

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)

2016年 8月 19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: | Summer Session D | 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

UC Berkeleyは2016年にAcademic Ranking of World Universitiesで公立大学として1位にランクインした、言わずと知れた名門大学の一つであり、カリフォルニア大学の中で最も古い歴史を持つ大学でもある。シリコンバレーにも近いことから特にcomputer scienceなどに強い。

参加した動機

大学院への進学を検討していた中で、海外の大学院への進学に関心を持つようになった。また、自分の周囲に留学へ行く人が多く、自分も海外の大学の様子や文化を肌で感じたいと思ったことがきっかけで今回の短期プログラムに参加することを決めた。特に、バークレーにあるHaas School of Businessは有名なので、ここでの授業の様子を体験してみたかった。

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)

東京大学側から参加できる旨の通知を受け取ってすぐに手続きに入り、取りたい授業を決定したが、それでもwait list入りすら出来ない授業があった。とりたい授業は早めにつか目星をつけておいて、wait list入りできそうならwait list入りし、繰り上げで授業に参加できなかった時の保険として定員に余裕のある授業を一つ申し込んでおくことをお勧めする。F1ビザの取得のために、最低限取らなければならない単位数というのが決まっているので、wait list入りした授業に参加できなかったとしても、それを超えるように授業を取る必要がある。

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)

ほぼすべての学生がF1ビザという学生ビザで行くことになると思うが、このビザはSummer Sessionの申し込みを終えた後に届くI-20という書類がないと申請できないので、早めに申し込みを終えないとF1ビザの申請が遅れることになり、面倒である。特に厄介なのが、F1ビザの申請のためには米国大使館に行き、面接を受けなければならないのだが、その予約を取るのにある程度時間的な余裕が必要な事である。面接日から2週間ほどで自分のビザが郵送されるので、出発の1か月前までに面接を受けられることが望ましいと思う。ビザ申請に必要な書類の内、銀行の残高証明書などはI-20が届く前に準備できるので早めに用意しておく、後々スムーズにビザ申請が行えていいと思う。

③医療関係の準備(出発前の健康診断、常備薬、予防接種等)

アレルギー薬を常飲しているので、その薬を多めに処方してもらった他、念のため歯科検診を受けた。荷物としては風邪薬・消毒薬などを一応持参したが、使う機会は幸運なことに一度もなかった。

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)

東京大学で紹介された付帯海学に申し込んだのみだった。

| |
|--|
| <p>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)</p> |
| <p>S2タームの試験はなかったうえ、単位の換算申請もしなかったので特に何もなかった。</p> |
| <p>⑥語学関係の準備(出発前の語学レベル・語学学習等)</p> |
| <p>語学力的には入学時から大分低下していると感じていたため、リスニングを中心に鍛えるべく毎日CNNのニュースを聞いていた。</p> |
| <p>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</p> |
| <p>クレジットカードの上限をあげるか、クレジットカードの枚数を増やすかして、現地で使えるクレジットの額を引き上げておくと何かと便利だと思う。アメリカではクレジット決済は本当によく浸透しているため、ほぼすべての場所でクレジット決済が可能である。現金は一応900ドルほど持って行ったが、結局500ドル程度しか使わなかった。それから、授業で使う教科書などはあらかじめAmazon等を通じて日本で入手しておく、安く手に入れられる。意外と教科書類は日本の感覚では考えられないほど高い(私の教科書は新品を普通に購入すると340ドルくらいした)ので、そういった方法で節約すると思う。また、お湯などが入れられる水筒があると、寮の食堂でコーヒーやお茶を入れて持ち帰れるので便利である。</p> |
| <p>学習・研究について</p> |
| <p>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)</p> |
| <p>私は、CollegeWritingという英語の授業とIntroduction of Managerial Accountingという学部生向けの管理会計の授業を取った。英語の授業は月～木で2時間半の授業なので、一回の量は多くないが毎日課題が出されたので、それなりに課題の分量は多かった。数ページのリーディング課題と、毎週のプレゼンテーションの準備、ディスカッションの準備などが主な宿題で、やっていることを前提として翌日の授業が行われるので、いつも気が抜けなかった。一方で管理会計の授業は週二回講義形式の授業、週一回ディスカッションの授業で、TAと企業意思決定の問題について話し合った。こちらはあまり明確な宿題が出されたわけではなかったが、授業は特に留学生に対する配慮はなく、授業の内容について先生がどんどん学生に質問して答えさせるので予習が欠かせなかった。ただ問題の答えを答えさせるだけではなく、必ず“Why?”と聞いて理由まで説明させるので、自分で講義で聞かれそうなところを予想して予め答えや説明を準備したりしていた。ただ、成績のつけ方については良かったので、オンラインでのウェブテスト、中間試験、期末試験、期末レポートなど色々な要素で点数をつけてくれた。</p> |
| <p>②学習・研究面でのアドバイス</p> |
| <p>個々人の英語力にもよると思うが、予・復習はしっかりやった方が授業の吸収率も高まるので軽視しない方がいいと思う。また、英語力に自信がない時は、日本の大学同様に、同じ授業を取っている他の学生に早めに声をかけて、情報共有をしてもらうようにした方がいいと思う。私自身、同じ授業を取っているBerkeley正規の学生にオンラインでの課題の提出の仕方などを教わったりして、時々助けてもらった。</p> |
| <p>③語学面での苦労・アドバイス等</p> |
| <p>正規生向けの授業では、リスニング面はかなり苦労したため、留学前にもっと色々な英語に触れておくべきだったと思った。特に会話表現は慣れないものが多く、先生のジョークに一人だけ笑えないといった状況も度々あった。一方で、こちらの慣れない英語に対しては何とかして意図を汲み取ろうとしてくれたので、自分の考えを述べるのは比較的うまくいっていた気がした。</p> |
| <p>生活について</p> |
| <p>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)</p> |
| <p>宿泊先は、今年度から東大の参加者は基本的にInternational Houseという寮に滞在することになった(Session Eは除く)ため、普通にI-Houseに申し込みれば部屋が取れるので心配はいらないと思う。家賃は6週間で2501ドルだったが、この中に60食分のミールポイントとI-Houseに附属するCaféで使える80ドル分のポイントが入っているので、そこまで割高感はなかった。そしてなにより、I-Houseの環境は、本当に素晴らしかったと思う。世界中から学生が集まってくるため、色々な国の学生と仲良くなれるうえ、図書館が入っていて住人は24時間利用可能だった。加えて、様々なイベントも寮が企画してくれるので、週末の過ごし方に困ることもないだろう。個人的には、ここにSummer Sessionの間暮らせただけでも大きな収穫だったと思うので、余程大きな理由がない限りI-Houseに滞在してみたいと思う。</p> |

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)

San Francisco周辺は、霧が出やすく、朝は夏場の割にかなり気温が低かった。7月前半はあまりに寒かったので、向こうに行ってからユニクロでダウンを購入したほどである。日本での感覚は一度忘れて、服は重ね着のできるものをたくさん持って行った方が良かった。特にカーディガンなど、羽織物は1枚あるとかなり重宝することになるだろう。

大学周辺は浮浪者が多いため、夜遅くの一人歩きなどは避けた方がいいと思うが、寮から駅に続くまでの道はかなり安全だと感じた。ただ、Berkeleyから南下していくにつれ、治安が悪くなっていくので、あまり南の方には(特に夜は)行かない方がいいだろう。

また、寮の食事で日本食が出るわけではないが、白米は基本的毎日食べられたので食事は特に不満に感じることはなかった。寮の食事に飽きたときは、Berkeley周辺には韓国・中国料理店が複数店あるので、そういうところで食べたりした。火鍋は特に気に入って食べていた。

お金に関してはクレジットカードで一応40万円程の枠を持って渡米したが、滞在中に旅行に行ったりするのであれば、20万円程度の限度額のクレジットカードは最低限必要だろうと思う。これに加え、念には念を入れて、キャッシュパスポートというプリペイド式のカードに日本で入金して、アメリカのATMで現金を引き出せるようにした。これは現金が不足した場合、あるいは盗難にあった場合のために使ったが、為替レートは銀行で両替するよりも大分悪いので本当に最小限入れておけば十分だろう。

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)

大学周辺も1ブロック南に行くと、(体感の)治安は随分と悪くなるように感じた。ただ、身の回りで誰かが襲われたような話は一度も耳にしなかったので、複数人で用心して歩けばさほど心配はいらないと思う。

健康管理についてはそれなりに気を配って生活した。現地で体調を崩すと、授業は遅れる上、医療機関にかかる保険の申請など余計なことに時間を割かなくてはならなくなるので、十分に注意されたい。

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)

