

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

Date: 07/11/2017

Faculty/Graduate School at UTokyo:	Graduate School of Engineering	Year at the time of Study Abroad	M2
Program Attended:	Berkeley Summer Sessions A	Host University:	UC Berkeley
Occupation after graduation (intended):			
<input checked="" type="checkbox"/>	1. Research		
<input type="checkbox"/>	2. Specialist (Medical • Judiciary • Accountant)		
<input type="checkbox"/>	3. Civil Service		
<input type="checkbox"/>	4. NPO		
<input checked="" 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 a public research university in California, US. Its main campus is located in Berkeley, a rather small city in the east of the San Francisco Bay Area. It is considered to be the top public university in the US, offering a wide range of degree programs. The university is rather large, with around 40,000 students.

Reason why you decided to participate

First, to get a better view on the differences between the Japanese and the American university system, as well as to generally get a better sense about the current state of globalization in general. Second, to extend my international network. Third, to learn about topics that I was simply interested in and have not dealt with during my previous studies. Fourth, to be in a different, inspiring environment, enabling me to reflect better about my next career steps.

Preparation for the program

(1) Application process (please give any advice on dealing with the application process)

The application process requires the submission of many documents and therefore takes time. As the notification of the selection results is quite late, you should submit everything as soon as possible. Things like the insurance and the visa might require wait times of one or two weeks. As with respect to some external scholarships, you will be notified about the selection results after the payment deadline. I.e., you will have to pay tuition fee, housing, air fee, etc. by yourself first and will most likely be reimbursed later. Housing and course registration are competitive, so don't do that too late.

(2) Visa application (type of visa, where to apply, processing time, any advice on visa application)

In my case, the visa interview was very short: Less than 2 hours in total, of which 2 minutes were actually allocated to the visa "interview". After the interview, I received my passport in less than one week. However, the issuance can also be delayed, so expect to wait longer. Things like the I-94 will take a considerable amount of time. The overall visa costs are around \$500 (SEVIS, the visa itself, I-94,...) and will have to be covered by yourself. Better pay everything online with a credit card.

(3) Medical check-ups (health check-ups before departure, inoculations, etc.)

No medical checkups required.

(4) Insurance (information about insurance for travel/studying abroad purchased)
The process is very straight-forward. You'll receive an application document, which you fill in and send back. After the payment and around one week of waiting, you'll receive your insurance slip in the mail.
(5) Procedures required by your Faculty/Graduate School (any information about course registration, credits, exams, submission of dissertations etc)
Just a signature from the department office and your professor. In case you would like to accredit the courses you have taken in the US at Todai, more formalities are required.
(6) Language preparation (language level before the program, lessons etc.)
No preparation required, as I already spoke the language.
(7) Items which should be taken with you from Japan and any other advice on things which should be done before leaving Japan.
Credit card, phone, some cash, passport, I-94 (needed at port of entry!), insurance slip, depending on the residence also blankets, pillows etc.
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.)
I took two courses during my time at Berkeley: 1. Leadership. I took this class, as I never really learned how to "lead" people. I always thought that leadership is some sort of miraculous capability, but this course proved that you can actually learn leadership. The class itself consisted of around 30 people, was very international and put high emphasis on communication and group work. The professor was very experienced, motivating and really knew what he was talking about. I really learned a lot of new techniques and also insights about myself here. Further, you'll learn to improve your English writing, talking and presentation skills. The course load is very high (written assignments every week, five books to read and a final essay), but it's totally worth it. We even got to discuss with the former governor of Michigan, who is the wife of our professor. Best class I have ever taken. 2. Operations and Supply Chain Management. I took this class, as it promised to give me a good insight into strategical thinking, case analysis and supply chain management. The class consisted of less than 10 people and was also very interactive. The professor introduced us to many different aspects of supply chain management and used a lot of case studies in order to make the course contents more tangible. This course is particularly interesting for people who are interested in (strategy) consulting, I'd say. Another nice point: Our professor organized a company tour to McKesson in San Francisco (largest health-related company world-wide) and the Autodesk museum. In summary, the course load and course quality is very high, so you will learn a lot. I also appreciated the high amount of direct communication with others and the professor. No steep hierarchies and a very open atmosphere. All these points were something that I missed at Todai, so I hope that things will develop in this direction in the
(2) Advice on aspects of academic/research work
Go out of your comfort zone and actively communicate with people. You'll get to know so many interesting characters, particularly at Berkeley. Be also prepared to invest a lot of time into homework, but don't neglect fun.

(3) Problems experienced with language issues, advice concerning language, etc.
This is a great chance for everybody who wants to improve his/her English skills, no matter which level, no matter whether writing, speaking or listening. If you actively participate, even six weeks will significantly improve your English.
Aspects of life
(1) Accommodation (Type (home-stay, room-sharing etc.), cost, atmosphere/appearance of accommodation, how you found it, etc.)
I stayed in university housing, which was around five to ten minutes from campus. The six weeks cost around \$2500, including \$500 in meal points. I had a canteen called "crossroads" very close to my place. You can have breakfast, lunch and dinner there, always all-you-can-eat. The \$500 in mealpoints are a lot, so you'll definitely not be starving. The university housing organized a lot of socializing events and trips (San Francisco, Yosemite, etc.), so you'll get to know a lot of new people very quickly. The quality of the accomodation was good, and it was safe. They also had some community rooms for studying and a computer room.
(2) Living environment (such as climate, environment around the institution, transport facilities, food, managing your money (overseas money transfer, credit cards))
I found the climate to be perfect, as the temperature was mostly around 20-25 degrees celsius, with a nice humidity level (May, June). It can get cold in the mornings and evenings, however, so bring a sweater. Berkeley is not too big and has everything you need, including a free gym, many different university and non-university restaurants, cafes, etc. The campus is very nice, so it's worth to take out some time for a photo tour. There's also a subway stop in Berkeley, so you can easilly reach San Francisco at a low price. The quality of the subway system is, however, very low. Regarding money, you'll be fine if you bring a credit card with you. You can use this card to pay in the restaurants, shops, etc., so you'll hardly need cash. Still, in case you need to withdraw some, you can easily do that at, let's say, Bank of America at Telegraph Ave.
(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.)
Particularly for people who are used to Japan's high level of safety, Berkeley can be a bit intimidating. You'll see a lot of homeless people, for instance. Yet, they are typically nothing you'll have to worry about. What you shouldn't do, however, is leaving your valuables alone anywhere, walking around in sketchy areas at night (particulaly alone or as a girl) and also taking the subway at night alone. But don't worry too much, the experience is definitely worth it and you'll be fine if you follow common sense. Also, there's a campus police who's gonna help you in case of trouble. Regarding medical facilities: I haven't used any, but as you'll come with a health insurance, you'll be fine.
(4) Details of expenses (breakdown of costs, such as airfare, program fees, cost of required books, rent, food, travel cost, money spent on entertainment)
Housing: \$2500 (includes \$500 in mealpoints) Airfare: \$1000 Tuition: \$2500 Other university fees (service fees, etc.): \$600 Books: \$150 (but that was extreme in my case) Food, traveling, etc: Depends on your lifestyle. Examples: Normal lunch is around 8-10 dollars. Subway ride to SF \$5.
(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.)
- Scholarship from The University of Tokyo: Around 45,000 Yen (see application documents) - FUTU Global Leadership Scholarship: \$4000 (see application documents)

(6) Activities other than academic/research work (sports, cultural, volunteer/internship, weekend activities, etc.)
Lots to do in the bay area! Go to SF and check out the docks or other POIs, go to Napa valley for some wine tours, check out SF Bay companies like Google (some of them offer tours), Yosemite, LA,... Depends on how much time you have. During the week, I was mainly using the gym and sometimes went to bars/restaurants.
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's basically a support center for everything at campus: International students, learning difficulties, sexuality, etc.
(2) Facilities (libraries, sports facilities, cafeteria, IT equipment and facilities, etc.)
Different gyms (Residential Sports Facilities is where I always went to), a lot of libraries (check out Doe or Moffitt), computer rooms, an Amazon prime store, a lot of cafes and canteens (you can use your meal points at some of them), baseball fields, basketball, badminton,...
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
The program is great for everybody who wants to get a better feeling for internationality, as you'll really have the chance to interact with nationals from all over the globe. I personally also found that the easy-going California lifestyle really appealed to me; people are relaxed and you'll find time to think, but you'll also see that everybody is highly motivated and also working a lot. Generally, I'd say that for most people, the open atmosphere and direct form of communication (also in the classes) is probably the most enjoyable thing about "Cal" (Berkeley's nickname). Besides that, of course, you can improve your knowledge in the courses you are attending. Also, as mentioned above, everybody will have the chance to improve his language abilities.
(2) Your plans having studied abroad
Especially with respect to the course content from the leadership class, I became more aware about how to better deal with people; I'll try to incorporate that better into my future career. Generally, I'm thinking about doing a PhD after graduation.
(3) Any messages or advice for future participants
Do it, it will be great.
Miscellaneous
(1) Websites or publications which were useful while preparing for or during your time overseas
Following the provided documents and Cal's website will be sufficient.
(2) Please submit any photographs which may be used on the University of Tokyo websites or publications.
N.A.

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 7月 1日

東京大学での所属学部・研究科等:	教養学部	学年(プログラム開始時):	学部2
参加プログラム:	Berkeley Summer Sessions (UCB)(Regular courses)	派遣先大学:	校
卒業・修了後の就職(希望)先:			
<input type="checkbox"/>	1. 研究職	<input type="checkbox"/>	2. 専門職(医師・法曹・会計士等)
<input checked="" type="checkbox"/>	3. 公務員	<input type="checkbox"/>	4. 非営利団体
<input type="checkbox"/>	5. 民間企業(業界:)	<input type="checkbox"/>	6. 起業
<input type="checkbox"/>	7. その他()		

派遣先大学の概要

数あるカリフォルニア州立大学のフラッグシップ的位置づけであり、アメリカ公立大学のトップと言われる。生徒数約38000人の総合大学であり、リベラルな校風が特徴。著名な日本人卒業生としてはソフトバンクの孫正義氏が挙げられる。

参加した動機

高校生の頃から留学に漠然とした憧れを抱いていた。2年の前期にほぼ授業がないことや、アメリカという国への憧れから、このプログラムを選んだ。

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)

気が付いたら学内締め切り直前だったので、プログラムの選び方が少々雑になってしまったし、焦った。また派遣先大学の手続きも主体的に早め早めに進めないと、焦るし人気の授業は取れない。全て英語であるうえ、制度が違うこともあるのでとにかく早めに進めるべきだと感じた。

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)

F-1ビザを取得した。オンラインで進める手続きが難しい。渡航日が近づいてもI-20が届かない場合、I-20なしでも面接は受けられました。とはいえ焦ったので早めの手続きを推奨する。

③医療関係の準備(出発前の健康診断、常備薬、予防接種等)

使い慣れた常備薬を多めに持って行った。予防接種は短期であれば必要なかった。健康診断は頭になかった。

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)

学校指定の保険のみ加入した。

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)

教養学部前期課程では単位認定してもらえないので行っていない。東大の試験日程を避けたsessionを選んだ。

⑥語学関係の準備(出発前の語学レベル・語学学習等)

