

## 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: 2020/8/14

## ■ID: A19015

■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: オーストラリア国立大学(ANU)

■留学期間/Program period: 7/15/2019 ~ 4/10/2020 (MM/DD/YYYY)

■東京大学での所属学部・研究科等/Faculty/Graduate School at UTokyo: 経済学部経済学科

■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?:

異文化への興味から、1年生のころに東京大学の国際研修に参加した。それがとても面白く、留学を決意した。

## 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:

2019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:

2020年/Academic year / 学部4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:

就活に影響がない時期だと思ったから。

## 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:

・Dynamics of Asian Business/6

・International Business/6

・Marketing/6

・Microeconomics1/6

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

経済の勉強で、レクチャーで学んだ内容を翌週のチュートリアルでアウトプットするといった内容。予習時間は授業につき週2時間程度。復習はテストやレポートの前しかしていない。

## ■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 :
6~10 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 :
スポーツ
■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 :
現地のフットサルクラブに加入。
■週末や長期休暇の過ごし方/How did you spend the weekends and vacations? :
シドニーに旅行に行った。

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

■設備/Facilities :
図書館、スポーツ施設など必要なものは全てあり、充実していた。PCはないとかなり不便だとは思う。
■サポート体制/Support for students :
自分は利用しなかったが、留学生向けの相談センターがある。

#### 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 :
個室で、留学生が多い寮を選んだ。

■気候、大学周辺の様子、交通機関、食事等/Climate, environment around the institution, transportation, food, etc. :
気候は温暖で乾燥している。キャンパス内に寮があるので交通機関は使用しなかった。食事はほぼ自炊していた。
■お金の管理方法、現地の通貨事情/Management of money and situation about local economy :
ほとんどクレジットカードで支払った。現地の口座を開設した。
■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 :
特に無し。

#### 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 :
ビザ取得、成績証明書の提出、保険加入、寮探しなど。余裕を持ってやっておくとよい。
■ビザの手続き/Procedures to obtain visas :
2日間ほどできるので簡単だった。
■医療関係の準備/Preparations or actions taken to maintain your health :
肌荒れがあったので、渡航時に薬をたくさん持って行った。予防接種は特にしなかった。
■保険関係の準備/Preparations/procedures for insurance :
本部から勧めていただいたものに加入した。

<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>成績証明書の提出のみ。</p>
<p>■語学関係の準備/Language preparation :</p> <p>海外ドラマを毎日見ていた。</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	300,000 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.)	1,000,000 円/JPY
教科書代・書籍代/Textbook / Book	10,000 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)	5,000 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)	5,000 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	100,000 円/JPY
食費/Food	50,000 円/JPY
交通費/Transportation	0 円/JPY
娯楽費/Entertainment/Leisure	30,000 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>The Fung Scholarships</p>
<p>■受給金額(月額)/Monthly stipend :</p> <p>50,000 円</p>
<p>■受給金額についての補足等/Additional comments about the monthly stipend :</p>
<p>■奨学金をどのように見つけたか/How did you find the scholarships? :</p> <p>大学(本部)からの紹介</p>

今後の予定について/About your future plans

<p>■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 :</p>
---

<ul style="list-style-type: none"> <li>・Dynamics of Asian Business</li> <li>・International Business</li> <li>・Marketing</li> </ul>
<b>■ 留学前に取得済みの単位数/Number of credits earned at UTokyo BEFORE your study abroad :</b>
24 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>
18 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>
52 単位/credit(s)
<b>■ 卒業/修了予定/(Expected) year/month of graduation :</b>
2022 年 3 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>
異文化への寛容さを育むこと。
<b>■ 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 :</b>
国際的な環境で働きたいと思った。
<b>■ 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 :</b>
デメリットはない。メリットは国際的な仕事への応募障壁が低くなること。
<b>■ 留学中に行った就職活動/Job hunting activities during study abroad :</b>
いずれも行っていない
<b>■ 進路・就職先(就職希望先)/Career/Occupation (planned) :</b>
民間企業 コンサルティング業界志望
<b>■ 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 :</b>
英語力は留学前にあったほうが絶対がいいので、学習は欠かさずするようにしましょう。
<b>■ 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 :</b>
特に無し。