航空券代:18万円
授業料:40万円
教科書代:2万円
食費:5万円以下
交通費:1万円
旅行代:12万円(Las Vegasに3泊)
寮費: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から16万円、卒業生有志から16万円の計32万円。共に東大から申し込む際に自動的に採用された。

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)

大学にはジムが付属しており、留学生は滞在中好きなだけ利用できるもので、週末などに何回か利用した。I-Houseの寮生の場合、ZUMBAというダンスのレッスンは無料で受講でき、それにも1度だけ参加したが、色々な学生と知り合う機会にもなるので、もっと頻繁に参加すればよかったと思う。また、週末は寮で知り合った人とサンフランシスコ周辺を散策したり、サンフランシスコからほど近いミューアナショナルウッズという国立公園に出かけてハイキングをしたりした。また、少し足を延ばすとスタンフォード大学があるので、そこに行って無料の博物館を見学したりしたが、世界中の歴史を展示していてなかなか面白かった。

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)

特に語学面でのサポートはなかったが、教員に質問に行くと、こちらの拙い英語に対しても親身になって対応してくれ、話をよく聞いてくれたので学習面では非常に助かった。また、生活面では寮が大きなサポートをしてくれた。RAと呼ばれる学生が寮のフロントやサービスセンターにいて、寮生の問題について相談に乗ってくれた。サービスセンターではアイロン等も借りられる上、Amazon等で注文した商品を代わりに受け取って保管しておいてくれるのでとても助かった。

②大学の設備(図書館・スポーツ施設・食堂・PC環境等)

スポーツジムは大学内に2か所あり、どちらもそれなりに大きな規模で清潔だった。詳細は先述した通りだが、無料とは思えないくらい充実した設備なのでおすすめである。図書館は、大学内の至る所にあるので、勉強する場所に困ることはないと思うが、Berkeley Law SchoolのReading roomは群を抜いて快適な環境だったのでぜひ一度足を運んでほしいと思う。大学内の食事処は利用しなかったのですが、何とも言えないが周囲の寮の食堂(寮生でなくてもお金を払えば利用できる)やレストランはそれなりに数があるので、食事場所には困らないと思う。I-Houseの食堂は食事の種類が豊富で、デザート・ソフトドリンクなども充実しているので、自分は特に理由がなければ食堂で食事をとっていたが、それでも60食分のマイルポイントを使い切ることは出来なかった。PCは寮にデスクトップが数台あって24時間自由に使い、プリントアウトなども格安でできたので充実していた。しかし、授業でPowerPointを使ってプレゼンをする機会があるので、ノートPCは必ず持ってくるべきだと思う。

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

本プログラムは、非常に短い期間ではあるが、海外大学の本物の授業に一生徒として参加でき、現地の寮に滞在して世界中の学生と知り合えることが最大のメリットだと思う。海外の大学に1年間の交換留学に行くことや、学部卒業後海外の大学院に行きたいと考えている学生にとって現地の雰囲気や肌身を以て感じることができるのはとても貴重だと感じた。特に語学力の面では、本プログラム期間中に成長する所はあまり無いと思うが、自分の語学力で海外大の授業にどの程度ついていけるか、自分の発表がどの程度海外の学生に通じるか、ということを試すいい機会であると思う。自分の課題を発見するという意味でも非常に意味のあるプログラムであったと思う。また、海外の学生とのコネクションを得たことは大きな収穫であった。海外の学生はよく自分の専門分野について勉強しており、見習う点も多かった。海外の文化などをネイティブの学生から直接教えてもらったのも貴重な経験だったので、今後もこうした関係は維持していきたいと強く感じた。

②参加後の予定

経済学部に進学予定、機会があればこうしたプログラムにまた参加したいと思った。大学院進学は現在のところ検討中である。

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

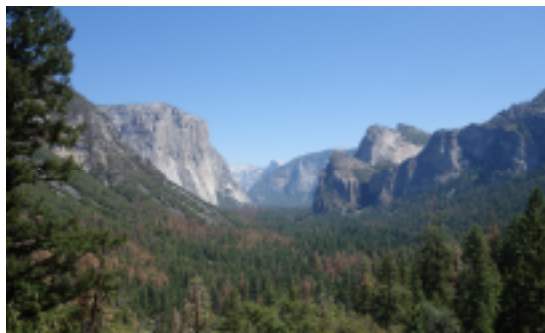
このプログラムは非常に短いので、月並みですが自分で何かしらの目的意識を持って行動した方がいいと思います。また、このプログラムに参加している学生たちは皆素晴らしく明るい人たちばかりだったので、ぜひ自分から積極的に声をかけて友達になってみてください。きっと、自然と週末の予定が増えていくと思います。

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

昨年の参加者のレポートはかなり参考にしたので、読み込みました。

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。



ヨセミテバレーにバスツアーに行った際



寮生の集合写真

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)

2016年8月16日

| | | | |
|------------------|--|---------------|-------------|
| 東京大学での所属学部・研究科等: | 総合文化研究科 | 学年(プログラム開始時): | 修士1 |
| 参加プログラム: | UC Berkeley Summer Session D | 派遣先大学: | UC Berkeley |
| 卒業・修了後の就職(希望)先: | | | |
| | 1. Research | | |
| | 2. Specialist (Medical・Judiciary・Accountant) | | |
| | 3. Civil Service | | |
| | 4. NPO | | |
| | ✓ 5. Private sector (Type of industry:) | | |
| | 6. Entrepreneurship | | |
| | 7. Others () | | |

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。学問的水準の高さで世界的にも有名。学生数は3万人を超え、かなりの規模を誇る。

参加した動機

ひとつは、修士論文の研究を行うにあたり、自身の知見を広げたくため。このプログラムでは様々な分野の中から自分の興味に合わせて履修する授業を決められるので、ぜひ専門分野の講義をとり、優秀な学生と交流し知見を広げたいと考えた。ふたつめの目的としては、国際社会で働くことの出来る人になるために自身に足りないものについて見つめ直したいと考えたため。

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)

プログラム参加が認可され次第、留学先の大学に関する手続きをすぐ開始することをおすすめする。このプログラムは開催時期の異なるA～EのSessionがあるが、授業によっては特定のSessionのみにしか開かれていないものもあるため、とりたい授業を考慮した上で参加Sessionを決めるとよい。授業によってはすぐに枠が埋まり、希望する授業を選択できない可能性があるため、早めに申し込む必要がある。

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)

I-20 という書類を使って F-1 という種類のビザを取得した。
ビザ取得のためには必要な書類をそろえてアメリカ大使館に面接を申し込む必要がある。手続きに必要な書類が多くそろえるのに時間もかかるため余裕を持って準備をするとよい。ビザ申請に必要な書類のリストはウェブ上に記載されている。

③医療関係の準備(出発前の健康診断、常備薬、予防接種等)

特に何もなかった。

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)

大学から推薦された保険に加入した。

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)

