

## 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: 2019/12/11

■ID: A19018

■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: クイーンズランド大学(UQ)

■留学期間/Program period: 7/15/2019 ~ 11/16/2019 (MM/DD/YYYY)

■東京大学での所属学部・研究科等/Faculty/Graduate School at UTokyo: 農学部農業・資源経済学専修

■学年(留学開始時)/Year at the time of study abroad: 学部4年

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

内発的・外発的な動機があった。入学当初から語学力を向上させたいという思いがあり、その手段として留学に関心を持っていた。学部2-3年時に参加した短期の留学プログラムが、参加者同士の交流が楽しく自身の成長も感じられる経験となったため、長期留学もしたいと考えるようになった。(当時自分の中では長期留学は短期留学の「次の段階」であると考えていた。)また短期のプログラム等で知り合った友人の幾人かが長期留学を決めたか、経験しており、彼らの長期留学への考えに影響された面も少なからずあった。留学するか否かの迷いは2つあった。1つは経済的な側面で、もし奨学金が取れなかったら負担が大きすぎるのではないかと危惧した。この迷いは国際本部の奨学金制度や他の民間奨学金を調べる中で解決した。もう1つはより本質的な悩みで、「留学で具体的に何をしたいのか」「なぜ留学するのか」という問いに明確に答えられなかった。もちろんエントリーシートではそれっぽいことは書いたのだが、本当に心から「留学先でしか出来ない」と思えることは実はなかった。英語で学ぶ経験がしたいと言うが東大の英語開講の講義は逃げてきたではないか。〇〇という分野を学びたいと書いたが、東大で学べる内容ではないか。自分の自分へのつつこみは誤魔化せない。「日本で出来るのになぜ海外に行く必要があるのか」という考えと「百聞は一見に如かずであり、行きたいのなら行くべきだ」という考えに悩んだ。最終的に、この迷いは留学に行くことでしか解決しないと結論づけ留学を決めた。だが依然迷いは消えず、留学中に顕在化し、苦しんだ。

## 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4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:

本来は学部3年時に留学したかった。就活との両立も可能であり、知っている数人の先輩達も学部3年で

留学していたからである。しかし学部 3 年で留学するには学部 2 年時に応募が必要である。留学に行く決意はあったものの、具体的に学びたい分野が不明確であったこと、条件の良い奨学金が取れそうにないこと等の理由から断念した。元々は 4 年で卒業したいと考えていたが、3 年時に「それでも留学に行きたい」という思いが勝り、思い切って 1 年留年して 4 年時に留学することにした。

#### 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 :

- ・Agricultural & Resource Policy /2
- ・Calculus & Linear Algebra /2
- ・Multivariate Calculus & ODEs /2
- ・Discrete Mathematics /2

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

授業は自主的な予習・復習を丁寧に行った。講義は一般的なスタイル。授業によっては edX で講義を予習するよう指示があった。授業中何度かディスカッションがあったが、白熱すると何を話しているのか理解できず、多くを笑顔でごまかしていた。先陣を切って発言するか、文脈を無視して発言するかして参加を試みた。チュートリアル・演習はチューターがおり、質問すれば丁寧に答えてくれるが、黙って座っているだけだと放置される「言ったもん勝ち」のスタイルである。宿題も定期的に出される。友人を作って一緒にやるのが吉。期末試験前には 2 週間ほどの試験準備期間がある。普通はこの期間に追い込みをするのだろうが、日々真面目に勉強しすぎていたせいでやることなく暇だった。

##### ■ 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 :

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 :

スポーツ, インターンシップ

##### ■ 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 :

大学の柔道クラブに週 2 回参加。長期休暇に 1 ヶ月のインターンシップ。

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

週末は基本的に勉強していたが、学期半ばから疲れて遊ぶことにした。主に市内をぶらついたり、友人とご飯に行った。何度か日本語サークル wasabi が開催しているイベントに参加した。mid semester break は ANU に交換留学していた友人に会いにキャンベラとシドニーに旅行した他、ゴールドコーストの柔道大会に参加した。学期終了後はアデレード大学の研究所で 4 週間のインターンに参加した。