## 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: 2020/11/23

■ID: A19130

■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: オーストラリア国立大学(ANU)

■留学期間/Program period: 2020/2/14 ~ 2020/11/21 (MM/DD/YYYY)

■東京大学での所属学部・研究科等/Faculty/Graduate School at UTokyo: 法学部第三類

■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?:

入学当初から留学を考え、2年生の1学期に今の留学先を選んだ。分析系の哲学に強い大学でかつ自分のスコアで行けるのが ANU だった。特に迷うことはなかった。

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:

2019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:

2020年/Academic year / 学部4年/University year / A2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:

オーストラリアの学事歴が2月開始だったから。なお下段の留学後の修学状況については選択肢に含まれていないが「留学先での履修が本学在籍中の最後の履修であり、帰国後一切の履修をしていない/できないがそれで卒業可能」というのが正しい答えになるため補足しておく。

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:

Philosophy of Science/6

Public Policy and Philosophy/6

Advanced Philosophical Topics/6

Theories of Justice/6

Advanced Ethics, Social and Political Philosophy/6Philosophy of Biology/6

PPE Integration 2/6

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

1授業あたりだいたい週にリーディングが論文2本、オンラインの授業が120分、チュートリアルが60分

前後のスタイル。予習前提ではあるものの、授業とリーディングの内容がオーバーラップすることはよくあるため無駄も多い。ゼミ形式のチュートリアルは、チューターと参加者の質に依存するところが大きく、学ぶところが多かったものもあれば、英語が達者だが明らかに勉強していない学生が無駄に長く喋るものもある。評価方法は長めのエッセイ中心で行うことが多く、特に学期後半はそちらに集中することが多かった。分析系の哲学の授業を中心に履修した。これは東大ではあまり提供されていない分野なので全体として学ぶところも多かったが、それぞれの質については特に感動するところはなかった。

■ 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 / 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 :

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 :

勉強するために留学に来たから。

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

どこにも行かず課題に取り組んだ。

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

■ 設備/Facilities :

WiFi は寮では大学のものを無料で使えて困ることはなかった。3 食あるので自炊しなくてよい。図書館はたいして借りるものもなかった。

■ サポート体制/Support for students :

特になかった。

#### 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 :

大学の施設

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

寮の食事が 3 食出た。気候は特に特徴なし。

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

Commonwealth Bank が支店を大学内に持っているのでそこで口座を作るとよい。特に事前の準備はなし。

■ 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 :

何も気を付けることはなかった。

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

<p>■ 留学先への入学手続き/Procedures for enrollment required by the host institution :</p> <p>大学からの指示に従った。特に困るものはない。</p>
<p>■ ビザの手続き/Procedures to obtain visas :</p> <p>大学からの指示に従った。特に困るものはない。</p>
<p>■ 医療関係の準備/Preparations or actions taken to maintain your health :</p> <p>何も準備していない。</p>
<p>■ 保険関係の準備/Preparations/procedures for insurance :</p> <p>指示されたものだけでよい。</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>特になし</p>
<p>■ 語学関係の準備/Language preparation :</p> <p>TOEFL 95 程度。オンライン英会話などは行った。</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	140,000 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)	30,000 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)	30,000 円/JPY
<p>■ その他、補足等/Additional comments :</p>	
<p> </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	120,000 円/JPY
食費/Food	0 円/JPY
交通費/Transportation	0 円/JPY
娯楽費/Entertainment/Leisure	10,000 円/JPY
<p>■ その他、補足等/Additional comments :</p>	
<p> </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>The Fung Scholarships</p>