研究科に事前に留学申請書を提出した。そのほかは特に試験との重なりもなく、所属している研究室へ報告を行う程度だった。

| |
|---|
| ⑥語学関係の準備(出発前の語学レベル・語学学習等) |
| 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 |
| シャンプーや洗剤などを多少日本から持参したが、現地でも安価で手に入ったのに持っていく必要はなかったと感じた。思いのほか夜間と日中の寒暖差が激しかったため、パーカーなどの防寒具を持っていくとよい。また日本文化に関心を持っている学生と仲良くなる機会もあったので日本からお土産を持参すればよかったと感じた。 |
| 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) |
| 2つの授業を履修した。「Conflict Resolution」という留学生向けのESLの授業と、「Clinical Psychology Case Study」という正規の学生も混ざった専門の授業である。 Conflict Resolutionの方は、週に2コマ2時間半の授業と、授業外で行うField workがあった。少人数のため発言しやすく、また先生も熱意があつてスピーキングを鍛えたい人にはおすすめのコースである。1回の授業で出る宿題は、だいたい2,3時間程度で終わる程度なので特に負担には思わなかった。Field workでは友達にインタビューをしたり、学外の施設に行つてWork shopを受けたりした。 Clinical Psychology Case Studyは精神疾患についてケーススタディをベースに学ぶという内容である。週に3コマ、各2時間半の授業時間であった。出席・プレゼンテーション・ディスカッション・レポート・試験での成績評価が行われた。宿題は各授業の前に10~40ページの教科書を読むことだったが、平易な英語で書かれた教科書だったのであまり苦労はしなかった。レポートはA4用紙7枚以上、プレゼンテーションは20~30分の発表をグループで行うことが求められ、こちらの準備にはかなり時間をかけた。授業の構成は、先生からの講義が2時間程度、学生のプレゼンテーションが30分程度となっており、講義の合間合間に先生が投げかけるDiscussion Questionに学生が挙手して答えるという形式だった。先生が話している最中でも多くの学生が遠慮なく手を挙げて質問をぶつけていて、とても刺激的な授業だった。 授業のスタイルや成績評価の仕方は先生によって大きく異なるようなので可能であれば事前にシラバスを見て確認することをおすすめする。また、意外と簡単にコースを変えることができるようでレベルや内容が合わないと感じてクラスを変えた、という話も聞いた。 |
| ②学習・研究面でのアドバイス |
| 出された課題をしっかりとこなし準備をして授業に臨むことが重要だと感じた。 |
| ③語学面での苦労・アドバイス等 |
| 他の学生とのディスカッションに苦労した。日常会話ができることと、自分の意見を論理的に整理して述べられることの間には大きな隔たりがあると感じた。リスニングやリーディングに関しては日本での中高の教育で十分だと思ったが、スピーキングに関しては事前に準備できていればさらに授業を有益なものにできたのではないかと思った。 |
| 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) |
| 大学側から推薦されたInternational House (I-House) に宿泊した。宿泊費は\$2501とそれなりだったが、施設の設備やサポートが充実しているため、安心して滞在できた。寮内には24時間開いている図書室やゲームルームがあり、ジムも寮の隣に併設されていた。食事に関してはミールポイントを使って寮内のダイニングホールで無料で食べることができた。また、寮内のカフェで使える80ドル分のチャージがあり、飲み物やスナックを買ったりした。 毎週水曜日の夜に多くの学生が集まって歌ったり踊ったりするCoffee Hourというものが開かれ、新しい友達をたくさん作る機会も用意されていた。また、バスケットボールや野球の観戦チケット、ヨセミテへのツアーチケットが割引価格で販売されており、自由に参加することができた。 寮の部屋は2人部屋だったが(1人部屋もある)特に息苦しく感じることもなかった。シャワーやトイレは共有で慣れるのに少し時間がかかった。 |

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)

夏なので暑くなるだろうという思いこみから半袖しか持っていかなかったが、早朝や夜は格段に冷え込み、到着早々パーカーを二枚買う羽目になった。大学周辺には日本食や中華、韓国、タイなどのレストランがいくつもあり、寮での食事に飽きると友達と外に食べにいった。I-HouseからBARTの駅であるDowntown Berkeleyまでにはかなりの距離があるが、大学の周りを循環する無料のバスを利用するとだいぶ楽に移動することができた。サンフランシスコに出るときにはBARTを利用したが、時間がかかっても良ければ無料のバスで行くこともできるようだった。

クレジットカードの利用に慣れていなかったため主に現金を使用した。ほとんどの場所でクレジットカードの利用は可能のようだった。

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)

寮での最初の説明会で、夜道をスマートフォンを操作しながら歩くと狙われるから注意するようにとの説明を受けた。大学周辺はまだ治安は良い方だと感じたが、サンフランシスコに出るとホームレスや物乞いをする人がたくさんおり注意が必要だった。

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:\$2880(+手数料\$700)
教科書代:\$110
家賃:\$2501
食費・交通費・娯楽費:\$1000
保険:5400円
ビザ:\$200
(\$1=100~105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)

Friends of U Tokyo (\$4000)
リーディング大学院プログラム(月15万円) …JASSOにも申請したが、こちらとの重複受給はできないとのこと
で辞退した。

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)

大学には学生であれば無料で出入りできるジムがあり、頻繁に利用した。ジムのバスケットコートには多くの留学生や正規の学生が集まっており、声をかけて試合を楽しむことができる。ほとんどが男性だったが頼めば女子でも混ぜてもらえた。筋トレ設備やプール、テニスコートなども充実しており、スポーツ教室なども開かれているようだった。

週末はI-Houseの用意する企画に申込み、ヨセミテに1泊2日で行ったり、スポーツ観戦したり、ミュージアムに行ったりした。大学の近くに映画館もあり、友達と映画を見に行くこともあった。

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)

特にサポートを利用する機会はなかった。

②大学の設備(図書館・スポーツ施設・食堂・PC環境等)

大学の図書館は複数あり、そのうちのひとつを一度だけ使ったが、比較的早くに閉まってしまうようだった。スポーツ施設については先述の通り。大学内にカフェもいくつかあり利用することができた。手続きが済むと大学構内のWi-Fiに接続することができたが、場所によってつながりにくいところもあった。

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

まずは語学力の強化の必要性を痛感した。特にスピーキングに関しては他の学生に対して引け目を感じた。こちらでの授業はとてもインタラクティブで、誰でも自由に発言できる雰囲気がある。語学に不安があると自分の意見を発信できずもどかしい思いをすることになる。同時に、矛盾するようだが、授業では「どのように伝えるか」と同等かそれ以上に「何を伝えるか」が重要であると感じた。ネイティブの学生や先生は留学生に対して理解を示してくれるので、完璧な文法や発音で話さずとも何を言おうとしているのか聞き取ろうとしてくれる。日ごろから授業のトピックや自分の研究分野、日本国内国外で起きていることについて深く考え自分の意見をまとめる練習をしたいと感じた。

また留学中、世界中からの留学生と話をする機会がありその際に自分のこれまでの他国に対する無関心さを自覚した。他国の文化や歴史について知識があれば、さらに深い話をする事ができたのではないかと思う。

②参加後の予定

修士課程を修了後民間企業に就職予定。

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

忘れられない夏になりました。迷っているならぜひ参加してください。同年代の世界の学生が何を考えているのか、何を目指しているのか、直接会って話してたくさんの刺激を受けます。私は運動会に所属していたため学部時代に留学をすることができませんでしたが、可能であれば学部1, 2年のうちにこのプログラムに参加したかったと留学期間中何度も思いました。

参加の際には、一人暮らしではなく寮に宿泊することをおすすめします。プライベートの時間を持つことは難しくなりますが、それ以上に得られるものも大きいと思います。

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。

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)

2016年 8月 25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: | 2016年夏期短期 | 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: | | | |
| <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: 金融) | <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バークレー校のサマーセッションに参加した。授業2つ合計7単位を取得した。 |
| 参加した動機 |
| 1年生のうちに経済学部に進学するために必要な単位数を獲得して、2年生の夏学期は余裕ができた。そこを利用して短期留学をしようと思った。カリフォルニア大学バークレー校を志望したのは、その知名度とTOEICの基準の低さからである。私はTOEFLやIELTSのテストを受けたことがなく、締切日も近かったのでTOEICを使って申し込んだ。 |
| 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) |
| とりあえずもらった資料は全て読んだ。これにかなり時間がかかった。正月を使って学校を決めたまではよかったのだが、肝心の授業を見ずに日程を申し込んだため後日変更することになった。 |
| 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) |
| 時間をとって出国2ヶ月前にF1ビザの面接を申し込んだ。時間さえとっていれば問題はないと思います。 |
| ③医療関係の準備(出発前の健康診断、常備薬、予防接種等) |
| いろいろな薬をもっていくが風邪薬・目薬・痔の薬だけ使用した。他は特に準備はしなかった。不安な人は歯医者に行くことをおすすめします。 |
| 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) |
| 学校から指定された保険にだけ加入した |
| 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) |
| なし |
| ⑥語学関係の準備(出発前の語学レベル・語学学習等) |
| 1月にTOEICの勉強をただけでした |

