

## 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年未満用)

The University of Tokyo Study Abroad/Student Exchange Program Report Form (for programs from one semester to a year)

記入日/Date: 2019/7/18

■ID: A18093

■参加プログラム/Program: 全学交換留学

■プログラム情報/Program info.: <https://www.u-tokyo.ac.jp/adm/go-global/ja/program-list-USTEP.html>

■派遣先大学/Host university: ウォーリック大学

■留学期間/Program period: 9/24/2018 ~ 6/29/2019

■東京大学での所属学部・研究科等/Faculty/Graduate School at UTokyo: 文学部人文学科 美学芸術学専修

■学年(留学開始時)/Year at the time of study abroad: 学部3年

■留学を決めるまでの経緯/How and why did you decide to study abroad?:

映画学に関して体系的に学びたかったため、また学部生のうちに英語力を伸ばしたかったため2年生の4月ごろに留学を決めた。

## 留学の時期について/About the timing of the study abroad period

■留学前の本学での修学状況/Academic status BEFORE the program:

2018年/Academic year / 学部3年/University year / S2学期まで履修/Completed semester

■留学中の学籍/Academic Status during the studying abroad/program:

留学

■留学後の本学での修学状況/Academic status ON RETURN:

2019年/Academic year / 学部4年/University year / A1学期から履修開始/Semester

■留学にあたってこの時期を選んだ理由/Reason for choosing this period to study abroad:

進振りや卒論に影響が出ないため。

## 学習・研究について/About study and research

■留学先で履修した授業科目と単位数の詳細/Subjects taken and credits earned:

Theories of the Moving Image/7.5

Film History/7.5

Visual Cultures/7.5

Film Criticism/ 7.5

■留学中の学習・研究の概要/Overview of the study/research during study abroad:

授業の前に予習課題(主にリーディング)が課された。とても量が多く、授業期間は常に課題に追われていた。復習はレポートや試験の際に行った。全て映画に関する授業であったが、この予習課題と授業中に見る映画(1授業につき週1、2本)を踏まえて1時間ずつの講義とセミナー形式の授業が行われる。

■留学先での1学期あたりの履修科目数と履修単位数/Number of subjects registered per semester and credits earned per semester:

4~6 科目/Subjects / 11~20 単位/credits
■ 1 週間あたりの学習・研究に費やした時間/Hours spent for study/research per week :
21 時間以上 時間/hours
■ 学習・研究以外の活動で取り組んだもの/Activities you took part in other than study/research :
ボランティア
■ 学習・研究以外の活動で取り組んだものの内容、または取り組まなかった理由/Details of the activities you chose, or the reason why you did not take part in any activity other than study/research :
学内で映画上映を行なっている団体でボランティアをした。
■ 週末や長期休暇の過ごし方/How did you spend the weekends and vacations? :
週末は予習やレポートに追われていた。長期休暇はヨーロッパなどに旅行した。

派遣先大学の環境について/About environment at the host institution

■ 設備/Facilities :
図書館は 24 時間利用可能であった。利用していないがジムやプールなどもあった。カフェは図書館などにあったが教室から遠かったためあまり利用しなかった。wifi は大学全体で使用できる。
■ サポート体制/Support for students :
World@Warwick という language exchange などを行っている団体があった。授業ごとに先生や TA の方が相談に乗ってくれる。

プログラム期間中の生活について/About life during the program

■ 宿泊先の種類/Type of accommodation :
学生寮
■ 宿泊先の様子、どのように見つけたか/Environment around the accommodation and how did you find it :
オンキャンパスの寮に申し込んだが人数が多く入れなかったため大学から別の寮を紹介された。大学からバスで 10~25 分ほど。トイレ・シャワー付きの個室。キッチンが 25 人ほどの共用。

■ 気候、大学周辺の様子、交通機関、食事等/Climate, environment around the institution, transportation, food, etc. :
気候は冬は寒く暗い日が多い。大学の周囲は公園や住宅地だが、ショッピングセンターもあり買い物には困らない。大学周辺はバスは本数が多いが、朝は頻繁に遅れている。人が多くて乗れないこともある。
■ お金の管理方法、現地の通貨事情/Management of money and situation about local economy :
ほぼ全てクレジットカードで行った。だいたいどのお店でも使える。
■ 治安、医療関係事情、心身の健康管理で気をつけたこと等、危機管理/Aspects of risk and safety management, local health care system, and any actions taken to maintain your health :
治安はそれほど悪くないと感じた。

留学前の準備・手続きについて/About preparations and procedures before studying abroad

■ 留学先への入学手続き/Procedures for enrollment required by the host institution :
ビザの書類や指導教員の推薦書などが必要だったため前もって準備した。
■ ビザの手続き/Procedures to obtain visas :
Tier4. 指示の手順通りに行った。申請してから 2 週間ほどかかった。