■受給金額(月額)/Monthly stipend :
70,000 円
■受給金額についての補足等/Additional comments about the monthly stipend :
渡航費 20 万円
■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 :
全部
■留学前に取得済みの単位数/Number of credits earned at UTokyo BEFORE your study abroad :
78 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 :
14 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 :
0 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 :
<p>コロナウイルス拡大の影響でほとんど対面での授業はなく、他大学から講演者を招いて行われるセミナーなども大幅に減った点は残念だった。授業については、自分の学習する分野で多様な授業が展開されていてすごいと思うと同時に、学生のレベルについてはこの程度かと思うところもあった。英語で論文を書く作業は今後も必要で、初めての体験だったがいい経験になったと思う。コミュニケーションの点では語学力の面よりも単純に新しく人と合って交流を増やすことにストレスを感じた。最初は無理をして話そうとしていたが、ストレスになるようであれば最低限に抑えて学習に集中すればよいと思う。</p>
■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 :
ない。元々大学院に進学する予定だった。
■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 :
大学院に進む場合は特にない。
■留学中に行った就職活動/Job hunting activities during study abroad :
学会・セミナーに参加した
■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 :



損はしないのであればいいと思います。

■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 :

ない。

## 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年未満用)

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

記入日/Date: 2020/6/2

■ID: A19150

■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: オーストラリア国立大学(ANU)

■留学期間/Program period: 2/14/2019 ~ 6/30/2020 (MM/DD/YYYY)

■東京大学での所属学部・研究科等/Faculty/Graduate School at UTokyo: 理学部生物学科

■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?:

学部2年と3年間の春休みにふと思い立ってなんとなく東大の国際交流課のHPで留学について調べてみたら私でも行けそうだとわかり応募しました。応募当初は強い動機があったわけではなく軽い気持ちで応募しました。ただ、留年は個人的にしたくなかったため留年せずに卒業できるか学科の先生と話し合って半年の留学に決めました。

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:

2020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:

2020年/Academic year / 学部4年/University year / S2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:

学部生のうちに留学できる最後のチャンスだったから。

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:

The Blue Planet: An Introduction to Earth System Science/6.0

Marine Biogeochemistry/6.0

Introduction to Environmental and Social Research/6.0

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

すべての授業に関して言えることですが、lecture(いわゆる講義)毎週 practical や tutorial といったワークショップ形式の授業があるため日本の大学のようにテスト前に詰め込めばいいというわけにはいかず、毎週の lecture をきちんと理解する必要がありました。その分履修できる授業の数は少ない(普通の人とは4つと決まっています)ですが吸収できることが多く、濃い学びとなりました。予習はほとんどしませんでした。

<p>■ 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 :</p>
<p>1~3 科目/Subjects / 11~20 単位/credits</p>
<p>■ 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 :</p>
<p>21 時間以上 時間/hours</p>
<p>■ 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 :</p>
<p>スポーツ</p>
<p>■ 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 :</p>
<p>新型コロナの影響ですべての活動が停止になる前はバレーボールのクラブに入っていました。</p>
<p>■ 週末や長期休暇の過ごし方/How did you spend the weekends and vacations? :</p>
<p>動物園に行ったり中心部のショッピングモールに行ったり友達と共有キッチンで一緒にご飯を作ったりしていました。長期休暇に旅行に行くはずだったのですが、その前に新型コロナの影響で帰国となってしまいました。</p>

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

<p>■ 設備/Facilities :</p>
<p>wifi は学内だったら必ずといっていいほどどこでも繋がります。wifi 環境は素晴らしかったです。スポーツ施設もありました。ジム・体育館・柔道場・プールなどがありました。食堂といった食堂はありませんがキャンパスの中心部に美味しいごはん屋さん(テイクアウトメイン)やカフェがありました。ただ、高い上に寮がキャンパス内だったので基本自炊でした。図書館は空気が好きになれずほとんど行かなかったのですが頻繁に利用している人曰く勉強机はたくさんあったそうです。</p>
<p>■ サポート体制/Support for students :</p>
<p>英語があまり得意でない生徒(主に東アジア圏の生徒でしたが)のための英語をしゃべる場所などもありました。先生は人にもよりますが基本優しくて質問しやすいと思います。精神面ではあまりよくわかりませんがカウンセリングのセンターもあったそうです。サポート体制は万全だったと思います。</p>