| |
|--|
| 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 |
| 薬は日本製のものがいいと思います。ダイソーが近くにあったので小物は現地で買うのがいいかもしれません。留学前に痔を治したのですが、渡航後1ヶ月過ぎたあたりから悪化したので気になる方は薬を持って行ったほうがいいです。ウォシュレットは一切ありません。あと、パークレーは夏でも寒いので長袖推奨です。日差しは強いですが、体感的に寒いです。 |
| 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) |
| 経済の授業(analyze assets)と英語の授業をとりました。経済のほうはかなりレベルが高く難しかった。評価はテストと課題のみ。PowerPointで解説するスタイルでした。ノートを取らないとついていけなくなりそうです。英語の授業の方は、まじめに取り組めば評価100がもらえます。先生も優しく、困ったことがあれば相談にのってくれます。予習はたまに必要で、課題のペーパーはそれなりの量でした。フィールドワークが課されていたので何度かクラスメートと出かけました。 |
| ②学習・研究面でのアドバイス |
| 勉強に集中できる環境ではあるのですが、授業だけだと暇な時間が多かったので自分で勉強することを用意するといいかも。他の細かい点とかはみなさんが考えたほうがいいのが出ると思います。 |
| ③語学面での苦勞・アドバイス等 |
| 経済の授業は半分程度しか理解できなかった。先生・店などはゆっくり話してくれるが、同級生やネイティブの英語ははやくて聞き取りにくいことが多かった。怪しい人に道で話しかけられて、もしわからなければ無視しましょう。私は何度かお金をたかられました。 |
| 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) |
| i-houseに宿泊しました。経験談を見て良いと聞いてシングルを申し込みました。たしか、大学側の奨学金の許可がおりる前に自分で申し込んだと思う。全体的に必要な物はそろっている良い寮です。スキャナー・プリンター・食堂などは頻繁に使いました。部屋はそこそこ広いです。ただなにもないので全て調達しないとダメです。外は寒いのですが、窓を閉めると暑いです。運悪く、ゴミ収集場のようなところのそばだったので、毎朝6時にはガコンガコンうるさかったです。他にも色々睡眠を阻害される事が多くて、イヤホンをしながら寝ることが多かったです。 |
| 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) |
| 夏でも気温は15度くらいでかなり快適です。寒いくらい。雨は2ヶ月の間1日も降りませんでした。大学周辺は怪しいホームレスがちらほらいますが、基本的に人が多く安全です。BARTと呼ばれる電車があるのでサンフランシスコまで行きやすいです。バスもあって、公共交通機関は発達しました。食事は近くのハンバーガー屋さんか寮の食堂ですませました。基本クレジットカード1枚を持ち歩いてました。 |
| ③危機管理関係(留学先の治安、医療機関の事情、心身の健康管理で気をつけた点など) |
| アメリカっぽくそこら中にホームレスがいます。夜は出歩かないようにしたのですが、一度男4人で帰るのが遅くなった時に追いかけられました。バーガーキングではマイフレンド！っていいながら金を要求されるなど治安がいいとは言えないので気をつけましょう。幸い医療機関にお世話になることはありませんでした。おしりが痛くて持ってきていた痔の薬は助かりました。痔は誰もがなりうる病気なので気をつけましょう。歯は磨きました。ストレスはかなりたまるので、運動などの発散手段を考えましょう。ジムは無料で使えるのが近くにあります。私は映画を見ることでした。 |

| |
|--|
| 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) |
| 合計で100万程度使ったと思います(途中の旅行代も含む)。飛行機は貯まっていたマイルを使用しました。寮と授業料で80万??(覚えていません)現地では寮でご飯が食べられるので、そんなにお金はかかっていません。交遊費とかも含めて2ヶ月で5万円くらい。独立記念日前後にラスベガスに行っただけでした。 |
| 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) |
| 東大から16万円。JASSOから8万円×2ヶ月分。成績は足りていませんでしたが、いただきました。ありがとうございます。 |
| 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) |
| 最初の方はストレス発散もかねてジムに通っていました。週末はサンフランシスコに行くことが多かったです。時間はめっちゃあったので映画をひたすらみてました。20本は見た気がします。もしこれを見ている方で行かれる方は何をするか前もって考えてもいいと思います。 |
| 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) |
| 授業用サイト(bcourse)の出来が良かった。なにかあるたびメールが来る設定に出来たので見逃すことなく生活出来た。困ったことは周りの人に頼ったので大学としてのサポートは実感できていないです。 |
| ②大学の設備(図書館・スポーツ施設・食堂・PC環境等) |
| 見学にいったぐらいでどれも使わなかった。Wi-Fiは建物の中では使えます。 |
| 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 |
| 将来したいことが決まっていなかったので、プログラムに参加することでなにか見つけられると思ったがむしろ悩みが増えたと思う。留学にくる人は能力や目標が高く、のんびりと生きていた自分に劣等感をもたざるを得なかった。英語ができないこと、わからないことがあるのは当然でそこからいかに勉強するかが大事だと実感した。短い間だったが初めての留学は精神的に学ぶことは多かったと思う。 |
| ②参加後の予定 |
| 東大の授業に戻ります |
| 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 |
| 気候は過ごしやすく、いい思い出になると思います。お金と時間がとれるならぜひ。意識次第では、思い出以上にできる環境だと思います。 |
| 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 |
| 地球の歩き方 サンフランシスコ |
| 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)

2016年 8月26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 (Session D) | 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: | | | |
| <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

カリフォルニア州立大学の一部で、最も長い歴史を持つ大学である。世界大学ランキングではトップ 10常連。公立大学の中では常にトップ。様々な分野でトップクラスの研究が行われており、ノーベル賞受賞者を多く輩出している。

参加した動機

海外のトップレベルの教育水準を肌で体感するため。また文化や価値観の違いを実際に体験するため。バークレーを選んだのはこの目的を達成するのに最高の環境だと思ったから。あとは親元を離れた海外生活の体験と英語能力の向上。

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)

全体では東大の本部国際交流課の手続きと派遣先大学の手続き。東大の方はプログラム参加を決意したらすぐに手続きに取り掛かるとよい。バークレーの手続きは指示された通りにやれば特に問題はない。僕の場合は4月ごろ忙しかったために後回しする羽目になって留学出発前までなかなか落ち着かなかった。

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)

とにかく早めの申請。ビザ自体は面接から約1週間で届くので早めにビザ申請をして面接予約をするとよい。手続きはかなり面倒だった。またF-1ビザが基本的に指定されるが、そのビザ費用の取得でおよそ4万円かかる。

③医療関係の準備(出発前の健康診断、常備薬、予防接種等)

特になし。バークレーは気候的には日本よりもかなり過ごしやすい。健康診断は学校でやっていた普通のやつを受けた。食事や水も基本は問題ない。予防接種もいらないと思う。

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)

東大から指定された保険に加入した。手続きは早めにやるとよい。

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)

教養学部前期課程に関しては単位互換が例外なく認められないので、そういう意味では余計な手続きはなかった。ただしサマープログラムのほとんどが東大の期末試験と被るがそこに関しても教務課としては何も補助してくれないので、僕は個人的に先生に相談して期末試験をレポートなどに個人的に変えて頂いた。すべての先生が認めてくれるわけではないので行くことが決まったら4月の履修登録前に相談するとよい。

⑥語学関係の準備(出発前の語学レベル・語学学習等)

この留学に合わせて英語能力を証明する試験は1月にTOEFLの試験を受けた。留学前はTEDや英語中級の授業を履修して可能な限り英語力の向上に努めた。が今思うともっとリスニング力を向上させておくべきだった。

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

部屋で過ごすクロックス、延長コードは思った以上に役に立った。が基本的に必要なものは現地で購入できる。到着して数日は慣れないので、2、3個分のカップ麺などはあると便利。

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)

F-1ビザの要求としての最低単位数を満たすために授業は2つ履修した。1つはHuman Physiology Laboratoryという授業。2時間の講義が週1と4時間の実験が週2で全体では40人くらい、実験は半分に分かれるので20人ちょっとだった。講義はその週に行われる実験の解説をした。評価は実験前の予習レポート、実験直後のワークシート、実験後のレポートが基本だが、それに加えて最終週にはテーマを各自で設定して行う実験とそのレポートとプレゼン、さらにはこれまでの講義内容を確認する期末試験があった。実験レポートは毎回書くべき量が盛りだくさんでかなり大変だったが、生物未履修の僕としては学ぶことがたくさんありかなり楽しい授業だった。もうひとつはCollege Writing ProgramのCulture Communication and the Mediaという授業。全体では15人の少人数クラス。週2回の授業と週1回のフィールドワークがあった。授業は週ごとに扱うメディアの分野が変わり、予習として毎週末リーディング課題が出されたが、テキストを全部読むのではなく要点となる部分だけを読んでくれればよいように先生が配慮してくれた。授業中は外部からそのメディアに携わっている社会人の方に講義してもらったり、ディベートしたりディスカッションしたりととにかく話す機会が多かった。テーマは最終的にバークレーで1960年代に行われたFreedom of Speechに関するもので、メディアについて深く考えさせられた。フィールドワークでは地元の学生新聞社を訪れて編集者会議に参加したり、大学構内で新聞配布を行ったりした。

②学習・研究面でのアドバイス

どの授業を履修しても、学べば学ぶほど多くのことが得られて非常に有意義になると思う。僕は勉強だけの留学生活にしたくなかったので平日は勉強して、土日は友達と観光したり遊びに行ったりしてメリハリをつけるようにしていた。大学には立派な図書館が数多くあり、そこで勉強するのも気持ちがよい。僕は割と寮の中にある図書館で勉強することが多かった。