IELTS6.5を持っていたのでギリギリ参加することができた。何も英語の勉強をしないまま渡米したが、特にスピーキングで苦労した。

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

使い慣れたものを持って行くと精神的に落ち着く。昼夜の寒暖差が激しいので、調節しやすい服装が便利。

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)

経済思想史(週4回)と経営学(週2回)を受講した。経済は毎回数十ページもの課題文を読んでくるよう指示される上、プレゼンテーションが1回課された。さらに論文形式の課題が複数回出され、6週間で書いた論文は合計で30ページを超えた。これだけのタスクを6週間でこなすのは、英語力はもちろん、アカデミックマナーを身につけていないと難しいと感じた。一方、経営学は課題も少なく内容も簡単だった。どちらの授業も教授による講義中心の授業だったが、学生が積極的に発言する姿が印象的だった。

②学習・研究面でのアドバイス

3年生以上の後期課程の学生にお勧めする。前期課程の学生は、論文課題の出る授業を取るのであればそれなりの覚悟を持って臨んだ方が良い。

③語学面での苦労・アドバイス等

リスニングはすぐに慣れたが、スピーキング力が著しく不足していると感じた。自分の英語力ではネイティブスピーカーと円滑にディスカッションするのが難しかった。スピーキングの練習をしておかれることをお勧めします。

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)

UCB Coopの宿を取ろうかとも思ったが、1度メールした際の対応がひどかったため、I-houseに滞在した。少々値は張るが、食事がとても美味しく、寮生との交流も持てるのでおすすめできる。申し込みを早めに行かないと満室になってしまうらしい。

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)

地中海性気候の夏なので雨が降らず、気持ちの良い気候だった。昼間は半袖でも過ごせるが夜は長袖長ズボンが必須。食事はほぼI-houseでとった。クレジットカードが普及しているためほとんど現金は必要ない。カードは2枚持っておくと安心。

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)
キャンパス周辺にホームレスの人がたむろしており、屋間でも声をかけられるので少し怖かった。人気のないところに行かなければ身の安全は確保できるはず。キャンパス周辺をランニング中、1度だけ奇声をあげる人から追いかけられたが、ランニング中なのですぐに逃げられた。医療機関は利用せず済んだ。水が合わず肌がひどく荒れて辛かった。
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)
航空券17万、授業と登録で44万、教材費2万、家賃35万、食費2万、交通費5000、娯楽費5万、ビザで2万。何かとお金がかかるし円安が響いた。
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)
160000円／日本学生支援機構(JASSO)「平成29年度海外留学支援制度(協定派遣)」 160000円／卒業生有志の短期留学支援プログラム「東大生海外体験プロジェクト」による奨学金
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)
筋トレとランニングが趣味なので、大学のジムに頻繁に通い、キャンパス周辺を走った。勉強が忙しくて観光が2、3日しかできなかったのが残念だが、現地の学生に車で色々連れて行ってもらえたのは、ありがたかった。
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)
論文の書き方などサポートがあるが利用しなかった。
②大学の設備(図書館・スポーツ施設・食堂・PC環境等)
日本の大学の何倍も充実している。学習環境としては十分すぎるくらいの充実度で、勉強に打ち込める環境だった。キャンパス内、I-houseで無料Wi-fiが利用可能。個人所有のノートパソコンは必須。
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
英語のためではなく、勉強のためでもなく、漠然とした憧れと人生経験のための留学であり、いわゆる「とりあえず留学」だったのかもしれない。だが英語の勉強を頑張ったりGPAを稼いだりした結果、高校生の頃からの夢を実現できただけでも大きかった。言い方は悪いが授業を聞いてテストで点を取ればいいだけの教養学部にいる自分が、アカデミックな世界に飛び込み英語を使いながら6週間、慣れない「学問」に悪戦苦闘しながらも、やり遂げたことは自信になったし、謙虚に努力し続けなければならないと気持ちを引き締めることができた。また国際社会で活躍するためには、自分の英語力は全然足りないことを痛感させられ、今後の勉強に対するモチベーションが高まった。
②参加後の予定
経済学部に進学予定

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

アメリカの大学は入るのが簡単だが卒業するのが難しいという言葉の意味を身をもって痛感できます。外からの刺激はもちろん、自己内省の良い機会になることは間違いないと思います。思ったこと、感じたことを日記に記録したのですが、勉強だけでなく世の中のこと、自分自身のことなど大小様々な気づきにあふれていました。私は自分の周りの世界から常に何かを学ぼうと言う姿勢が身についたので、今後の日本での生活が楽しみです。

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

--

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 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7月12日

東京大学での所属学部・研究科等:	文学部	学年(プログラム開始時):	学部4
参加プログラム:	Berkeley Summer Sessions (Regular courses): Session A	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・会計士等)
✓	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

アメリカ合衆国カリフォルニア州に位置する州立大学で、世界大学学術ランキング(2015)で4位に位置するなど、名門大学の一つである。1868年設立の古い歴史をもち、情報科学や化学など様々な分野において優れた大学である。キャンパスは広大で自然に恵まれ、サンフランシスコへ30分ほどでアクセスできるなど、好立地である。

参加した動機

全体としては長期の交換留学を行う準備としての位置づけであったが、主に語学力の向上と専門分野の研究、および就職先に関連した分野の勉強を行うことを目的としてUC BerkeleyのSummer Sessionへの参加を決めた。

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)

UC BerkeleyのSummer Sessionは個人で応募できるプログラムであるため、東京大学を通して手続きを行うわけではない(ただし、応募にあたっては提携機関である東京大学から支援を受けている旨を明示する必要がある)。大学への応募と履修登録手続きは、Session Aの場合は東京大学の学内選考結果通知より早く始まり、かつ人気講義は先着順となることから、私は学内選考結果通知を受ける前に履修登録を行った。ただし、派遣先大学への手続きに関しては、学内選考結果通知と同時に日本語の資料をいただいたため、手続きの不備等のリスクを避けるためには、通知後に手続きを行うのが無難である。大学のオンラインシラバスから、定員とリアルタイムの登録人数が確認できるが、実際には定員が拡大されるケースも見受けられたため、気になる講義が定員になる恐れがある場合は、派遣先大学へ問い合わせるのも一つの手段である。履修にあたっては、Sessionごとに講義内容に大きな違いがあることや、Visa取得のために期間に応じて最低必要単位数が定められている点に注意が必要である。

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)

VisaはF-1という種類を取得する必要がある。履修登録後、派遣先大学から送られてくるI-20という書類がビザ申請に必要であり、この書類の取得に時間を要するため、早めの準備が重要である。I-20の他にも残高証明書など必要書類を用意し、Visa申請費用等を支払った上でアメリカ大使館の面接を予約して申請を行う。

③医療関係の準備(出発前の健康診断、常備薬、予防接種等)

特段医療関係の準備は行わなかったが、アメリカの医療費は高額であることから、健康状態に不安がある場合は日本国内で治療を行っておくのが賢明である。私は念のため歯科検診だけ行った。

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)

東京大学を通じて申し込みを行う付帯海学へ加入した。

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)

留学許可願の提出を行った。許可願には学科長等による承認印が必要とされるため、こちらも時間に余裕をもって準備をする必要がある。なお、留学後に希望する場合は単位振替の申請を行う必要があり、その場合は成績証明や講義のシラバスなど、必要書類を準備した上で申請を行う。

⑥語学関係の準備(出発前の語学レベル・語学学習等)

出発前の語学レベルは、TOEIC 900点であった。スピーキングは当然ながら、元々リスニングにも難があったため、1か月ほど語学留学を行うことで英語力向上を図り、最低限必要とされる語学力を身につけるようにした。また、継続的にオンライン英会話を行うことで、英語に触れることを習慣づけるようにしていた。

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

基本的には現地で購入できないものはないため、とりわけ日本から持参する必要のあるものはない。気温の寒暖差が激しいため、温度調節のできる服があると望ましい。教科書は現地のStudent Storeで購入できるが、事前に必要教材が分かっている場合は、amazon等で事前に購入して準備をすると良いかもしれない。講義に関する詳細は履修登録後にbcoursesというサイトから確認できるようになるため、忘れずにチェックする必要がある(講義によっては事前課題がある場合も)。履修講義にもよるが、6週間のSession Aは比較的タイトなスケジュールとなっていることもあり、思った以上に自由な時間を取ることが難しかった。従って、留学期間中は留学生活に専念できるよう、他の雑事には片を付けて臨むとよい。

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)

Public Healthに関する以下の2つの講義を履修した。他のSessionと異なり、Session Aは留学生が比較的少ないため、私が履修した講義はほとんど現地生が受講していたものと思われる。

①Global Health: A Multidisciplinary Examination

週に3日、1時間のレクチャーと1時間半のディスカッションで構成される基礎の講義であった。私の東京大学での専門は社会学であるが、理系的な知識が多く要求される講義であったため、予習なしでは語彙レベルで理解が困難な部分があった。レクチャーの内容が翌日のディスカッションで扱われたため、復習も欠かせなかったが、院生によるフォローもあり充実していた。2週に1度行われる試験によって成績評価がなされたが、いずれの試験も平均が9割近く、現地の学生はよく勉強されている印象を受けた。

②Introduction to Health Policy and Management

週に4日、2時間のレクチャーで構成される専門の講義であった。毎回の授業で課されるreading assignmentは量が多く、多くの時間を要した。週ごとの課題やプレゼンテーションなど様々な課題があったが、いずれも詳細に評価基準が事前に示され、成績評価の透明性が非常に高いと感じた。講義にはディベートも含まれ、現地の学生とグループで準備する機会も多々あり、現地の学生の会話に入っていくのが難しい面がありながらも、良い経験となった。

②学習・研究面でのアドバイス

勉強一辺倒の留学にしてしまうのはもったいないので、適度に勉強しつつ適度に遊ぶ、バランスが重要。

③語学面での苦勞・アドバイス等

講義は聞き取れない部分もあったが、大枠を理解する上では問題なく、講義スライドも配布されたため、授業についていくことは十分可能であった。ただし、ネイティブ同士の会話の理解には困難が多く、現地の学生と共同で作業する際などは苦勞があった。日常会話は思った以上に十分コミュニケーションがとれる印象だったが、専門的な内容になると多少の難があった。アドバイスとしては、最低限の語学力をもって留学に臨むことは大前提であるが、結局はいかに現地で多くコミュニケーションを取り、ネイティブに近い会話に慣れるかであると思うので、事前の準備というよりは現地ででの生活をいかに充実させるかが大切ではないか。

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)

I houseに宿泊した。I houseには多くの留学生が集まり、食事や設備が充実していることから非常に人気が高く、希望する場合は早めに申し込みを進めた方がよい。バス・トイレが共用の一人部屋に宿泊し、60食分のミールポイントと40ドル分のポイント(併設のカフェで利用可)がプランに含まれていた。費用は6週間で3000ドルを超え(一人部屋の場合)、他の宿泊先と比較すると高めに設定されているが、相応の環境が整っていると感じたため、今後留学される方にも宿泊されることをおすすめする。寮には24時間利用可能な図書室があり、勉強面における環境も充実していたが、毎週水曜日の夜に行われる交流イベントや、ダイニングにおける食事の時間など、他の留学生と関わることのできる機会が非常に多かった。キャンパスに併設された寮であるためアクセスもよく、留学生生活をより充実させることのできる環境であるといえる。

