通り授業に出てみて合わなければ積極的に履修訂正を行うことを勧める。

⑤語学面での苦勞・アドバイス等

特にチュートリアルなどでシンガポール人の学生とやり取りする機会が多いが、シングリッシュが理解できず、落ち込むことが多かった。ただ、シングリッシュに関しては慣れというか、仕方ない部分もあるので最低限自分が伝えたいことを伝えられるように努力し、向こうが言っていることはある程度理解できなくても仕方ないぐらいの割り切りが必要かもしれない。(こちらの事情を知っているルームメイトなど親しい間柄の学生だと、訛りの少ない英語で話しかけてくれることも多い。)

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)

学内のUtownと呼ばれる地区にあるResidential College4(通称RC4)に住んでいた。基本的にUtown内のどこかが割り当てられる。個室とルームシェア(各々の個室に加えて共有リビングを6人でシェアする)の2タイプがあるが、後者をオススメする。家賃は様々だが、一学期30万円程度を見ておけば良い。どの寮も新しいので宿舎は清潔であることが多い。寮に関しては先方からのメールで案内が来る。

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)

熱帯でありスクールが多いが、気温そのものは日本の夏よりひどくはない。NUSはシンガポールの中心街から離れているので観光などをやる際はやや不便かもしれない。近隣諸国での野焼きによる大気汚染(ヘイズ)がひどいと聞いていたが、あまり問題は感じなかった。食事は学内で取るのが基本(学外のレストランだと日本の2~3倍ぐらいいはする)。お金は基本的にクレカのキャッシング機能を利用。利便性・経済性の観点からこれがベスト。

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。医療機関についても保険さえあれば満足なサービスが受けられる。授業課題の負担がかなり重いのでふさぎ込みがちになることもあったが、学内のジムを利用してリフレッシュを図っていた。

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

家賃35000円、食費25000円、雑費(インターネット、交通費、観光費)5000円

・留学に要した費用総額とその内訳

上記5ヶ月分+往復交通費8万円、休暇中に就活の関係等で一時帰国した交通費(2度)も含めると計50万円程度

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)

JASSOの奨学金を受給(月額10万円)。留学内定後東大からの案内が来る。

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)

寮が3つのフロアごとにチームに分けられており(ハリーポッターみたいなイメージ)、チームごとに度々イベントがあるので参加していた。また、寮ごとにスポーツ等を行うサークルもありたまに顔を出していた。Recess Weekと呼ばれる1週間程度の休暇が学期半ばにあり、その際はインドネシア(ジャカルタ)へ旅行した。

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)

基本的に教務課から留学生へのサポートはあまりないと感じたが、ルームメイトに相談すれば大体のことは教えてくれるので不便は感じなかった。メンタルケアについては“Accept myself as I am”のようなポスターが学内のいたるところに貼ってあり、本科生・留学生問わずかなり力を入れているように思えた(高いGPAを取るための勉強が辛く、自ら命を絶ってしまう学生がしばしばいるため)。

②大学の設備(図書館・スポーツ施設・食堂・PC環境等)

図書館:いくつか存在するものの、寮が位置するUtownからは遠いので不便。スポーツ施設:Utown内に設備の整ったジムが存在。学生は無料で利用可能。食堂:TembusuやRC4などの寮はmeal planが強制的についてくるので朝夜はそれらを主に食べる(が、まずい)。Utown内のフードコートで食事を取ることが多かった。PC環境:ネット環境が微妙で、寮の部屋は有線回線しかないため無線LANを飛ばしたい場合はルーターを自分で用意すること(Clementiなどキャンパス近辺にある量販店でも販売されている)。

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

メリット:交換留学については直接的なメリットはあまりないと感じたが、面接で何度か留学経験を問われたし、内定者も留学経験者が多いので間接的に有利に働いているのかもしれない。
デメリット:筆者が4年次で留学したことも関係しているが、時間的・金銭的負担が辛い。一時帰国してインターンに参加することもあったが、その際の交通費は自費であった。

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)

留学中でもスカイプを用いるなどして国内採用の面接が受けられることもある。また、ポストンキャリアフォーラムなど留学生向けの就活イベントもある。ただし、こちらはオックスブリッジやアイビーリーグなどの海外一流大学の正規生がcompetitorとなるため、あまりアテにはしないほうがよい(交換留学生はESで切る会社も多い)。事前のレジュメの準備や電話面接なども大変なので国内選考に専念するのもアリだと思う。

