

東京大学での所属学部/研究科・学年(プログラム開始時): 新領域創成科学研究科・2年

参加プログラム: summer session 派遣先大学: UC Berkeley

卒業・修了後の就職(希望)先: 5.民間企業(業界:コンサル )

派遣先大学の概要

UC Berkeley

英語を学習するためのクラスも多数ありました。

参加した動機

英語力の向上

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)

特に大変な手続きはありませんでした。

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)

ビザ発給システムのトラブルに遭い、ビザを手に入れたのがギリギリになってしまいました。ビザの申請は余裕を持ってしたほうがよかったです。

③医療関係の準備(出発前の健康診断、予防接種等)

特にしませんでした。

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)

指定された保険に加入しました。

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

奨学金関連を除くと、海外渡航届けのみ

⑥語学関係の準備(出発前の英語レベル・語学学習等)

留学のための準備は特にしませんでした。オンラインの英会話レッスンはコンスタントに受けています。

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

私はアメリカの食事が好きではないので、インスタントのご飯、ふりかけなどを持って行きました。

学習・研究について

①プログラムの概要(授業・予習・復習のスタイル、印象に残っている内容等)

予習・復習や宿題に必要な時間は予想を大幅に超えていました。また、学生の質が高く、授業に熱心なだけでなく、知識も豊富だったため、英語以外の部分でもついていけないと感じたことがあります。ただ、その分いい勉強になりました。

②学習・研究面でのアドバイス

私は不安なところがあるとすぐに先生に相談して、いい勉強方法などをアドバイスしてもらいました。

③語学面での苦勞・アドバイス等

いろんな国の学生がいて、みんながそれぞれ異なった訛りを持っているので、何が正しい発音か分からなくなることが多々ありました。

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)

知人のついでで、現地の学生から借りました。寮よりは少しキャンパスから遠いですが、その分安く済みました。

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)

思っていたよりも寒く、現地で服購入しました。

学校の周りにはご飯がおいしいお店もたくさんあり、食事には困りませんでした。どこもそれなりに高かったです。

お金は現金とクレジットのみ使いました。

③危機管理関係(留学先の治安、医療機関の事情、心身の健康管理で気をつけた点など)

特に被害はありませんでしたが、治安は不安になる場所でした。

20時以降は1人では出歩かないようにしていました。

常備薬は持って行きました。

④要した費用とその内訳(航空賃、授業料、教科書代、家賃、食費、交通費、娯楽費などの概算)

おおよそですが、

航空賃10万、授業料40万、教科書1万、家賃10万、その他30万

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)

JASSO

大学経由で申し込みました。

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、週末の過ごし方など)

週末を利用してたくさん旅行しました。

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)

質問しに行けば、先生はいつでも丁寧に答えてくれました。

②大学の設備(図書館・スポーツ施設・食堂・PC環境等)

図書館はとてもきれいでしたし、ジムも安かったです。

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

本来の目的だった英語の勉強はもちろんですが、それ以上に海外の学生と比べることで、自分の弱点が見えたのが一番の収穫でした。政治や歴史に無関心なことや、自分の意見をはっきり持っていないことなど、日本にはなかなか気づきにくいと思います。

②参加後の予定

来年から就職するので、仕事にも活かせたらと思います。

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

平日はたくさん勉強し、週末は思いっきり遊ぶといったバランスの取れた、楽しい生活が送れます。

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学中の写真があれば添付してください。

東京大学での所属学部/研究科・学年(プログラム開始時): 工学部

参加プログラム: UCB サマーセッション E(language learning) 派遣先大学 UC バークレー

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

<http://berkeley.edu/>

参加した動機

自分とは異なったバックグラウンドで育ったさまざまな人と触れ合い、いろいろな刺激をもらいたかった。また、大学院は海外に行くことを視野に入れているので、その前準備として、海外での学生生活を一度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)

ネットで、ガイダンスに従って申し込みを進める。しかし、授業や寮は早い段階に申し込みを始めないと、すぐキャンセル待ちになってしまうので、なるべく早めに準備をすすめるように。

