

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:	農学部	学年(プログラム開始時):	学部3
参加プログラム:	Summer English Language Studies	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(農家)		

派遣先大学の概要

校風はリベラルで、コンピューターサイエンスの分野の研究が特に優れている。大学の総合的なレベルはアメリカの公立大学の中でトップクラスといわれている。

参加した動機

英語の勉強と、異文化に身を置いた一人暮らしがしてみたかったから。

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)

申し込みは国際本部からの案内をよく読んで行えば特に問題はないと思います。

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)

F1ビザを取得しました。オンライン申請にかなり時間がかかるので、早めに済ませることをお勧めします。

③医療関係の準備(出発前の健康診断、常備薬、予防接種等)

胃腸薬は持っていきました。

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)

大学を通して東京海上日動の保険に加入しました。

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)

留学がSPチームの一部と重なっていたため、申請前に学部委員の先生と相談し、欠席した分の実験と実習は4年生で履修するという形にいただきました。

⑥語学関係の準備(出発前の語学レベル・語学学習等)
IELTS 6.5でしたが、スピーキングとライティングに自信がなかったため、語学コースを選びました。
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
パークレーは夏でもかなり涼しいので、上着を持って行った方がいいです。
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)
英語学習コース(ESLS)の授業を二つとった。一つは「Culture, Media, Comunication」という授業で、講師がそのトピックにまつわる話をしたのちに生徒同士でディスカッションをしたりレポートを書いたりという内容の授業だった。英語だけでなく、アメリカにおける言論の自由やフェイクニュースについてたくさん学ぶことができた。もう一つの授業は「Academic Speaking」で、こちらは英語でのプレゼンテーションや討論の技術を習得するということに重点が置かれていた。
②学習・研究面でのアドバイス
宿題の量が意外と多く、最初は分からないこともあると思いますが、気を張りすぎず周りの人とも協力して楽しんでやってください。
③語学面での苦勞・アドバイス等
語学コースでも、私からすれば普通に英語を話せているという学生がかなり多かったので、ディスカッションについていくのが少し大変だった。
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)
アイハウスに宿泊しました。食事付きで一人部屋があり、セキュリティ面は安心ですが、家賃はかなり高いです。自力でももう少し安いところを探しても良かったかもしれないと思いました。
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)
アイハウスの食事はおいしかったです。生活に必要なものはすべて大学の周りで買いそろえられます。
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)
比較的安全だと思いますが、夜はあまり出歩かない方がいいと思います。
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)
授業料、家賃がそれぞれ30万、その他の出費は節約して3万ぐらいでした。

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、東大から16万の奨学金を頂きました。

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)

期間中の週末を利用してシアトルへ旅行に行きました。日曜日は教会に行っていました。

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)

アイハウスやESLSの事務局には留学生のためのアドバイザーがいるため、分からないことなどは彼らに聞けば大丈夫だと思います。

②大学の設備(図書館・スポーツ施設・食堂・PC環境等)

図書館がかなり充実していました。日本語の本もたくさん置いてあります。アイハウスと大学内の建物にはWi-Fiがあるので、スマートフォンはデータ通信なしでも問題なく利用できました。

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

日本以外の文化に少しでも多く触れるために、なるべく日本人とは話さないようにしていました。観光だけでは見えてこないアメリカの文化やその精神のようなものを垣間見ることができ、自分の文化を顧みる良い機会になりました。

②参加後の予定

学部3年の過程を続ける

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

留学先での出会いは貴重なものですが、無理に友達を作らなくても学ぶことはたくさんあります。迷っているなら参加することをお勧めします。

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

UC Berkeleyのホームページ

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13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:	UC Berkeley Summer Session E	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(未定)		

派遣先大学の概要

アメリカの公立大学では有名なカリフォルニア大学バークレー校。サンフランシスコ市内からは電車で30分ほど、空港からも1時間ちょっとという非常にアクセスの良い立地にあるが、バークレー自体は栄えている地域は限られている。夏季には大量のサマープログラム生を受け入れている。

参加した動機

英語力が不足しているため、そのスキルアップをしたかったのと、海外で自力で過ごすという経験を積みたかったため。

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)

基本的に、プログラムの手続きはできる限り早くやった方がいい。自分の場合、なぜか最初の登録の際に名前の一部文字が大文字で登録されてしまい、それが(アイ)か(エル)かわからなくなるので、修正を依頼したが、修正に8週間かかった挙句、最終的にシステム上の全ては修正することはできないと言われた。

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)