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

<p>■ 宿泊先の種類/Type of accommodation :</p>
<p>学生寮</p>
<p>■ 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 :</p>
<p>オンキャンパスでした。ANU はオンキャンパスの学生寮が複数あり、場所や新しさなどによって値段が変わってきます。私のところは洗面台付きの個室で、キッチン・バス・トイレが共有でした。バス・トイレが男女共有なのは驚きましたが「こんなもんか」とすんなり受け入れられました。</p>
<p>■ 気候、大学周辺の様子、交通機関、食事等/Climate、 environment around the institution、 transportation、 food、 etc. :</p>
<p>キャンペラは小さい町なので自転車さえ買えばほぼ事足ります。週末に郊外に行くとなるとバスを使いますが、基本的には徒歩と自転車だけで大丈夫です。私は 2、3 月の間しか滞在しなかったのであまり気候に関しては参考にならないと思いますが、私がいたころはカラっとしていて過ごしやすかったです。日本の</p>

9月下旬～10月程度です。炊飯器も米も売っているのでお米も食べられます。
■お金の管理方法、現地の通貨事情/Management of money and situation about local economy :
寮費はオーストラリアの口座を作らなければなりませんでしたが、口座開設は簡単でした。現地ではほとんど現金を使わず、ほぼすべてカードで支払いをしました。
■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 :
医療関係はわかりませんが、保険でカバーされているので基本的には大丈夫だと思います。治安は非常によく、夜に一人で歩いても不安になることはなかったです。

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 :
ほとんど覚えていませんが、履修したい授業をシラバス(学生でなくてもネットから見ることができます)で見つけて登録します。特に大変なことはなかった気がします。
■ビザの手続き/Procedures to obtain visas :
student visa を取得しました。申請の際は「なぜオーストラリアで学びたいのか」などを数百語で書くなど面倒な作業がありますが審査は一瞬で通りました。
■医療関係の準備/Preparations or actions taken to maintain your health :
予防接種はせず、常備薬は腹痛や風邪の薬程度でした。健康診断も受けていません。
■保険関係の準備/Preparations/procedures for insurance :
オーストラリアに留学する際はオーストラリアの保険(OSHC といいます)も加入しなければいけません。東大が加入必須とする保険と重複する内容があり、正直片方だけで良いと思いましたがどちらも加入しなければいけませんでした。オーストラリアの保険だけだと一部カバーされない内容が東大の保険ではカバーされているそうです。
■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 :
4S1 の必修科目をどうするか、学科の先生と相談しました。留学自体で互換して下さると先生がおっしゃったのでそこはスムーズでした。必修以外の卒業に必要な単位は3年生ですべて取り切りました。
■語学関係の準備/Language preparation :
東大・ANU の出願要件は越えていました。

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	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.)	100,000 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)	37,690 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)	24,000 円/JPY
■その他、補足等/Additional comments :	

1 か月半で帰国したため施設利用料(=寮費)はかなり安くなっています。教科書は先生がオンラインで上げてくださったのでタダでした。

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

家賃/Rent	55,000 円/JPY
食費/Food	30,000 円/JPY
交通費/Transportation	0 円/JPY
娯楽費/Entertainment/Leisure	10,000 円/JPY

■ その他、補足等/Additional comments :

食費・娯楽費は覚えていないので実際に払った額とかなり差があると思います。

■ 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 :

東京大学

■ 受給金額(月額)/Monthly stipend :

50,000 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 :

Introduction to Environmental and Social Research/6.0

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

132 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 :

6 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 :

14 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 :

東大にいとどうしてても似たような育ち方をしてきた人に囲まれがちです。また、マイノリティの立場に立つこともほとんどないのではないのでしょうか。そんな環境から全く違う、自分とは根本的に異なる考え方を持つ

た人、東大では絶対会えない人と関わることで今までの自分がいかに井の中の蛙であったかを知ることができました。そのせいで自己嫌悪に陥ることも多々ありましたがそれも成長の過程の一部だと思っています。新型コロナの影響で結局 8 週間程度の留学となってしまいましたが、それでも将来の進路を変えるには十分なくらい刺激的でした。

■ 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 :

東大での専攻とは違うことをあえて学んだのですが、自分は本当は東大での専攻ではなく留学先で学んだことのほうが興味があると感じ、出願する院を変えました。自分が普段学んでいることを留学先でも学ぶというのもよいですが、単位数を気にしなくていいのであれば東大では勉強していないけどもしかしたら興味あるかもしれない、という授業をとってみると思ってもよらない発見があると思います。

