

**The University of Tokyo Study Abroad/Student Exchange Program Report Form
(for programs from a week to 3 months)**

Date: 07/14/2017

Faculty/Graduate School at UTokyo:	College of Arts and Sciences	Year at the time of Study Abroad	B2
Program Attended:	UCB2 - Islamophobia and Constructing Otherness	Host University:	The university of California, Berkeley
Occupation after graduation (intended):			
<input type="checkbox"/>	1. Research		
<input checked="" type="checkbox"/>	2. Specialist (Medical • Judiciary • Accountant)		
<input type="checkbox"/>	3. Civil Service		
<input type="checkbox"/>	4. NPO		
<input type="checkbox"/>	5. Private sector (Type of industry:)		
<input type="checkbox"/>	6. Entrepreneurship		
<input type="checkbox"/>	7. Others ()		

Outline of the receiving institution overseas
UC Berkeley is one of the top level universities in the world. There are about 20 libraries and more than 10 gyms in the campus, and students are provided with fantastic environment to enjoy their campus life. The atmosphere of the university is very liberal, and people feel free to criticise the US government. Also, there are a variety of ethnic groups in Berkeley, and students can enjoy talking with people from various backgrounds.
Reason why you decided to participate
I want to work overseas in the future, and therefore I wanted to experience how it is like to work or do activities with foreigners. Also, I aimed to acquire high-level English speaking skill.
Preparation for the program
(1) Application process (please give any advice on dealing with the application process)
Make sure to have enough time for visa application. I recommend everyone to start application process as soon as possible, once they are allowed to participate in programs. In many cases, applicants are required to submit documents that can only be acquired after completed another application process, so they should make a good plan for applications.
(2) Visa application (type of visa, where to apply, processing time, any advice on visa application)
I applied for F-1 visa. Upon visa application, we need to check the website of the U.S. ambassador, and fill the application form. It took me about one and a half months to acquire visa.
(3) Medical check-ups (health check-ups before departure, inoculations, etc.)
I got a vision test at an eye clinic, and then bought a pack of contact lenses for my latest eyesight.
(4) Insurance (information about insurance for travel/studying abroad purchased)
I bought travel insurance which was recommended by UTokyo.

(5) Procedures required by your Faculty/Graduate School (any information about course registration, credits, exams, submission of dissertations etc)
No credits in UTokyo. I had to skip the classes that I was taking here.
(6) Language preparation (language level before the program, lessons etc.)
My IELTS score before studying abroad was 7.0, but my speaking skill was especially low.
(7) Items which should be taken with you from Japan and any other advice on things which should be done before leaving Japan.
I found DAISO near my dormitory, and thus could purchase retort-packed miso-soup and rice, but otherwise, I think I would have missed Japanese cuisine. Since Japanese cuisine restaurants tend to be expensive, you could bring some instant Japanese foods.
Information on the academic/research program
(1) Outline of the program (Style of the lessons/preparation study/review study, thing which left an impression on you, etc.)
The class was about Islamophobia, and we learned about the actual cases related to this issue, as well as political interests behind the issue, and so on. Evaluation was based on class-participation, scores in mid-term and final exam, and final essay. The class was held by a professor who was born in Palestine, and there were about 20 students participating in the class. The style of class was very interactive, and students including me felt free making remarks at any timing during classes.
(2) Advice on aspects of academic/research work
The amount of reading assignments was huge as I expected, but we didn't have to read all of them. Also, it is possible to share readings with other students by making reading-notes on Google docs.
(3) Problems experienced with language issues, advice concerning language, etc.
On the first day of my stay in dormitory, I talked a lot with other residents from Australia, but couldn't understand most part of their conversation. I was very depressed that day, but by the last day of my stay, I became possible to understand most part of their speech. Therefore, don't be stressful even if you cannot comprehend what other people say at first.
Aspects of life
(1) Accommodation (Type (home-stay, room-sharing etc.), cost, atmosphere/appearance of accommodation, how you found it, etc.)
I stayed in single-room, at a dorm called Bowles Hall Residency. Our dorm looked like a castle, and I really enjoyed the atmosphere. The place was chosen for me by the manager in UC Berkeley. It cost me about \$3,000 for about one and a half months stay.
(2) Living environment (such as climate, environment around the institution, transport facilities, food, managing your money (overseas money transfer, credit cards))
Climates in California was perfect. Every day was sunny and temperature was about 24°C on average. There were many cheap restaurants and cafes around the campus. I used my credit card to pay for anything. There was school buses around the campus.