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

##### ■ 設備/Facilities :

図書館はいくつかあり本は揃っている。利用可能な PC も設置されている。しかし、どこも混んでいるため実質使えない。スポーツ施設もあるが利用費は安くはない。食堂というかフードコートのような場所がキャンパス内にある。キャンパス内ではどこでも wifi が通じる。この点は非常に便利。

■サポート体制/Support for students :

サポート体制は整っていることをオリエンテーションで聞いた。自分は利用しなかったので詳しくは分からない。定期的に language exchange や留学説明会等のイベントが開催されている。自分はそれらに積極的に参加して友人を作った。

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 :

ホームステイ

■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 :

昨年交換留学にいった東大の先輩に紹介して頂いた。これまでに、東大生を何人も受け入れてくれている家庭で、とても優しい家族だった。

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

7 月ごろのブリスベンは、やや肌寒く、乾燥している。分厚いコートは絶対にいらないが、何か羽織るものは必要。9 月末くらいから本格的に暑くなる。オーストラリアはどこも紫外線が強い。ブリスベンの主な交通手段はバス。フェリーもある。go card という交通系カードを使うのが便利で安い。キャンパス内の売店で買える。そのほか、Uber を使ってる人も多かった。オーストラリアは移民国家なので世界中の料理が食べられるが、外食すると高い。

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

到着後、現地で銀行口座を作り、そこに transferwise で送金した。UQ は大学内に Commonwealth Bank があり、留学生は無料で口座を作ることができる。日常的にはデビットカードを使用し、現金は一切持ち歩かなかった。

■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 :

治安は普通に生活していれば問題はない。幸いなことに病気、怪我をせず、病院に行くこともなかった。一点、些細なことだが、こちらに来てから自分がラクトース耐性がないことに気づいた。普通の冷たい牛乳、アイスコーヒー、乳由来の粉末プロテイン、全てダメだった。日常では運動不足にならないように、大学の柔道クラブに定期的に参加していた。人間であるから心身は疲れる。疲れたら休むことを心がけた。

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 :

先方の指示に従って行えば問題はない。

■ビザの手続き/Procedures to obtain visas :

オーストラリアはネットで VISA (subclass 500) の申請が可能。GW 中に申請した。ネット申請完了後、3 日後に許可証が届いた。大学から受け入れ許可証をもらっていれば審査は厳しくないのではないか、と思う。自分が少し困った箇所は 2 つ。①VISA 申請時に「留学の理由」について英作文が求められること。②親・親戚の所得額の記入を求められること。①は昨年度留学した先輩に相談し、その先輩の文章を真似た。

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

風邪等の常備薬を持っていったのみ。特別なことはしなかった。

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

東大の保険(付帯海学)、オーストラリア政府が求める保険(OSHC)の両方加入了。結構な額がかかった。

■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 :  
農学部に留学届を提出した。

■語学関係の準備/Language preparation :  
応募時点:IELTS7.0 出発前に英検 1 級を受験した。

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	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.)	0 円/JPY
教科書代・書籍代/Textbook / Book	5,000 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)	100,000 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)	60,000 円/JPY

■その他、補足等/Additional comments :  
VISA 申請費:¥46,000

■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	5,000 円/JPY
交通費/Transportation	5,000 円/JPY
娯楽費/Entertainment/Leisure	10,000 円/JPY

■その他、補足等/Additional comments :  
家賃に朝、昼、夜の食事が含まれていたが、たまに外食していた。

■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 :  
70,000 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

<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>
<p>・Agricultural &amp; Resource Policy /2          ・Calculus &amp; Linear Algebra /2          ・Multivariate Calculus &amp; ODEs /2</p>
<p>■ 留学前に取得済みの単位数/Number of credits earned at UTokyo BEFORE your study abroad :</p>
<p>70 単位/credit(s)</p>
<p>■ 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 :</p>
<p>6 単位/credit(s)</p>
<p>■ これから本学で取得予定の単位数/Number of (expected) credits to be earned on return :</p>
<p>8 単位/credit(s)</p>
<p>■ 卒業/修了予定/(Expected) year/month of graduation :</p>
<p>2021 年 3 月</p>

