

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: 2019/1/19

■ID:A18110

■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: ロンドン大学東洋アフリカ学院(SOAS)

■留学期間/Program period: 9/24/2018 ~ 12/14/2018 ■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 東洋史学専修課程

■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?:

英語の勉強というよりは、SOASでの勉強や今後のさらなる留学への足がかりが目的の留学だった。東大に在る間は東大のリソースを使い倒さないと勿体無いと思っているので、全学交換留学は入学時から考えていた。悩んだのは大学選びで、やりたいことと合致する大学と東大が提携しているか、が問題だった。学科を決めて、やりたいことが大まかに決まった上で行く意味がある、と自分が思える大学に行けてよかった。英語の勉強のためだけなら行かなかったと思う。

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 / S1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3年/University year / S1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:

学部を4年で卒業するつもりで応募し、卒業論文とのバッティングを恐れたので3年の間に半年間がベストだと考えた。しかし、進んだ学科は半年の留学でも留年が必要となっていたので、どのタイミングでも良かったと言える。

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:

The Muslim world unity in diversity/1
 Reading classical Arabic historiography/1
 Persian poetry in translation/1
 Medieval Iran/1

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

イギリスでは高校でもあまり教えられていない西アジア史の授業を多くとったので、日本の高校の授業に毛が生えた程度のレベルの授業もあった。しかし、アラビア語の歴史書を読んでいく授業などは、日本では集まらないであろう人数がおり、刺激になった。
■ 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 / 1～10 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 :
取り組んでいない。
■ 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 :
1 セメスターしかいなかったのをひたすら図書館などで勉強していた。
■ 週末や長期休暇の過ごし方/How did you spend the weekends and vacations? :
東大からの留学生で同じイギリスに行っていた友人と少し旅行した。

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

■ 設備/Facilities :
図書館はすばらしかった。他は問題なし。
■ サポート体制/Support for students :
周りも留学生ばかりなのでそこまで語学のストレスはなかった。

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 :
半年間の留学生はすべてその寮に住まわされた。1 フラットに 7 部屋で、キッチンが揃っていた。

■ 気候、大学周辺の様子、交通機関、食事等/Climate, environment around the institution, transportation, food, etc. :
ロンドンは 8 月から少し肌寒く、あまり日照もなかった。大英博物館や大英図書館が近く、とても良かった。キングズクロス駅の近くの寮なので、交通の便は良かった。食事は主に自炊したが、ロンドンに望めば和食も食べられるのであまり食事に問題はなかった。
■ お金の管理方法、現地の通貨事情/Management of money and situation about local economy :
日本円で持ってきたお金を換金して使っていた。物価の高いロンドンでも食費の 4 万円ぶんくらいで半年過ごせた。クレジットカードは 2 枚持っていたがあまり使わなかった。
■ 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 :
ロンドンは暗いので精神的に病むというのはある程度真実だと思った。また、留学期間中に、ほかの大学の東アジア系の留学生が、白人・黒人ともに含む高校生グループによって路上でヘイトスピーチやゴミを投げつけられる被害に遭ったらしいので、他人事とも思わず、常に逃げられるように身軽な格好で過ごして

いた。

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 :

東大と留学先からのメールを読んで提出すればまちがえない。

■ ビザの手続き/Procedures to obtain visas :

留学先の空港で6ヶ月の就学ビザを取ったが受け入れ先の書類や住所などが示せばすぐに取り出すことが出来た。

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

頭痛薬を持っていた。

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

東大に従った。

■ 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 :

なし。

■ 語学関係の準備/Language preparation :

イギリスだったので英語ができれば十分であり、特別な準備はしなかった。

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	100,000 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.)	500,000 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)	50,000 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 :

■ 留学先での毎月の生活費/Monthly cost of living during the study abroad period :

家賃/Rent	70,000 円/JPY
食費/Food	15,000 円/JPY
交通費/Transportation	0 円/JPY
娯楽費/Entertainment/Leisure	0 円/JPY

■ その他、補足等/Additional comments :

■ 留学のための奨学金の受給有無/Scholarships for study abroad :

受給した。

■奨学金の支給機関・団体名等/Name of the source of the scholarships :
JASSO
■受給金額(月額)/Monthly stipend :
100,000 円
■受給金額についての補足等/Additional comments about the monthly stipend :
■奨学金をどのように見つけたか/How did you find the scholarships? :
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 :
なし
■留学前に取得済みの単位数/Number of credits earned at UTokyo BEFORE your study abroad :
87 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 :
0 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 :
48 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 :
たった1セメスターだったが、研究や自分の興味の範囲について学びを深めることができ、とても意味のある留学だったと思う。
■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 :
大学院進学への思いを深めた。
■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 :
学科によってだが、留年必須なところもあるので注意は必要。
■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) :
研究職
■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 :
研究や勉強が目的の人はどんどん行くべきだと思う。
■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 :

Go Global Web サイトなど。

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: 2019/6/9

■ID:A18111

■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: ロンドン大学東洋アフリカ学院(SOAS)

■留学期間/Program period: 9/24/2018 ~ 6/14/2019

■東京大学での所属学部・研究科等/Faculty/Graduate School at UTokyo: 総合文化研究科超域文化科学専攻

■学年(留学開始時)/Year at the time of study abroad: 修士1年

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

当初は博士号取得のための正規留学を目標としており、そのためのステップアップとして位置付けていた。2017年6月末に交換留学への参加を決意し、最終的な書類提出まで4か月で走り抜けたが、通常は準備に1年見るべき