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

- | | |
|-------------------------------------|--------------------------|
| <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: 金融) |
| <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

よく言われていることだが、留学は価値観を相対化する好機であると思う。国際関係論などを中心に履修していたことやクラスが多国籍であったことから強くそれを感じた。また、価値観の多様性を重んじる文化はある。シンガリッシュが理解できず萎縮しがちだったが、貴重な日本人学生ということで逆に発言や意見を求められることもあった。

②留学後の予定

1年留年し、5年の4月から東大で勉学を再開、トータル5年で卒業する予定。就活は12月に帰国して1月に終えた。

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」を一括りにして考えないことが重要かもしれない。
私は半年ずつ中国とシンガポールに交換留学していたが、それぞれの国の社会状況も違えば、大学で履修していた科目も違う(留学生の場合履修制限があることが多い)ため、振り返ってみると同じ留学でもここまで異なると思わなかった。
身の回りの先輩などから情報を得て、自分が留学に求めるものと合致するか確かめたほうがよいと思う。

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

Go Globalに載っている各種体験記。NUSに関しては日本人会のようなコミュニティが存在せず、まとまった資料が存在しないため情報を得たい場合先輩などに直接相談するのがよい。

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 9月11日

| | | | |
|-------------------------------------|---------------|--------------------------|--------------------|
| 東京大学での所属学部・研究科等: | 工学部 | 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: | シンガポール国立大学 |
| 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

シンガポール国内唯一の国立総合大学。在籍学生数は30000人以上と大規模な教育機関であり、THEやQSの世界大学ランキングでも東大を抑えアジア1位を維持しており、研究・教育水準共に世界トップレベルを誇る。

留学した動機

進学を考える中で、大学院というステージにおいて、熱意を持って学問に向き合い、成果を生むためには、自らが学ぶ事象への確固たる軸の形成が不可欠であると考えた。そのためには、学部生の時期に、将来のビジョンや興味分野における自分の考えを徹底的に叩き上げる機会が必要であり、「環境の違い」と「専門分野でのハイレベルな研究環境」を併せもつNUSでこの徹底的内省を行おうと思ったため。

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: | | | | | |
| ③留学期間等: | 2017年 | 8月~ | 2018年 | 5月 | |
| | 学部3 | 年時に出発 | | | |
| ④留学後の授業履修: | 2018年 | 学部3 | 年生の | S2 | 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 | | | 20 | 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 | | | 22 | 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:

理系であるため、卒業研究に向けた研究室配属時期を考慮すると、3年の夏出発以外に候補がなかった。

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)

現地大学からのメールは頻繁に確認して見落とさないように。また、NUSはHIVと結核について陰性である検査結果の英語での診断書を持ち込むことが必須であるため、時期に余裕を持ってトラベルクリニックで検査を行うことを勧める。

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)

ビザは学生ビザであった。事前の申請は不要であり、シンガポール到着直後は観光ビザで入国し、観光ビザの期間中(1ヶ月間)に大学の指示に従い、大学の事務を通して学生ビザを申請した。出国から約3週間後に正式なビザを手に入れた。

③医療関係の準備(出発前の健康診断、常備薬、予防接種等)

上述の通り、HIVと結核の検査が必須。また、周辺のアジア諸国に旅行に行くこともあるので、それに備えて狂犬病、破傷風、A・B型肝炎の予防接種を受けることを推奨する。

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)

東京大学から案内を受ける、付帯海学という保険が包括的であったため、それにのみ加入した。

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)

留学計画書を学科の事務室に提出した。

⑥語学関係の準備(出発前の語学レベル・語学学習等)

出発前時点ではリスニング、リーディングに関しては準ネイティブレベル(IELTS: 8程度)、ライティング、会話については無対策(IELTS: 6程度)。現地での学習においても人付き合いにおいても、リスニング力が最も重要であり、かつ最も足りていないところであると痛感した。受験単語帳の例文CD, TEDなど、1人である時も常に英語を聴くようにしていた。

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

Kindleを持参すると読書が捗る。留学期間中は週1冊ペースで本を読んだ。和書も洋書もスペースを取らずにいつでも読めて良い。

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 |
|---------------------------|-----|---------|---|-----|---------|
| Fluid Mechanics | 4 | | Music and Computing | 2 | |
| Environmental Processes | 4 | | Radiation-Scientific Understanding | 4 | |
| Clean Energy and Storage | 4 | | Geopolitics: Geographies of War & Peace | 4 | |
| Natural Resources | 4 | | | | |
| Innovation and Enterprise | 4 | ● | | | |

