

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: 2019/7/8

■ID: A18046

■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: オークランド大学

■留学期間/Program period: 7/16/2018 ~ 7/1/2019

■東京大学での所属学部・研究科等/Faculty/Graduate School at UTokyo: 教育学部総合教育科学専攻

■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したいと思っていたため、留学するかどうか迷いはなかった。語学力の向上が主な動機だった。

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:

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:

A2セメスターから学部での授業が始まり、1年間専攻科目の知識を身につけてから留学できるため。就職活動に影響が出にくい時期であるため。

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:

- ・YOUTHWRK152/15point ,
- ・ACADENG100/15point ,
- ・EDUC113/15point ,
- ・ASIAN140/15point ,
- ・EDUC115/15point ,
- ・SOCCHFAM215/15point ,
- ・EDUC121/15point ,
- ・EDUC114/15point

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

少人数のディスカッションを行う Tutorial が特に難しかった。予習としては、スライドのわからない単語を調べておく。復習としては、レコーディングを聞き直すなどした。

■ 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 / 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 :

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, 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 :

国際成人式実行委員会という、NZ で成人式を開催する団体に所属した。Japan Day という、NZ 最大の日本のイベントの長期ボランティアを行なった。Auckland Deaf Society という、手話に関する団体のイベントをサポートするボランティアをした。大学の留学説明会で、日本の大学を紹介する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? :

授業期間中の週末は勉強していることが多かった。長期休暇はボランティアをしたり、友達と国内を旅行したりした。

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

■ 設備/Facilities :

図書館、ジム(寮に住んでいれば無料で使える)など、様々な施設がある。値段は高めだが、フードコート、カフェ、売店、フードトラックなど充実している。PC の数は多く、Wifi も使用可能。

■ サポート体制/Support for students :

語学面・学習面は、様々なワークショップが開催されている。オフィスアワーに先生に質問することも可能。生活面・精神面は、カウンセリングなどが利用可能で、留学生支援オフィスもある。

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 :

受入許可証を受け取った後、大学から寮に関する情報が送られてきた。最初は 2 人部屋を希望していたが空きがなく、1 人部屋になった。小さなキッチン、トイレ、シャワーなど、一通り部屋に揃っていた。大学まで徒歩 10 分程度。より安いフラットを希望する場合も、大学が情報をくれる。

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

日本に比べて夏も冬も気温は穏やかだが、天気が変わりやすい(特に冬は雨が降ったり止んだりする)。大学は塀で区切られておらず開放的な印象。交通機関は主にバスと電車で、バスの方が本数が多く便利だがよく遅延する。食事は外食は高いが、日本食レストランを含めて世界中の食事がある。普段は自炊して、たまに友達と食べに行くのが良いかもしれない。

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

大学内に支店がある銀行で口座を開設した。EFTPOS というデビットカードのようなカードが支払いに便利。

■ 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 :

夜は治安が悪い公園・通りなどがあるので、夜はなるべく出歩かない。安全な国ではあるが他にも治安が悪い地域があるので、地元の友達などに情報をもらおうと良い。医療関係は、大学に Health and Counselling Centre があり、海外旅行保険が使える病院も Auckland CBD 内にある。

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 :

マイページ作成→個人情報入力→必要書類提出→受入許可証が送信され、授業選択などが可能になる。手順の説明あり。送信された受入許可証に誤りがあったので、しっかり確認すると良い。

■ ビザの手続き/Procedures to obtain visas :

Student Visa。無料でオンライン申請可能。手順の説明あり。口座の取引推移なども必要で、かつ翻訳会社に翻訳を依頼しなければいけないので、早めに行うことをお勧めする。

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

健康診断は受診できる病院に限られている(NZ の場合東京は 2 つのみ)ため、早めに行う。常備薬は持参を勧めるが、入国カードへの記入が必須。NZ は歯科治療が非常に高いため、治療は事前に済ませておく。

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

海外旅行保険は東大に指定されたものに参加した。NZ は留学生全員に保険加入を義務付けているため、その保険にも加入した。日本の保険で代用できる可能性もあるので、調べることをお勧めする。

■ 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 :

教育学部の単位互換方法について尋ねた。留学許可願を提出した(コース主任の押印必要)。

■ 語学関係の準備/Language preparation :

出発前は特に Speaking に不安があった。英語ランチへの参加、NZ 英語の動画視聴、単語学習などを行ったが、もっとしっかりやっておけばよかったと思った。英語で話せる話題(日本の文化など)を増やしておくことも大切だと思う。

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	163,000 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	13,000 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)	97,700 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)	46,000 円/JPY

■ その他、補足等/Additional comments :

29,000 円(健康診断)、10,000 円(ビザ申請書類の翻訳)

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

家賃/Rent	100,000 円/JPY
食費/Food	30,000 円/JPY
交通費/Transportation	1,000 円/JPY
娯楽費/Entertainment/Leisure	5,000 円/JPY

■ その他、補足等/Additional comments :

5,000 円(生活用品など)

■ 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 :

日本学生支援機構(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

■ 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 :

- ・YOUTHWRK152/15point
- ・ACADENG100/15point ,
- ・EDUC113/15point ,
- ・ASIAN140/15point ,
- ・EDUC115/15point ,
- ・SOCCHFAM215/15point ,
- ・EDUC121/15point ,
- ・EDUC114/15point

■ 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 :

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 :

20 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 :

英語を使う機会が沢山あった。海外の大学で学ぶとはどういうことなのか、海外から日本はどう見えているのかなどを知ることができた。ボランティアに参加した。自分の英語に自信がなく、積極的に会話できない場面があったことは勿体無かったと感じる。アルバイトやインターンに参加すればよかった。

■ 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 :

海外勤務の夢も生まれたが、仕事をするためにはより英語をレベルアップさせなければならないと感じている。

■ 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 :

語学力をアピールできる。留学中の経験など、話せることが増える。留学時期によってはインターン・就職活動に支障が出るかもしれない。

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

社会人との接点をもつように心がけた。留学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) :

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 :

いざ留学をしてみるとあっという間ですが、その前の準備・目標設定、留学後の振り返りや経験の活かし方など、影響は長く続きます。自分の人生において大きな経験になる留学に、周りの力も借りながら積極的に挑戦してみてください。

■ 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 :

大学のウェブサイト、NZ 移民局のウェブサイト(ビザ申請)、外務省海外安全(危険管理)など。