ビザはF1ビザで入国した。向こうでacceptされると、I-20という書類が東大に送られてくるので、それを持って大使館でInterviewを行う。その際、ビザ発行手数料だけではなく、SEVISというのも払わなければならない。自分の場合、それを忘れて大使館に行ったため、一手間あった。忘れる人が多いせいか、大使館でも支払いができるが、自分の時はその印刷するプリンターの調子がおかしく、そのプリンターの相手をするのに1時間食った。あと、I-20を持っていかなければいけないことにも気をつけなければいけない。到着するとI-94の申請が必要だが、これはそんなに苦労しないことだろう。

③医療関係の準備(出発前の健康診断、常備薬、予防接種等)

薬は十分に持って行った。それ以外は特にしていない。

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)

東大で指定の保険に入ったが、いざという時に使えないものである。(下に記載する)

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)

工学部システム創成学科SDMコースの所属なので、コース事務に海外渡航届けを提出した。それ以外には海外インターンシップの単位申請をしたが、それについてはまだ連絡をコース長からもらってないので、どうなっているのかわからない。単位は基本的にS2の試験期間は日本にいないことになるので、そもそもS2は試験科目を取らず、それ以外に1つだけ出れない授業があったりしたが、基本的に先生と相談すればどうにかなった。配慮してくれた先生方には感謝している。ただ、それでもS2は9コマしか取れなかったので、S1で週24コマにすることで単位数はカバーした。S2で必修の授業がなかったのでできたことだと思う。

⑥語学関係の準備(出発前の語学レベル・語学学習等)

大学1年でTOEIC725, 大学2年でIELTS5.5しか持っていない状態で行っているが、特に困ったことはなかった。

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

カード社会になれておくこと。

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)

午前の授業はWriting for new mediaという授業で、ブログを作ってそれなりの分量の文章を書いて投稿するというのを4回と、Digital Storyを作るという授業。基本的に、授業では最初のうちは基本的な学習をするが、途中からは、writingなので、個人作業をしつつ、先生が全員に個別にフィードバックしていくという形式だった。午後の授業はlistening&speakingという授業で、その名の通り、リスニングとスピーキングをした。スピーキングは、様々な形で行われ、とにかく喋ることに主眼を置いて、keep going, keep goingと言われ続け、喋る感じだった。3週間で4回ほど大きなプレゼンテーションを行なった。

②学習・研究面でのアドバイス

基本的に課題はきつい。特に、最初のうちは先生が学生のレベルを理解できておらず、一方で、最初に学生を飽きるようにしてしまっただけで金を払ってきている学生が離れて行ってしまうので、そこらへんの質と量の裁量がうまく行ってないケースが多い。自分の場合、1日目の課題で限界がきてしまって、先生に相談をしたところ、レベルを間違っていて申し訳なかったと謝罪され、さらに、午前と午後同じ先生だったので、相性の問題もあるかもしれないから、と言って午後の授業の担当の先生を変えてくれた。本当にどうしようもなくなったら相談するのも良いかもしれない。もちろん、相談も英語でしないといけないわけだが。

③語学面での苦勞・アドバイス等

大した英語力を持っていたわけではなかったが、特に何かに極端に苦勞するということはなかったなので、程よい負荷だったのかな、と思っている。

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)

基本的にSession Eの人は迫害を受ける。寮には基本的には入れない。入れるとしても、7/2のsession Dの人が入居してからである。自分の場合、I-houseは受け入れてもらえず、residence hallに渡航3日前に受け入れ連絡があったが、そんなんでは遅い。Session Eで行く気であれば、決してあてにしてはならない。基本的に、ホテル生活かそれ同等のもの、あるいはairbnbなどで家を借りるほかないだろう。僕の場合は、Berkeley Lab Guest Houseを利用したが、2泊だけ取れなかったため、バークレーのホテルを利用した。Berkeley Lab Guest Houseは一泊150ドルするが、house keepingもあるので、悪くはない。平日はシャトルバスが走っていて、大学まではバスで10分という便利な立地。しかし、土日はシャトルバスがない上、山の上にあるので、歩いて登れる距離ではない。さらに、ラボ施設のため、セキュリティが厳しく、基本的に部外者は使えない。(UCの学生はなぜか宿泊は使える)そのため、シャトルバスがない以上、週末はuberかlyftを呼ぶわけだが、これも一苦勞。ラボのゲートは3つあるが、週末空いてるのは1箇所、さらに検問されてどこに行くのか伝えないといけないので、ドライバーにそれを伝えるか聞かれるかするのを電話ですることになる。確かに平日ははっきり言って神立地だと思うが、週末や夜は不便であろう。