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)

気候は寒暖の差が大きく、朝夕はかなり冷え込むため温度調節のできる服装が必須である。大学周辺は治安が良く、飲食店も数多く充実している。夏季はキャンパス内の飲食店が閉まっていることが多いため、周辺の店を利用することが多かった。交通アクセスはBARTという電車の駅とキャンパスが近く、サンフランシスコまでも30分ほどで行くことができる。また、バス路線も充実しており、キャンパス周辺のバスは学生は無料で利用できる。日本では普及していないが、Uberというタクシーに似たサービスも充実しているため、小旅行などの際には活用できる。お金に関しては、ほぼ全ての店でクレジットカードの利用ができるため、現金を持ち歩く必要はほとんどなかった(バスなど一部除く)。

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)

普通に生活する分には問題ないが、大学周辺にはホームレスも一定数いるため、夜間に出歩かないようにするなど最低限の注意は払った方がよい。繰り返しになるが、朝夕は冷え込むため、寝巻も含め暖かい服装を用意しておくといよい。大学のすぐ近くには薬局もあるため、いざという時には利用できる。

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)

授業料 500ドル×7単位=3500ドル
家賃 3000ドル
航空賃 1000ドル
食費・交通費・娯楽費・教科書代 1000ドル
合計 8500ドル程度(およそ100万円弱)

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)

日本学生支援機構(JASSO) 16万円
卒業生有志の短期留学支援プログラム 16万円
合計 32万円(いずれも東京大学を通じて)

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)

週末にはサンフランシスコやサンタクルーズなど、日帰りで行ける場所へ旅行に出かけた。

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)

語学面では、レポートの執筆サポートなどのサービスがあるようであった。I house内に大学のinternational officeがあるため、困った時には相談できる体制は整っている。

②大学の設備(図書館・スポーツ施設・食堂・PC環境等)

図書館はキャンパス内に数多くあるが、遅くとも18時には閉まり、土日は空いていない。大学付近にあるバークレーの公共図書館は土日でも利用できる。図書館にはmacのPCが設置してあり、コピーやスキャンなどもできる。

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

短いSessionではあるものの、海外の大学で学ぶことや、他の留学生と交流する経験は非常に貴重なものとなった。6週間という時間の中で語学面で著しい成果があったとはいえないが、英語によるコミュニケーションがある程度できるという自信が付き、かつ自分に不足している部分も明らかになったため、語学力向上に対するより高いモチベーションを得ることができた。学習面は期待通りの成果を得ることができたが、それ以外のI houseにおける他の留学生との交流や、現地で知り合った学生と旅行に行った経験など、学習面以外における生活も非常に充実しており、海外生活のバックグラウンドがほとんどない私にとってかけがえのない時間であった。

②参加後の予定

秋から半年間の交換留学を行い、その後卒業して就職する。

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

私は入学5年目に留学したが、より早い時期に留学できれば良かったと思っている。他の授業との兼ね合いや金銭的な面など、参加を迷うこともあるかもしれないが、短い期間とはいえ留学経験は様々な面においてプラスになるものだと思うので、ぜひ参加を検討してほしい。しっかりと目的意識をもち、準備した上で臨めばUC berkeleyでは間違いなく良い経験ができる。

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

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。

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



Date: 08/20/2017

Faculty/Graduate School at UTokyo:	College of Arts and Sciences	Year at the time of Study Abroad	B2
Program Attended:	UC Berkeley summer session D	Host University:	University of California, Berkeley
Occupation after graduation (intended):			
<input checked="" type="checkbox"/>	1. Research		
<input 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
University of California, Berkeley, known for environmental sciences, etc. It is located at Bay area, hence wonderful weather in Summer.
Reason why you decided to participate
To improve my English skills, and get to know new friends from other countries.
Preparation for the program
(1) Application process (please give any advice on dealing with the application process)
Read the application instruction carefully and be confident.
(2) Visa application (type of visa, where to apply, processing time, any advice on visa application)
F-1 visa which can be applied at U.S. embassy in Tokyo and takes around 3-5 days to process. For an interview, try to be confident as much as possible.
(3) Medical check-ups (health check-ups before departure, inoculations, etc.)
I did not have any cold and felt very healthy before departure, so I did not have any medical check-ups. However, I did bring some medicines from Japan to U.S.

(4) Insurance (information about insurance for travel/studying abroad purchased)
I purchased insurance from a company called "第一成和" which was suggested by UTokyo and covered a lot of health issues.
(5) Procedures required by your Faculty/Graduate School (any information about course registration, credits, exams, submission of dissertations etc)
I submitted a registration form on the beginning of February to UTokyo, and to UC Berkeley around March. Because I was in the middle of the first semester of my second year, I had to take all of credits required for junior division before going.
(6) Language preparation (language level before the program, lessons etc.)
TOEIC score : 940 (Listening to an English media, etc. to make myself familiar with the language.)
(7) Items which should be taken with you from Japan and any other advice on things which should be done before leaving Japan.
Passport, an insurance card and visa documents are very necessary, and other everyday things such as clothes, brushings, shampoo, etc. Making sure to do all things on checklist provided by UTokyo.
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 program is a short-term summer sessions (A,B,C,D and E) with a variety of classes to choose. I took two classes, one of which is oceanography and the other is English as a second language: Academic research. Classes in the U.S. are very different from that in Japan. Students have an opportunity to participate in classes actively via discussion, etc., which I believe will make them more confident in expressing their opinion. Moreover, they focus on study by themselves via a lot of assignments, while teachers only give some guidelines during class. Personally, I like this kind of study because it makes me more confident.
(2) Advice on aspects of academic/research work
Trying to express your opinions as much as possible and do not be afraid of being wrong. Always check out materials on Bcourse (Online platform for study in UC Berkeley) and ask instructor or an expert if there is a problem.
(3) Problems experienced with language issues, advice concerning language, etc.
Particularly, I did not have significant language problems.

Aspects of life
(1) Accommodation (Type (home-stay, room-sharing etc.), cost, atmosphere/appearance of accommodation, how you found it, etc.)
I was staying at I House, which is one of on-campus dormitories and recommended by people from the previous year. The environment there was very wonderful on every aspects such as rooms, security, food at dining hall and people. Everyone is very nice to and wants to know each other a lot. I lived in a single room (no roommate) and it is quite big for one person, but I still like it. It is really worth money paid and I recommend this place!
(2) Living environment (such as climate, environment around the institution, transport facilities, food, managing your money (overseas money transfer, credit cards))
Temperatue in Berkeley during summer is around 10-25 degrees, relatively hot during the day because of strong sunlight and cold during night. There are a lot of american and asian restaurants and also a fair number of homeless around campus, but they usaully do no harm to people. However, waliking alone at night is not a good idea because it is quite dangerous. AC transit bus is the main transportation around the campus (including outside) and BART train is necessary to go to other cities. I always paid by cash because I do not want to use non-american credit cards.
(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.)
I have never been to medical facilities of the campus, but I usaully went to the gym to keep myself healthy. When I got stress, I would go to the gym.
(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: 1500\$, Program fees: 400\$, Textbooks: 20\$, Rent: 3500\$, Food: 500\$, Transportation: 100\$, others: 100\$ (Overall: 6120\$)
(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.)
I received 320000 yen from UTokyo for this program.
(6) Activities other than academic/research work (sports, cultural, volunteer/internship, weekend activities, etc.)
I usaully went to the gym which is very close to my dormitory with friends, and hangout at San Francisco sometimes during the weekend.
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)
From my experience, I never consulted such facilities (if they exist) during the program, I directly asked instructors via e-mail when I encountered any problems and they always replied clearly and politely.

(2) Facilities (libraries, sports facilities, cafeteria, IT equipment and facilities, etc.)
There are a lot of libraries, sports facilities around the campus. Gyms are free for enter and extremely good. There is also wifi for free almost all around the campus
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
I have developed all of my English skills (reading, speaking, listening, and writing). Moreover, I have made many new friends from all over the world and learned how to be more confident of expressing my own opinion during classes.
(2) Your plans having studied abroad
After attending this program and witness how Americans learn, I really want to go there again if I have an opportunity.
(3) Any messages or advice for future participants
Only prepare for yourself for and enjoy new experience, new people, and new culture !
Miscellaneous
(1) Websites or publications which were useful while preparing for or during your time overseas
http://summer.berkeley.edu/ . http://ihouse.berkeley.edu/
(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 23日

東京大学での所属学部・研究科等:	工学部	学年(プログラム開始時):	学部3
参加プログラム:	サマーセッション	派遣先大学:	UCバークレー
卒業・修了後の就職(希望)先:			
<input type="checkbox"/>	1. 研究職	<input type="checkbox"/>	2. 専門職(医師・法曹・会計士等)
<input type="checkbox"/>	3. 公務員	<input type="checkbox"/>	4. 非営利団体
<input checked="" type="checkbox"/>	5. 民間企業(業界:)	<input type="checkbox"/>	6. 起業
<input type="checkbox"/>	7. その他()		

派遣先大学の概要

アメリカの州立大学のトップです。カリフォルニア大学の中でもバークレーが一番のようです。

参加した動機

以前から留学をしてみたくて、行くならなるべく名門校に行きたかったです。

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)

全てのことをなるべく早めにした方がいいです。また、書類などは多く面倒くさくなることもあるかと思いますが、一通り目を通しておいた方がいいです。また、提出期限などが気づいたら過ぎていたということがあったので気を付けてください。

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)

ビザの申請に必要な書類の準備にはおよそ2, 3日要しました。申請自体はアメリカ大使館で1時間足らずで終わり、一週間ほどでパスポートと一緒に送られてきました。

③医療関係の準備(出発前の健康診断、常備薬、予防接種等)

健康診断や予防接種は特にしませんでした。アメリカで一度熱を出したので、最低限の常備薬は持って行った方がいいと思います。

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)

保険は東大で必須とされたもの以外は特に加入しませんでした。保険が適用されるような出来事ありませんでした。

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)

単位認定は難しいと思ったので申請しませんでした。また、プログラム開始時期がS2タームの序盤だったのですが、幸いS2タームには必修がないので、何も履修しませんでした。その分S1でたくさん履修しました。

⑥語学関係の準備(出発前の語学レベル・語学学習等)

TOEFLで80点以上が要求されていたので、その勉強はしましたが、出発前は特に何もませんでした。

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

だいたいものは学校の近くで買えたり、Amazonで買えたりするので、迷っているものは持って行かなくていいと思います。

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)

授業は二科目履修しました。①English for business ビジネスの様々なテーマをみんなでディスカッションする授業でした。毎回大量のリーディングが要求されていて、なおかつディスカッションで話す内容も準備してくる必要があるのですが、なかなか忙しかったです。先生はたまに補足知識を教えてくれるだけでしたので、がっかり先生から学ぶことはありませんでしたが、ビジネスや社会問題などを英語でディスカッションできたのはいい経験でした。一つくらいは英語を話す授業をとることをお勧めします。そうでないと寮によっては本当に英語を使う機会がないかもしれません。②心理学のperson in big dataを取りました。心理学というよりは社会学でビッグデータが社会に与える影響に関する授業です。授業も毎回早く終わり、宿題も楽でした。特に何も学べなかったです。なので、あまりふわっとした授業はお勧めしません。