<p>■医療関係の準備/Preparations or actions taken to maintain your health :</p> <p>歯医者に行った。</p>
<p>■保険関係の準備/Preparations/procedures for insurance :</p> <p>付帯海学に手順通りに申請した。</p>
<p>■東京大学の所属学部・研究科(教育部)での手続き/Procedures required by faculties or graduate schools at UTokyo :</p> <p>指示通りの書類(留学届、推薦書)などを提出した。</p>
<p>■語学関係の準備/Language preparation :</p> <p>IELTS7.5 であった。問題集で対策した。リスニングは試験とは別にもう少しやっておくべきであったと感じた。</p>

費用・奨学金に関すること/About expenses and scholarships to participate in studying abroad

<p>■参加するために要した費用/Expenses of participation :</p>	
航空費/Airfare	200,000 円/JPY
派遣先への支払い(授業料・施設利用料など)/Payment to host institution (tuition, facilities fee, etc.)	0 円/JPY
教科書代・書籍代/Textbook / Book	0 円/JPY
海外留学保険料(東京大学指定のもの)/Overseas travel insurance fee (designated by UTokyo)	83,400 円/JPY
保険・社会保障料(留学先で必要だったもの)/Insurance and/or social security (required by host institution/region/country)	0 円/JPY
<p>■その他、補足等/Additional comments :</p>	

<p>■留学先での毎月の生活費/Monthly cost of living during the study abroad period :</p>	
家賃/Rent	95,000 円/JPY
食費/Food	20,000 円/JPY
交通費/Transportation	4,500 円/JPY
娯楽費/Entertainment/Leisure	3,000 円/JPY
<p>■その他、補足等/Additional comments :</p>	

<p>■留学のための奨学金の受給有無/Scholarships for study abroad :</p> <p>受給した。</p>
<p>■奨学金の支給機関・団体名等/Name of the source of the scholarships :</p> <p>トビタテ留学 JAPAN</p>
<p>■受給金額(月額)/Monthly stipend :</p> <p>160,000 円</p>
<p>■受給金額についての補足等/Additional comments about the monthly stipend :</p> <p>渡航支援金 250,000 円</p>
<p>■奨学金をどのように見つけたか/How did you find the scholarships? :</p>

## 大学(本部)からの紹介

### 今後の予定について/About your future plans

■ 留学先で履修した授業科目のうち、単位認定申請をする(予定のもの)/The subjects for which you plan to (are planning to) transfer credit to UTokyo:

Film History/7.5

Film Criticism/ 7.5

■ 留学前に取得済みの単位数/Number of credits earned at UTokyo BEFORE your study abroad:

38 単位/credit(s)

■ 留学先で取得し、単位認定申請を行う(予定の)単位数/Number of credits earned and (planned to be) transferred to UTokyo:

15 単位/credit(s)

■ これから本学で取得予定の単位数/Number of (expected) credits to be earned on return:

22 単位/credit(s)

■ 卒業/修了予定/(Expected) year/month of graduation:

2021 年 3 月

### 留学を振り返って/Reflection

■ 留学の意義、その他所感/Impact of the study abroad experience on yourself or your thoughts:

学んだ分野や語学に関してある程度の上達は感じたが、不十分な部分も多くあるため帰国してからも継続していかなければならないと思った。

■ 今後のキャリアに対する考え方や就職活動に与えた影響/Impact of the program on your thoughts for a career or job hunting:

国内国外関係なく広く考えていきたい。

■ 留学による今後のキャリア・就職活動へのメリット・デメリット/Merit/Demerit of studying abroad on your future career/job hunting:

3年生の夏のインターンシップの説明会などがすでに始まってしまっている場合がある。私は行かなかったが4月頃にロンドンでキャリアフォーラムがあるのでそこで就職活動をすることもできる。

■ 留学中に行った就職活動/Job hunting activities during study abroad:

いずれも行っていない。

■ 進路・就職先(就職希望先)/Career/Occupation (planned):

公的機関、民間企業

■ 今後留学を考えている学生へのメッセージ、アドバイス/Any messages or advice for future participants:

事前の手続きも留学自体も大変ですが、留学でしかできないこともあるので興味があれば国や大学について色々と調べてみると良いと思います。

■ 準備段階や留学中に役に立ったウェブサイト、出版物/Websites or publications which were useful while preparing for or during your time overseas:

地球の歩き方 イギリス。

## 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年未満用)

The University of Tokyo Study Abroad/Student Exchange Program Report Form (for programs from one semester to a year)

記入日/Date: 2019/7/12

■ID:A18125

■参加プログラム/Program: 全学交換留学

■プログラム情報/Program info.: <https://www.u-tokyo.ac.jp/adm/go-global/ja/program-list-USTEP.html>

■派遣先大学/Host university: ウォーリック大学

■留学期間/Program period: 1/7/2019 ~ 6/29/2019

■東京大学での所属学部・研究科等/Faculty/Graduate School at UTokyo: 農学部環境資源科学課程 農業・資源経済学専修

■学年(留学開始時)/Year at the time of study abroad: 学部3年

■留学を決めるまでの経緯/How and why did you decide to study abroad?:

以前から漠然とした留学・海外生活への憧れがあったが、私にとっての足枷となっていたのが、「留学とは、高尚な目的意識や、海外でしか学べない学問分野への強い関心を持つ者のみが行くべきものである」という固定観念だった。私にあるのは漠然とした憧れのみで、そんな私が留学に本当に行くべきなのかと悩み、時機を逃しそうになっていた。そんな中で2017年夏に参加した体験活動プログラムでアメリカへ行った経験、そして「今行かなければ後悔するから」という理由で語学留学へ行った友人の影響により、さらに留学をしたいという思いが強くなり、思い切って応募した。本当は9月から1年間の留学へ行けばよかったが、決断した時点で交換留学の秋募集が終了していたことから春募集への応募へ切り替えた。

留学の時期について/About the timing of the study abroad period

■留学前の本学での修学状況/Academic status BEFORE the program:

2018年/Academic year / 学部3年/University year / A2学期まで履修/Completed semester

■留学中の学籍/Academic Status during the studying abroad/program:

留学

■留学後の本学での修学状況/Academic status ON RETURN:

2019年/Academic year / 学部4年/University year / A1学期から履修開始/Semester

■留学にあたってこの時期を選んだ理由/Reason for choosing this period to study abroad:

2017年夏に行った体験活動プログラムでのアメリカ渡航をきっかけとし、海外大学で学ぶことへの興味が湧いたから。本当は9月から1年間の留学ができればよかったが、決意した時には全学交換留学の秋募集が終了していた。

学習・研究について/About study and research

■留学先で履修した授業科目と単位数の詳細/Subjects taken and credits earned:

- ・Changing Organisations/12CATS
- ・Managing Customer Service/12 CATS

- Improving Process Performance/12CATS
- Service Marketing/12CATS
- In-sessional Speaking and Listening/0
- In-sessional Advanced English for Erasmus students/0

■ 留学中の学習・研究の概要/Overview of the study/research during study abroad :

○ウォーリック大学ビジネススクール（以下 WBS）の授業 WBS で履修した 4 科目のうち、いわゆる普通の講義形式のみの授業は 1 科目だけであった。4 科目のうち 2 科目では、普通の講義とは別にグループワークが課され、レポートおよびビデオ作成をする必要があった。そして残り 1 科目 (Improving Process Performance) は特殊で、半分がネット上でのオンラインセミナー形式、残り半分は少人数でのレクチャーという形式であった。この授業は履修した授業の中でも特に面白く、オンラインで学んだ基礎知識をレクチャーで先生を交えて体験しながら学んでいくというものだった。実際に少人数のゲーム等を通じて学ぶことで学習内容が定着しやすく感じた。教科書は非常に高額だが、各授業配布される資料が非常に充実しており、教科書は必要に応じて図書館で借りれば十分とも感じた。また、授業によってはレクチャーキャプチャーと言って授業そのものが録画され配信されるので、いつでも授業を受け直すことができる(言ってみれば、当日受けなくてもいつか動画を観れば良いと言っている生徒も多い)。WBS の生徒は他学部と比べても積極的に発言する生徒が多く、非常に刺激となった。なお予習は事前配布の資料や Pre reading として指定された読み物を読んでおけば良い。○試験 ウォーリック大学は 3 ターム制だが、ターム 1,2 は授業のある通常タームである一方、ターム 3 は試験のためだけのタームである。ターム 3 ののはじめ頃にそれぞれの授業で Revision Lecture という復習と質問のためだけの授業が 1 回ずつある以外は試験へ向けて自習するためだけの期間で、私は適度に勉強しながら合間に旅行を挟んでいた(直前の春休み (Easter Vacation) は就活とレポート提出で多忙だったため)。試験は 5 月中旬から 6 月上旬に行われ、持ち物制限など非常に厳格。WBS の試験は全て記述式で、その場で小さな論文を書くようなイメージの独特なものであった。◎In-sessional English Class(おすすめ) 所属学部の授業とは別に、留学生に向けた In-sessional English Class という英語の授業が、Centre for Applied Linguistics の学部で開講されており、私は週に 4 時間、Listening&Speaking と Advanced English for Erasmus Students の 2 講座を取った(後者は名前から Erasmus のみ対象に思われるが実際は Exchange も受け入れている)。いずれの講座も単位には含まれず試験もないが、特に後者は非常に良質な授業であった。イギリス人講師が毎週テーマを決め、それに関する記事・動画を見たり、関連する単語を覚えたり、ディスカッションを行ったりする。英語の上達もちろんだが、文化理解やディスカッション力の向上により重きが置かれており、今まで受けた「英語の授業」の中で最も有用だと感じた。少人数クラスなので同じクラスの生徒とも仲良くなれた。何よりも、他の生徒が皆ヨーロッパ出身だったので(恐らく講座名に Erasmus とあったため Exchange への周知が進んでいなかったのだと思われる)、私の日本的・アジア的考えが非常に重宝され、発言機会を多く与えてもらったのが嬉しかった。ある程度英語力のある人にもかなり有用な講座であると思われるので、是非おすすめしたい。

■ 留学先での 1 学期あたりの履修科目数と履修単位数/Number of subjects registered per semester and credits earned per semester :

4~6 科目/Subjects / 21 以上単位/credits

■ 1 週間あたりの学習・研究に費やした時間/Hours spent for study/research per week :