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 / 修士2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 / 修士2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:

英国では修士号取得が1年間のプログラムで組まれているため、交換留学でも1年間の重みが大きく、修士2年間のうち1年を英国の大学院で過ごすことが有意義に感じられたから

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:

Postcolonial Theory and Practice/4

Colonial Conquest and Social Change in Southern Africa/2

Representing Conflict: A Cross-Cultural and Interdisciplinary Approach/2

The City and the Countryside in South East Asian Literature/2

Under Western Eyes: European Writings on South East Asia (PG)/2

Southern Spaces/2

Chinese 1B/2

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

予習は必須かつ量が多い。ディスカッションへの意欲的な参加が求められる
■ 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 / 1～10 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 :
11～15 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 :
インターンシップは 3 か月以上フルタイムの募集が多かった。
■ 週末や長期休暇の過ごし方/How did you spend the weekends and vacations? :
他国へのアクセスが非常に簡単なので、長期休暇中は 1～2 週間の旅行に出かけていた

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

■ 設備/Facilities :
SOAS の施設・設備は必要最低限。寮内にロンドン大学の異なるカレッジの学生が共同生活していたため、情報が共有されていたが、各カレッジによって充実度が異なる。
■ サポート体制/Support for students :
学生の福利厚生に関して非常に前向きなサポートがある。ジェンダーやエスニシティに関わるハラスメント関係の事案にとりわけ敏感であり、日本の後進性を痛いほど感じた。

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 :
キャンパスまで徒歩 30 分／ルームシェア。交換留学内定後、派遣先大学から宿泊先紹介のメールが届くなど何らかのフォローがある。

■ 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: 冬が長い。4 月以降寒暖の繰り返しが続くため、ロンドンには季節が 10 あると言われる。 大学周辺の様子: SOAS、UCL はブルームズベリーと呼ばれる伝統的なアカデミズムの中心地に位置する。大英博物館が近い。
■ お金の管理方法、現地の通貨事情/Management of money and situation about local economy :
プリペイド機能のついたカードを利用し、渡航前に日本円で振り込んだものをポンドで引き出していた。カード社会(特にコンタクトレス)なので多額の現金は不必要。
■ 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: 東アジア人は無差別に盗難等の犯罪の対象となる。観光客のような身なりは自己責任で。 医療事情: (海外保険とは別に) NHS という保険に加入し、簡単な診療などは無料となる制度の恩恵が受

けられるが、公的な病院は診療まで 4 時間待ちなど。実際利用の機会はあまりない。

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 :

交換留学のための東京大学への提出書類のみ。志望動機、自己アピール、推薦書など。

■ビザの手続き/Procedures to obtain visas :

長期留学ビザ Tier4 を取得。英国のビザ取得手続きは煩雑なことで有名。フォーム記入と必要書類の準備に 1 か月は見えておくこと

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

歯科治療費に保険がきかないので歯科検診は必須。

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

指定の海外保険に自動的に加入。

■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 :

特になし。留学中に指導教官と会う機会があり、修士論文提出の要綱などを確認。

■語学関係の準備/Language preparation :

IELTS は学部生 6.5、院生 6.5 目安。0.5 スコアアップするのに 3 か月かかると言われるが人による。

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	110,000 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.)	850,000 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)	80,000 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)	25,000 円/JPY

■その他、補足等/Additional comments :

■留学先での毎月の生活費/Monthly cost of living during the study abroad period :

家賃/Rent	90,000 円/JPY
食費/Food	0 円/JPY
交通費/Transportation	0 円/JPY
娯楽費/Entertainment/Leisure	30,000 円/JPY

■その他、補足等/Additional comments :

食費は家賃に込み、大学まで徒歩圏内のため通学のための交通費はなし。

■留学のための奨学金の受給有無/Scholarships for study abroad :

受給した。

■奨学金の支給機関・団体名等/Name of the source of the scholarships :
JASSO
■受給金額(月額)/Monthly stipend :
100,000 円
■受給金額についての補足等/Additional comments about the monthly stipend :
■奨学金をどのように見つけたか/How did you find the scholarships? :
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 :
Postcolonial Theory and Practice/4 Representing Conflict: A Cross-Cultural and Interdisciplinary Approach/2 The City and the Countryside in South East Asian Literature/2 Under Western Eyes: European Writings on South East Asia (PG)/2 Southern Spaces/2
■留学前に取得済みの単位数/Number of credits earned at UTokyo BEFORE your study abroad :
16 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 :
12 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 :
10 単位/credit(s)
■卒業/修了予定/(Expected) year/month of graduation :
2020 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 :
自己の変革と成長に大いに役立った。
■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 :
キャリアビジョンが二転三転した。固定化していた価値観に揺さぶりをかけられ、自分と再び向き合い生き方を問い直す契機となった。
■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 :
単純にアピールポイントが増えた。デメリットは特になし。
■留学中に行った就職活動/Job hunting activities during study abroad :
学外の就職活動イベントに参加した。学会・セミナーに参加した。
■進路・就職先(就職希望先)/Career/Occupation (planned) :

非営利団体、SIL International

■ 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 :

小さなきっかけを見失わずに、何事にもまず挑戦する姿勢が大きな変化を生みます。変わりたいという思いを行動に移すことが重要です。

■ 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 :

Facebook 上の当日・週末の地域イベント一覧など。