(3) Aspects of risk and safety management (safety of local region, condition of medical facilities, any action taken in maintaining your mental and physical health, etc.)
The west side of campus, near the Bart station, was dangerous at night, but the north side was quite safe even at night. There were a lot of homeless people on the streets, but all in all, the place was quite safe.
(4) Details of expenses (breakdown of costs, such as airfare, program fees, cost of required books, rent, food, travel cost, money spent on entertainment)
airfare: bought by mile points / program fees(class fees): \$2,600 / text books: \$60 / accomodation: \$3,000 / living expenses:\$600
(5) Financial aid (if you were receiving financial aid/scholarships, please give the name of the source of the aid, amount, and how you found it, etc.)
JASSO: ¥160,000 / Santander: ¥160,000 (Both of the scholarships were attached to the program)
(6) Activities other than academic/research work (sports, cultural, volunteer/internship, weekend activities, etc.)
I went to gym every day. Also I went out with my friends on weekends to explore Sanfrancisco.
Environment of the receiving institution
(1) Support facilities for students taking part in the program (such as language, academic, living support mechanism and counseling services)
There must have been many support facilities, but I didn't use any of them. When I had troubles, I consulted with my friends.
(2) Facilities (libraries, sports facilities, cafeteria, IT equipment and facilities, etc.)
There were about 20 libraries in the campus, and it was fun to explore new studying space. There were scanners in the libraries that could be used for free. There were gorgeous gyms in campus with various training rooms.
Looking back over the program
(1) The significance of the program and how you have developed by taking part in it, any other impression from having studied abroad
IARU is a great program in which you can encounter students from top universities in the world. After taking part in the program, I feel like I became more confident in talking with people from various backgrounds in English. Also, I tended to avoid insisting on my own opinions because I was unconfident, but now I feel easy to speak out because I learned during my stay how important it is to convey your thought to others to move discussions forward.
(2) Your plans having studied abroad
Now, I want to focus on my study for the bar exam for two years. After studying abroad, I am more eager to work overseas in the future, and therefore I want to have a decent skill that I can use as an arm when going abroad.

(3) Any messages or advice for future participants

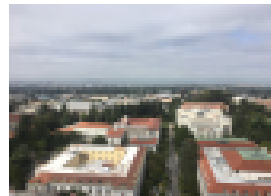
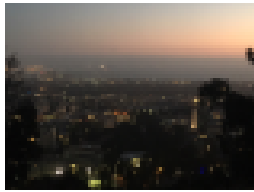
Don't take it so serious. If you make up your mind to improve your English rapidly during your oversea studies, you will have to bear a lot of stress every day. However, if you take it easy and enjoy your days in foreign countries, your English skill will naturally improve.

Miscellaneous

(1) Websites or publications which were useful while preparing for or during your time overseas

There was a website made by students that evaluates professors in UC Berkeley. I refered to it as I prepared for the exams. I could know the approximate difficulty of the exams.

(2) Please submit any photographs which may be used on the University of Tokyo websites or publications.



東京大学 海外留学・国際交流プログラム報告書（超短期プログラム用）

2017 年 8月 14日

東京大学での所属学部・研究科等：	教養学部	学年（プログラム開始）	学部2
参加プログラム：	UCB2 (Islamophobia & Constructing otherness)	派遣先大学：	UC Berkeley
卒業・修了後の就職（希望）先：			
	1. 研究職		2. 専門職（医師・法曹・会計士）
✓	3. 公務員		4. 非営利団体
✓	5. 民間企業（業界： ）		6. 起業
	7. その他（ ）		

派遣先大学の概要

カリフォルニア大学バークレー校は1868年に設置されたカリフォルニア州の州立大学です。多くのノーベル賞受賞者を輩出し、いわゆる世界大学ランキングでもコンピューターサイエンスの分野をはじめとして全体に非常に高い評価を受けています。

参加した動機

コースのテーマであったIslamophobia & Constructing othernessに非常に興味を惹かれ参加を決めました。また多くの人種宗教の人々が共存する多様性に富んだ大学でマイノリティー集団の排斥について学ぶことは、日本では得難い経験でありとても魅力的でした。英語力の向上も同様に目標の一つであり、1年の全学交換留学への応募を検討していたため、その前に一度留学を経験しておこうと考えていました。

参加の準備

①プログラムの参加手続き（手続きにあたってのアドバイスなど）

当たり前のことではありますが、早めの書類準備や手続きをお勧めします。特に学外奨学金の申し込み期限は忘れがちなので気をつけましょう。

②ビザの手続き（ビザの種類、申請先、手続きに要した時間、ビザ申請にあたってのアドバイスなど）

ビザはバークレー側から指定されF1ビザを取得しました。手続き自体は難解ではなく、比較的迅速に発行していただけます。ただし私は写真の有効期限が切れていたため、その場で撮り直すこととなり申請に手間取りました。写真の有効期限切れには十分に留意してください。