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 ビザを取得しなければならないが、大使館の面接可能な日にちはだいたい先にならないとあかない場合があるので、余裕をもって申し込みをした方がよい。

③ 医療関係の準備(出発前の健康診断、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)

大学側から薦められている保険に加入した。

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

プログラムが始まるのが7/27だったが、学科のほとんどの試験はその前の週に終わっていたので、ほとんど何もしなくてもよかった。一つだけまだ試験が終わっていない科目があったが、個別に先生に相談して対応していただいた。

⑥ 語学関係の準備(出発前の英語レベル・語学学習等)

特に準備を行っていなかった。留学のときに昔使っていた単語帳を持っていった。

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

国際免許を持っている人は現地に持っていき、車を借りて遊びに出かけられるので、とても便利。また、プレゼンなどでパソコンを使う場面がそこそこあるので、自分のノートPCを持っていくことをお勧めする。

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)

California Culture  
Food Culture  
Beat Generation

② 学習・研究面でのアドバイス

いずれも15人または30人の少人数で授業が行われる。授業中は生徒の意見が常に求められて、積極的な子は本心にしょっちゅう発言している。どれも、予習が宿題として課されて、それを前提に授業が進められるので、宿題はきちんとこなす必要がある。

③ 語学面での苦労・アドバイス等

語学の面で苦労したことは特になかった。むしろ物足りなさを感じて、もともと語学学習の方ではなく、専門の方の授業をとる語学点数も足りていたの、そちらのコースを申し込みばよかったと後悔した。

生活について

① 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)

三週間ずっと Residential Hall という学校が直接提携している寮に泊まっていた。最初は申し込む人がかなり多いため入れないとばかり思っていたが、奇跡的空きが出た。また、周囲の話聞く限り、意外とキャンセル待ちが回ってきたりすることが多いみたい。

② 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)  
パークレーは一日で四季が体験できるといわれるほど、昼と夜の温度差が激しい。半袖だけでなく、長袖の上着も必要となる。また、食事は日本に比べてかなり油っこく、味が濃いので、さっぱりした日本食が恋しくなりそうなら、お味噌汁などインスタントフードを持っていくと便利なのかもしれない。バスは、お釣りがでないので、乗る予定があるときはあらかじめ小銭をたくさん確保した方がよい。

③ 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)  
周りにホームレスが多く、夜一人で歩くのが危険だとずっと聞かされていたが、何回か暗くなってから一人で外出しても、特に何もないので、いうほど危険ではないかもしれない。しかし、一度に大金を持ち歩かないことなど、できる警戒はするに越したことはない。

④ 要した費用とその内訳(航空賃、授業料、教科書代、家賃、食費、交通費、娯楽費などの概算)  
教科書代 3000 円  
航空代 16 万  
家賃(一部ミールポイントつき) 12 万  
その他の娯楽費 12 万

⑤ 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)  
東大と JASSO から 8 万円ずつ、計 16 万円の奨学金

⑥ 習・研究以外の活動(スポーツ・文化活動、ボランティア・インターン、週末の過ごし方など)  
週末は近くのサンフランシスコに遊びに出かけたり、寮でのんびり課題をこなしていたりしていた。遠く(ヨセミテや LA)に行けなかったのが少し心残りだった。

#### 派遣先大学の環境について

① 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)  
留学生向けの窓口があるので、授業の履修などで何度も相談させていただいた。時差はあるが、とても丁寧に対応していただいた。

② 大学の設備(図書館・スポーツ施設・食堂・PC 環境等)  
10ドルを払えばとても充実したジムが使えるので、周りに利用者が多数いた。食堂は基本的に寮のものを使っていたが、ほとんどメニューが変わらないためすぐ飽きてきてしまうが、そんな時は友達と外食したりした。