②学習・研究面でのアドバイス

大学にたくさん図書館があり、なるべくメリハリをつけて、勉強は集中して早く終わらせて、私生活満喫していました。

③語学面での苦勞・アドバイス等

授業では、先生はあまり配慮してくれず、普通の速さでしゃべっていたので、リスニングで困ることがありました。また、他の国から来た人と会話するときも特有のアクセントに困ったこともありました。

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)

session DだったのでIhouseに住むことができました。本当に素晴らしい寮でした。食事もおいしくヘルシーでした。施設も最低限の清潔さはありました。何よりもいろんな国から来た学生と友達になることができます。遊びもほとんどIhouseの友達と一緒にでした。本当にお勧めです。

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)

夏とはいえ半そでは絶対寒いです。ジャケットやパーカー、長ズボン必須だと思います。乾燥していたのでとても過ごしやすかったです。食事は基本的には寮で食べていました。お金は現金とクレジットカードの両方を使いました。クレジットカードが必須になることも少なくないです。

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)

大学周辺にはホームレスがたくさんいますが、なにも危害を加えてきません。また夜中によく一人で出歩くことがあったのですが、とくに危険な目にはあいませんでした。一度熱を出しました。大学に無料の診療所があると聞いたのですが、特に利用しませんでした。

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)

航空券 15万(終了後LAに行きました。)授業料30万 教科書100ドル 家賃 3000ドル その他の生活費交通、娯楽40万くらい

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)

東大で申し込んだJASSOから計16万もらいました。

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)

大学の体育館でたまにバスケをしていました。週末は友達と遊んだり、サンフランシスコやヨセミテなどに出かけていました。

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)

自分が知らないだけかもしれませんが、特にこれといったサポートがあるとは思いませんでした。

②大学の設備(図書館・スポーツ施設・食堂・PC環境等)

図書館は博物館みたいに立派なものが複数あり、そこを利用していました。体育館に素晴らしいジム施設があり全て無料でした。

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

自分と全く違ったバックグラウンドから来た学生などと接し、自分の視野が大きく広がったと思います。また、日本には経験できない非日常を経験することができ、自分自身を見つめ直す機会を得られました。今後の日本での生活にもたくさんのいい影響があると思います。

②参加後の予定

バークレーのマスタープログラムに惹かれるものを見つけ、それに受かるように、大学の授業、インターン、英語などを頑張っていくつもりです。

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

とても貴重で将来への考え方を変えられた経験でした。是非行ってきてください。なるべく積極的に多くの人と関わり、多くのことを経験してきてください。

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

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 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7月27日

東京大学での所属学部・研究科等:	法学部	学年(プログラム開始時):	
参加プログラム:	SummerSessionA	派遣先大学:	UCBerkley
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:)		6. 起業
	7. その他()		

派遣先大学の概要
カリフォルニア州の名門校 特に化学の分野では多数のノーベル賞受賞者を輩出
参加した動機
ITに興味があったためシリコンバレー近くの大学で就職前に学んでみたかったから。
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)
わからないことがあればUCBerkeleyのInternational Officeの人に直接回答を求めるのが一番です。
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)
自己責任なので何事も1週間くらいの余裕をもって申請しておくと思います。
③医療関係の準備(出発前の健康診断、常備薬、予防接種等)
特になし
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)
学校指定のもの
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)
法学部への履修授業計画提出。

⑥語学関係の準備(出発前の語学レベル・語学学習等)
TOEIC920
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
Speakingをできるだけ鍛える。色々な訛りを聞くことになるのでそれも対策出来ればよりスムーズに友達が作れると思います。
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)
授業中に必ず1回は発言することを重視した。予習よりは復習重視で優秀なクラスメイトに意見を求めた。日本人が2割くらいクラスにいたので日本語を話さないことを心掛けた。
②学習・研究面でのアドバイス
予習もできることとできないことを見極めてできないところはstudy groupをつくったり友達に聞いたりして片づけるのが効率的だと思います。せっかくなのでカリフォルニアで注目されている環境科学、gender studyなどを学ぶと新たな視座を得られると思います
③語学面での苦勞・アドバイス等
ドイツ訛りに苦勞しました。また自分がいかに英語を話せないかを実感することが多く落ち込みましたが、今後の学習のモチベーションになりました。
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)
International house
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)
気候は温暖かつやや乾燥。スーパーdaisoなど日用品はdowntownberkeleyでほとんど揃う。交通機関はBARTとバスとUberを利用。Cripplerが学校から支給されるので自分で用意する必要はない。寮の食事は健康的で比較的好いと思うので外食は週末のみでした。支払いは外貨預金が即時決済されるカードを使用しました。現金は友達と割り勘するときに使いましたがある程度長期であればアメリカでの口座をつくりvenmoなどを使用するほうが良いと思います。
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)
浮浪者が多いので夜間は注意の必要があるが特に身の危険を感じることはなかった。処方薬が合うか不安だったので常備薬は持参した。

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)
航空券 16万 授業料 30万 寮費 40万 その他(交通費 娯楽費) 10万
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)
東京大学から16万
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)
週末はシリコンバレーの企業やスタンフォード大学のキャンパスを見に行った。またナパやサンフランシスコに友達と遊びに行った。
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)
大変充実している。細かなことでも気軽に寮のフロントやInternational Officeの人が相談にのってくれる。また寮にはサポート担当の生徒もいてイベントを開いて交流を積極的にはかってくれる。
②大学の設備(図書館・スポーツ施設・食堂・PC環境等)
東京大学と比べてかなり充実している印象を受けた。特にジムでのダンスレッスンは共通の趣味の友人もみつかるのでお勧めします。Wifiはキャンパスどこでもつながります。10以上の図書館は自習スペースもあり蔵書も個性的なのでいろいろ試してお気に入りを見つけてください。時間があればキャンパス近くの付属植物園に行ってみてください。季節によってはJAZZなどのLIVEが行われています。
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
授業スタイル自体が講義形式ではなく議論重視であり毎日の予習、宿題がありメリハリをつけて勉強する必要があった。その場で親しくなるのは簡単だが長く友人関係を保つのは難しいと感じた。色んなバックグラウンドの友達を作る機会だと思うので日本とは大きく異なった文化圏の人と積極的に交流するとよいと思う。
②参加後の予定
単位交換を申請していないので定期試験を受けます
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
初めての留学に最適だと思うので気軽に参加してみてください。

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

地球の歩き方 現地で留学又は就業している方におすすめを聞く。

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。

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

Date: 08/11/2017

Faculty/Graduate School at UTokyo:	Faculty of Engineering	Year at the time of Study Abroad	B2
Program Attended:	Berkeley Summer Sessions (UCB) (Regular courses)	Host University:	University of California Berkeley
Occupation after graduation (intended):			
<input checked="" type="checkbox"/>	1. Research		
<input 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

The UC Berkeley summer session gives you an opportunity to enroll in the UC Berkeley course during May to August. The students are from UC Berkeley or other countries. There are various subjects to study. I chose the academic writing course and the conflict resolution course. I joined the session D program which lasted 6 weeks.

Reason why you decided to participate

I want to develop my English skill so that I participate in this program. Learning Japanese language helped me know that the best place to study any language is where it was spoken as the first language. In the US, I will be able to study English with native speaker and also use English in my daily life. I can learn how Americans live especially American student. Finally, I want to explore how America, land of freedom, is like.

Preparation for the program

(1) Application process (please give any advice on dealing with the application process)

The application process is quite straightforward and easy. Everything is as same as the instructions which was sent via email by University of Tokyo.

(2) Visa application (type of visa, where to apply, processing time, any advice on visa application)

I applied for a student (F1) Visa at the U.S. Embassy. It took 3 working days. University enrollment certificate, financial support, and I-20 are required. I-20 can be received from UC Berkeley when full enrollment has been done (I have to choose the course and pay before I get I-20).

(3) Medical check-ups (health check-ups before departure, inoculations, etc.)

None.

(4) Insurance (information about insurance for travel/studying abroad purchased)

I had an insurance recommended by University of Tokyo (Tokyo Marine Nichido).

(5) Procedures required by your Faculty/Graduate School (any information about course registration, credits, exams, submission of dissertations etc)
None. (I went during 2S2 which has no compulsory course, and I had already taken full credit.)
(6) Language preparation (language level before the program, lessons etc.)
I took TOEFL exam in August 2016. I used the TOEFL book published by ETS, official company who organizes TOEFL test, to prepare for the exam.
(7) Items which should be taken with you from Japan and any other advice on things which should be done before leaving Japan.
Academic supplies, linen set, electrical outlet adapter, hair dryer, laundry basket, plastic bag, slippers, soap, toothbrush, medicine, towel, hangers
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.)
This program is summer session for any students around the world. In the class, there are a lot of international students and also UC Berkeley students. I enrolled in the academic writing course, and conflict resolution course. Both courses encouraged student to express their opinions during class. In academic writing class, the instructor taught us how to write a well-crafted sentences. Every assignment I submitted was checked and returned with plenty of helpful comments. In the conflict resolution course, I learned how to mediate the conflict between people in real life.
(2) Advice on aspects of academic/research work
Studying here requires a lot of effort because the courses are condensed and the duration is quite short. There were a lot of assignments and fieldworks. The fieldwork has to be done outside the class. It mostly are the interview project or group discussion. Although the workload is hard, I learned a lot from those assignments. For the academic writing class, writing a lot helped me improve my writing ability. For the conflict course, interviewing people helped me practice listening and speaking skills.
(3) Problems experienced with language issues, advice concerning language, etc.
There are hardly language problem in the class because more than half of the students speak English as their second language, and the instructor speaks slowly so that we all understand.
Aspects of life
(1) Accommodation (Type (home-stay, room-sharing etc.), cost, atmosphere/appearance of accommodation, how you found it, etc.)
I lived in UC Berkeley International House (I-House). The single room costs \$3239 including 6-week accommodation, 60 meals, and \$60 cafe credit. The atmosphere was brilliant. I-House is a house for almost 600 students from around the world. I could make a lot of friends while staying here. They are from China, Taiwan, Hong Kong, Australia, Spain, etc. I-House also had a sightseeing tour for its residents so that I can know a lot of people.