■ 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 :

就職活動はしばらくはおこなわないのでわかりませんが、海外経験があるというだけで将来のキャリアの幅は確実に広がると思います。

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

いずれも行ってない

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

非営利団体、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 :

留学に行った人で後悔した人は聞いたことがありません。つらい時期もあると思いますが結果的にはいいことばかりです。奨学金も充実しているし迷っているなら留学は絶対に行った方がいいと思います。ちなみに留学先の大学は「この国に行きたい」という感情で決めてしまって全然いいと思います。

■ 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 :

特になし

## 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: 2020/8/1

■ID: A19153

■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: オーストラリア国立大学(ANU)

■留学期間/Program period: 2/14/2020 ~ 6/30/2020 (MM/DD/YYYY)

■東京大学での所属学部・研究科等/Faculty/Graduate School at UTokyo: 理学部地球惑星環境学科

■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?:

大学入学前から留学をしたいと強く考えていた。留学前半が途中で終わってしまい無念だったので、後半もぜひ留学を続けたいと思った。元の国(香港)に戻るか国を変えるかかなり悩んだが、また途中帰国のリスクがあったのと、オーストラリア国立大学が状況を理解して特別対応を申し出てくれたためそちらに行くことにした(結果的にコロナでオーストラリアからも途中帰国になってしまったが、人生そんなものである)。

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:

2020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:

2020年/Academic year / 学部4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:

本来は学部3年の秋から1年間の交換留学予定だったが、前半の留学先の社会情勢により強制帰国となってしまったため、後半から新たな国で留学を再開することとなった。

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:

Magmatism and Metamorphism/6 (東大との同時履修関係で帰国と同時に drop)

Applied geophysics/6 (帰国後オンラインで継続)

Global stratigraphy/6 (同上)

Economics for the environment/6 (同上)

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

受講できる授業数は3~4つと少ないが、一つ一つの授業が大変重い。講義に加えてチュートリアルやラボタイムなどがある。講義はオンライン配信され、後から見返すこともできるので、大変時間はかかるが復



習をすることは可能。
■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 :
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 :
スポーツ、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 :
オリエンテーション期間で様々なクラブの体験に行ったのと、スポーツジムの 1 週間無料体験でできるだけ多くのクラスに参加した。その他キャンベラの日本人コミュニティや ANU の Japan Club の活動には時々顔を出していた。
■週末や長期休暇の過ごし方/How did you spend the weekends and vacations? :
勉強、小旅行、友人と外食など

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

■設備/Facilities :
24 時間オープン図書館、ジム、wifi 環境は整っている。
■サポート体制/Support for students :
留学生向けの英語のレッスンや、Learning advisor、論文の書き方や引用の仕方などサポートが整っている。

#### 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 :
留学の先輩におすすめの寮を聞き、Fenner Hall のところに入っていた。オンキャンパスの学生寮で、一番活気があるところの目の前だったため立地は非常に良かった。個室で大きなシェアキッチンや共同スペース、学生運営のカフェ、卓球・ビリヤードスペースなどあり、寮内のコミュニティも充実していた。火災報知器がしょっちゅう誤作動し真夜中に退避しなくてはならないのが玉に瑕ではあったが。

■気候、大学周辺の様子、交通機関、食事等/Climate、 environment around the institution、 transportation、 food、 etc. :
夏は日中非常に暑い日本よりは乾燥している。夜間は少し冷える。大学周辺はショッピングセンター以外あまり何も無いが、住環境としてはとても整っているし、シドニーまでバスで 3 時間ほどであるため小旅行もしやすい。キャンパスライフを送る分には公共交通機関はほぼ乗らず、中古自転車を現地で購入してよく乗り回していた。食事は外食すると日本より高い上、学食のようなものがないのは辛い、スーパーや市場でまとめ買いして友人たちと一緒に料理することが多くあり楽しかった。
■お金の管理方法、現地の通貨事情/Management of money and situation about local economy :



現金はほぼ使わない。簡単に現地で口座開設でき、そのあとはカード一枚で細かい買い物も全て済ませていた。口座開設まではクレジットカードで済ませていた。

■ 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 :