#### プログラムを振り返って

① 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  
このプログラムを通じて、さまざまなバックグラウンドからやってきたかけがえない友人がたくさんできて、この三週間は本当に良い思い出になった。また、自分の英語のスピーキング能力を向上させる必要があると痛切に感じた。

② 加後の予定  
今回の留学を通じて、単一な日本と違って、いろいろな人がいるというアメリカの良さを改めて実感して、大学院はアメリカに来たいという思いが強まった。

③ 後参加を考えている学生へのメッセージ・アドバイス  
正直参加する前は、こんなにもたくさんの友人ができて、こんなにも楽しい時間を過ごせると思っていなかった。三週間は本当にビックリするほどあっという間過ぎ去ってしまうので、毎日毎日を大切に留学生活を楽しんでください。

#### 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。

東京大学での所属学部/研究科・学年(プログラム開始時):工学系研究科・2年

参加プログラム: Berkeley Summer Session 派遣先大学: UC Berkeley

卒業・修了後の就職(希望)先: 5.民間企業(業界: コンサルティング)

<p>派遣先大学の概要 カリフォルニア大学バークレー校であり、世界の公立大学ランキングでは第一位を誇る大学である。</p>
<p>参加した動機 自らの英語力の向上及び、世界の優秀な人材との交流を深め、人脈作りを行いたかったため。</p>
<p>参加の準備</p> <p>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) 手続きにおいては、特に難解な手続きはなかったため、大学側の指示通りに行えば、問題ない。</p> <p>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 ビザをアメリカ大使館に申請した。短期留学であったこともあり、ビザ面接は 3 分以内に終了した。ただ、大使館には時間帯によっては長打の列ができ、面接までに非常に時間がかかるため、面接の予約時間に関係なく、大使館の開館時間の 20 分前から並ぶとまったく待たずに面接に臨むことができる。発行には、2 週間程度かかるため、出発の一ヶ月前には申請を終了させることをお勧めする。また、申請の際、銀行の残高証明書(英文)を提出する必要があるが、私は実家が九州であったこともあり、親からその証明書を送ってもらうまでに結構時間がかかったため、この証明書は早めに準備しておくことをお勧めする。また同様に I-20 を取得するのにも、二週間程度時間がかかるため、早めに I-20 の申請手続きは終了させておくことをお勧めする。</p> <p>③ 医療関係の準備(出発前の健康診断、予防接種等) 特になし(ここ数年風邪などを引いたことがなかったため)。</p> <p>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) 大学側に用意していただいた東京海上日動のものに加えて、損保ジャパンのものにも加入した。追加加入の理由は、傷害死亡時の保険額が低かったためである。</p> <p>⑤ 留学にあたって東京大学の所属学部・研究科で行った手続きなど(履修・単位・試験・論文提出等に関して) 特になし</p> <p>⑥ 語学関係の準備(出発前の英語レベル・語学学習等) Toefl の試験を受験した。</p> <p>⑦ 日本から持参の方がよいもの、その他出発前にやっておくべきこと・アドバイスなど アメリカのネイティブスピーカーの英語になれるためにも、アメリカの映画やドラマをみて学習しておくことをお勧めする。</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) 私は、スピーキング、スピーキング&amp;リスニングの二つの授業を受講した。週に 2 回程度、5 分程度のプレゼンを行う必要があるが、非常に基本的な内容で難しいことはまったくない。グループワークにおいて、大学内においてインタビューを行い、調査結果を発表するというものを行ったが、日本では行ったことのない内容であったので新鮮であった。私の授業は、参加者の 90%以上が中国出身の生徒であったため、アメリカで授業を受けている感じがしなかった。受講生徒の多様性を求める場合には、英語学習のコースは受講しないことをお勧めする。</p> <p>② 学習・研究面でのアドバイス 特に難解なことはないので、安心して問題ない。</p> <p>③ 語学面での苦勞・アドバイス等 特になし。</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、宿舍の様子、見つけた方法など) BSC と呼ばれる生徒により管理されている寮に宿泊した。Session E であったためこの寮も Session E の生徒用</p>