16~20 時間 時間/hours

■ 学習・研究以外の活動で取り組んだもの/Activities you took part in other than study/research :

## 文化活動

■ 学習・研究以外の活動で取り組んだものの内容、または取り組まなかった理由/Details of the activities you chose, or the reason why you did not take part in any activity other than study/research :

大学のジャパンソサエティ、および日本語クラスに頻繁に顔を出していた。両者ともに、正規生である日本人学生との交流を行うこともできたが、日本に興味を持つ現地学生とのコネクションを作る場として非常に有用であった。前者では何度かイベントに参加し、例えば”sake social”と呼ばれるイベントでは、初めて日本酒を飲む現地学生に対し、酒およびその文化の説明をしながらバーテンダーとして手伝いをし交流した。日本文化に興味を持つ学生は多く、実際自分の寮の隣部屋の学生も興味があると言っていたため、誘って連れていった。後者では、日本語を学ぶ現地学生のサポートを行った。自身の母語を初心者に教える経験は、むしろ自分自身の英語力の向上にも寄与したと感じ、同時にその難しさも実感した。ここからは私の個人的意見であるが、留学生の中には留学中は日本人や日本に関わるコミュニティと距離を置くべきと考える人もいるかもしれないが、私はそれが非常にもったいないと思う。まず、日本に興味のある現地学生との繋がりは、帰国後も継続しやすい。実際に、現地で出会った学生がこの夏日本に留学に来るので、その学生と東京で会う予定が既にある。会話もしやすく、互いの文化理解にとっても非常に良い出会いだと感じる。また、現地大学に通う日本人も、自分自身が経験してこなかった多様なバックグラウンドを持つ生徒ばかりで、そうした生徒との繋がりも非常に自分にとって刺激となった。生徒のみならず、大学に出向している日本人の大学教授とも知り合え、あらゆるお話ができた。こうした出会いをせずに留学を終えるのは非常に勿体無いと感じる。特にウォーリック大学のジャパンソサエティは、「日本人の輪に入り浸ってしまう」ということが起こりにくい非常に良い環境が整っていると感じたので、今後留学する人には是非顔を出してみしてほしいと強く思う。

■ 週末や長期休暇の過ごし方/How did you spend the weekends and vacations? :

留学前半は授業の復習とレポート作成、ジャパンソサエティへの参加、そして就活準備に費やしていた(就活については後述)。また、イギリス国内を中心として、日帰り～数日間のショートトリップをすることもあった。後半はターム自体がテスト準備期間で授業はなかったので、国外旅行と試験準備を交互に繰り返していた。もちろんジャパンソサエティのイベントも日が合えば参加していた。旅行については、空港へのアクセスが良いこと、そして何よりヨーロッパ内は LCC が非常に発達していることから、国内外へ行くハードルが非常に低い。イギリスは、南海岸からスコットランドまで多くの場所を回った。特にスコットランド内のアイラ島(Isle of Islay)は、島内にウイスキーの蒸留所が 8 カ所ほどある小さくとも魅力溢れる島で、人々も非常に温かく、良い旅となった。この島へは日本から飛行機を最低 3 本乗り継がねば行けず、そうしたイギリス国内に住んでいないと行く機会のあまりないところへ行くのは留学ならではのと思う。イギリス以外にも、バルト三国など定番でない国へも足を運び、国ごとの違いを楽しむ旅となった。後述する就活イベントで出会った留学生と旅先で再会することもあり、意義のある旅が楽しめた。

## 派遣先大学の環境について/About environment at the host institution

■ 設備/Facilities :

図書館は広く 24 時間 365 日営業、実際に深夜に行ったこともあった。試験期間中は混雑するが、自習スペースが大学内に追加で設けられる。スポーツ施設は滞在中にリニューアルオープンし、充実しているようだった(こちらは使わなかった)。利用費を払って会員となれば誰でも利用可能。食堂は、キャンパス内に点在するカフェのほか、レストランが 1 軒、サンドイッチ屋が 1 軒、パブが 1 軒、バーが 2 軒などあるほか、夜にはケバブとハンバーガーを売る移動販売車が来たりする。大学全体で Wi-Fi は高速かつ全建物完備

で、全く不自由はない。なお WBS や一部学部の建物は、所属学生のみカードキーを用いてのみ入ることができる。大学内および周辺地域には無料のシャトルバスが走っている。大学のそれぞれの学生に送られてきた荷物は、小さいものでなければ全てポストルームに集められる(各自の部屋には届けられない)。よって、引っ越しの際は荷物をポストルームまで取りに行き、自身で部屋まで運ぶ必要がある。ポストルームはキャンパスの端にあり、特に Rootes(後述の寮)からだと普通に歩いても 20 分以上かかるので、シャトルバスの運行時間帯に取りに向かうと良い。

■ サポート体制/Support for students :

WBS にはパーソナルチューター、シニアチューターがいていつでも面談できるほか、大学内に各種相談窓口がある。みなさんともフレンドリーかつ丁寧に対応してください。

プログラム期間中の生活について/About life during the program

■ 宿泊先の種類/Type of accommodation :