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)

基本的に涼しいが、日差しが強い。長袖にサングラスというのがちょうどいいだろう。羽織るものは絶対あったほうがいい。交通機関は基本的にバス。大学からACTランジットという、現地のバス会社のフリーパス入りのclipperカードがもらえるので、実は空港からバークレーまで切符を買っていけば、clipperを空港で買う必要はなかった。食事は基本的に買って部屋で食べることが多かった。Session Eは迫害されて寮には入れないせいでミールプランには入れないため、学食の食べ放題のところは高くつくが、それでも便利なのでカードで払っても使った。お金は、現金は200ドル程度しか持っていかなかったが、結局半分も使ってない。全てカードで払えば大丈夫だったし、いざとなれば、キャッシングも海外送金もできるようにしてあるので、心配はなかった。

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)

危機管理。これは無理。危機管理をどんなにしても、危機というのはどこからともなく突然現れてくる。治安的な心配等は大丈夫だったのだが、授業最終日前日に山火事で、宿泊地が避難エリアに入ってしまう、着の身着のまま一晩を過ごすことになった。なんとかホテルを自力で取って、一泊したものの、心配な夜になったし、着替えも何も持っていないわけなので、非常に大変だった。翌朝、部屋に戻れたからどうにかあったが、危機というのは突然襲ってくる。

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)

航空券:14万、授業料:30万、家賃:50万、交通費:1万、食費:8万くらい
合計100万超

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)

東大が提供している奨学金16万(JASSO+海外体験プロジェクト)
FUTIは落とされた

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)

バークレーとⅢフランシスコ(SF)は近いので、週末はSFに遊びに行ける。週末になるとよくSF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)

特にない。

②大学の設備(図書館・スポーツ施設・食堂・PC環境等)

図書館は非常に良い。

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

やはり、短期留学というのは語学面よりも人間性の方が成長すると思う。困難を乗り越えて、何かを成し遂げるという側面が強いと思う。2月に東大のサンディエゴのウインタープログラムに行ったが、それと比べると何もかも自分でやらないといけないという部分が大きく、それは大きな成長だったと思う。

②参加後の予定

現時点では特に考えていないが、この経験を生かして、今後も学術面で頑張りたいと思う。

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

Session Eで行くことは全くオススメしない。期間が短いことを理由に様々な側面で迫害される。そして、それは負の連鎖を生み、想定していた最悪のケースよりも悪いことが起こりうる。金銭面的にも下手をするとSession Dの方が安く済む可能性もある。もちろん、それを乗り越えてやって行くことは非常にいい経験だとは思っているので、ヒリヒリしたい人にはいいかもしれないが、やめた方がいい。少なくとも軽く決心してはならない。

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

特にない

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。

なし

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 18日

東京大学での所属学部・研究科等:	経済学研究科	学年(プログラム開始時):	博士1
参加プログラム:	Summer Session E	派遣先大学:	カリフォルニア大学ハークレー校
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 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

カリフォルニア大学の中でも最も古い大学。アメリカでも有名な州立大学。

参加した動機

英語力、特にlisteningとspeaking能力を高めるため。また米国の博士課程に進学することを考えているため、現地の生活や文化に慣れておこうと考えたため。

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)

自分は英語の授業だけをとったので、waiting list入りなどの問題はなかった。ただ、ビザ取得のためには3単位で十分にもかかわらず、4単位とったせいか、授業の分量が予想以上に多く、毎日課題に追われていた。

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)

種類:F1ビザ、申請先:アメリカ大使館、要した時間:3週間ほど、アドバイス:夏ということもあり、混雑しているらしく、すぐに大使館に行けるわけではないので早めの予約が必要だと感じた。東京大学から参加通知をもらってから締め切りまでが長いからといって手続きを先延ばしにしないほうが良い。

③医療関係の準備(出発前の健康診断、常備薬、予防接種等)

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)

付帯海学のみ。

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)

試験はなかったため履修や単位の問題は何もなかった。

⑥語学関係の準備(出発前の語学レベル・語学学習等)

留学に向けて準備はしていない。TOEFLは93点だった。ListeningとSpeakingが苦手であった。

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

クレジットカードでなんとかかなと思ったが、友人が料金を建て替えることがあったため現金もある程度必要だと感じた。また出発前にクレジットカードの上限を引き上げておくが良い。現地で服を買うことができるが、パークレーの夜は寒いので、厚着も持っていくと良いと思った。

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)