の宿泊プランは設定しておらず、出発の 2 週間前ぐらいになるまで、住居が確定せず不安であった。Session A~D のプログラムに参加するとスムーズに住居を見つけることができると思う。

私が滞在した寮は大学によって紹介されていた寮であり、家賃は 3 週間\$800(10 万円)程度で、他の寮に比べてとても安かった。しかし、非常に部屋が汚く、私の場合はルームメイトがパーティばかりやっていると居るさすぎて、寝付けないこともあった。また、寮が生徒によって管理されているため、オフィスが月曜から土曜の 12 時~5 時までしかやっておらず、チェックインとチェックアウトの際に苦労した。また、オフィスのスタッフが生徒であるため、人によっては全くやる気がなく、横柄な態度をとる場合もあり、住民に対して親切とはいえない。実際、チェックアウトの際の説明が不十分で、共有スペースの掃除が不十分ということで罰金を科されてしまった。加えて、私は出発前日の夕方 5 時までにチェックアウトしなければならず、前日の夜は滞在できないということをチェックアウトの際に知らされた(そういったことの事前説明は一切ない)。したがって、寮から締め出されてしまい、知り合いの住居に急遽泊めてもらった。他の寮ではそのようなことがなく、I-House, Unit2 などの寮に泊まることを強くお勧めする(少し高いが、食事つきである)。特に I-House はイベント事も多く、皆仲が良さそうでとてもうらやましかった。

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、非常に快適である。いつも晴れで、すずしく、湿気もなく、最高の気候である。大学周辺には、レストランやスーパーなどがそろっていて生活するうえで困ることはない。しかし、ホームレスの人々や 1 人で叫んでいる人がほとんどのストリートにいますので、一人で歩いているときは少し怖い。金銭の支払いは、自販機を含めてほとんどクレジットカードで支払うことが可能である。

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)

友人が昼間にナイフを持った三人組がメインストリートで車上荒らしをしているところを目撃し、また夜中に警察が拳銃をもって若者の集団を逮捕しているところを見たりしていたので、日本より治安が悪いことは間違いない。特に夜中は、一人で歩いていけない。

④ 要した費用とその内訳(航空賃、授業料、教科書代、家賃、食費、交通費、娯楽費などの概算)

航空賃:15 万円, 授業料:約 30 万円, 家賃:10 万円, 食費:6 万円, 娯楽費 2 万円

1 ドル=125 円の時期であったため、すべてが割高な印象であった。

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 奨学金:8 万円

⑥ 学習・研究以外の活動(スポーツ・文化活動、ボランティア・インターン、週末の過ごし方など)

週に 2, 3 回はジムに行った。週末は、サンフランシスコに行って観光した。

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)

学生証を持っていれば、大学近くのバスには乗り放題である。また、野球観戦のチケットを大学から購入することもできた。

② 大学の設備(図書館・スポーツ施設・食堂・PC 環境等)

ジムは非常に充実しており、\$10 で使い放題である。

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

プログラムを通じて、私の中で変わったことは、英語の学習に対するモチベーションである。アメリカで使われている英語は普段私が教材などで聞いている英語とは異なり、スラングを話すことが多く、スピードも非常に速い。店の店員も日本と異なり、親切ということはなく、英語が早すぎて聞き取れなかったりすると横柄な態度をとってくることもあったので、次回アメリカに行くまでには、ネイティブスピーカーの話していることは、ほとんど理解できるレベルにまでリスニング力を高めたいと感じた。

② 参加後の予定

民間企業に就職し、その後 MBA を海外に取りに行きたいと考えている。

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

英語力を上げるために、このプログラムをどう考えている生徒は、英語学習コースの授業ではなく、歴史、数学といった授業を取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 のサイトが一番役に立ちました。

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。

東京大学での所属学部/研究科・学年(プログラム開始時): 経済学部経済学科4年

参加プログラム: 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:金融機関 ) 6.起業 7.その他( )