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)

前半の学期は4つの授業を履修していた。座学+演習がセットになっている授業スタイルであり、適切に課題と復習に従事した。後半の学期は4つの授業を履修登録したが、そのうちの3つを聴講に切り替え、可処分時間のほとんどを興味分野への研究・学習へと充てた。同じ東京大学で研究員としてNUSに所属している先輩のいる研究室に入り浸っていた。

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

一学期あたり4つの授業を履修するのが、留学生として一般的であった。各授業、週2時間ほどの座学に加え、10時間ほどの授業時間外の学習時間が必要となり、平均して1日5時間程度はコースワークの処理に時間を使うことになる。

④学習・研究面でのアドバイス

留学生は全体の1割もないので、それだけでTAや先生が親切に対応してくれる。先生に自分の存在を認識してもらい、気にかけて貰うことがとても大切であると思う。

⑤語学面での苦労・アドバイス等

プライベートで、英会話の練習ができるようなネイティブの友達を作れると劇的に会話力が向上する。

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)

大学の寮に住んでいた。家賃は朝晩の食事付きで6万円程度であった。受け入れ採択後に、大学から案内が来るのでそれに従って手続きをした。

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)

気候は常夏で、ほぼ毎日夕方にスコールが降る。しかし、湿度はそれほど高くなく、また雨に濡れないようにそこら中に庇があったため比較的快適に過ごせた。中心部から電車で45分ほどの所に大学があり、中心部へ移動する場合は、主に、日本のタクシーの1/3程の価格帯であるUberを使っていた。ローカルフードを食べると辛くてお腹を壊すことがあるので要注意。海外送金については、クレジットカードの海外キャッシングに依存した。

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)

加入していた保険のカバー範囲で、指定の医院では医療費が無料なので、積極的に受診するようにした。風邪、不眠症、ピアスの炎症による耳の手術などに関する受診が全て無料で済んだ。

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

毎月の生活費は約1200ドル(約10万円)。内訳は、家賃+朝晩食費: 650ドル, 昼食+交際費: 300ドル, 交通費: 150ドル, その他: 100ドル。

・留学に要した費用総額とその内訳

総額約12000ドル(約100万円)。内訳は上述の毎月の生活費9ヶ月分: 10800ドル, インドや中国への旅行への諸費用: 1200ドル。

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の海外留学奨学金(月額10万円×10ヶ月)を受給していた。採択後に東京大学から案内がきた。

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)

高校生の頃からDJを続けていたこともあり、DJができる現地大学のサークルに所属し、週末はよく、中心地にあるクラブに遊びにいき、音楽イベントを楽しんだり、自分もDJとしてパフォーマンスをしたりしていた。

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)

利用したことがないため、詳細はわからないが、包括的なサポート体制は存在している。

②大学の設備(図書館・スポーツ施設・食堂・PC環境等)

テスト前2週間は24時間開館している図書館がある。また、学生が居住する区画がUniversity Townとして開発されており、ジム・プール・フードコート・スーパー・24時間営業のSTARBUCKS COFFEEが併設されている。PCブースも学内に多数ある。

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

就職活動を未だ行っていない。

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

就職活動を行う予定はない。

③留学中の就職活動への対策など(もしあれば)

留学中に就職活動をしていない。

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 checked="" 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 type="checkbox"/> | 5. 民間企業(企業名又は業界:) |
| <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

多くの学生は、目の前にある全てのことにおいて、優秀な結果を残そうと頑張ってしまう。NUSへの留学は、この忙しい競争と努力の喧騒から自分を分離してくれたと思う。それまでは、その瞬間瞬間において誰かの評価の上で少しでも見栄を張りたいたいと思って生きてきた節があったが、留学の途中で、人生を以って自分が何を成すべきかを真剣に考えた結果、取り組むべきことの軸が見つかり、現在は興味分野の学習と研究に一極集中して取り組んでいる。

②留学後の予定

アメリカの大学院博士課程への進学を考えている。そのために、国際的な場での研究発表の実績を、卒業までに多く作って行く予定。

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

1年は長く短し。

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 8月 5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: | シンガポール国立大学 |
| 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

大学ランキングでアジア1,2位を争うシンガポールで最も歴史のある総合大学。学生数33,000人。そのうち留学生が三分之一を占める(東大は約5%)