学生寮

■ 宿泊先の様子、どのように見つけたか/Environment around the accommodation and how did you find it :

ウォーリック大学からの案内によって、キャンパス内の寮へ申し込んだ。それらの寮は現地の 1 年生および一部留学生を対象とした寮で、風呂トイレが個別か共用かなどによって家賃が異なる。私は風呂トイレが共用の Rootes という寮に滞在。キャンパスの中心に近く、スーパーや店にも最も近い寮で非常に便利だったが、パーティ好きな学生が多い傾向にあり、夜中にも騒ぐ声が外から聞こえたり、キッチンが汚いフロアがあったりした。私の住むフロアは Rootes 内でトップクラスに静かかつキッチンが清潔なところで幸運だった。なお、キャンパス内の寮は第 6 志望くらいまで提出するが、必ずしも当選するとは限らないらしい。私は 1 月からの派遣だったので入居できたが、9 月から交換留学で来ていた日本人は全員がキャンパス内の寮に全て落選しており、各々キャンパス外の住居を探して契約していた。このことから、特に 9 月派遣の場合、なるべく早めに手続きを進めた方がよいと思う。キャンパス内の寮はいずれも、火災報知器の感度が非常に敏感。一度火災報知器が鳴ると、セキュリティスタッフが来て確認が終わるまでその建物内にいる人全員が建物外へ避難せねばならない。しばしば深夜にアラームで起こされ、寝巻きに上着を羽織って雨の中を駐車場に避難、ということもあった。

■ 気候、大学周辺の様子、交通機関、食事等/Climate, environment around the institution, transportation, food, etc. :

○気候 London より年間を通じて数°Cほど寒い。高緯度のため、冬は 15 時を回るとかなり暗くなってくる一方、夏は 22 時過ぎまで明るい。3 月からサマータイムが始まる。冬の寒さはそれほど厳しくなく、寒い日でも 0°C 前後だった。一方今年の夏は非常に冷夏で、6 月中旬にもかかわらず連日夜は気温が 1 桁まで下がった。6 月末までの滞在中で 30°C を超えたことは 1 日もなく、暑がりでない限り夏服はなくても過ごせた。冬は雨が多く、たまに雪も降った。夏は晴れが多く、近くの Leamington Spa の公園まで足を運ぶと非常に気持ちよかった。○交通 最寄駅の Canley まで徒歩 30 分。London からの特急の停まる主要駅である Coventry 駅まではバスで 15 分。Coventry のバスターミナル(Pool Meadow Bus Station)まではバスで 25 分。バスの支払いは現金だと少し高かつお釣りも出ないので、公式アプリで行うと良い(1 日券やグループチケットもアプリで買える)。多くの生徒が住み綺麗な街並みの広がる Leamington Spa へはバスで 25 分ほど。Uber も豊富に走っているが、時間指定予約の対象外地域(使いたい時にその場で呼ぶことしかできない、深夜だと捕まるまでに時間を要することも)。他に Gett というタクシー配車アプリもあり、Uber より少し割高だがこちらは時間指定が可能。Birmingham Airport までは Coventry から特急で 10 分、

Canley から普通列車で 12 分。 London へは Coventry から特急で 1 時間、Canley から普通列車で 2 時間弱。 Pool Meadow Bus Station から高速バスも多く出ており、 London まで 2 時間半かかるが値段は最安 £4 と非常に安価。 National Express と Megabus の 2 社が運行。深夜早朝便もあるため、 London で朝から予定がある場合はバスも有用(その場合 Pool Meadow までは大学から Uber を使う必要がある)。○大学周辺と食事 巨大なスーパー(TESCO)とアジアスーパー(Seoul Plaza)が含まれたショッピングセンターが徒歩圏内にあるので、日本食を含め食材には全く困らない。キャンパス内にもスーパーがあるが TESCO より少し割高。ただし豆腐のみキャンパス内の絹豆腐が最安。Coventry の市街地にはデパートを含め店がたくさんあるが、日曜夜は一斉に閉まる。なお、Coventry 市街地は浮浪者が多く、夜に一人で歩くのには少し不安がある。大学内には飲食できる場所がいくつかある(後述する)が、学生同士で飲みに行く時は近隣のパブまで足を運んだり、人によっては Coventry 市街地のカラオケやクラブで遊ぶ人も多い。

■お金の管理方法、現地の通貨事情/Management of money and situation about local economy :

トラベルプリペイドカード(Cashpassport)に親から必要に応じて入金してもらっていた。現地での生活はカード必須。銀行口座の開設は必須でないが、働くのなら必要。最も大きい額面の 50 ポンド札はレジでも受け取りを拒否されるケースが多いので、持っている場合拒否されない店なるべく早く崩すべき。余談だが、硬貨には通常デザインのほかに、たまに限定のピーターラビットデザインのものなどが含まれていたりするので注目してみると良い。

■治安、医療関係事情、心身の健康管理で気をつけたこと等、危機管理/Aspects of risk and safety management, local health care system, and any actions taken to maintain your health :