#### 派遣先大学の概要

UC Berkeley の Summer Session に参加した。UC Berkeley はアメリカのカリフォルニアに位置していて、サンフランシスコ国際空港から車で1時間程度のところにある。International Students の割合が比較的多く、またアジア人(主に中国人)の割合も非常に高い。期間は7月6日から8月 15 日までの6週間だった。

#### 参加した動機

語学力の向上が主な目的である。9月から経済学部の交換留学をする予定でその前に語学は最低限のレベルに達しておきたかった。またアメリカを訪問したことがなかったため、アメリカのカルチャーを経験してみたく、アメリカの学校を選択した。

#### 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)

ビザや保険に関しては早めに取得することをお勧めする。また UC Berkeley の授業登録等も開始したらすぐに登録するとよい。私の友人は既にコースが埋まっていた、とりたいコースが選択できなかったようだ。

##### 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)

言われているほど難しいものではないので、サイトの指示に従えば難なく取得できる。ビザの種類は F1ビザ、申請先は大使館です。取得には2週間ほどかかった。ギリギリになると不安だと思うので、早めに取得しましょう。私は5月に取得していた。

##### ③医療関係の準備(出発前の健康診断、予防接種等)

特別なことは何もしなかった。歯医者にだけいった。(アメリカでは保険でカバーされないようです)

##### 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)

学校から義務づけられる保険に加入した。その他にもクレジットカードについている保険や、親の会社で入会している保険にも入っていた。

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

特にありません。留学届けを提出する程度。

##### ⑥語学関係の準備(出発前の英語レベル・語学学習等)

留学前に TOEIC を取得した。英語が本当に苦手なので 900 点程度だった。

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

基本的には現地で購入できるので、Passportとお金さえあれば大丈夫です。薬等は持参することをお勧めする。市販薬もあるが、強い薬かつ高かった。英語はもちろんなるべくたくさん勉強しておくといい(特にリスニング)

#### 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)

ESL(English Second language)と Business Speaking の2コースを選択した。どちらのコースも英語学習を目的とするものだった。ESL は Reading, Writing, Speaking, Listening 全ての skill の改善を目指すもので、150 分の授業が週 4 回行われた。Reading に関しては1冊の小説を教材として扱い、週に 50~60 ページほどの宿題がでた。Writing は毎回の授業で簡単なエッセイ等の提出が要求され、Speaking は授業で2回5分ほどのプレゼンを行った。Listening に関しては授業中に週に2つほどの動画を見た。また先生が非常に良心的で週に1度 Extra Class とし て無料で TOEFL 対策の授業を行ってくれた。授業の人数は 15 人程度で、extra class に参加する学生は4、5人程度だったのでとても役に立った。Business speaking のコースでは、Ted を通じてプレゼンテーションの仕方を学んだ。教材は Presentation についての本と Talk Like Ted の 2 冊を用い、週に合計で 200 ページほど読み進めた。プレゼンは2分間のものを3回、15分間のものを1回おこなった。Business Speaking というよりは Public Speaking に近いものだった。クラス的人数は 10 人程度だった。また先生が field trip を土日に企画してくれ、計4回の field trip が行われた。土日に旅行に行けなかったのは残念だが、非常に役立った。

##### ②学習・研究面でのアドバイス

予習復習をきちんとすることをお勧めする。特に授業料が非常に高いので、1分1秒むだにしないように取り組みまし

よう。授業はハイレベルなわけではないので、ついていけます。英語に自信がある方はレクチャースタイルの授業を選択したほうが良い。その方がアメリカ人やヨーロッパ系の人と出会う機会が多く、英語の勉強には役立つと思う。英語を勉強するコースはほぼアジア人しかいない。

### ③語学面での苦労・アドバイス等

アジア人が多いので、なかなか上達しない。私はドイツ人の友達を見つけ、なるべくその友達といるようにした。UC Berkeley の Summer Session は本当にアジア系が多い(主に中国人)ので、英語を上達させる環境としてはそこまで良いものではない気がします。とにかくヨーロッパ系の友達を見つけることをお勧めする。