留学した動機

グローバルな場で自分が現時点でどれほど通用するかを試したかった。また語学力や忍耐力、適応力などの能力を伸ばしたかった。

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 | 8月~ | 2018年 | 5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 | 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 | 7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 | | | 15単位 | |
| | 留学後の取得(予定)単位 | | | 15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 | | 0ヶ月間 | | |

⑨留学時期を決めた理由:

3年秋学期からが一般的な留学時期だったため。就職活動が満足に行えなかったため、一学期だけでもよかったかもしれない。

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)

東大やNUSから来るメールをしっかりとチェックし、締め切りを守る。

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)

学生ビザ。留学生はシンガポール国立大学にて一括で登録するので、大使館へ行ったりする手間はかからなかった。

③医療関係の準備(出発前の健康診断、常備薬、予防接種等)

風邪薬、胃薬、消毒薬など一般的な薬類を一通り持って行った。予防接種は念のためA型肝炎、B型肝炎を(半年かけて3回接種が必要)受けたが、始めるのが遅く、結局3回受けきれなかった。早めの準備が必要。

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)

東大の加入必須の保険(10か月で10万円弱)。特殊な事情が無い限り、これさえ入っておけば大丈夫。

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)

指導教員、学科長から承認印をもらう。4年で卒業することも考え、通常4年1学期に取る授業を3年1学期で取った。

⑥語学関係の準備(出発前の語学レベル・語学学習等)

2年秋冬にIELTSを受けてそれぞれ6.5と7.5だった。通学時にシャドーイングをしたり、フィリピンに語学留学に行ったりして出発前に英語力をなるべく上げるようにした。東大で英語で行われる授業をできたら取っておくといいかも。(自分は付いていけず挫折)

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

Kindleなどの電子書籍リーダー、スーツ(現地で日系の就活イベントに行く場合)
現地社会や政治、文化についてある程度勉強しておく、より充実した留学生活が送れるかもしれません。
英語に加えて、中国語(普通話、広東語、福州語など)、マレー語、タミル語など触れておくと、現地で役に立つかも?

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 |
|--|-----|---------|--|-----|---------|
| Japan and the Asia Pacific Region | 4 | ● | Industrializing Singapore and Southeast Asia | 4 | ● |
| Globalization and Asian Cities | 4 | ● | Introduction to Comparative Politics | 4 | ● |
| The Government and Politics of Singapore | 4 | ● | Social Transformation of Modern China(聴講) | 4 | |
| | | | | | |
| | | | | | |

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)

週一回の講義と隔週のチュートリアル(少人数でプレゼンやディスカッション)から成り立つ授業がほとんど。全ての授業で期末エッセイ、プレゼンテーション(グループorペアor個人)、期末テストが課される。

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

留学生は3つか4つの人が多かった。自分は単位にある程度余裕があり、一科目あたりに多く時間を割きたかったので、3つにした。それでも発表や期末Essay提出が重なる学期後半はかなり忙しいこともあった。発表やEssayが無いときは、一科目につき週に5,6時間ほど勉強していた。(主に課題文献の予習)

④学習・研究面でのアドバイス

チュートリアルでは発言を求められることが多いので、事前に自分の意見を考えてノートにメモしたりしておくと思う。講義も事前に文献を読みこんでおけば理解度が深まるし、積極的に参加できる。

⑤語学面での苦労・アドバイス等

シングリッシュと呼ばれる現地の英語は訛りがきつく、聞き取るのにかなり苦労した…。ヨーロッパ系やオーストラリア人の英語もややきつかった。その反面、東南アジア・中国系やアメリカ人とは比較的コミュニケーションが取りやすかった印象があった。シンガポール人は一対一の時は、標準英語や遅めの発話でこちらに配慮してくれましたが、複数での会話は結局あまり理解できずじまいだった。

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、宿舎の様子、見つけた方法など)

UtownのRC4という学内寮を割り当てられた。エアコン、朝夕食付で一学期当たり30万円ほどだった。NUSでは最も新しい寮の一つで部屋も7帖くらいあり、快適だった。1フロアに40人くらいで、うち交換留学生は2,3人。

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)