キャンパス内にいれば治安を気にすることはない。Coventry 市街地は前述の通り、夜は少し不安。また、 London では最近スリが急増しているようで、留学生の友人も実際に財布を盗まれていたので注意。渡航して 3 週間でインフルエンザ(推定)にかかったが、イギリスではインフルエンザは通常の風邪の延長程度にしか扱ってもらえない。まず大学内のヘルスセンターは冬のピーク時には朝一番に電話しないとすぐに予約が埋まる(翌日以降の予約は受け付けていない)。そして予約して医者にかかっても、薬局の薬をまだ使っていないと言うと「まずは薬局の薬を試せ」と言われて終わり。インフルエンザ検査キットは置いていない。私は Lemsip というイギリスで最も有名な解熱鎮痛剤を勧められ、それを飲んであとは寝ることで回復した。なお、イギリスは医療費は無料(薬代はかかる)。

留学前の準備・手続きについて/About preparations and procedures before studying abroad

■留学先への入学手続き/Procedures for enrollment required by the host institution :

現地大学には基本的に先方から送られてきたリンクに必要な事項を記入したり、先方から言われた資料を送る程度で、すべきことは多いが難しくはない。学部の教授から推薦状を、東大宛に日本語で 1 通、ウォーリック大学宛に英語で 1 通がそれぞれ必要だった。私は後者が必要であることに気づくのが遅く、同じ教授に二度作成を依頼する(しかも期限ギリギリ)という無駄が生じてしまった。教授も多忙なので、両方の作成を早めに依頼しておくのと良い。推薦状の内容は、教授により方針が異なると思うが、私はある程度「何を書いてほしいか」を箇条書きにしたものを教授に提出し、それを基に作成していただいた。

■ビザの手続き/Procedures to obtain visas :

半年間以内の滞在であれば短期ビザでもよかったが、就労できない、延長できないなどの制限が多く、念のため学生ビザ Tier 4 を取得。手続きが非常に煩雑で時間を要したので、早めに進めるべき。ビザに関する質問もウォーリック大学にメールで問い合わせれば丁寧に回答してもらえるので、積極的に質問すべき。イギリスの居住者が必ず加入せねばならない国民保険 NHS は、6 ヶ月以上の滞在であれば保険料無

料。

■医療関係の準備/Preparations or actions taken to maintain your health :

常用している処方薬があったので、医者に相談し、1 回に処方できる範囲内で必要量を処方してもらい持っていった。飲み薬など留学期間全体をカバーできる量が一度に処方できないものは、留学中に親に頼んで受け取りに行ってもらった(イギリスに保険証を持ってきてしまっていたが提示せずとも特に問題なく処方してもらえた)。ウォーリック大学のホームページに、「生徒はみな髄膜炎(meningitis)ワクチンの接種が必須、イギリス渡航前に接種が難しければ大学内で接種可能」との記載があるが、大学側に問い合わせたところ、していなくても問題はないと言われたので気にしなくて良いと思う。

■保険関係の準備/Preparations/procedures for insurance :

学研災の付帯海学に、東大の案内通り加入すれば問題なし。OSSMA には加入せず。

■東京大学の所属学部・研究科(教育部)での手続き/Procedures required by faculties or graduate schools at UTokyo :

前述の通り、教授への推薦状作成依頼は早めに。また、卒業と卒業要件の確認は念入りに。私の所属学科では、卒論の履修を最低 1 年間は取る必要があるため、卒業は最短でも翌年 9 月となる。また、1 月以降に試験が行われる A セメスター・A2 タームの授業は履修できなかったが、レポート提出で評価される授業は先生の許可のもと履修することができた。私の学科で行われるフィールドワーク実習では、最終報告書の提出を他の履修者よりも早めに行った他、2 月に行われた報告会用のプレゼンテーションはイギリスにて録画し先生に送ることで対応してもらえた。

■語学関係の準備/Language preparation :

2 月と 3 月に TOEFL iBT、5 月には IELTS を受けた。当初イギリス留学には IELTS の受験が必須と勘違いしていたが、実際は TOEFL のみでも大丈夫だった(ウォーリックが TOEFL スコアを認めており、イギリスの国への語学力証明はウォーリック側が代わりに行ってくれるので)。なので IELTS は殆ど対策せず受けた。TOEFL は YouTube に載っている海外の語学学校提供の対策動画を見て勉強した。なお取得点数は TOEFL が 108(2 回目受験時)、IELTS が 7.5。TOEFL、IELTS 共に派遣先の学部によりミニマムスコアが異なるので注意(東大の資料には最も低く済む学部の値しか載っていない)。ビジネススクール(以下 WBS と表記)は最も基準が高い。英会話力は全く自信がなかったが、国内では特に対策する余裕がなかったため自信のないまま留学に突入してしまった。当初会話面で非常に苦労し辛かったが、ストイックに英語を話す機会を設け続けることで確実に上達した。

費用・奨学金に関すること/About expenses and scholarships to participate in studying abroad

■参加するために要した費用/Expenses of participation :