### 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)

私は Casa Cedar という Share House にすんだ。(部屋も share room)大学の website で紹介されている。Ihouse がメジャーだが、Ihouse を選択すると日本人でかたまってしまいがちだったので、シェアハウスを利用した。家はきれいでキッチンがあったのが良かった。共用の調味料等もあり、非常によかった。ただ多くの学生が住む場所とは反対側に位置していたため、夜遅くなってから帰宅するのが少し面倒であった。

#### 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)

気候は朝晩は冷え込むので長袖、昼間は日差しが強く半袖または薄手の長袖というイメージ。日本と違って湿度が高くないのでとても過ごしやすい。大学周辺にはたくさんのカフェやレストランがあり、食べる場所には困らない(日本食レストランも味の善し悪しは別としてたくさんあります)。バスは学校の学生証を見せると無料で乗れるので非常に便利。またサンフランシスコ市内にはバート(地下鉄)を利用することが多かった。少し複雑だが、なれると使いやすい安全。お金は基本的にはクレジットカードが使える。現金は2.3万程度しか持っていかなかった。

#### 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)

学校の周辺は安全だが、一本外にでると危険だと現地の人は言っていた。特に暗くなってから一人で歩くのは少し心細く感じた。11時をすぎたら一人で歩かないようにした。到着したらまずはどこのストリートが危険か現地の人にきくことをお勧めする。(クラスの友人はお金をとられたりしたようだ)

#### ④要した費用とその内訳(航空賃、授業料、教科書代、家賃、食費、交通費、娯楽費などの概算)

航空費往復3万5千(マイルを使用したので普通にとるとどれくらいなのかかわからないです。)、授業料20万程度、教科書1万5千、家賃25万、食費15万、交通費1万、娯楽費5万

#### 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)

JASSO 32万 学校の website で見つけました。

#### 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、週末の過ごし方など)

週末はサンフランシスコ市内に遊びにいたり、車で2.3時間のところの観光スポットに行ったりした。宿題が多い週はパークレーにいて、カフェで友人と勉強したりした。

### 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)

サマーセッションの参加学生の懇親会のようなものを企画してくれました。

#### ②大学の設備(図書館・スポーツ施設・食堂・PC環境等)

図書館は非常に充実しています。ジムは10ドルで期間中使えるので、運動好きな人は是非。食堂はありませんが、大学からすぐのストリートにはたくさんのレストランがあります。

### 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

まずプログラムの意義に関して、ESLでは英語の総合能力を底上げすることができた。この授業と、この授業に参加していた他学生との日常会話を通じ、特に基本的な会話能力を習得することができた。また writing の課題が毎回与えられたため、英語で文章を構成する能力がレベルアップした。さらに授業中における動画やラジオの listening は先生が細かくなんとっているのかを教えてくださいました。さらに授業中における動画やラジオの listening は先生が細かくなんとっているのかを教えてくださいました。Speaking に関しては授業であまり議論する機会がなく、大きな改善は見られなかったが、二回ほど行ったプレゼンテーションで少しは改善した。一方で Business Speaking のコースにおいて Speaking 能力を向上することができた。このコースでは英語の Speaking はもちろん、プレゼンの仕方など、今後非常に役に立つであろう skill を獲得することができた。また Reading の宿題が比較的多めだったので、読むスピードも速くなった。また UC Berkeley のサマーセッションには本当に多くのアジア人がいるので、語学を向上するためにはヨーロッパからきた学生等と友達になる必要がある。私は運良くドイツからきた学生と仲良くしたが、なかなかアジア系以外の学生と仲良くなるのは難しい。

参加を通じて成長したことは、語学力の向上と、他国と日本を比較することによりマクロ的な視野が広がったこと、自信の勉強のモチベーションが高まったことの3点であると考えます。語学力の向上は上記に述べた通り、ある程度は改善された。ESL Speaker との日常会話には困らないが、一方でネイティブスピーカーの話全て聞き取るのは依然と