③医療関係の準備（出発前の健康診断、常備薬、予防接種等）

予防接種等はありませんでしたが、歯科の検診を受けました。また常備薬は持参しました。

④保険関係の準備（加入した海外旅行傷害保険・留学保険等）

東京大学に指定していただいた保険のみに加入しました。

⑤プログラム参加にあたって東京大学の所属学部・研究科（教育部）で行った手続きなど（履修・単位・試験・論文提出等に関して）

試験時期と留学は重ならなかったため、特別な手続きはしていません。ただレポートをオンラインで提出できる授業を履修する、出席を重視する授業は避ける等の工夫は必要だと思います。

⑥語学関係の準備（出発前の語学レベル・語学学習等）

IELTS 7.0

⑦日本から持参した方がよいもの、その他出発前にやっておくべきこと・アドバイスなど

現地で大体のものは揃うのであまり心配する必要はないと思います。またよく言われることですが、現地の学生の服装は日本と比べ非常にラフです。私はパンプスを一足持って行きましたが、ほとんど履きませんでした。

学習・研究について

①プログラムの概要（授業・予習・復習のスタイル、印象に残っている内容等）

授業は20数名と比較的小規模でうち6名がオーストラリア、シンガポール、デンマーク、日本からの留学生、残りは3、4年生を中心とするパークレーの学生でした。授業は講義を中心に随時学生が挙手し発言する形式で、しばしば数名に分かれてのディスカッションもありました。また予習のリーディング量がとにかく多く（一回の授業あたり200ページを超えた回も…）、予習に非常に多くの時間を投じました。

②学習・研究面でのアドバイス

授業では積極的に発言した方が良いです。また試験前には他国出身の留学生とリーディングを分担しsummaryをシェアする、現地の学生にレポートの添削をしてもらうなど、周囲に本当に助けられました。困ったことはほとんど教授や友人に相談しましょう。

③語学面での苦勞・アドバイス等

授業よりもむしろ、大人数での日常会話が大変でした。聞き取れないかったときはそのままにせずに、必ず聞き返すようにしていました。寮での空き時間もできるだけ部屋にこもらず共用スペースで過ごし、会話する機会をとにかく増やすと留学生活もより楽しいものになると思います。

生活について

①宿泊先（種類（寮・ホームステイ・ルームシェア等）、家賃、宿舎の様子、見つけた方法など）

Bowles Hallという大学側から指定された寮に宿泊しました。お城のような外観でとても快適に過ごすことができました。ただ最初の数週間は夏休みで人が少ないため食事が出ず、外食するのが面倒でした。

②生活環境（気候、大学周辺の様子、交通機関、食事、お金の管理方法（海外送金・クレジットカード）など）

気候は意外と寒く、長袖の服を多く着ていました。大学周辺のバスはかなり時間に正確に運行しているため、交通機関関連のストレスはないと思います。キャンパスの周りに安価な飲食店等も多くあり、度々利用していました。

③危機管理関係（留学先の治安、医療機関の事情、心身の健康管理で気をつけた点など）
治安はかなり良いですが、もちろん夜に一人で出歩くことは避けましょう。
④要した費用について（航空賃、授業料、教科書代、家賃、食費、交通費、娯楽費などの概算）
航空賃20万円、授業料約30万円、食費含めて寮費約30万円ほどでした。
⑤奨学金（受給していた場合は、支給機関・支給額・見つけた方法など）
jassoから16万、IARUから16万、FUTIから3000ドルいただきました。
⑥学習・研究以外の活動（スポーツ・文化活動、ボランティア・インターン、週末や長期休暇の過ごし方など）
ジムやプールが充実しており無料で使用できます。また週末は友人とサンフランシスコやアウトレットに出かけたり、映画を見に行ったりしていました。なぜか現地の学生に連れられ寮の裏山に3回登りました。
派遣先大学の環境について
①参加学生へのサポート体制（語学面・学習面・生活面・精神面でのサポート等）
特にサポートは受けませんでした。
②大学の設備（図書館・スポーツ施設・食堂・PC環境等）
図書館は素晴らしく数もとても多いので、毎日色々な図書館で勉強していました。Wifiに関しても不便はありません。前述の通りスポーツ施設はとても充実しています。気候も良いので屋外での読書や勉強もオススメです。
プログラムを振り返って
①プログラムの意義、参加を通じて成長したこと、その他留学を通じての所感
初めての海外留学でしたが、非常に楽しく勉強することができました。授業に関しては予習が厳しく、ほぼ全員がネイティブの学生だったこともあり最初は緊張しましたが、積極的に発言することでだいぶ自信がつけました。また本当に素晴らしい友人に恵まれ、沢山話し教わり助けられました。
②参加後の予定
全学交換留学への応募を検討しています。

③今後参加を考えている学生へのメッセージ・アドバイス

私個人の経験ではありますが、楽しいことは数え切れず辛いことは一つもありませんでした。参加することを強くお勧めします。

その他

①準備段階や留学中に役に立ったウェブサイト・出版物

特になし

②その他東京大学のホームページ・出版物等に掲載してよい留学中の写真があれば添付してください。