

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: 2019/12/10

■ID: A19067

■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: トリニティカレッジ・ダブリン

■留学期間/Program period: 9/2/2019 ~ 11/17/2019 (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3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?:

もともと人文系の学問をやりたいかったが、駒場時代に語学を習得できず、またこの学問をしようとの決心がつかなかったため、ずるずると法学部に進学してしまったが、司法試験にも国家公務員試験にも関心が湧かなかった。自分が講義中心の授業を受けている一方で、文学部の知人たちが先行研究を原文で読んだり、議論したり、論文を書いているのを見て、自分はいったい何をしているのかと後悔を覚え、またかねてよりイギリスで修士号をとってみたいという夢もあったので、交換留学でイギリス流の教育方法に近い Trinity College Dublin に行きたいと思った。

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 / 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3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:

交換留学の多くは秋学期開始であるが、学部2年で1年間交換留学をすると進学選択に支障が出るため。

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:

Introducing theology

: key questions Political violence A

: theories of political violence and conflict Public Opinion Topics in Philosophy 1A

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

授業時間が 1 コマ 60 分と非常に短く、集中力が途切れない。授業中も発言を自由にしてよく、それにより新たな視点を発見できることも多い。
■ 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 / 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 :
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 :
原則として文化系のサークルは Society、運動系のサークルは Club と呼ばれる。Freshers Week 中に加盟するのが一番簡単である。日本のサークルとは違い、気が向いた時に覗きにいこうという、ドライな付き合いであるが、私にとっては却ってそこで良き友人を得ることができた。
■ 週末や長期休暇の過ごし方/How did you spend the weekends and vacations? :
家事をしたり、晴れていれば公園に行き芝生の上でサンドウィッチを食べたり、Kildare にあるアウトレットモールに行ったりした。

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

■ 設備/Facilities :
図書館は充実しているが構造が入り組んでいて慣れるまでにやや時間がかかる。ジムもあるが東大と同じくらいの規模である。食堂は学生証にチャージしておくことで 10%割引で使用することができる。大学自体の Wi-Fi はもちろん Eduroam も使用可能である。
■ サポート体制/Support for students :
Tutor として教師が担当されるが、留学生を担当するのはたった一人である。

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 :
キャンパスから徒歩で 25 分ほどで、近くにスーパーやコンビニ、大きすぎないパブなどがあり大変快適だった。留学生優先の寮で、向こうの大学の Accommodation 担当者に紹介されて決定した。

■ 気候、大学周辺の様子、交通機関、食事等/Climate, environment around the institution, transportation, food, etc. :
夏は涼しく晴れていて最高のシーズンであるが、1 日の中での気候変動が激しく、羽織りものなど調整しやすい格好が好ましい。O'Connell St に行けば Pennys(英国では Primark)などファストファッションが充実しているので、日本から持っていくのは 3 日分ほどで良いと思う。10 月になると一転して曇りや雨の日が続き、風も強いのでかなり寒く感じる。防水機能付きのウィンドブレーカーを一枚持っておくとかなり便利である。Trinity College Dublin は町の中心にあり、レストラン等も充実し、観光客が多い。登下校はバスを使うこと

が多かったが、朝 9 時を超えると本数が激減するので歩くこともしばしばあった。食事は大変美味しく、また日本食レストランも多くあるので困らないが、付加価値税が 23%と高額なため、自炊するほうがよい。

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

Bank of Ireland が Freshers Week 中にかなり強引な勧誘を行ってきたが、チューターをしている院生とは違い、アイルランドにおける収入源はないので開設しなかった。安全のため現金はあまり携帯しなかったので、VISA と Master を併用して限度額に挑戦する日々だった。ただし、万が一に備え出国前に 500 ユーロ札を 4 枚購入し、うち 1 枚のみを 200 ユーロ札以下に両替しておいた。帰国に伴う出費で口座が圧迫されたので残りの 500 ユーロ札 3 枚を使おうとしたところ、高額紙幣なため一般店舗では使えず、Bank of Ireland では口座を持っていないことを理由に両替を断られたので、イースター蜂起で有名な General Post Office でパスポートを提示した上 1,500 ユーロを全て英ポンドに替え、その一部を観光案内所に付属する両替商でユーロに戻して生活した。