して少し難しい。二点目に関して、UC Berkeley では中国人や韓国人、少数ではあるもののカナダ人やヨーロッパ系の人とも話す機会があり、USA の文化だけでなく、様々な国の文化を知ることができた。またそうした中で、日本のいい点、問題点を見つけることができ、とてもいい経験になったと考える。今まで気づかなかった日本を見つけることができる。3点目に関して、日本の学生の勉強不足を痛感させられる。海外の学生は自分の専門の分野に非常に詳しく、また世界のニュースやいろんな問題に非常に詳しく。自分の勉強不足や、視野の狭さを実感させられ、もっと勉強しなければという強い思いが生まれた。

#### ②参加後の予定

9月から12月まで経済学部の交換留学でフランスにて経済学を学ぶ予定である。非常に有意義な時間になると思うので、一分一秒を無駄にせず勉強してかえってきたい。卒業後は外資系の金融機関で働く予定だが、その後日本の食材をいかしたビジネスを立ち上げたいと考える。なにをするにも英語は最低限必要なツールなので、マスターしていきたい。

#### ③今後参加を考えている学生へのメッセージ・アドバイス

短期間であるものの、非常にいい経験になると考える。正直語学の向上という面ではコースがとても訳に立つ訳ではないので、自分で積極的に英語の上手な友人を探す、隙間時間には動画等を見て勉強するなど、努力が必要だ。一方で様々な国の人と交流しいろんな文化を感じることができるという面では非常に良い。また金銭的な面に関して SF は近年物価が非常に高くなっているの、バイトしてたくさんお金をためておくことをお勧めする。

#### 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

東京大学の website にある報告書(プログラム参加者)は非常に役に立つ。

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

東京大学での所属学部/研究科・学年(プログラム開始時): 農学部環境資源科学課程農業・資源経済学専攻

参加プログラム: 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( )

派遣先大学の概要

カリフォルニア大学は州立大学であり、敷地内にはクロックタワーや植物園などがある。

参加した動機

私自身英語に自身がなく、海外に行くことに対して漠然とした恐怖感がありました。そのような苦手意識や恐怖感を払拭するために参加しました。また、3週間という短い期間ではありますが、初めて英語を外国の方々と話す機会ということで英語での会話力の向上も目的としていました。

参加の準備

①プログラムの参加手続き(手続きにあたってのアドバイスなど)

SessionEで申し込むとSessionDが始まるまで学校寮を決めることができません。しかし、I-houseはキャンセルが回ることが多いので、キャンセル料があまりかからない宿泊先を予約するとともに、I-houseのキャンセル待ちをするのがおすすめです。

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)

ビザ申請についても早め早めに進めておくと思いいます。

③医療関係の準備(出発前の健康診断、予防接種等)

飛行機での移動ということでエコノミー症候群が怖いので、血液の状態くらいは確認しておくといいいのかなと思います。

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)

加入が必須の保険の他に、空港で他の保険に入ることのできる際の保険金額を上げました。

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

まず、海外渡航届を学部の方に提出しました。また、単位に関しては単位獲得が確定してからの申請と言われていたのですが、科目によっては学部の卒業単位に入れてもらえるので、渡航前に教授に相談するのがおすすめです。

⑥語学関係の準備(出発前の英語レベル・語学学習等)

出発前は英語がしゃべれるかどうかよくわからず、TOEICも600点台でした。

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

ジムに入ることができるので、運動着を持参するといいいと思います。

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)

授業のスタイルは授業によってだいぶ異なるという印象で、毎回30ページほど読むという課題が出る授業もあれば、カードゲームのルールを理解してくるだけという授業もありました。

②学習・研究面でのアドバイス

語学の学習という園では外国の生徒たちと遊ぶことでも上達するので、課題をやるにしても遊ぶにしても計画的に時間を使うといいいと思います。

③語学面での苦労・アドバイス等

語学面では、長文を話すのに苦労したので、事前にテンプレの英文を頭に入れていくと役に立つと思います。

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)