(2) Living environment (such as climate, environment around the institution, transport facilities, food, managing your money (overseas money transfer, credit cards))
The weather in Berkeley and the Bay Area is very nice in summer (July and August). It was sunny almost everyday in summer. In the day time the temperature is below 24C and around 15 at night. Japanese spring costume should fit the weather here. The transportation is quite good. Being a UC Berkeley student, I received the 'Clipper Card' used for riding bus in Berkeley area for free. Berkeley also has a train called Bart. You can go to San Francisco or the airport from campus by Bart. The food here is delicious. There are many kinds of food: Chinese, Japanese, Thai, American etc. I usually dine in I-House dining hall. Before I went to the US, I exchange money for \$1500, and use some credit card. Almost every shop/store in the US accept credit card (Visa, Mastercard or American Express).
(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.)
UC Berkeley campus is safe during daytime, but become a little bit scary at night. Walking alone in the night time is not recommended. I did not use the medical facilities.
(4) Details of expenses (breakdown of costs, such as airfare, program fees, cost of required books, rent, food, travel cost, money spent on entertainment)
Tuition fee (6 units) \$3120; Registration fee \$380; International Service fee \$300; Accommodation (International House) \$3239; Flight \$1700; Daily life for 6-7 weeks \$1500
(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.)
I received a scholarship from the University of Tokyo.
(6) Activities other than academic/research work (sports, cultural, volunteer/internship, weekend activities, etc.)
UC Berkeley has 3-4 gyms for training and playing sports. During weekend, I travelled to many places such as Alcatraz island, Golden Gate Bridge, and downtown San Francisco.
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)
I did not use the language or academic support center. But I-House is a good living support center. I can find a lot of answers about living in Berkeley from I-House.
(2) Facilities (libraries, sports facilities, cafeteria, IT equipment and facilities, etc.)
The facilities in UC Berkeley are brilliant. There are more than 3 libraries on campus with distinct theme. The gyms are also good. They have training room, pool, tennis court, etc. The food in cafeteria is delicious too. But I did not use the IT equipments on campus.

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

This program is extremely good and unforgettable. I had a chance to study in the world-class university and met a lot of people. Studying in UC Berkeley was a great experience. The course was effective. Not only did I learn the content, but the instructor also taught me the lifestyle in US and the way to study abroad. Both my English and life skill were improved. Moreover, I was impressed by the people in I-House. Everyone in I-House was kind and friendly. Living there was wonderful. I had new friends to travel, eat, and play. This is an unforgettable experience.

(2) Your plans having studied abroad

I considered studying abroad for the graduate school.

(3) Any messages or advice for future participants

UC Berkeley summer program is worth joining. Please participate in the program if you can. You will get brilliant experience, high-level academic knowledge, and good friends.

Miscellaneous

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

<http://ihouse.berkeley.edu>

(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 28日

東京大学での所属学部・研究科等:	教養学部	学年(プログラム開始時):	学部2
参加プログラム:	UC Berkeley Summer Session C	派遣先大学:	UC Berkeley
卒業・修了後の就職(希望)先:			
<input checked="" type="checkbox"/>	1. 研究職	<input type="checkbox"/>	2. 専門職(医師・法曹・会計士等)
<input type="checkbox"/>	3. 公務員	<input type="checkbox"/>	4. 非営利団体
<input checked="" type="checkbox"/>	5. 民間企業(業界:金融、IT)	<input type="checkbox"/>	6. 起業
<input type="checkbox"/>	7. その他()		

派遣先大学の概要
パブリックアイビーのひとつ。カルフォルニア州バークレーに1868年に設立された州立大学。IT系分野に強いと言われている。
参加した動機
これまでに海外経験が一度もなく、単純に海外に行ってみたかった。その中で、英語力の強化と東大では少し学びにくいCS (Computer Science)を本格的に学んでみたかった。
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)
早め早めに準備を進めるべき。
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)
基本的に東大の資料やアメリカ大使館のホームページに従えば問題ない。ただ、ビザの面談当日は行列がすごかったため、その後の予定には余裕を持った方が良い。
③医療関係の準備(出発前の健康診断、常備薬、予防接種等)
直前に歯医者に行った。また、少しでも使う可能性のある薬はたくさん持っていったが、結局何も使わなかった。
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)
東大から勧められたもののみ。

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)
特になし。
⑥語学関係の準備(出発前の語学レベル・語学学習等)
少し前のTOEFLのスコア(89点)を使った。ただ、東大の1年生の英語の授業が終わってからは英語をサボっていたため、かなり力は落ちていた気がする。UCBの語学要件はそこまで高くないが、やはりTOEFL100点程度はないとスタートラインにすら立てないという気はした。
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
お土産。うまい棒30本持っていったら思ったより人気で、一週間でなくなった。
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)
CSとゲーム理論の授業を履修した。CSIには、LectureとLabとDiscussionの3種類があり、Lectureで学んだことをLabやDiscussionで演習する形式だった。そのほかに週2程度で宿題が課されたほか、全部で4回ほどProjectという名の重めの課題をこなした。ほかの授業をとった人の話を聞く限りだと、課題は多めだったようである。ゲーム理論は全部で宿題が5回出た。各々の宿題はそれほど重くはなかったが、成績に加味されるため、慎重に取り組んだ。両方の授業に共通して言えるのは、予習は全く必要なく、復習が重要だった。
②学習・研究面でのアドバイス
英語に多少不安があっても授業内外で積極的に質問した方がいい。相手は基本的にネイティブなので、こちらの英語が下手でも意図は汲み取ってもらえる。自分は、先生とできるだけコミュニケーションを取ろうと思って、全授業最前列真ん中で受講したり、本当は分かっていることでも分からないふりして質問するなど工夫した。
③語学面での苦勞・アドバイス等
自分の英語力の欠如もあって、本当に何も聞こえなかった。2ヶ月経っても聞こえない人の英語は本当に聞こえない。その中で重要なのは、理解できなかった時は遠慮せずに聞き返すことだと思った。下手に愛想笑いしていると、苦し紛れのyeahぐらいしか言えず、逆に気まずい雰囲気になる。
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)
I-HOUSE。過去の資料にI-HOUSEが良いと書いてあったため。実際に、他の学生との交流の機会を多く持てるという点で非常に良かったと思う。例えば、水曜の夜にはcoffee hourというパーティーに行ったり、金曜は夜な夜な人狼(ゲーム)をしていたりした。ただ、アジア系の学生(日本、中国、韓国)が多い印象はあった。
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)
非常に涼しい。7、8月でも毎日長袖Tシャツやパーカーを着て過ごしていた。現金はあまり必要ないが、旅行などに行くと、一時的に誰かが費用を立て替え、後日現金で精算という形になるので、ある程度は持っていった方がいい。

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)
夜外を出歩かなければ問題はないと思う。何らかのイベントで帰りが遅くなる時はUberを使っていた。
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: ¥300000、授業料: \$5000、家賃、食費: \$3000、交通費、娯楽費: ¥600
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(総額¥480000)
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)
週に1回ほど、近くのグラウンドでサッカーをしていた。
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)
利用していないのでわからない。
②大学の設備(図書館・スポーツ施設・食堂・PC環境等)
学部ごとに大きな図書館があったが、あまり利用せず、自室や寮の図書館を使っていた。
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
英語力自体は2ヶ月ではそんなに変わらないと思うが、しっかり口を開けて話せば問題なくコミュニケーションがとれることがわかった。
②参加後の予定
経済学部進学。
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
2年生のSセメスターは留学に行きやすい時期の一つであるため、少しでも留学を考えている人は1年生のうちに進級や進振りに必要な単位をできるだけ取っておくべき。

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Go Global

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 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 24日

東京大学での所属学部・研究科等:	教養学部	学年(プログラム開始時):	学部2
参加プログラム:	Berkeley Summer Session B	派遣先大学:	University of California, Berkeley
卒業・修了後の就職(希望)先:			
	1. 研究職	<input checked="" type="checkbox"/>	2. 専門職(医師・法曹・会計士等)
	3. 公務員	<input type="checkbox"/>	4. 非営利団体
	5. 民間企業(業界:)	<input type="checkbox"/>	6. 起業
	7. その他()	<input type="checkbox"/>	

派遣先大学の概要

カリフォルニア大学バークレー校はアメリカ合衆国の州立大学であり同国トップクラスの公立大学として知られる。第二次世界大戦中の原水爆開発計画つまりマンハッタン計画への助力や1960年代のアメリカ学生運動の発端となったフリー・スピーチ・ムーブメントの展開など興味深い歴史を有する他、プルトニウムやバークリウムをはじめとした多くの化学元素が同校で発見されている。シリコン・バレーへの近さからコンピュータ・サイエンスにも力が入っている。

参加した動機

留学を決めた一番大きな理由としては、自分とは異質な文化的・社会的背景を持つ他者、特に学生が、どんな人生の上でどんな感じ方・考え方を、どんな風に語るのかという点にひどく興味があった。また、そのためのツールとしての英語の習得にも意欲があった。しかし自分の進みたい学部では留学における単位交換の制度が整っていなかったため、休学が必須となる長期の留学は現実的に断念し、休学が不要な中で比較的期間が長く英語の要求水準や倍率が低かった本プログラムを選んだ。

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)

学内申請で採択された場合、まずまっさきにOnline Registrationで授業を選ぶべき。採否通知以前からOnline Registrationは始まっており、人気の授業はバークレー生や他大学からの生徒によりすぐに定員を占められてしまう。基本的に学生ビザで入国することになるので、ビザ取得のため各セッションによってそれぞれ一定の単位数以上を取得できるよう授業を選ぶ必要がある。その後Housing Application、Supporting Documentsのアップロードをできるだけ速やかに進めると良い。

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)

自分は学生ビザ(F-1)をアメリカ大使館に申請した。I-20を受け取ってからビザが届くまでは約10日ほどであった。その間、DS-160オンライン申請書作成、SEVIS費用の払い込み、大使館での面接等のステップを踏んだ。特にDS-160は予想以上に時間がかかるので、国際課にI-20が届いたら速やかに受け取りDS-160の記入を始めると良い。またオンライン申請の過程で写真が必要になるが、基準が厳しいため適当な写真がなければビザ用写真対応の写真館の利用を薦める。

③医療関係の準備(出発前の健康診断、常備薬、予防接種等)

健康に自信があり、さらに出発前の時期個人的に忙しかったため健康診断は受けなかったが、万一のことを考えると無謀だったと思う(幸いにも特に大きな問題は起こらなかった)。常備薬は風邪薬や胃薬を持っていたが使う必要は起こらなかった。予防接種の必要は特に感じない。

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)

大学・学部から指定された保険(付帯海学)にのみ加入した。

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)

Session Bは駒場のS1ターム試験が終わった次の週に開始することになっていた。なるべく1年生の間に必要な単位はとるようにしたので、2年生に上がった時点で残りの必要な単位数は必修で3単位、それ以外で2単位という状況だった。必修は幸いターム制のもののみだったので、他の2単位分もターム制のものを履修した。そのためプログラム参加にあたって特に手続きは必要なかった。

⑥語学関係の準備(出発前の語学レベル・語学学習等)

出発の約半年前にIELTSを受験し、結果はListening 6.5, Reading 7.5, Writing 5.5, Speaking 5.5, Overall 6.5だった。リスニング技能向上のため出発の2ヶ月前からPBS NewsHourのディクテーションを始めた。また、スピーキングに関してはやはり2ヶ月前からKWSのランチタイム・ディスカッションを週3で利用し、毎週木曜日にはTGIFのGIランチに参加した。また、1ヶ月前にはDMMのオンライン英会話教室の受講を始め、これは毎日続けるようにした。

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

あまり強調されていなかったが、学生ビザ発行用証明書のI-20は必ず持参しなければいけない。ビザはもう持っているからとI-20を持参しないと、最悪日本の空港を出発できなかったりアメリカから強制送還されたりすることがある。他に春用の上着・パーカー類、室内用のスリッパ/サンダル、現地ですぐにできた友達へのお土産(自分は日本のダイソーで買った扇子や寿司キーホルダーを持参した)もあれば重宝する。I-Houseのダブルルームに滞在する人はコンセントの口数が少ないのでテーブルタップもあると良い。