③語学面での苦労・アドバイス等

実は最初はメディアのクラスの代わりに民俗学を受講する予定だったが、課題の分量が思った以上に多く専門外の話であった上、英語レベルでもついていくのがかなり苦しかったので、受講をあきらめた。そこからメディアの授業にたどり着くまではなかなか精神的にも肉体的にも大変だった。以下は自分がその時とった行動と来年度以降の学生向けのアドバイスを書いておきたい。最初はサマープログラムの全体を統括するところにメールで相談したのだが、ここからメールが返ってくるのにはおよそ3日かかった上大した内容ではなかったので全く役に立たなかった。Sessionは7/5から開始するのだが授業のDropが返金される期限は7/8までだったのでまずはネットで履修削除を忘れずに行った。授業の追加は7/15までとまだ期限があるのでその間にほかの候補となる授業を見学しに行った。ただし授業はかなり多くシラバスを閲覧できないものもあるため実質自分の取りたい授業を見つけ出すのはかなりキツイ(割ともう一方の授業と時間的に被ることが多い)。自力で解決するのが無理だと感じたら最終的にはI-houseの中にあるBerkeley International Officeに行きそこでスタッフの方と相談するとよいと思う(ただしこのスタッフの対応もピンキリであるが)。僕はある程度履修したいものに目をつけてからオフィスにいった相談し、メディアの授業を取り扱っているコースの事務所に案内されてようやく履修登録を終えることができた。もし授業をDropしたいと感じた場合はとにかくBerkeley International Officeに行くことをお勧めする。

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)

International House (I-house)に宿泊した。SessionDの生徒は食堂で使える60食のミールポイントと隣接するカフェで使える\$82のカフェポイントがついて総額\$2500だった。周りの寮に比べるとかなり高いが(Berkeley Student Cooperativeだと\$1000前後)、東大からの学生は今年から事前に部屋を空けておいてもらっているため寮の手配の手間はかなり省ける上、金額相応の環境は整ってる。上記のミールポイントなどに始まり、毎週水曜日に開催されるCoffee Hourではたくさんの寮生と仲良くなれるし、寮のオフィスが手掛けるイベントは通常よりもかなり安い金額で購入できる(野球やバスケットなどのスポーツ観戦、ミュージカル鑑賞、観光企画などなど)。またほかの寮に比べて格段にきれいだし、館内には図書館もある。残念だったのは期待に外れてルームメイトが同じ東大から来た生徒だったことくらい(比較的同じ国籍やエリアから来た人で固められることが多い)だが、全体としては金額以上に素晴らしい環境だったと感じた。

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)

気候は日本とは異なりかなり涼しい。また雨が全く降らない。そのため日本の夏と比べてかなり過ごしやすい。ただし昼夜の寒暖差は激しく、日中は半袖半ズボンでも構わないが朝晩は長ズボンにジャケットなどを羽織るくらいがちょうどよい。が全体としては日本よりもかなり過ごしやすい。大学周辺はホームレスが多いが特に問題はない。ただし夜は治安が悪くなることもあるのでなるべく複数人で行動するとよい。僕は若者に罵られたり、見知らぬ人にずっと話しかけられたりすることはあったが危害が及ぶことはなかった。一度I-houseのフロントガラスがBB弾によって割られる事件があったがこれはかなり珍しいので、基本的には夜でも複数人でいれば外出には問題ない。交通機関としては、空港から来るときはBARTという地下鉄を使い最寄り駅のDowntown Berkeleyまで(\$10)ついてから歩いてI-houseに向かったが、約20分ほどの上り坂で大きな荷物を持っていたので大変だった。他にはUberというタクシーを使う人がいたがこれは複数で行く場合は特におすすめ。基本的にはかなり安全だが、4人乗りで\$40相当なのでシェアする人がいないと高くなる。学生証が手に入ると大学の周りを走るバスはすべて無料で乗ることができて、それを使えば週末にサンフランシスコにもただで行けるようになる。食事は大学周辺に様々にレストランがあるが、基本\$10~\$20程度。お金は基本手持ちで\$1000とクレジットカードに\$1000あれば1か月ちょい過ごす分には十分。物価はかなり高いと思う。

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)

パークレーやサンフランシスコの治安はそこまで悪くはないと思うがやはり夜一人で出歩くのは特に初めの方はやめた方がよい。電車やバスや街中でときどき危ない人がいたりする。医療機関はかからなかったので全く不明。健康管理としては、僕はアメリカにくるのが初めてだったので初めは思った以上に時差ボケに慣れず一人での生活も初めてだった(ベットが柔らかすぎて毎朝腰がいたくなるのが地味につらかった)上、さらには到着が授業開始の前日だったこともありついた日から教科書の購入や課題の予習に追われてかなり大変だった。また上にも挙げた通り履修がなかなかうまく組めないことも重なり最初の3日間は肉体的にも精神的にも相当つらいものだった。1週間たって履修が決まったあたりから現地での生活にも慣れて勉強の容量も握めたのでそこからは問題なく過ごせた。なので初めの1週間はあまり無理することなく疲れていたらなるべくすぐに休むとよいと思う。

④ 要した費用について(航空賃、授業料、教科書代、家賃、食費、交通費、娯楽費などの概算)

航空費10万弱、授業料35万弱、教科書代3000円、家賃25万強、食費交通費娯楽費その他15万程度 合計85万円。去年のSessionDの参加者はほぼ全員トータルで90~100万で収まっていた。もし費用を抑えるなら航空券を早めに予約する、寮を安めの寮にする、娯楽費を抑えるなどすることができる。

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)

プログラム申し込み時についていた奨学金として東大から16万、JASSOから16万頂いた。

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)

学校には無料で使えるジムがあり時間があればそこに行っていた(初心者向けのダンスのクラスがありそれは非常に楽しかった)。休日はサンフランシスコに行くことが多かったが、土日を使って遠くに遊びに行ったりもした。基本的にサンフランシスコの中心部は楽しめるところがたくさんあるので時間があれば何度も行っていた。特にゴールデンゲートブリッジでのサイクリングと、ヨセミテ国立公園は最高だった。

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)

僕は履修削除以外使わなかったが、困ったことがあれば基本的にはBerkeley International Officeでサポートは受けられると思う。授業に関しては授業後に教授が基本的に生徒と1対1で対応してくれる。またバークレーの授業には週に1度授業とは異なる時間にOffice Hourというものがあるが、それは教授に対しての質問や要求などを聞いたり相談するための時間としてとっているの、課題で困ったことなど何かあればそれを有効活用するとよいと思う。

②大学の設備(図書館・スポーツ施設・食堂・PC環境等)

図書館は大きいのがいくつかあるし、無料で使えるジムもある。寮以外にも校舎内に食堂のようなものはあるので、手早くご飯を済ませたいときはそこも利用できる。大学構内には無料で利用できるWiFiが設置されているが、駒場のutroamとほぼ同じくらいの環境だと思う。

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

プログラム参加にあたって目標にしていたトップレベルの大学での教育水準を肌で体感するということはかなりできたと思う。僕は履修していた授業以外にも可能な限り他の授業も聴講しに行ったが、どの授業でも講義のスライドや資料に関しては授業前に配られていることが多いため日本のように生徒が板書することはほとんどなく、その分授業中の質問やディスカッションがかなり多く、講義スタイルそのものの違いと生徒の質の違いを実感した。また文化や価値観の違いを学ぶということもある程度達成できたと思う。特にI-houseには様々な国と地域から来ている人がいるため、話をしたり生活をしたりするだけでかなりの違いを感じるようになった。またバークレーがカリフォルニア州の中にあることもあってか、大学構内で人種やセクシャルマイノリティーに関する抗議活動も日々行われており、多様性も肌で感じた。生活面でも初めての一人暮らしで、初めは大変なところもあったが問題なくこなせし、朝から晩まで毎日英語漬けの日々だったので英語能力もかなり向上した。総じて日本では得ることのできない経験や成長がかなり得られたと思う。

②参加後の予定

可能であればGLPプログラムに参加して、もっと短期での留学に行きたい。進路に関しても海外の大学院も見据えて行動していきたいと思う。

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

少しでも興味のある人がいたらぜひ前向きに検討してほしい。金銭面を除けば、得られるものは十分あると思うのでぜひ参加してほしい。

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

東大のGo Globalのウェブサイトと留学体験談。他にビザ申請に関してはhttp://www.ustraveldocs.com/jp_jp/jp-niv-typefandm.asp。現地の情報は「地球の歩き方(サンフランシスコ)」で調べた。