■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 :

日本以上にすぐ病院で治療を受けられる国はまず無いようなので、持病を持っている人は事前によく頻度、費用、保険適用されるかどうかを確認することを強く勧める。ハロウィーンの喧騒を除けば治安はすこぶる良い。

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 :

東京大学本部国際交流課のチェックリストにある通りに準備すれば良い。

■ビザの手続き/Procedures to obtain visas :

アイルランドでは 3 カ月を超える滞在の場合、日本国籍保持者はビザは不要なものの、外国人登録をする必要があるが、この予約が大変混み合っていて取りにくいので、出国前からトライし始めることを強く勧める。

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

睡眠障害と気分障害を患っていたが安定してきたため渡航したものの、GP 制度がうまく作用せず、精神科医と面会できなかったため 3 カ月で帰国し留学を辞退する結果になってしまった。保険だけではなく、医者に会うのにどれだけの時間や労力が必要か事前に調べておくことを強く勧める。

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

付帯海学・OSSMA に加え、クレジットカードの保険と日本生命の保険に個人的に加入した。

■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 :

渡航前になるべく多くの単位を取得しておくことと気分にも余裕が出るので良い。

■語学関係の準備/Language preparation :

有効期限ギリギリの TOEFL(総合 97 点)で申し込んだので出発直前の語学レベルはあまり良くわからないが、趣味も兼ねてアイルランドを舞台にした映画を見たりしてアクセントを理解する参考にした。

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	140,000 円/JPY
派遣先への支払い(授業料・施設利用料など)/Payment	0 円/JPY

to host institution (tuition, facilities fee, etc.)	
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)	100,000 円/JPY
■その他、補足等/Additional comments :	
寮費 1,200,000 円(10カ月分、事前の一括払い)	

■留学先での毎月の生活費/Monthly cost of living during the study abroad period :	
家賃/Rent	120,000 円/JPY
食費/Food	50,000 円/JPY
交通費/Transportation	3,000 円/JPY
娯楽費/Entertainment/Leisure	30,000 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 :	
The Fung Scholarships	
■受給金額(月額)/Monthly stipend :	
80,000 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 :	
46 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 :	
34 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 :

法学部からの逃避と将来起こり得るかもしれないイギリスの大学院への進学準備として留学を決定したが、体調を崩したことで、ただしそれでもどうにか日本に生きて帰ったことで自分が本当に何をしたいのか考え直す良い機会となった。

■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 :

周りと比較して就活先を考えたり、劣等感を覚えたりしていたが、まずは自分が何をしたいのか、何ができるのか、自分のために何をなすべきなのかを見つめ直そうと考えられるようになった。余計な肩の荷が降りたような気がする。

■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 :

単位を取得できず留学を中断する事態になったので、1年卒業を遅らせる可能性が出てきた。しかし確実に視野が広がると思う。

■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。院生とよく話すことで進学についての知識を深めた。

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

研究職、民間企業

進学と就職で迷ってはいるが、留学したことでいかに東京が物資に恵まれているかに気づかされた。生活用品・衣料品・化粧品全てにおいて、日本より質が良く安いものを見つけることはほぼ不可能だった。製造業や商社は全く考えていなかったが、物を通して日本や海外で人を幸せにする仕事につきたいと思うようになった。

■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 :

私は1年間の交換留学を3カ月で辞めることになってしまいました。2~3カ月ほど悔しくて悲しくてたまらず、自分は何もできない人間だと感じました。それでも、今振り返ってみれば得たものはたくさんあります。どの国を選んでも、東京ほど便利に暮らせるところはありません。かならず苦勞があります。それでも新しい友人や考えもしなかった発見に沢山出会うことができます。

■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 :

外務省、交換留学先のHP