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)

駒場と同じように、開講される様々な授業の中から自分のとりたいものを選んで参加する。私は海外の授業のスタイルに興味があったので、理系文系からそれぞれ1科目ずつと芸術または体育から1科目を履修することとし、MCELLBI C64(神経科学)、HISTORY 7B(アメリカ史)、MUSIC 45(ピアノ、初心者向け)を選択した。単位数は順に3単位、4単位、1単位で、単位数に比例して必要な勉強や課題などの負担が大きくなるように感じた。まずMCELLBI C64だが、一般的な講義スタイルのレクチャー・セクションに加え、その後に学生の主体的な参加を求めるディスカッション・セクションが週2時間あり、そこで積極的に発言するためには予習や講義直後の復習が必要だった。高校程度の生物の知識が前提とされた。HISTORY 7Bでは膨大な量の文章が毎週与えられ、週1時間のディスカッション・セクションの中でそれらに関するクイズや話し合いが行われた。話し合いへの参加が成績に大きく影響するため予習は欠かせなかった。授業中にアメリカ史に関係するいくつかの映画を見たりFBIの方の9.11に関する特別講義があったりと良い経験になった。MUSIC 45は授業の他に毎日ピアノを短時間練習するだけで十分で、初心者向けということもあり負担は軽かった。クラスメイトもフレンドリーで楽しく受講した。

②学習・研究面でのアドバイス

授業に関する連絡はメールの他、CalCentralと連動したbCourseというサイトを介して伝えられる。特に最初のうちは重要な連絡を見逃さないようこまめにチェックし、bCourseが更新されたときにメールで知らされるように設定しておくが良い。また、あちらの講義では基本的に講師がたびたび問いかけてくるため、講義への集中を常に求められる。英語力に自信のない場合は事前にスライドにある程度目を通して講義についていきやすいと思う。他に、ディスカッションのある授業をとると新鮮な体験ができて良いのではないかと。ディスカッションでは、始まってすぐに発言しないと発言のタイミングを逃すことがある。また議論のペースが速すぎてついていけないとき、waitは非常に基本的ではあるが効果的な単語だった。

③語学面での苦勞・アドバイス等

講師の授業中のジョークは基本的に理解できなかった。悔しかったが、授業についていくことを優先と考え、理解できない場合には割り切って聞き流した。講師の英語も自分には十分速かったが、それ以上に学生の英語が速く(場合によっては訛りが強かったり声小さかったりということもあった)、いちいち聞き返せない場合、例えば講師に向かって手を挙げて意見を出していく場面などでは諦めを余儀なくされることも多かった。リスニングの準備はスピーキング以上に重要と感じた。自分は準備にあたりニュース番組だけを聞いていたが、映画やTED等も使って準備すればもっと良かったと後悔した。

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)

去年の参加者や国際課からの強い勧めがあった学内寮のI-Houseに滞在した。1番安いダブルルームで家賃は10週間にに対し約3600USDと安くはない。バスルームは共用。しかし生活に必要な設備はほとんどそろっていた(個人的にはピアノの練習部屋があってありがたかった)し、何より世界各国から寮生の集まる環境が掛け値なしに価値あるものだった。毎週水曜日の夜にはコーヒー・アワーと称して寮生の集まれるイベントがあり、多くの友人をつくることができた。香港出身のルームメイトも毎晩語り合い大切な友人となった。I-Houseの宿泊を考えている方はぜひ恐れずにダブルルームを申し込んでみてはと思う。

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)

ベイエリアの気候は夏全体を通して日本の春ぐらいで、朝晩は寒ささえ感じる。大学周辺のTargetやWalgreens、ダイソーで生活必需品は安く手に入る。交通は大学内外を巡回する無料バス、BART、Uberを利用した。食事はI-Houseなら10ポイント/週のミールポイントが初めからチャージされており、毎食1ポイントでバイキング制の食堂を利用できるが、外食またはポイントを追加購入しないと不足する。I-House内のカフェで使えるマネーもあらかじめチャージされており、飲み物や軽食を購入できる。お金は限度額15万円/月のクレジットカードと現金600USDを複数の財布に分けて持参した。

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)

治安はお世辞にも良くない。本プログラム期間中にもバークレー周辺で銃による傷害事件があった。夜に出歩くことは避け、必要が生じた場合には必ず複数人で歩くか寮の前までバス/Uberを利用するようにしていた。また、寮内でもドアを開けたまま留守にしていた部屋からラップトップが盗まれる事件があった。寮の中も外と同様に警戒する必要がある。場合によってはルームメイトさえも警戒しなければいけない。私の隣人はルームメイトに腕時計を盗まれたかもしれないと言っていた。

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 約12万円
授業料 約55万円
教科書・文房具代 約8700円
家賃 約40万円
食費 約2万円
交通費 約1万円
娯楽費 約5万円
生活必需品代 約1万円

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から毎月8万円、東大生海外体験プログラムから毎月8万円、計48万円いただいた。どちらも東大の紹介でプログラムの学内申請と同時に申請した。

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)

キャンパス内のジムは無料で利用できる上、設備が整っていて綺麗だったので運動不足を感じる度に足を運んだ。また、I-House内でのZUMBAというダンスのレッスンにも参加したが予想以上にハードで面白かった。休日はI-Houseのプログラムにいくつか参加した他、友人と計画してサンフランシスコや国立公園に足を向けた。バークレーの中でもUCボタニカルガーデンやセイザー・タワーの展望台は観光地となっていた。寮の裏山の頂上から日没を見るためハイキングしたこともあった。

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)

時間がなく利用はできなかったものの、レポートやエッセイのサポートをしてくれるSLC Writing Programというサービスがありおすすりである(駒場のKWSに類似したサービスだと思ふ)。講師は授業時間と別にオフィス・アワーと呼ばれる質問等の受付業務時間を持つことになっているが、時間が短かたり授業の開始直前だたりと不便な点があった。自分は休憩時間や授業終了直後にたびたび質問に行ったが対応はおおむね親切だった。生活面ではI-Houseのフロントデスクが非常に親切で、簡単な道具(テープやペンチ等)が必要になったときには貸してくれ、不自由を感じたことはなかった。

②大学の設備(図書館・スポーツ施設・食堂・PC環境等)

学内には30を超える図書館があると言われており、どれも个性的で行ってみる価値があると思ふ。私は基本的にI-Houseの図書室を利用したものの、今年だけだろうが建設作業の騒音がときどき気になった。ジムもいくつかあり、RSFというジムは特に大きくバスケットボールやスカッシュ等の球技もできる上毎日ヨガや太極拳などのレッスが開かれていた。大学の建物の中なら基本的にWi-fiが利用できる。個人的には冷水機が学内のいたるところに設置されていたのが嬉しかった。

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

授業を通しては、どの授業でも講師が一方向的に話すのではなく学生を退屈させず講義に集中させ続ける工夫をしているのがわかり印象深かった。関連して、日本とバークレーでは学習のスタイルが根本的に異なっていると感じた。日本では試験までに与えられた内容を学生が主に家庭学習によって習得してくるというスタイルだが、あちらでは授業に集中し授業中に可能な限り吸収することが求められていた。そのため学力の定義も大きく異なっており、あちらでは授業への集中力や飲み込みの速さが高く評価される。日本的な学習に慣れている自分には難しかったものの、授業時間を有効に活用できる効率的なスタイルだと感じた。また、学生の積極性に強心動かされ、講師が問いかけてもほとんど手の挙がらない日本の典型的な教室風景は改めて異様だと思つた。プログラムの終盤に近づくに従い可能な限り意欲的に授業に参加できるようになったのは大きな収穫だった。

また、寮生活を通じても多くを学んだ。ウクライナや中東といった政情不安定な地域から来ている寮生と話す中で、国際問題に疎い自分も、何が問題となっているのか、実際にその地域で暮らすことがどうということなのかという点を実感を持って理解することができた。アジア諸国からの寮生とは隣人としてお互いの歴史的な関係やこれらについて話せたのが良かった。他にもアメリカ諸州・南アメリカ・ヨーロッパ・アフリカと世界中から集まった寮生たちと関わることもできた。他国出身の寮生全体について言えたのが、生まれついで他の地域と地理的または文化的に接し衝突する中で、言語・人種・宗教・政治いづれかについての差や違いにみな敏感だった。日本列島がいかに閉じられた環境かということを確認した。すべての友人が先生だった。一方で、国際問題を離れジョークを飛ばし合うとき、科学について、風景について、生き方について話すとき、我々は同じ学生であり同じ人間であり、仲間だった。共通点を楽しみ、相違点を尊敬しながら接することでお互いに心を開くプロセスを実際に経験できたことを嬉しく思ふ。

②参加後の予定

東大の授業に戻る。医学部に進学予定。英語の勉強は続け、5年生の実習の際にもう一度海外に行くことができらばと思ふ。

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

短期プログラムであり、経費も決して安上がりではありませんが、意欲的であり続ければ必ずそれを上回る価値を得られると思ふ。快い経験ばかりではなく、私はときに打ちのめされ、ときにばつの悪さを味わいながら、しかしほとんどの時間を、まったく新しい環境で毎日何かを学ぶことのできる充実感に包まれて過ごしました。今ではバークレーで過ごしたすべての時間を宝物のように思ふ。

当たり前かもしれませんが、英語ができるに越したことはありません。私は英語を学ぶことも一つの目的としてこのプログラムに参加し、一定の成果はあったように思ふますが、開始時点からもっと聞けて話せばさらに積極的に参加できたのに、さらに仲良くなれたのにと思ふ場面が多々ありました。可能な限りの準備をしてから臨むのがベストだと思ふ。

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

過去の参加者の報告書が参考になった他、キャンパスで迷ったときはwww.berkeley.edu/pdf/campusmap.pdfを参考にした。また、slc.berkeley.edu/writingからSLC Writing Programへの登録や予約ができる。

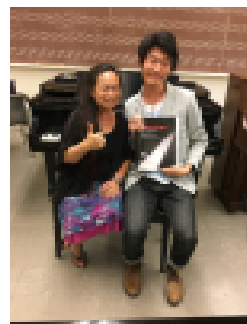
②その他東京大学のホームページ・出版物等に掲載してよい留学中の写真があれば添付してください。



ルームメイトと、I-Houseで



MCELLBI C64の先生と



MUSIC 45の先生と

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 25日

東京大学での所属学部・研究科等:	新領域創成科学研究科	学年(プログラム開始時):	修士1
参加プログラム:	UC Berkeley Summer Session	派遣先大学:	カリフォルニア大学バークレー校
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
	<input checked="" type="checkbox"/> 5. 民間企業(業界: IT企業)		6. 起業
	7. その他()		

派遣先大学の概要

アメリカ合衆国カリフォルニア大学バークレー校。アメリカを代表する名門大学の一つで、サンフランシスコ国際空港からBART(電車)で1時間の場所にある。留学するまで知らなかったが、とりわけコンピュータサイエンスにかけてはアメリカで4本の指に数えるほど傑出した大学。

参加した動機

英語を使って仕事をすることに興味があり、英語力をもっと向上させたかったこと、日本と異なる文化を知り新しい経験をすることで、自分の将来について考えるきっかけが欲しかったこと。ただ、留学を考えた最初のきっかけは、院試に向けて勉強していたTOEFLの点で思ったより良い点が取れたことでした。