航空費/Airfare	123,420 円/JPY
派遣先への支払い(授業料・施設利用料など)/Payment to host institution (tuition, facilities fee, etc.)	0 円/JPY
教科書代・書籍代/Textbook / Book	14,000 円/JPY
海外留学保険料(東京大学指定のもの)/Overseas travel insurance fee (designated by UTokyo)	54,690 円/JPY
保険・社会保障料(留学先で必要だったもの)/Insurance and/or social security (required by host institution/region/country)	0 円/JPY

■その他、補足等/Additional comments :

イギリスは保険加入が必須だが、滞在期間が 6 ヶ月以上であれば保険料無料。

<b>■ 留学先での毎月の生活費/Monthly cost of living during the study abroad period :</b>	
家賃/Rent	53,000 円/JPY
食費/Food	25,000 円/JPY
交通費/Transportation	2,700 円/JPY
娯楽費/Entertainment/Leisure	87,000 円/JPY
<b>■ その他、補足等/Additional comments :</b>	
娯楽費は交際費などが月 7,000 円ほど、旅行費が平均月 80,000 円ほど	

<b>■ 留学のための奨学金の受給有無/Scholarships for study abroad :</b>	
受給した。	
<b>■ 奨学金の支給機関・団体名等/Name of the source of the scholarships :</b>	
日本学生支援機構(JASSO)平成 30 年度海外留学支援制度(協定派遣)奨学金	
<b>■ 受給金額(月額)/Monthly stipend :</b>	
80,000 円	
<b>■ 受給金額についての補足等/Additional comments about the monthly stipend :</b>	
<b>■ 奨学金をどのように見つけたか/How did you find the scholarships? :</b>	
大学(本部以外)からの案内	

**今後の予定について/About your future plans**

<b>■ 留学先で履修した授業科目のうち、単位認定申請をする(予定のもの)/The subjects for which you plan to (are planning to) transfer credit to UTokyo :</b>	
なし	
<b>■ 留学前に取得済みの単位数/Number of credits earned at UTokyo BEFORE your study abroad :</b>	
94 単位/credit(s)	
<b>■ 留学先で取得し、単位認定申請を行う(予定の)単位数/Number of credits earned and (planned to be) transferred to UTokyo :</b>	
0 単位/credit(s)	
<b>■ これから本学で取得予定の単位数/Number of (expected) credits to be earned on return :</b>	
15 単位/credit(s)	
<b>■ 卒業/修了予定/(Expected) year/month of graduation :</b>	
2020 年 9 月	

**留学を振り返って/Reflection**

<b>■ 留学の意義、その他所感/Impact of the study abroad experience on yourself or your thoughts :</b>	
今思うのは、留学にあたり、必ずしも「最終目的」は必要ないということだ。必要なのは、留学で達成すべき確固たる「目標」である。私は「英語を話す・上達する機会から絶対に逃げない」「興味の湧いたイベントは全て参加する」「あらゆる人との繋がりをもつ」などの目標を立てて、これに執着した。強い意欲があるのであれば、留学に元々の理由がなくとも、「留学中にこれを達成しよう」と決めてストイックになることができ	

ば必ず得られるものがあると思う。ただしその目標意識は非常に重要であるため、ストイックになる覚悟は必要である。また、留学中ひとり旅も多くしたが、数々のトラブルに見舞われた。その度に人に助けを求めたり、電話をかけたり、できる限りの対処を行い、そうした経験から危機対応力も身についたと感じる。その他ここまでの各項で述べてきた通り、多くの学び・出会いが得られた留学となった。

■今後のキャリアに対する考え方や就職活動に与えた影響/Impact of the program on your thoughts for a career or job hunting :

2017年の体験活動プログラムで海外で働くとはどういうことを学んだが、今回の留学で実際に海外で生活してみるにより、ますます海外で生活し働くことへの抵抗が薄れた。また、留学先で実際に就職活動をした。元々、11月のボストンキャリアフォーラムの練習として、4月のロンドンキャリアフォーラム(以下LCFとする)に参加することを検討してはいたが、2月から3月にかけて大学にて行われた、海外就活イベントのオーガナイザー企業による就活セミナーなどにより、LCFおよびその前後の就活イベントに本気で取り組むことを決意した。就活のためにロンドンへ何往復もしたが、面接を複数企業で複数回行ったし、最終的にはLCF当日に、内定やインターン内定などを得ることができた。

■留学による今後のキャリア・就職活動へのメリット・デメリット/Merit/Demerit of studying abroad on your future career/job hunting :

