

東京大学での所属学部/研究科・学年(プログラム開始時):教育学部 4年

参加プログラム: YAL1(Moral foundation of politics) 派遣先大学: Yale University

卒業・修了後の就職(希望)先: 1.研究職 2.専門職(医師・法曹・会計士等) 3.公務員 4.非営利団体  
5.民間企業(業界:Consulting) 6.起業 7.その他( )

派遣先大学の概要

Yale University. コネチカットのニューヘブンにある。全米第二位の規模の私立大学。今回は政治哲学のサマーの短期講座を履修した

参加した動機

教育学部では教育社会学を勉強しているが、これらは分析であり、価値は絡まない。自身に内在する価値について相対化する経験がしたかったから政治哲学を選んだ。また、自分にとっては初留学。多様性のある環境という意味で、GSPを選んだ。

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)  
きちんと調べる、わからなければしっかり聞く。普通にしていれば問題ない。
- 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)  
手間がかかるので、早めに始めると良い。F1 student VISAをとった。アメリカ大使館での手続きも、ネット手続きも両方必要だが、ともに時間がかかる。
- ③ 医療関係の準備(出発前の健康診断、予防接種等)  
何もしていない。
- 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)  
学校に指示されたものだけ加盟した。
- ⑤ 留学にあたって東京大学の所属学部・研究科で行った手続きなど(履修・単位・試験・論文提出等に関して)  
一部の教授にお願いして、レポートを事前に提出させてもらう・卒業論文をかなり早めに始めるなど調整したが、基本的には私の場合は単位を取り終わっていたのであまり問題はなかった。
- ⑥ 語学関係の準備(出発前の英語レベル・語学学習等)  
TOEFL93 が留学前のスコア。純日本育ち、海外留学・育ったなどの経験なし。事前に課題図書が出ていたので早めに読み始め、その本で出会ったわからない単語はある程度調べたがその程度。専門用語が多く、大変だった。(ネイティブも苦戦していた。)
- 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  
辞書だけは絶対。それ以外はこれは旅の基本ですが、荷物が少ないほうが楽ですよ。なんでも足りなければ現地で購入すればよいのですから。あとは、恋しくならないように日本食を食べまくっておきましょう(笑)。

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:課題図書によるディスカッション・プレゼンテーション(英語でのディスカッションやプレゼンはネイティブにはかなわない。その中でも、シンプルに大事なところを伝えようとするのが大事。自分の能力は非常に向上したと感じる。)  
宿題1: 次回の授業に向けて本を一冊読む(とてもしんどかった)  
宿題2: その週の内容をA4 で6~8枚程度のレポートにする(しんどかった)
- ② 学習・研究面でのアドバイス  
食欲にあること。それにつける。しんどくても目標を持って努力を重ねれば少しずつ道は開ける。
- ③ 語学面での苦労・アドバイス等  
リスニングに苦労した。特に、アメリカ英語以外の強烈なアクセントに苦しんだ。スピーキングは苦手でも、なにか伝えたいことがあり、それをゆっくりでも話そうとすれば皆一生懸命聞いてくれるが、リスニングが駄目だとそもそも会話についていけなくなる。最初のうちはこれがしんどかった。

## 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)  
寮にてルームシェア。Yale が提供。みんなで住んでとても仲良くなった。
- 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)  
気候は北海道くらいの涼しさ。快適な夏だった。ニューヘブンは Yale 以外何もなく、とはいえ、楽しいキャンパスライフだった。食事は大学のダイニングで食べられるので、お金はほとんどかからない。遊びにいくときくらいか。
- 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)  
特に気になることはなかった。最低限気を付けることは大切だが。
- ④ 要した費用とその内訳(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 往復 10 万円強  
授業料 合計 40 万円くらい。  
教科書代 合計 10000 円くらい  
家賃 プログラム費用に含まれていた。  
食費 基本的にプログラム費用に含まれていた。ので、特別にみんなでレストランに行く、といった場合のみ。  
交通費 週末にどこか行くときにみんなで割り勘してタクシー、など。  
娯楽費 平均一日 1000 円くらい
- 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 16 万  
Santandar 16 万  
両者とも東大からオファーがあった。
- 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、週末の過ごし方など)  
週末は小旅行に行った。日々サッカーやジムでのトレーニング、水泳などスポーツをした。美術館も多く、それを楽しんだ。映画など、文化芸術面で日本よりはるかに優れていると感じた。