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)

準備はとにかく早めに進めることをお勧めします。国際交流課の方から採用決定の通知が来たら、まず住居と航空券を確保しましょう。後述しますが、たくさん国際交流したいのであれば住居は絶対に寮がおすすめです。また航空券は安く抑えたいなら可能な限り早く手配しましょう。私は3月中旬に採用の通知が来て、3月末には航空券を取りました。ただ留学後にもう少しアメリカに残りたいのであれば便を変えられるチケットにしておくのも良いかもしれません。実際に留学中に便を変更してそのままカナダに旅行に行っている人もいました。

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)

ビザ申請はかなり大変でした。留学先から送られてくるI-20という書類を使ってF1ビザを取得しました。留学準備全てに言えることですが、ビザ申請も日にちに余裕をもって始めたほうが良いです。私は確か5月の第二週頃にアメリカ大使館に面接に行き許可されたと思います。ビザが下りないと留学には行けないので、ビザ面接に落ちないようにしっかり準備して行きましょう。申請にあたって様々な証明書を発行したり英訳したりする必要があるので、ウェブサイトなどで早めに必要な作業について調べておくとういことです。

③医療関係の準備(出発前の健康診断、常備薬、予防接種等)

歯医者に行って虫歯のチェックをしてもらった以外は特に何もありませんでした。

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)

「学研災付帯 海外留学保険」という保険が加入必須だったので、そちらに加入しました。普通の民間の保険に比べて割安でした。

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)

留学開始日から1か月ほどまだ授業が残っていたので、履修していた授業の教授一人ひとりに連絡を取って、現地からレポートを送る、追加レポートを書く、実験の日付を前倒しにして頂くなど配慮して頂きました。実験の前倒しなどはかなり迷惑をかけたと思い反省していますが、結果的には全ての授業で特別に配慮して頂いたので、単位取得に関しては問題ありませんでした。

⑥語学関係の準備(出発前の語学レベル・語学学習等)

院試のために1年前に受けたTOEFL iBTが87点(R28, L16, S19, W24)でした。リスニングにはかなり問題がありましたが、研究などで忙しく具体的に留学前に対策をする時間はありませんでした。洋楽を聞いたり、英語でアメリカのバスケットボールの中継を見たりしていましたが、本格的な対策はしていませんでした。

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

日本食が食べたくなると思ったので味噌汁を持参しました。そのほかに、私は持参しませんでした。現地で仲良くなった人へのお土産に何か持って行ってもいいかもしれません。私は留学中は特に渡す機会もありませんでしたが、最後別れ際に何かプレゼントしようと思ったときアメリカでいいものが見つけられなかったのも、日本っぽい何かとかあるといいかもしれません。あくまで個人的な感想ですが・・・

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)

CS61Aというコンピュータサイエンスの導入の授業(4単位)とPSYCH05というIT技術と心理の関わりをテーマにした心理学の授業(2単位)を取りました。CS61AはPythonというプログラミング言語を主に用いながら、コンピュータがプログラムによってどのように動いて、プログラムをどう解釈するかを勉強するといったものでした。受講者は400人程度いて、留学生の割合は分かりませんが意外とアメリカ人が多かったと思います。半分より多いくらいでしょうか。UC Berkeleyの本格的なコンピュータサイエンスの授業としては一番導入にあたるコースでコンピュータサイエンス専攻でない人もたくさんいましたが、日本と比べると授業のレベルも生徒の勉強姿勢も桁違いに質が高かったです。私はプログラミングの経験がありましたが、それでも課題の最後の問題や一部の内容はかなり難しかったです。プログラミングの経験が全くゼロだとわりときついと思いますが、授業自体は非常によく構成されていてサポート体制もあるので、興味がある人にはおすすめです。心理学の方は良くも悪くも普通でした。授業を聞いて、2回小さめの試験があって、期末レポートを書きました。こちらは受講者の大半が留学生でした。

②学習・研究面でのアドバイス

たいていの理系の授業に言えることだと思いますが、正直英語があまりできなくても問題を解ければ単位が来るので、コンピュータサイエンスの授業に関しては英語力はあまり必要ありませんでした。心理学の方も教授がゆっくり話す人だったので講義は全く問題ありませんでした。ただ質問する、ディスカッションするとなると話は別です。③に書きますが、何かサポートを受けたい、授業の内容について日本人以外と話したいという時は英語力の有無が大きく左右するので、英語力を上げておくといいと思います。また授業の内容についても簡単に予習していくとよいと思います。私はコンピュータサイエンスの授業で最初の方の講義で聴き取れない部分がありましたが、プログラミングの前提知識があったので、それで補って理解していました。

③語学面での苦労・アドバイス等

結論から言うとリスニングが16点でも意外となんとかなりますが、なんとかならない部分もあります。留学生との日常的な交流に関してはほぼ問題ありませんでした。ただコンピュータサイエンスの授業で少人数クラスの授業をとった時に、アメリカ人のTAや他のアメリカ人の学生のこと言っていることが聴き取れなくてとても苦労しました。また留学先で仲良くなった人ともっと色々な話をしたいと思っても、日常会話を超えるレベルの話をする事ができませんでした。英語力が高なくても留学は楽しめますしなんとかなりますが、英語力が高ければ高いほど楽しめるいろいろな経験ができるのも事実だと思います。

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)

国際交流課の資料でお勧めされていたI-Houseに泊まりました。8週間で\$2,915でした。これにはI-House内の食堂で使える80食分のミールポイントと、併設されているカフェで使える50ドル分のチャージが含まれています。そこそこきれいで、寮で多くのイベントが開かれるので友達がたくさんできておすすめです。家賃は高いですが、色々な人と交流して仲良くなりたいならI-Houseは本当にお勧めです。留学中に会ったI-House外の留学生の人にもI-Houseがうらやましいと何度か言われました。毎年人気で、早めに予約しないと満席になってしまうので、採用が決まったら即入居手続きを済ませましょう。

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)

パークレーは夏はめったに雨が降らず、気温も安定して暖かく(夜は少し寒い)とても過ごしやすいです。キャンパスのすぐ近くにBARTの駅があり、そこからサンフランシスコや空港に行けるほかバスも使えます。食事はI-House内の食堂でミールポイントを使って食べたほか、近くのドラッグストア(Target, Walgreens)でグレインバーをたまに買って朝食にしていました。お金は500ドルを現金に換えた他、主にクレジットカードを使っていました。現金はあまり使う機会がありませんが、友人とご飯に行き割り勘するときなどに使います。

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)

パークレーは治安はそこそこ良いと思います。少なくとも昼にキャンパスを歩いている限りは全く問題ありません。夜は(特に深夜)少し気を付けたほうがよいと思います。ただ現地の人は深夜でもそこまで気にせず普通に歩いているようでした。私は留學生活の後半は夜でも普通に一人で歩いていましたが、特に危ない目には遭いませんでした。気をつけてさえいれば大丈夫だと思います。

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)

航空券はソウル経由で往復12万円、授業料が様々な手続き費用など全部含めて45万円くらい、家賃が30万円くらいでした。教科書代はかかりませんでした。交通費は覚えていませんが1~2万円くらいでしょうか。娯楽費はヨセミテ国立公園へ1泊2日で行ったのが110ドルくらいで、あとは細かいので覚えていませんが、全部で10万円くらい使ったと思います。

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から合計24万円支給して頂きました。

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)

ジムが使い放題なので何度かバスケットボールやスカッシュをしに行きました。ほほいつ行っても集まった人たちの間でバスケの試合が行われていて、何度か参加しました。週末はユニオンスクエアやアウトレット、ヨセミテ国立公園に行きましたが、コンピュータサイエンスの授業が忙しく、課題で週末が終わることもありました。ただ授業で組んだペアのパートナーの子と週末と一緒にプログラミングの課題をやるのは楽しかったです。

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)

I-House内に留学生向けの事務室があり、ビザのことや履修の変更手続きなどについて相談に乗ってもらえます。また寮内にはルームアシスタントが何人かいて、最初の週は生活面について何度か質問したりしました。

②大学の設備(図書館・スポーツ施設・食堂・PC環境等)

図書館はキャンパス内にいくつもあり、私はMoffitという図書館がきれいで開館時間も長いのでよく使っていました。スポーツ施設は上にも書きましたがジムが使い放題でバスケや卓球、スカッシュができるほか、筋トレやストレッチもできます。パソコンはキャンパス内や寮内に見えるものがいくつかあったと思いますが、よほどの理由がない限り自分のものを持参したほうがよいと思います。

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

英語力を向上させたい、日本と異なる色んな考えを知って自分の将来を考えるきっかけにしたいと漠然と思い留学してみましたが、期待したよりもはるかに多くのことを学ぶことができ、非常に有意義な留學生活でした。留學生活を通して感じたのは、やってみればなんとかなるということと、自分の力不足の二点です。英語力が低くてもコミュニケーションは成り立つし、色々な国の文化や価値観を知ることができて非常に良い経験になります。ただ一方で、ネイティブの人と交流したり、そうでなくてももっと踏み込んだ話(今までの進路や価値観など)がしたいと思った時に、自分の英語力が足かせになってできなかったことが非常に残念でした。また日本には知ることのできない様々な価値観を学ぶことができたことは非常に有意義だったと感じています。同じ出来事に対しても、国籍によって感じることや考えることが少しずつ違うのを知るのはとても楽しかったです。またUC Berkeleyのコンピュータサイエンスの授業の質の高さを知ることができたのもとても良い経験でした。

②参加後の予定

修士を卒業後、日本企業に就職するか、アメリカの大学院を受けるか悩んでいます。どちらを選ぶとしてもプログラマーになり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

留學経験は自分の価値観や可能性を拓ける上で大きなチャンスになると思います。私は修士1年で留學しましたが、もっと早くに留學しておけばよかったと思いました。お金はかかりますが、お金に代えられない経験を得られると思います。少しでも留學に興味があるなら、絶対にしておくべきだと思います。特にサマープログラムは期間も短いので参加しやすく、おすすめです。

その他

①準備段階や留學中に役に立ったウェブサイト・出版物

特にありません。

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學中の写真があれば添付してください。

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

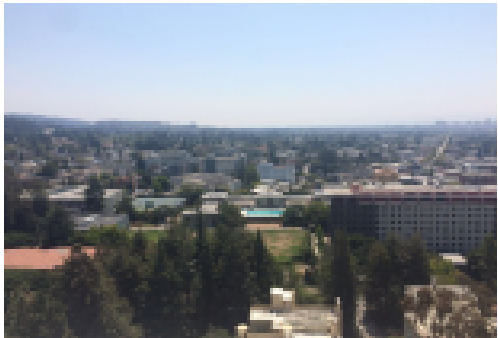
Date: 08/21/2017

Faculty/Graduate School at UTokyo:	Graduate School of Economics	Year at the time of Study Abroad	M2
Program Attended:	UC Berkeley Summer Session	Host University:	UC Berkeley
Occupation after graduation (intended):			
<input type="checkbox"/>	1. Research		
<input type="checkbox"/>	2. Specialist (Medical • Judiciary • Accountant)		
<input type="checkbox"/>	3. Civil Service		
<input type="checkbox"/>	4. NPO		
<input checked="" type="checkbox"/>	5. Private sector (Type of industry: Financial Industry)		
<input type="checkbox"/>	6. Entrepreneurship		
<input type="checkbox"/>	7. Others ()		

Outline of the receiving institution overseas
UC Berkeley is the first school of the University of California system, providing a spectrum of courses for incoming international students during summer session.
Reason why you decided to participate
I have never participated in any exchange program. In order to experience studying aboard for a short period, especially in a renowned university with other ablest students, I decided to enroll in this study program.
Preparation for the program
(1) Application process (please give any advice on dealing with the application process)
Make sure you have got valid TOEFL certificate on hand.
(2) Visa application (type of visa, where to apply, processing time, any advice on visa application)
I have got F-1 visa at the US embassy in Tokyo. Since the visa application could only be made with the I-20 certificate issued by the host university, you have to submit everything that the school needs as soon as possible as it takes about 1 month for the certificate to arrive. You may then make a reservation for interview of F-1 visa about 1 week prior to the expected arrival of the certificate. (Anyways, you have 3 chances of changing the interview appointment, so you can manage the visa application more effectively.)
(3) Medical check-ups (health check-ups before departure, inoculations, etc.)
None
(4) Insurance (information about insurance for travel/studying abroad purchased)
I purchased the insurance introduced by University of Tokyo.