治安は良い。コロナの話が出始めたころから、大学や寮、キャンベラ市内での規制は大変厳しくなっていたので逆に安心だったが、万一かかった場合の対応などは調べていた。メンタルヘルスや経済状態に対するサポートも充実しているので、気軽にそうしたサポートを利用すれば良いと思う。最初のオリエンテーション期間は毎日イベントが大量にありすぎるうえ、異国にきたばかりで身体も疲れやすい時期なので、気張りすぎず意識的に抑えめにするのが良い。

#### 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 :

前半の留学から帰国して、急遽特別対応のような形で入学手続きを行わせてもらったため、あまり参考にならないかもしれない。留学先大学も忙しく、時々連絡に抜け漏れがあることがあるので、できれば留学仲間を見つけて互いに確認し合うのが良い。

■ ビザの手続き/Procedures to obtain visas :

学生ビザ。確か指定の保険(OSHC)に加入しないとビザが取れず、OSHC 側とオンライン送金でトラブルがあり色々とそのやり取りをしていたため、ビザが取れたのはギリギリだった。

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

親知らずは抜いていった。常備薬はいつもかなり多めに幅広く持っていく。

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

東大指定の保険とオーストラリア指定の OSHC に加入。かぶりを減らす為どちらか一方にできないか交渉したが、無理だった。

■ 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 :

事前に教務担当の先生とよく話し合い、4S の授業の一部はオンライン、もしくは帰国後に途中参加&レポートなどでカバーできないか相談していたが、結局途中で帰国となり他の東大の学生と同じような履修方法(オンライン)となった。

■ 語学関係の準備/Language preparation :

学部2年秋の学内留学申請時点で TOEFL ibt 92、IELTS 6.5 だったと思う。

#### 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	150,000 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.)	8,000 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)	10,000 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)	17,000 円/JPY

■その他、補足等/Additional comments :

ビザ申請費 4,500

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

家賃/Rent	88,000 円/JPY
食費/Food	15,000 円/JPY
交通費/Transportation	2,000 円/JPY
娯楽費/Entertainment/Leisure	2,000 円/JPY

■その他、補足等/Additional comments :

オリエンテーション期間や学生サポートでフリーフードが充実しており食費はだいぶ浮いた。本来は奨学金が受給できるはずだったが、留学先を変えたことと、新たに応募するには締め切りが過ぎていたことから諦めて前半の留学の奨学金残りで頑張った。

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

受給しなかった

■奨学金の支給機関・団体名等/Name of the source of the scholarships :

■受給金額(月額)/Monthly stipend :

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? :

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 :

Economics for the environment/6(留学前半のものもこれから単位認定申請予定)

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

30.5 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 :

26 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 :

<p>どんな先進国も安寧がいきなり崩れることがあるということを身をもって実感した。その時に自身がどう決断や判断するか、判断が難しい時期に様々な経験を積むことで自分自身を見つめ直す機会になったと思う。また国家単位の動きに巻き込まれることで、理系学生でありながら政治など社会問題にも関心を持つようになった。</p>
<p>■ 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 :</p>
<p>海外の価値観が時に自分を楽にしてくれることもあるということ、新天地に移れば全く別の世界があり異なる生活を送れるということを実感した。この経験をもとにまた将来海外に行きたいと強く思っている。また留学しなかったら一生知り会わなかったであろう多くの人たちとの出会いも宝である。</p>
<p>■ 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 :</p>
<p>なし</p>
<p>■ 留学中に行った就職活動 / Job hunting activities during study abroad :</p>
<p>いずれも行っていない</p>
<p>■ 進路・就職先 (就職希望先) / Career/Occupation (planned) :</p>
<p>研究職、民間企業、起業</p>
<p>■ 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 :</p>
<p>学部中の留学は、人とのつながりが一番だと思います。どんな辛いこと大変なことがあっても、その辛さを楽しむくらいの気持ちで頑張ってみてください。とはいえメンタルヘルスは大事なので、自分で自分の首を締めすぎないように。</p>
<p>■ 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 :</p>
<p>Go global Web サイトの留学体験記、トビタテの留学体験記、奨学金情報など</p>