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: 8/29/2016

| | | | |
|---|--|----------------------------------|------------------------------------|
| Faculty/Graduate School at UTokyo: | College of Arts and Sciences | 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 checked="" type="checkbox"/> | 5. Private sector (Type of industry: Chemical Products, Petroleum) | | |
| <input type="checkbox"/> | 6. Entrepreneurship | | |
| <input type="checkbox"/> | 7. Others () | | |

| |
|---|
| Outline of the receiving institution overseas |
| <p>I participated in Session D, which lasted 6 weeks from the first week of July to the second week of August. Most students in Summer Sessions were international students, especially those from China. Some students were UC Berkeley students.</p> <p>UC Berkeley is an hour away from San Francisco International Airport by BART (Bay Area Rapid Transit). The university is located next to the downtown, so there are a lot of restaurants and shops. Inside the campus, it is quite hilly but very beautiful. The university is famous for its department of Chemistry.</p> |
| Reason why you decided to participate |
| <p>I decided to participate in this program because of three reasons. First, I would like to improve my English skill and find some connection with international friends. Second, I want to experience the discussion-based learning culture and various lifestyles in the United States. Lastly, since UC Berkeley's department of Chemistry is famous and I wish to choose Chemical Engineering as my major, I would like to take Chemistry class at UC Berkeley. However, to my disappointment, I found out later that there is no Chemistry class available in Session D.</p> |
| Preparation for the program |
| (1) Application process (please give any advice on dealing with the application process) |
| <p>It is highly recommended to complete the application process as soon as possible. Some courses were so popular that all the seats were already occupied on the first day when Todai told me to start the application. If you would like to take those popular classes, you may pay the course fee to put yourselves on the waiting list first and make cancellation later. The sooner you complete the application process, the higher chance you could get cheap airline tickets.</p> |
| (2) Visa application (type of visa, where to apply, processing time, any advice on visa application) |
| <p>The type of visa for exchange student is F-1. Before you could apply for the visa, you have to wait for the document called "I-20" issued by UC Berkeley to arrive first and then pay the SEVIS ID processing fee. This takes around a week or two after finishing the application process. Then, you should bring all the necessary documents to the Embassy of the United States located near Tameike-Sanno station. It takes around 2-3 hours at the Embassy and around two weeks for the visa to arrive. For every payment, I very recommend you use credit card since it is faster and has fewer problems. You could use your parent's credit card.</p> |
| (3) Medical check-ups (health check-ups before departure, inoculations, etc.) |
| No specific medical check-up is needed. |

| |
|--|
| (4) Insurance (information about insurance for travel/studying abroad purchased) |
| Todai will ask you to apply in two insurance programs. The application needed to be completed at least a month before the date of departure. It costs around 15000 JPY. |
| (5) Procedures required by your Faculty/Graduate School (any information about course registration, credits, exams, submission of dissertations etc) |
| For sophomores, you need to ask for permission from 教務課 before applying in any of the exchange programs. It would be the best if you could collect all necessary credits by 2S1 term. Otherwise, you should consult with your instructors from the first week of 2S semester about things like assignments' submission method and attendance points when you are away. |
| (6) Language preparation (language level before the program, lessons etc.) |
| I did not do any particular language preparation before going to the United States. English is my second language. However, I commonly use English for my part-time job at a foreign information service center. |
| (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 or cash card that could be used abroad (in order to bring less cash). Jacket as for Spring (the temperature there is around 13-22 °C in Summer). Swimming suits. Medicine. |
| 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 classes, one in the department of Psychology and the other in College Writing Program (English as the second language). The first one was about Big Data: how companies collect and use Big Data, how we are influenced by that. Even though there were around 200 students in this class, the lecture was never been a one-way communication. The instructor gave topics to students to discuss in group then made them share their ideas to the class. Every class was very exciting. The other class I took was about Academic and Public Speaking. There were only 20 students in this class so it is common that they have to participate in discussion. This class included the fieldwork where students had to conduct surveys, interview people in neighborhoods, and engage in any speaking or listening activity outside the class. After taking this class, I have more courage to speak English and learnt a lot of techniques to give an efficient speech. For both classes, the assignments were far more than in Todai. The homeworks came in various types such as reading assignments, online group discussion, individual and group presentation and short essay. However, in my opinion, these assignments truly help me understand the hard concepts and improve my abilities in the fields. |
| (2) Advice on aspects of academic/research work |
| Don't be afraid to speak out your ideas or interrupt other people's sentences with courtesy. My teacher in the public speaking class, born and raised in California, had worked in Japan for nine years before went back to Berkeley. She said that people in the United States, or in the West, care less about saving each other's face than in Japan, or in the East. As long as done in a proper way, interrupting someone while they are speaking is not at all considered a big deal in the American culture. |
| (3) Problems experienced with language issues, advice concerning language, etc. |
| Some reading assignments had difficult words but they were challenging and helped increase my vocabulary. Some instructors did speak fast. If you do not understand, you should bravely ask the instructors to repeat again. For speaking, do not worry too much about your grammar or pronunciation. I was a person who cares too much about those things and could not deliver messages efficiently. However, I think I have improved after six weeks in Berkeley. |

| |
|---|
| Aspects of life |
| (1) Accommodation (Type (home-stay, room-sharing etc.), cost, atmosphere/appearance of accommodation, how you found it, etc.) |
| <p>I didn't choose to stay at iHouse. Although it was convenient, the move-in and move-out dates were inflexible and meal plans had to be purchased in advance. I would like to enjoy most of my meals in other places rather than in iHouse.</p> <p>I knew a Senpai from the same high school as me. His roommate was subletting his room at the time I was looking for the accommodation so I could rent the room in a special price of 80000 JPY for six weeks of my stay. I heard that the normal rent of a room in Berkeley was around 110000 JPY per month. I stayed 10 minutes away on foot north of UC Berkeley which is said to be safer and more peaceful than south of the campus.</p> |
| (2) Living environment (such as climate, environment around the institution, transport facilities, food, managing your money (overseas money transfer, credit cards)) |
| <p>Summer in Berkeley resembles Spring in Tokyo. The temperature is around 20 °C in the day and around 13 °C in the night. It barely rains in Berkeley and San Francisco. It becomes bright around 5:30am and gets dark around 8:30pm.</p> <p>There are some homeless people living west of the campus. Most of them in Berkeley aren't dangerous but you should be cautious, especially those on the Mission street (SF) and those near Civic Center BART Station (SF). UC Berkeley is located near Downtown Berkeley BART Station. Students enrolling in Berkeley's Summer School can use campus buses and AC Transit bus for free. By those buses, you can travel to tourist attractions such as Berkeley Marina, Lawrence Hall of Science and San Francisco for free.</p> <p>There are various types of food in Berkeley, including Brazillian, Mediterranean, Indian, Japanese, Korean, Chinese, Vietnamese, Thai and American food. Boba milk tea (タピオカ) is very popular too. I would say I feel deeply impressed with food and snacks in Berkeley. By the way, you need to be at least 21 to be able to buy liqueurs.</p> <p>Acceptable credit cards are mostly VISA, MasterCard and AmericanExpress. I brought VISA credit card and MasterCard international cash card with me to Berkeley. There were no problem with those two cards.</p> |
| (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.) |
| <p>There are homeless people staying on the street, especially west of the campus, both day and night. Most of them aren't dangerous. If some people ask you for money or food, just stand your ground and say yes or no out clearly. Usually rather than giving money, people give their leftovers to homeless people. If someone are aggressive to you, it is better to walk away. If you need to travel in the night, there is a campus bus available every 15 minutes until 3am. You could also walk through the campus. If you find yourselves in danger, there are emergency telephone posts that could be seen anywhere in the campus. To maintain my health, I went swimming at sports facilities from time to time and I brought some medicine from Japan.</p> |
| (4) Details of expenses (breakdown of costs, such as airfare, program fees, cost of required books, rent, food, travel cost, money spent on entertainment) |
| <p>The following amounts are written in approximation.</p> <p>Airline tickets: 80,000 JPY (Air China, Transfer once at Beijing)</p> <p>Program fees: 310,000 JPY (48000 JPY per a unit: 5 units, 70000 JPY for registration fee)</p> <p>Visa fee: 40,000 JPY</p> <p>Insurance fee: 15,000 JPY</p> <p>Books: 4,200 JPY (for Academic and Public Speaking course)</p> <p>Rent: 80,000 JPY</p> <p>Food: 55,000 JPY (cooking by myself half of the time)</p> <p>Transportation Fee: 10,000 JPY</p> <p>Souvenir: 5,000 JPY</p> <p>Total: 600,000 JPY</p> |
| (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.) |
| 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 320000 JPY |