(5) Procedures required by your Faculty/Graduate School (any information about course registration, credits, exams, submission of dissertations etc)
I had to seek prior approval of my professor.
(6) Language preparation (language level before the program, lessons etc.)
None
(7) Items which should be taken with you from Japan and any other advice on things which should be done before leaving Japan.
Check the climate at the city you are planning to go to.
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.)
I applied to a business speaking course and a machine learning course. For the machine learning course, we had laboratory class every week and I could really practice using excel to solve the problems in the assignments. Since the course was conducted at very high pace, I had to revise the course contents every week to make sure I have no difficulty understanding the concepts. For the business speaking course, we also had to do a lot of studies or watch videos assigned by the course tutor in order to prepare ourselves for in-class discussions.
(2) Advice on aspects of academic/research work
Do not leave the assignments to the last moments. Always plan ahead as soon as you receive the course outlines so that you can have time to take care of the courseworks and plan some weekend trips.
(3) Problems experienced with language issues, advice concerning language, etc.
No.
Aspects of life
(1) Accommodation (Type (home-stay, room-sharing etc.), cost, atmosphere/appearance of accommodation, how you found it, etc.)
I applied to the house operated by the Student Co-op through the UCB websites. (I tried to apply for I-House but I was left to waiting list so I switched.)
(2) Living environment (such as climate, environment around the institution, transport facilities, food, managing your money (overseas money transfer, credit cards))
The climate in Berkeley was always cool and sunny, you need to prepare windbreakers and pyjamas for winter as the temperature at night can go down to as low as 10 degrees celcius. On the other hand, credit cards are very commonly used in United States, so you do not have to prepare so much Cash. I used only about 600USD in cash in the United States (mainly for dining...)

(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.)
Do not go to south side of the campus on your own at night as there are mainly homeless people residing in the district.
(4) Details of expenses (breakdown of costs, such as airfare, program fees, cost of required books, rent, food, travel cost, money spent on entertainment)
Program fees: US\$4,300, accommodation: US\$2,500, airfare: JPY190,000, other fees: US\$1500 (including items bought in outlets and weekend trip costs)
(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.)
JPY 240,000 from University of Tokyo, US\$4000 from FUTU.
(6) Activities other than academic/research work (sports, cultural, volunteer/internship, weekend activities, etc.)
I went to oyster farms, the State Capital, Brewing factory, outlets, and camping trips in the West Coast. I have also visited my friends working in the Bay area.
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)
They have international offices for students to consult.
(2) Facilities (libraries, sports facilities, cafeteria, IT equipment and facilities, etc.)
They have libraries, cafeteria, gym and many different facilities.
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
I think this program gave me a chance to learn how to live in a completely new environment and learn how to make friends with people with different cultural backgrounds. As I lived in a house run by Student Co-op, I had to do workshifts in the house, providing me more chances to get in touch with other housemates, mainly local students or people from other places of the United States.
(2) Your plans having studied abroad
I broadened my horizons in this trip, so I would like to pursue my career in a more dynamic environment. Ideally, I would like to apply for a job which enables me to travel and work in different countries.
(3) Any messages or advice for future participants
Open up your mind and try to enjoy yourself in a different environment!

Miscellaneous
(1) Websites or publications which were useful while preparing for or during your time overseas
No.
(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9月1日

東京大学での所属学部・研究科等:	教養学部	学年(プログラム開始時):	学部2
参加プログラム:	Berkeley Summer Sessions	派遣先大学:	UC Berkeley
卒業・修了後の就職(希望)先:			
<input type="checkbox"/>	1. 研究職	<input type="checkbox"/>	2. 専門職(医師・法曹・会計士等)
<input type="checkbox"/>	3. 公務員	<input type="checkbox"/>	4. 非営利団体
<input type="checkbox"/>	5. 民間企業(業界:)	<input type="checkbox"/>	6. 起業
<input checked="" type="checkbox"/>	7. その他(未定)		

派遣先大学の概要
カリフォルニア大学のひとつで、学生数は3万人を超え規模は大きい。世界大学ランキングで上位にランクインし、公立大学ではトップ。
参加した動機
S2タームに授業を取る必要がなく、その期間を利用しようと思い、短期留学することにした。バークレーはプログラミングの授業が充実しており、また、東大で募集していたサマープログラムの中で一番期間が長かったから。
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)
Berkeley Summer Sessionsは夏季休業の間に行われ、5月の下旬からSession Aが始まり、2週間毎に違うセッションB,C,D,Eが始まる。各セッションの長さはそれぞれ6,10,8,6,4週間だった。東大ではセッション毎に募集されていたが、複数のセッションから授業を取ることができる。Aと他のセッションを合わせることもできるが学内での募集の仕方ではできるように思えなかった。どのセッションにどんな授業があるかを応募前に確認したほうが良いと思う。
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)
F1ビザを取得した。Summer Sessions の手続きを終えるとI-20という書類が送られる。この書類はビザ取得に必要なので、早めに手続きを終えると良い。残高証明も必要なので並行して準備すると良いと思う。
③医療関係の準備(出発前の健康診断、常備薬、予防接種等)
B型肝炎の予防接種を受けた。
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)
付帯海学に申し込んだ。

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)
前期課程では単位の認定が不可能で、かつSセメスター・S2タームの期末試験はなかったので履修や単位については特に何もしなかった。渡航情報届を提出した。
⑥語学関係の準備(出発前の語学レベル・語学学習等)
申請前にIELTSのスコアを持っていたぐらいで、留学に際して準備は特にしなかった。
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
ジムの設備が充実していてよく利用していた。ランニングシューズなどを持って行ってよかったと思う。
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)
Session BからPhysics77、Session CからComputerScience10、Session DからPsychology3を取った。CSは内容的にはそれほど難しくはなかったが、Lecture、Lab、Discussionがたくさんあり、時間を非常に要した。基本的にどの授業もOffice Hourという、先生やTAなどに質問できる時間がある。ちなみに授業名の後ろの部分の数字(例えばPhysics77なら77)は授業の難易度のようなものを示しており、一般的に数字が大きくなると難しくなる。
②学習・研究面でのアドバイス
活発に質問をする学生が多いので、それに合わせて活発に発言すると良いと感じた。
③語学面での苦勞・アドバイス等
専門用語など、日常会話ではあまり用いない語彙や表現は準備しないと聞いても理解できないし、自分が話すことも困難に感じた。
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)
International Houseに宿泊した。宿泊費は\$4554(一人部屋)だった。二人部屋だと一人あたり\$3588である。この料金には食堂で使える100食分のミールポイントと\$60分のカフェで使えるポイントも含まれていた。他の寮の人たちからは、ihouseは食事もおいしいし人との交流が多いということを知った。食事は良い時もあればあまり良くない時もあると感じたが他よりはよかったのかもしれない。毎週水曜日に開催されるCoffee Hourという交流の場や割引価格で販売されるツアーなどもあった。洗濯機の使用料は一回\$1.50で、乾燥機は\$1.25だった。
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)
気候は涼しく乾燥していてあまり汗ばむことはなかった。朝晩は寒く、上着を着てもなお寒く感じた時もあった。雨はほとんど降らず、およそ2ヶ月半の間屋間に雨が降ったのは一度だけだったと思う。交通機関は、Bartという電車やAC transitというバスを利用した。AC transitははじめの手続きの時にClipperカードという交通系ICカードを作れば(費用は確か\$20)どの路線も無料で乗ることができる。また、UberやLiftもとても浸透しているのでよく利用していた。食事は寮で食べたり、ダウンタウンやキャンパスの周辺で食べたりした。お金についてはほとんどの場面でクレジットカードを利用した。クレジットカードは基本的にはどこでも使える。ただし、バスの運賃など現金でないと支払いができないところもある。

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)

キャンパスの周辺はホームレスが多く、店の前などで声をかけてくるものがしばしばあった。相手にしないのが良いと思う。キャンパス内の建物の中にもホームレスがいた時は驚いたが基本的にはそこで寝ているだけである。

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:23万円
授業料:45万円(\$520/unit × 8 unit)
登録料等:4万円(\$300 + \$55)
滞在費(寮費):50万円(\$4554+\$35)
その他:25万円

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と卒業生有志からそれぞれ24万円頂いた。ともに特別な手続きは特になかった。

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、週末や長期休暇の過ごし方など)

キャンパス内に無料で利用できるジムやプールがあるのでそこを割と頻りに利用していた。週末には知り合いの家にホームステイしたり、LAなどに出かけた。金曜日に開講されている授業が少なく、金曜日に授業がなかったため毎週最低3連休で割と遠出も可能だった。しかし、課題などがたくさんあったので週末にやる分を前もってやったり次の週にやったりしてなかなかしんどかった。

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)

授業中やオフィスアワーという時間に質問をすると基本的には丁寧に対応してくれた。

②大学の設備(図書館・スポーツ施設・食堂・PC環境等)

図書館は何箇所があるが、あまり利用しなかった。先述した通り、ジムやプールがあり、学生証を持っていくと無料で利用することができる。

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

授業内では学生がとても活発でとても刺激的だった。また、いろいろな人と会い、文化的あるいは個人の多様性に触れられたと思う。語学面では、英語が急に成長するということにはなかったが、英語でどのようにコミュニケーションをとるのかということは多少はできるようになったのかなと思う。また、中国語などの他の外国語を使用する機会ができ、語学学習のきっかけになるかと思う。今回参加してみて、将来的にやってみたいことができて嬉しかったり、今何をすべきかをいうことを改めて考え、自覚するようになったと思う。

②参加後の予定

特別なことは特にない。

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

気候面でも学習でもとても良い環境だと思う。お金と時間が確保できるなら明確な目標がなくても参加する価値はあると思う。基本的に気さくな人ばかりなので、積極的にいろいろな人に話しかけるととても面白いと思う。

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

体験記

<http://calsummer.hatenablog.com>

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。