## 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)  
全て非常にそろっていた。自分がオープンである限り、特に不自由することはない。
- ② 大学の設備(図書館・スポーツ施設・食堂・PC 環境等)  
寮付近にすべてそろっているの、非常に満足できる。

## 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
  - ・多様な価値観に触れたこと。世界各国の人々に会えて、自分と自分の普段の環境を相対化することができたこと。
  - ・政治哲学について、基本的な考え方と手法を概観できたこと。
  - ・英語の能力が格段に伸びたこと。
- ② 参加後の予定  
シンガポールに滞在予定。より多様性の中で考えを深めたい。学問と仕事を両立したい。
- 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  
悩んでいるなら踏み出すように。その繰り返しで自分が変わっていくのだと思います。

## 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。友達に聞けばよい。
- 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。

東京大学での所属学部/研究科・学年(プログラム開始時): 経済学部・3年

参加プログラム: 派遣先大学: Yale University

卒業・修了後の就職(希望)先: 1.研究職 2.専門職(医師・法曹・会計士等) 3.公務員 4.非営利団体

5.民間企業(業界: 商社・銀行等 ) 6.起業 7.その他( )

派遣先大学の概要

Yale University

Ivy League に名を連ねる全米屈指の名門校。

参加した動機

世界トップレベルの大学の授業を体験し、世界中の優秀な学生と交流したかったため。また、英語力に磨きをかけ、アカデミックレベルの英語を少しでも習得したかった。

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)

留学は2年の冬頃から考え始め、東大の留学に関する HP をチェックし、このプログラムを選択しました。応募締切が近かったため多少慌てました。少しでも留学を考えている人は早めに HP をチェックするとよいと思います。

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)

米国籍を持っているため、ビザは必要ありませんでした。

③ 医療関係の準備(出発前の健康診断、予防接種等)

とくにありませんでした。

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)

東大で指定された保険と、米国籍のためイェールが提供する international student 向けの保険に入ることができず、自分でアメリカの保険会社が提供する保険をさがし、加入しました。

⑤ 留学にあたって東京大学の所属学部・研究科で行った手続きなど(履修・単位・試験・論文提出等に関して)

S2タームの試験が受けられないため、S1タームだけの授業を可能な限り履修しました。S2 はゼミ以外一つも授業を履修しませんでした。

⑥ 語学関係の準備(出発前の英語レベル・語学学習等)

2年の冬に(留学約半年前)IELTS を受験しました。

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

大学の図書館にパソコンはありますが、ノートパソコンは必ず持参したほうがよいと思います。私は持っていなかったため、新しく購入しました。洗濯洗剤はアメリカのものは匂いがきついため、日本のものを持参するとよいです。シャンプー・コンディショナーもアメリカのものは質が悪いので日本から持参しました。授業の先生にお土産を買っていくと喜ばれます。

あらかじめ授業で指定された教科書・論文は予習していったほうがよいです。毎週かなりの量の reading/writing assignment を与えられるので予習していかないと大変ですし、授業にもついていけません。

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)

授業名は Moral Foundation of Politics というものでした。毎週数十～数百ページの英語の専門書・論文を読んでくるよう指示され(reading assignment)、それをもとに授業を行います。授業は lecture ではなく、discussion や group presentation です。かなり interactive なので英語力と発言する勇気が求められます。その後毎週、reading assignment に基づいた writing assignment と翌週の reading assignment を与えられます。Writing assignment は約 2000words でした。

授業の内容は政治哲学で、現代の哲学者をあつかいました。具体的には John Rawls, Robert Nozick, G.A.Cohen などです。

② 学習・研究面でのアドバイス

政治哲学に関する知識が全くなないとかなり苦労します。プログラム開始前に教材を予習したほうがよいです。また、東大で政治や哲学に関する授業もできれば履修したほうがよいかもしれません。

### ③ 語学面での苦勞・アドバイス等

私は会話レベルの英語はかなり自信がありましたが、academic English はかなりレベルが違います。授業の教材を予習すればそのレベルがわかると思うので、それに応じて英語(とくに単語)の勉強をすることをおすすめします。また、留学前に東大の留学生と交流し、英会話を鍛えるのも手かもしれません。