| |
|---|
| <p>(6) Activities other than academic/research work (sports, cultural, volunteer/internship, weekend activities, etc.)</p> |
| <p>I went swimming at one of the sports facilities provided by UC Berkeley called Hearst Gym twice a week. Every student who enrolled in Berkeley's Summer Session had free access to sports facilities and some attractions provided by the university. You need to bring swimming suit and goggles to the pool. No swim cap, towel and soap is needed.</p> <p>I also bought a tour to Yosemite National Park on a weekend. The more friends you could find, the cheaper the price would become. There are also tours to Los Angeles and San Francisco too. You could find this information on the first day of your class. There would be a reception party for international students on that day. There is also a place called BigC where you could see the view of Berkeley, San Francisco and, if you are lucky enough, the Golden Gate Bridge. There is a hike trail to get there. It takes around 30 minutes. If you love hiking, you should go to Tilden Regional Park too. You could go there by AC Transit Bus 65 Line (free) and there would be a lot of beautiful trail for you to hike.</p> <p>I also went to Berkeley Art Museum. There are a lot of arts from all over the world gathered there. Furthermore, there is no access fee for Berkeley students.</p> |
| <p>Environment of the receiving institution</p> |
| <p>(1) Support facilities for students taking part in the program (such as language, academic, living support mechanism and counseling services)</p> |
| <p>There is an office called Berkeley International Office. This office helps international students who want to enroll in UC Berkeley from the very first step (how to register or apply for visa). They also provide counseling services for international students after they arrive in the United States. However, I didn't visit this office during my stay.</p> |
| <p>(2) Facilities (libraries, sports facilities, cafeteria, IT equipment and facilities, etc.)</p> |
| <p>There are 24 libraries in UC Berkeley. I have only used only the biggest one, Doe Library. It is spacious and silent. I love studying there. Computers and printers are also provided in Doe Library. However, to use the printer, you need to add some money to your student ID card in advance. For sports facilities, the biggest one is RSF, located in south of the campus. After free quick registration online, you could just scan your student ID card in order to enter the facilities. There are restaurants and cafes in the campus, though some are closed in Summer.</p> |
| <p>Looking back over the program</p> |
| <p>(1) The significance of the program and how you have developed by taking part in it, any other impression from having studied abroad</p> |
| <p>Though 6 weeks might not be enough to develop English skills greatly, I gained courage to speak, made international friends and learnt American culture. I think in the United States, it is hard to do something alone. Unlike in Japan, there is no signboard telling you where the building you need to take class is, only few maps in the campus. The accomodation is mostly room-sharing style. I think those are good experiences because they encouraged me to talk more with people. Moreover, unlike two years ago when I first came to study in Japan, this time I learnt to arrange everything needed to study abroad by myself from applying for a visa to finding accommodation.</p> |
| <p>(2) Your plans having studied abroad</p> |
| <p>From the next semester, I will study at the Department of Chemical System Engineering. After finishing undergraduate school, I plan to study at the United States for master or doctoral degree or find a job regarding my major in Japan.</p> |
| <p>(3) Any messages or advice for future participants</p> |
| <p>If you would like to take class in natural science or courses other than language classes, you should enroll in Session B, C or D (6 weeks or 10 weeks). Otherwise, there are not so many classes for you to choose. You might not find many American students (and accents) in Summer because most students come from China. However, it is a great experience to get out from your comfort zone and made international friends. By studying abroad, even only for a short time, you would get precious experiences and invaluable memories back with you. If you go to Berkeley, you would feel proud that, at least, once you are a part of this wonderful community.</p> |

Miscellaneous

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

Website

To find a class in advance: <http://schedule.berkeley.edu/index.html>

To see about Sports Facilities: <http://recsports.berkeley.edu/>

To find a schedule of BART (e.g. from airports (SFO/OAK)): <http://www.bart.gov/>

To see how to purchase a BART ticket: <https://www.youtube.com/watch?v=Kyl2g11KSqc>

*You can follow instructions given by Todai about program's registration and visa application after you got accepted by Todai.

Application

Best app for Berkeley's international students: "iSTART: Cal Edition" (iOS, Android)

Best app for public transportation's schedule: "nextbus" (iOS, Android)

(Trivial) UC Berkeley and Stanford University are rivals in sports activities.

(Trivial) Sometimes you need to press a button for stop requests on buses. Sometimes you have to pull cables at the windows.

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



With the professor from "Person in Big Data" class

With the instructor and friends from "Academic and

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

Date: 09/01/2016

| | | | |
|---|--|----------------------------------|-------------|
| Faculty/Graduate School at UTokyo: | Graduate School of Economics | Year at the time of Study Abroad | M2 |
| Program Attended: | Summer Session D | 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: Finance) | | |
| <input type="checkbox"/> | 6. Entrepreneurship | | |
| <input type="checkbox"/> | 7. Others () | | |

| |
|---|
| Outline of the receiving institution overseas |
| UC Berkeley is one of the top universities in the world. It has best teachers and excellent students. Campus is very big and beautiful. |
| Reason why you decided to participate |
| I want to experience American classes and know more about American culture. |
| Preparation for the program |
| (1) Application process (please give any advice on dealing with the application process) |
| The earlier the better |
| (2) Visa application (type of visa, where to apply, processing time, any advice on visa application) |
| F-1 visa. Apply at US embassy in Tokyo. Made appointment 2 weeks before interview. After interview need one more week to get the visa. |
| (3) Medical check-ups (health check-ups before departure, inoculations, etc.) |
| not so much |
| (4) Insurance (information about insurance for travel/studying abroad purchased) |
| Buy insurance recommended from the University of Tokyo. |

(5) Procedures required by your Faculty/Graduate School (any information about course registration, credits, exams, submission of dissertations etc)

Need get sign from instructor.

(6) Language preparation (language level before the program, lessons etc.)

TOFEL 95

(7) Items which should be taken with you from Japan and any other advice on things which should be done before leaving Japan.

Study materials like pens or pencils. Medicine.

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.)

Summer session class is quite long every day and need to do a lot of readings and preparations before class.

(2) Advice on aspects of academic/research work

Do preparations before class. Be active in class.

(3) Problems experienced with language issues, advice concerning language, etc.

Be confident and speak loudly.

Aspects of life

(1) Accommodation (Type (home-stay, room-sharing etc.), cost, atmosphere/appearance of accommodation, how you found it, etc.)

School dorm: International House

(2) Living environment (such as climate, environment around the institution, transport facilities, food, managing your money (overseas money transfer, credit cards))

A little cold in summer night. Be careful when walking in night.

(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.)

In daytime is ok but in night need to be careful. American cities are not as safe as Japan's in night.

(4) Details of expenses (breakdown of costs, such as airfare, program fees, cost of required books, rent, food, travel cost, money spent on entertainment)

Around 8,000 dollars.

(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.)

Get around 1,600 dollars scholarship from the University of Tokyo.

(6) Activities other than academic/research work (sports, cultural, volunteer/internship, weekend activities, etc.)

International House has many activities every week. Can travel and talk with friends coming from all over the world.

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)

International House program office.

(2) Facilities (libraries, sports facilities, cafeteria, IT equipment and facilities, etc.)

Gym is free to students. Books can be borrowed in libraries.

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 achieved my goal to experience American university's class and know more about American culture. Classmates come from all over the world and make friends with them.

(2) Your plans having studied abroad

I continue to study in UC Berkeley in fall semester through AISP program.

(3) Any messages or advice for future participants

Summer session is a good way to experience American culture and University's class.

Miscellaneous

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

Amazon, Walgreen, AC Transit, BART, Yelp, Uber, Lyft.

(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)

2016年8月23日

| | | | |
|-------------------------------------|--|-------------------------------------|------------------------------------|
| 東京大学での所属学部・研究科等: | 経済学部 | 学年(プログラム開始時): | 学部2 |
| 参加プログラム: | University of California, Berkeley Summer Session (SessionB) | 派遣先大学: | University of California, 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) |
| <input checked="" type="checkbox"/> | 3. 公務員 | | 4. 非営利団体 |
| <input checked="" type="checkbox"/> | 5. 民間企業(業界: コンサルティング) | <input checked="" type="checkbox"/> | 6. 起業 |
| | 7. その他() | | |

| |
|--|
| 派遣先大学の概要 |
| カリフォルニア州立大学。2016年現在、あるランキングによれば世界で13位の大学。 (https://www.timeshighereducation.com/world-university-rankings/university-of-california-berkeley) |
| 参加した動機 |
| <ul style="list-style-type: none"> ・山本史郎教授の翻訳論の受講を通じて、異文化を自ら体感することの必要性を感じた ・GLP-GEFL応募に際し、短期留学の経験はきっと役に立つだろうと考えた ・将来のキャリアを見据えた際の、英語力向上の必要性から |
| 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) |
| プログラム応募前に、授業リストに一通り目を通しておくべきです。たとえばsession Bはほとんどが理系科目の授業でしたし、sessionEはほとんどが英語の授業でした。ほんとうに自分の興味のある授業が自分の申し込むsessionに開講されているかどうかを確認するようにしてください。人気の授業はすぐに席が埋まってしまうことがあるので、早めに申し込みを済ませるようにしてください。 |
| 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) |
| F1ビザを取得しました。 申請のやり方については、youtubeにとてもわかりやすい動画があります。 私は5/22に日本を出ましたが、そのおよそ1か月前の4/27にアメリカ大使館で面接をうけました。早めに取得しておく心安いです。 |
| ③医療関係の準備(出発前の健康診断、常備薬、予防接種等) |
| 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) |
| 当プログラム参加にあたって必須であったもののみ。 |
| 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)