デメリットはほぼない。就活時期が大学同期とずれるなどのことは確かにあり、また私のように卒論などのために卒業時期をずれこませる必要があるケースも多いだろう。しかし、就職を急ぐ必要が特になければ、留学はむしろ多くのチャンスを与えてくれる。私が留学中、特にヨーロッパ(イギリス)で就活を行うことに感じたメリットは以下の4点である。(1)倍率が比較的低い、選考フローが少し簡易化する(?) あえて1点目に挙げたが、これは正直あまり大きなメリットとは言えないかもしれない。人気企業だと特に顕著だが、国内選考よりは幾分か倍率が低いと言われている。また、Webテストが免除になったり、面接が1回少なかったりと、選考フローが国内通常選考よりも簡単な場合がある。ただしその代わりに、英語面接があったり、英語の履歴書を提出する必要があるため、国内選考とは異なる手間があるかもしれない。私自身英語面接は経験しなかったが、英語の履歴書は提出した。英語の履歴書の内容(見られる点)は日本語のそれとは大きく異なり、実際に自分の持つスキルが重視される。私はネットを参考に作成し、大学のイギリス人の友人にチェックしてもらい手直しをして提出した。このように、必ずしも海外採用の方が楽とは言えないが、その分履歴書のフォーマットなどから日本のポテンシャル採用と海外の能力重視の採用の違いが見て取れたりし、良い経験になったとは思える。(2)企業の人事責任者との距離が近い 企業の人事部長クラスの採用責任者がわざわざヨーロッパまで来て採用を行なってくださるわけだが、面接を受ける側の母数もそれほど多くないので、企業の採用チームもかなり少数精鋭で来る。故に、国内選考では3次面接くらいまで進まない出会えないような、採用責任者クラス、もしくは年次の高い社員と会える確率がかなり高いと感じた。そのような方々に面接後様々な質問を行う機会もあった。さらに、企業が採用本番の前に開催してくれるイベントなどでも社員さんと交流する機会が多く、このようなイベントでも同様に人事部長クラスの社員と気軽に話せた。実際に、ある企業のロンドンオフィスで開かれたイベントでは、人事担当の社員2人に対し学生6人という密な環境で座談会が行われ、赤裸々に様々なお話を聞いた。それだけでなく、そこでお世話になった社員さんは私のことを覚えてくださっており、しかも面接本番でもその方が担当することがあったため、直前にも話しかけてくださり、肩の力を抜いて面接に挑めた。このように、採用側との距離感が簡単に詰められるのは母数の少ない海外採用ならではのと思った。(3)就活イベントのオーガナイザーとの距離が近い これは特に、LCFなどの会場となるイギリスの大学への留学生に言えるメリットだと思うが、ロンドンキャリアフォーラムのオーガナイズをしている就活イベントの主

催者さんが、わざわざ自分の大学まで来てセミナーや面接練習、ES 添削から進路相談まで行ってくださった。キャリアフォーラムでの就活は独特であり、日本国内でその情報を仕入れるのは困難だったため、非常に役に立った。(4)他の就活生(留学生)と交流を持ちやすい: 留学生の就活生の輪は非常に狭い。ヨーロッパで同時期に留学しかつ就活をしている日本人留学生、となると数もかなり限られるため、どこかの企業のとあるイベントで知り合った人と、全く異なる企業のイベントでもまた会うなどということが頻繁に起こる。恐らく初対面の学生同士でも誰か1人以上は共通の知人がいるのではないかとこのほどだ。そうした人たちと情報交換をしたり、互いの留學生活について話したりすることを通じて、大きな刺激を得られた。また、互いに遠方から参加しているような学生とは、「せっかくだし明日この辺りを一緒に観光しよう」などとなることもある。留學という共通のバックグラウンドにより簡単に密な交友関係が構築でき、かつ情報収集も行いやすい。以上4点のメリットを踏まえ、留學中の就活という選択肢も存在するということを是非宣伝したい。特に4点目のメリットは特に強調したい。

■ 留學中に行った就職活動/Job hunting activities during study abroad:

派遣先大学での就職活動イベントに参加した。学外の就職活動イベントに参加した。社会人との接点をもつように心がけた。留學先から日本の新卒採用・インターンシップなどに応募・受験した。

■ 進路・就職先(就職希望先)/Career/Occupation (planned):

民間企業

LCFにて、外資系経営コンサルティングファームの内定(2021年4月入社)をいただき、また別の外資コンサルティングファームではインターンシップ内定をいただいた。しかし自身がコンサルティング業界に就職するかはまだ決断しておらず、今夏日本にてインターン選考を受けるなど通常の国内就活を行いながら、進路を見定めていきたいと考えている(なお内定承諾の延長は快諾していただいている)。

■ 今後留學を考えている学生へのメッセージ、アドバイス/Any messages or advice for future participants:

前述の通り、私は「留學には強い目的意識が必要」ということに縛られ、なかなか留學に踏み出すことができなかった。しかし思い切って出てみると、本当に学ぶこと、成長することが多くあり、ここまでの人生の中で最も濃密な半年間を過ごすことができた。必須であるのは目的意識よりも、目標を定めストイックでいられる留學への強い意欲だと思う。チャンスを無駄にしない、ということが何よりも大事だと感じた。留學を決めた方は、是非自分のやりたいことを妥協せず貪欲にこなし、有意義な留學にしてほしい。

■ 準備段階や留學中に役に立ったウェブサイト、出版物/Websites or publications which were useful while preparing for or during your time overseas:

ウォーリック大学のサイトをくまなく読めば大丈夫であろう。派遣先で就活を進めるのであれば、事前に日本でWebテストの対策本などを購入して持参もしくは宅配すべき。