授業はSpeakingとListeningの授業を二つ、合計4単位分だった。各授業月曜から木曜まで2時間半ずつだった。宿題は毎日あり、一つのクラスでは毎週テストがあったため、復習も行った。分量は相当多く、他のことを勉強する時間がほとんどなかった。積極的な発言が求められる授業だったので、とっさに適切な文章をいうことは難しかったが、積極的に発言した。またプレゼンテーションが多く、数分間話し続けることが苦手だった自分にとっては発表の準備が大変だった。

②学習・研究面でのアドバイス

その日の宿題が聞き取れないことなどもあったので、きちんと質問して確認することが大事だと思う。またプレゼンテーションではクラスメートとの協力が不可欠なので、こまめに連絡することで情報の共有をしっかりと行うべきである。

③語学面での苦勞・アドバイス等

現地の店員の英語はかなり速く聴きとりづらかった。また授業は中国人留学生が多く、人それぞれではあるが、彼らの発音は聴きとりづらかった。先生の英語は気をつけているのか聴きとりやすかった。適当にごまかしてもなんとかかなるが、それだと英語が上達しないので、何度も聞きなおすと良いと思う。

生活について

①宿泊先(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)

自分はGarden Villageというアパートに宿泊した。Unit 2に応募したのだが、最終的にそこに回されたのだと思われる。Session Eは期間が短いためihouseで受け入れてもらうことが難しいので、ihouseだけでなくUnit 2など他の寮にも申し込むと良い。Unit 2については過去の留学体験記で利用した人がいたので申し込んだ。部屋は4人用だったが自分を含め2人しかいなかった。家賃は20万くらいだった。宿舎は廊下が簡素な作りであり綺麗とは言いがたいが、生活するには問題がなかった。

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)

気候は日本と比べると乾燥しており、雨が降らない。昼は少し暑いくらいだが、蒸し暑くないためあまり気にならなかった。夜は寒かった。大学周辺は、ホームレスが少し目立つが、それ以外は学生が多く、食事に関しては物価が高いため、毎日一回は自炊していた。お金については基本的にクレジットカードで支払っていた。

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)

パークレーはアメリカの中ではかなり治安が良いと思う。夜出歩くのは危険だが、日が出ている時間が長いいため基本的に安全だと思う。一度、夜遅くに泥酔してしまったが、無事家まで帰ることができた。ストレス発散のために運動すると良いと思った。

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)

航空賃:15万円、授業料:28万円、教科書代:1000円、家賃:20万円、食費:3万円、交通費:1万円、娯楽費: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・8万円・大学を通じて支給

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)

最初の週末は友人と一緒にヨセミテ国立公園に行った。次の週末はプレゼンテーションのためのフィールドワークとしてシリコンバレーに行った。

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)

ビザについて現地に着いてから行うべきことがあったのだが、それに関してリマインドのメールを送ってくれたのでとても親切だった。また大学側の手違いで登録単位数に不備があったが、クラスの先生も含め丁寧に対応してくれた。授業では個別にアドバイスをもらえたので、語学の向上に役に立った。

②大学の設備(図書館・スポーツ施設・食堂・PC環境等)

図書館は時間が長くないが、毎日空いていたので勉強は図書館でした。ジムは無料で使えたいが、忙しくて結局行くことができなかった。食堂は幾つかあったが、個人的にはあまり美味しいと思えなかったため、他の場所で食べた。周りには美味しい店が幾つかあったので、色々な店に行って食べる方が楽しいと感じた。PCは図書館のものが自由に使えたが、持参したPCで十分だった。

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

このプログラムでは、一人で海外で生活すること、目的を持って勉強すること、現地の文化を理解することができたので良かった。自分はアメリカでの生活に対して憧れるものがなく、ご飯が美味しくない、街が汚い、安全ではないといった偏見があったが、思っていたほどでもなく、ご飯に関して言えば、むしろ美味しい食べ物もあったので、非常に感銘を受けた。英語に関しては発音が良くないと、いかに文法が正しくても理解されないため、非常に気をつけるようになった。また周りに日本人が少なかったため、何度も質問し必死に授業についていく能力が養えた。また、授業を通じてアメリカ、特にサンフランシスコ、パークレーの文化を学ぶことができたことが楽しかった。

②参加後の予定

TOEFLを受けるなど、海外の博士課程の留学のための準備を行う予定。

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

語学だけではなく、現地の文化を学ぶ良いきっかけであると思うので、学年関係なく参加すると良いと感じた。留学するにあたって英語はある程度できた方がよいので、この留学に向けて準備するのもよいかもしれない。

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

東京大学からダウンロードした資料のみ

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。