語学レベル:IELTSで、Reading 7.0, Listening 6.5, Speaking 6.0, Writing5.5, Overall 6.5
語学学習: speaking対策として、KWS(駒場ライターズスタジオ)になるべく通うようにしていました。

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

とても寒かったので、あつめの上着やコートを持参すればよかったと後悔しました。テーブルタップ(延長コード付きの3つ口コンセント等)は持参するととても便利です。

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)

①introduction to Python(INFO W18)

オンライン授業でした。授業形式は、スカイプのグループ会話のイメージに近いです。クラスのwebサイト上に予習すべきビデオがアップロードされて、それを各自見たことを前提に授業が行われました。

予習、授業、復習すべて含めて週に18時間程度の勉強量を要求する授業である、と事前にメールで連絡がありました。私はプログラミング初心者だったのでとても不安だったのですが、実際には、予習・授業・課題あわせて週15時間くらいで終わらせることが可能でした。BerkeleyはPythonのdevelopmentにたくさん貢献をしていますし、周りの生徒のレベルも高く、Pythonを学ぶにあたってBerkeleyは最適な場所だと感じました。

②Linguistics(LINGUIS 5)

生徒25人程度の少人数授業でした。月曜日から金曜日まで毎日2時間の授業がありました。discussionはあまりない授業で、lectureがメインでした(discussionを期待していたので、その点は残念でした)。内容は非常に面白かったです。英語やアラビア語、中国語、日本語など様々な言語のデータを使って、言語を分析しました。課題や試験が良問で、先生の面倒見もよかったです。

③American culture through media(COLWRIT 7A)

英語の授業です。ビザ取得のための最低必要単位を満たすためにとりました。生徒は20人程度で、そのうち15人ほどが中国人、残りが韓国人、日本人ひとり(私)という構成でした。正直、生徒の質が悪くてとてもいららしました。授業の質も、東大の英語中級の方がずっとレベルが高いです。課題も非常に楽でした。

②学習・研究面でのアドバイス

私は数字の小さい授業(「LINGUIS5」でいうと「5」の部分。数字が小さい授業は、undergraduate用の入門的な授業)を選択したのですが、もっと数字の大きい授業に挑戦してもよかったのかな、と思います。真面目に勉強すればAがとれるような感じだったので、そこまで心配することはないです。

Discussionのある授業をとるといいと思います。不慣れな日本人にとっては良い成績のつきにくい授業ですが、良い経験になるはずです。

③語学面での苦勞・アドバイス等

余裕があれば、出発前に日常英語listeningを練習しておくといいと思います。質問が聞き取れないからspeakingができない、ということがままありました。英語のタイピングに慣れておくとよいです。IELTS対策よりも、TOEFL対策の方が留学の準備になると感じました。

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)

I-Houseに滞在しました。一人部屋でした。10週間、食費(食堂で100食、caféで100ドル)こみで、だいたい50万円くらいです。他の方が報告書に書いていらっしやるので詳しい記述は省きます。食事もおいしいですし、トイレやお風呂などもきれいです。虫もほとんど出ません。当初、値段は高いと思いましたが、その価値はありました。

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)

気候: 昼間は長袖の一枚で少し汗ばむくらいの陽気でしたが、夜外に出かけるとなると長袖のシャツにあつめの長袖の上着を重ねても寒いくらいでした。コートを着ている人もいたくらいです。
大学周辺: 大学周辺の治安は良いと感じましたが、もちろん夜に一人で歩くようなことは危険なのでませんでした。

交通機関: 空港からI-HouseまではUberを利用しました。パートを利用して、Downtown berkeleyの駅から無料バスを使う方法でも良いと思いますが、私は大きなトランクを2つ持って行ったので、Uberにしました。60ドルくらいでした。

食事: I-House内で食べるが多かったのですが、それでも100食分のミールポイント(I-Houseの食堂内で使える。1食1ポイント。)を使い切ることはできませんでした。多くの友人がミールポイントを余らせていたように思います。I-Houseの食事は、近所の方がお金を払って食べにくる程度には美味しいです。

お金: 現金を300ドルほど日本から持っていきました。基本的にはカードで支払えるのですが、大人数でレストランに行って割り勘する際に現金が必要でした。結果的に300ドルちょうど使い切る形になりました。カードは、JCBとVisaの2枚を持って行ったのですが、JCBはほとんど使えなかったです。

その他: 近くにダイソーとWalgreenがあって、たいていなんでもそこでそろいます。少し歩けばtargetもあって、そこでシーツを購入した方がI-Houseでシーツを購入するより安く手に入ります。

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)

治安: 先述したように、大学周辺の治安は悪くないです。ただ、治安の悪い地域もすぐ近くにあるので、近づかないようにしました。

医療機関: 近くに病院があると聞きましたが、利用しなかったのわかりません。

健康管理: 特に何もしませんでした。

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)

航空費: 約15万円

授業料: 約50万円

教科書代: amazon rental で約2000円

I-House代: 約50万円

食費: I-House以外で使ったのは約3万円

交通費: 空港への往復約1万円

娯楽費: 約5万円

計: 約121万円

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)

240000 円を日本学生支援機構(JASSO)「平成28年度海外留学支援制度(協定派遣)」から

240000 円を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」による奨学金から、支給していただきました。

どちらも、プログラム付属のものです。

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)

I-Houseに滞在しているひとは、スポーツ観戦や演劇、テーマパークなどに格安で行くことが可能です。

サンフランシスコ(特にゴールデンゲートブリッジ周辺)は非常に寒いので、あたたかい服装をして行くことをおすすめします。

どこに行くにも、車の免許がないと非常に不便でした。カリフォルニアでは日本の免許がそのまま使えるらしいので、余裕があるなら日本で国際免許を取得しておく良いです。

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)

授業を決める際に、授業内容について質問したいことがあって、webサイトに記載されている教授のメールアドレスにメールしたが結局返事が来なかったことがありました。それ以外(I-Houseへの問い合わせ、自分のとった授業の担当教員への質問)は、3日以内には返事が来ました。

②大学の設備(図書館・スポーツ施設・食堂・PC環境等)

無料で使えるジムがあります。(実際は無料なのではなく、ジム代が学費か何かに既に含まれているだけらしいので、使った方がいいです)
図書館は外観も内装も非常に美しいです。Wifiが使える、本を借りることもできる、PCもたくさんある、という感じで文句なしです。

プログラムを振り返って

①プログラムの意義、参加を通じて成長したこと、その他留学を通じての所感

- ・アメリカの大学の雰囲気を感じてきたことは非常に良い刺激になりました。平日はびっくりするくらい勉強して週末になると遊びに出かける優秀な学生たちのけじめある姿勢に感化されました。
- ・中国の方や韓国の方ととても仲良くなり、その方々と戦争責任について話したり、今後のアジアの在り方について議論しました。政治や歴史の勉強不足を感じ、教養の必要性をしみじみと感じました。その他にも、様々な国の友人と、「日本の憲法9条を改正すべきか」、「世界各国は今後どのように核兵器を減らしていくか」、などといったかなり深い議論をできたことを嬉しく思います。総じて日本の政治について説明を求められる機会が多く、自分の意見をしっかりと説明できるようにしておかなければならないと感じました。
- ・進学選択に悩んでいたのですが、留学先で東大の卒業生数人と偶然知り合い、その方々と話していく中で経済学部に行きたいという思いが強まり、自信をもって決断することができました。
- ・自分の英語力の貧しさをつきつけられて英語学習へのモチベーションが高まったと同時に、そんな英語力でも3か月間はなんとかなったという自信もつきました。
- ・プログラミング経験のある学生が日本と比べて圧倒的に多いのが印象的でした。プログラミング経験は今後の役に立つと思います。

②参加後の予定

経済学部に進学します。GLPGefILへ参加して、今後も世界に対する視野を養いたいと考えていますが、選考次第です。

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

迷っているなら、チャレンジした方がいいと思います。

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

アメリカ大使館の公式動画。ビザ取得の手順が易しく説明されており、非常に役に立ちました。

https://www.youtube.com/watch?v=S_mhZjpPnuY

<https://www.youtube.com/watch?v=Td62B2q8onk>

<https://www.youtube.com/watch?v=bImDRrBDxnU>

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。