日本の夏よりは過ごしやすい印象。1学期はエアコンも使わなかった。すぐ向かいの道路のバスで都心まで40分くらいで行ける。交通費はバス・地下鉄ともに東京の半分くらいで、かつ共通運賃なのでトータルではかなり安く済む。正直寮の食事は口に合わないものもあった。5分ほど歩いたところにある大学の食堂では中華・インド・マレー・欧米・和食など各国料理が手ごろな価格で食べられる。現地で銀行口座は作らなかったため、お金はクレジットカードのキャッシングで用意しました。大学の食堂はスマホ決済を進めるために、スマホ決済50セント引きキャンペーンを最近始めたらしく、それを利用したいなら銀行口座を作る必要がある。

| |
|---|
| 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) |
| 治安は良い。日本人向けの病院がオーチャードやシティ・ホールなどいくつかあるが、治療費はかなり高い。保険には必ず入っておくべき。 |
| 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 |
| 寮代(朝夕食含む):800S\$ 交通費は東京よりもかなり安い(地下鉄・バスともに初乗りが0.8S\$くらい。空港・大学間の移動は3S\$かからない)。バスと地下鉄の運賃が連動していて、お得。 |
| ・留学に要した費用総額とその内訳 |
| 寮代8000S\$+外食代1600S\$+飛行機代(3往復)15万円+書籍・教科書100S\$+その他もろもろで、大体100万円ちょっとかかったと思われる。 |
| 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) |
| 東大を経由して TheFung Scholarshipsから月5万円頂いていました。 |
| 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) |
| Utownにある寮は、3フロア分の住人が割り当てられるハウスという制度があり、ハウス単位でスポーツ大会やパーティーなどのイベントがしばしば開かれる。極力そういったイベントには参加するようにしていた。サークル活動はNUSでは、大学全体というより寮単位での活動が主流で、私は寮のドッジボール・サークルやロッククライミングに参加した。週末や長期休暇は市内観光や近隣諸国に旅行にいたり、貯まった課題を片づけたりした。 |
| 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) |
| 寮や大学、日本研究会などが、留学生向けにバディー制度を持っているので、積極的に申し込むといいと思う。シンガポール人や他の交換留学生と知り合う良い機会である。 |
| ②大学の設備(図書館・スポーツ施設・食堂・PC環境等) |
| 総合図書館は、私が所属していた人文社会学部の敷地にあつたので、授業に行くときはよく利用していた。蔵書数はかなり多く、予約制で使えるディスカッションルームや個室の自習室もある。NUS生なら無料で使えるジムがUtownにあり、よく使っていた。各学部及びUtownに食堂が配置されており、リーズナブルに各国料理が楽しめる。WiFi環境も良好で、Utownのパソコン室ではMacやWindowsパソコンが自由に使える。 |
| 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 |
| NUSは2学期が5月中旬には終わるので、帰国前にエントリーシートを出すなどしておけば、ぎりぎり正規の日程で就活ができると思う。ただ説明会やOB訪問、座談会への参加を考えると、納得いく就職活動は難しいかもしれない。私は6月に東京キャリアフォーラムなどの説明会に行き、夏季選考を利用した。(正規選考とは別に、主に留学生向けに夏季選考を行っている企業は意外と多い。ただし採用率は少ない) |

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

1,2年生で既に長期インターンに行くなどキャリア意識の高いシンガポール人学生に刺激を受けた。現地で働く日本人の話を聞く機会もあり、グローバル、特にアジアで働きたい気持ちは高まった。一方で語学力含め自分の実力はまだまだであり、向上心をもって今後の大学生活を送りたいと感じた。

③留学中の就職活動への対策など(もしあれば)

キャリア・フォーラムが毎年10月頃にシンガポールであるみたいなので、就職意識のある人は申し込んでみるといいと思う。

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

知り合いが全くいない環境に行くため、新たにアイデンティティを確立する必要に迫られる。10か月足らずという短い期間で人が大きく成長することはそうそう無いと思うが、少なくとも自分が日本の外で生きていくうえで何が足りないのかは分かってくる。留学から帰ってきた後もそれを意識して努力を継続して初めて留学が意義あるものになると思う。

②留学後の予定

就職活動やインターンなど。

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

普段と違う環境に飛び込んでみることで、新たな気づきを得られると思います(自分の可能性や限界、外国の人の価値観など)。東大での勉強や部活・サークルなど忙しいかもしれませんが、短期間でも海外に出ることで見方が変わるかもしれない。その際しっかりと目的意識を持つことは大切ですが、くよくよ悩むくらいなら思い切って行ってしまった方がいいと思います。(もちろんそれなりに労力と時間がとられますが)。私は最初異国で一年もやっていけるか不安で仕方無かったが、行ってしまえば案外なんとかなります。できる準備だけはしっかりやっておきましょう。交換留学やNUSに関する事なら多少は相談に乗れると思うので、よかったら連絡ください。

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

留学体験記・Go Global(駒場)においてある月間報告書など

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。