### 留学を振り返って/Reflection

<p>■ 留学の意義、その他所感/Impact of the study abroad experience on yourself or your thoughts :</p>
<p>私にとっての留学の意義は 4 つある。1 つ、英語で学ぶことへの苦手意識が軽減されたことである。英語で講義を受け、レポートを書き、ディスカッションに参加し、試験で合格点を取れたという一連の経験は「英語でも意外とやっていけるんだ」という自信になった。MOOC や Netflix など web 上の英語コンテンツが充実している現代において、それらを利用出来るようになったことは、自転車に乗れるようになったことに等しい。知的行動範囲が広がった。2 つ、東京大学の学術的・人的資源の充実度を改めて感じたことである。本郷にいる時は教授・友人達とのディスカッション、月に何度も開催される特別講義、学生間の自主的な活動等、当たり前のものであると感じていた。留学すると、気軽に議論できる友人もあまりいない、あっても第二言語だと満足に議論を楽しめない。知的好奇心がそられるイベントも減った。東大にいた時はいかに自分が周りの人に巻き込んでもらっていたか、様々な機会が充実していたかをひしひしと感じた。3 つ、オーストラリア人のライフスタイルを垣間見、日本のそれと比較できるようになった。家族の時間を大切に、休む時は休むというようなオーストラリアの一家族の様子を半年体験し、ライフスタイルについて自分の中で様々な思い込みがあったことに気づけた。4 つ、「長期海外留学」を一度経験したことで、留学に関して自分なりに考えられるようになった。例えば、長期留学と短期留学は別物であること、「留学するなら英語圏」は必ずしも正しくないこと、語学だけなら日本にいても十分に鍛えられること、海外へ学位留学をするなら留学先の生活文化への関心や適性も重要だろうこと、そもそも分野によっては海外留学である必要はないこと等々。現代はより留学がしやすくなっている一方、留学に関する情報は錯綜している。自分なりの「留学論」を持てたことは、今後もしまた留学する機会が得られた場合に役立つ。今回の私の交換留学はサクセスストーリーにはならなかった。思ったほど楽しくないし、むしろ陰鬱に苦しんでいた。だが幾つかの今後につながる建設的な考えを持てたという点で非常に意義があったと思う。</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>留学以前は「海外で働きたい」と思っていたが、留学を通して、自分は海外で働きたいのではなく、日本に軸を置いた上で海外と関わるような仕事がしたいのだと分かった。</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 :

まだ就職活動を行っていないため分からない。面接時の会話のネタの 1 つにはなるだろうが、分かりやすいメリットはないと思われる。人生長い目線で見ると違いが生まれると信じたい。

■ 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 :

留学に関心のある学部生なら、全学交換留学での留学をお勧めしたい。なぜなら全学交換留学は「失敗のできる」「自由な」留学であるから。低リスク・経済的(留学先の授業料不要、奨学金を得られる可能性高い)・サポートが手厚いという他に類を見ない充実ぶりであり、留学中の制約はない。行けばきっと何かしら得られるものはあると思う。たとえ行って見て何か違うとなっても、学位留学や私費留学でミスるのと比べて、失うものは金銭的にも人生的にもそれ程大きくないと個人的には思う。また留学は現地に行くだけではなく、IELTS・TOEFL を受けること・書類を書くこと全て含めて「応募するという経験そのもの」にも価値がある。あとは私ができなかったこととして、なるべく多くの留学経験者にインタビューをしてから行き先を決めればよかったと思う。自分が検討している地域の留学経験者から話を聞き、可能なら旅行で現地に行ってから決めることをお勧めする。その大学の街の雰囲気・様子に対する体感的な好き嫌いは、長期で行くなら意外と重要だと思う。最後に蛇足と思うが、長期留学は短期留学プログラムとは別物である点を留意した方がよい。短期留学では、同じ参加者の友人が出来やすく、留学先大学の学生との交流やアクティビティー等があらかじめセッティングされていることが多い。ただ乗っかればいいので大変「楽」であり、日々何かしている確かな実感を持ちやすい。一方で長期留学は、多くは縁も所縁もしがらみもない場所で、その大学の一学生として生活することになる。自分から何もしなければ何も起こらないのは、「自由」である反面、「楽」ではない。何をするか、出来るかは自分次第であるのが長期留学の最大の醍醐味なのだと思う。

■ 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 :

東大の留学報告書。実際に行った方に聞くのが一番いい。