### 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)

イエールでは指定された寮(residential college)に住みました。私は一人部屋ですが、相部屋もあります。イエールには数多くの residential college があり、当日までの建物、どの部屋になるかは教えてくれません。部屋に冷房がなかったため、暑く感じる日も多かったです。暑さのため、扇風機を購入する友達もいました。Residential college には食堂、図書館、common room、遊び部屋もあるため生活は college 内でかなり完結します。

#### 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)

夏は日本ほど暑くはありませんが、気温30度になる日もあります。キャンパスは New Haven の町の中にあり、東大のように敷地が区切られていません。治安があまり良くないので夜出歩くときは少々注意が必要です。食事は食堂で毎日三食提供されますし、周辺にレストランも多数あります。バスが通っていますが、わかりにくいので使いませんでした。すべて徒歩圏内で生活は完結します。クレジットカードは必須です。友達と食へに行くときは料金を割り勘するため現金も必要です。

#### 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)

治安はあまりよくないです。夜に一人で出歩くのは控えたほうがいいです。ただイエールの警察のエスコートサービスがあるので利用するとよいかもかもしれません。食堂の食事は生野菜、フルーツも出るのでたくさん食べるようにしました。私の寮の目の前に全米で一番大きいという9階建てのジムがあり、そこで少なくとも三日に一回は運動しました。

#### ④ 要した費用とその内訳(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:約 21 万円

授業料:\$1800(Yale Summer Session による半額免除後)

寮費(食費込)\$1487.5(Banco Santander による半額免除後)

教科書代:約\$50(イエールの図書館で借りたものがあったため、すべての教科書は購入しませんでした。また、インターネット上で無料 pdf を入手できるものも多い。)

食費・娯楽費:約\$300(外食や小旅行等)

保険:18600 円+\$53.67(東大に指定された保険と自分でアメリカの保険会社の保険に加入)

交通費:\$200

その他:約3万円

#### 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:16 万円

Banco Santander:16 万円

Friends of UTokyo, Inc.(東大友の会):\$3000

#### 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、週末の過ごし方など)

イエールの学生団体が毎日スポーツやレクリエーションイベントをやってくれるので積極的に参加しました。週末も様々な field trip があり、応募できます。クラスの友達と小旅行に行くのもあります。また、体調管理のために3日に一度は大学のジムに行きました。

### 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)

クラスの TA が office hour を提供してくれました。また、各々 counselor を割り振られ、聞きたいことは何でも counselor に聞けます。

#### ② 大学の設備(図書館・スポーツ施設・食堂・PC 環境等)

自分の部屋は暑いので、勉強は図書館を利用しました。キャンパス内に複数あります。寮のすぐ前に巨大なジムがあります。PC は図書館に設置されています。

### 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

世界中から集まった非常に優秀な学生と交流できたことで、世界の事象を捉える視野がとて広がったとともに、将来海外で仕事をするという希望を叶えるために自分が達しなければならないレベルを把握することができました。

授業では高度な議論を英語で行うことが求められ、正直に言うと授業へなかなかコミットすることができませんでした。時間をかけてでも自分の考えを発信する根性と、とんちんかんな内容でもとにかく発言してみようという勇気を身につけられたと思います。黙っていることが一番よくないことを強く感じました。

もちろん授業自体も非常に勉強になりましたが、やはり自分に最も影響を与えるのは接する人々です。イエールで出会った人々はすべての面で秀でていて、そうした人々と生活し、日々話すことで私の将来の進路に関する考えや勉強

に対する意欲は大きく変わりました。

② 参加後の予定

せっかくなので東大でも政治的に関する授業があれば受講してみたいと思っています。

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

少しでも迷っているならば、ぜひ留学を前向きに考えてください。確かに留学にかかるコストが大きいです、それ以上のリターンは必ず返ってきます。短期留学はの上でもトライしやすいと思いますし、短期であっても多くのことを得て帰ることができます。

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

東大の留学に関するホームページは頻繁に確認するとよいと思います。

<http://bookzz.org/> このウェブサイトですべての教科書の無料 pdf を入手することができます。

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。



寮(residential college)の様子



図書館(Sterling Memorial Library)