Durant Hotelに1週間ほど宿泊した後で、I-houseが取れたので残りの2週間をそこで過ごしました。

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)

気候は思ったより涼しく、厚手のパーカーを着てちょうどいい日も多々あったので、厚手の上着を準備することをお勧めします。交通機関としては、大学から駅や大学からサンフランシスコでAC-transnitというバスがあり、学生証を持っていると無料で利用することができる。

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)

パークレーの中でも学校付近の治安はとてよく、夜でも外出している学生を見かけます。しかし、少し離れると治安がいいとは言えない地域もあるので、そこは昼間の間にどこが治安がいいのかをしっかりと見定める必要があるでしょう。

④要した費用とその内訳(航空賃、授業料、教科書代、家賃、食費、交通費、娯楽費などの概算)  
航空費、授業料、宿泊費、教材費で合計 100 万円弱かかっていました。

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)  
8 万円でした。

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、週末の過ごし方など)  
週末はサンフランシスコの方に遊びに行く事が多かったです。

#### 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)  
ダンスパーティやコーヒアワーなど様々な企画が開催され、他の留学生との交流がしやすかったです。

②大学の設備(図書館・スポーツ施設・食堂・PC 環境等)  
図書館はとて大きく、ビデオを借りて見るができるような施設もありました。Wifi はどこでも飛んでおり、とても便利な環境でした。

#### 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  
今回のプログラムは3週間だったので、正直英語の会話力向上という面ではあまり期待していなかったのですが、今まで海外に行ったことのなかった私にとっては英語でコミュニケーションを取る良い経験となりました。おかげさまで、外国の方を見ても臆することなく英語を使うことができるようになり、そしてアメリカの文化や治安についても理解することができたと思います。当初目的としていた英語を話すことへの苦手意識や、海外に行くことに対する恐怖感を払拭することができました。

②参加後の予定  
様々な職種のインターンシップに参加し、就職活動に徐々にシフトしていく予定です。

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  
英語に苦手意識を持っている人こそ行ってほしいと思います。会話をするという面では簡単な単語・簡単な文法である程度のコミュニケーションを取る事が可能なので、そういったことを実感できる良い機会かなと思います。

#### 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

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

東京大学での所属学部/研究科・学年(プログラム開始時): 工学系研究科社会基盤学専攻・修士一年

参加プログラム: Berkeley Summer Session 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**

UC Berkeley はアメリカ合衆国カリフォルニア州北部の町バークレーに位置する州立大学。アメリカ屈指の名門校であり、IT系やコンピューター分野が強い。通称 Cal。

**参加した動機**

英語への苦手意識の克服と、それによる英語でのコミュニケーション力の向上。最低限日常生活において困らない英語でのコミュニケーション能力を身につけ、自信を持って話せるようになること。またアカデミックな場面での英語の使い方や英語でのプレゼンの仕方の習得。

**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)

必要書類が多いため早めの準備が必要。また自分の留学の目的を予め明確にしておくこと。また留学が決定したら宿泊先の確保もすぐに行うこと。

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)

ビザ申請には時間がかかるため、これについても早めの準備が必要。

③ 医療関係の準備(出発前の健康診断、予防接種等)

特に必要は無い。

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)

基本的には本部国際交流課から紹介のある保険で十分。

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

所属学部や担当教官からのサインが必須。このプログラムでは単位認定はされない。

⑥ 語学関係の準備(出発前の英語レベル・語学学習等)

出発前の英語レベルはあまり日常会話もできない程度だった。事前に文法の基礎等は復習してから臨んだ。

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

文法や語彙はあればあるだけいいので可能な限りやっておくべき。授業の取り方しだいでは空き時間もかなりあると思うので問題集など持って行ってもいいかもしれない。

**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)

授業は基本少人数で多くて20人程度。授業は受動的な感じではなく、生徒間のディスカッション等もあるため実際に授業内で英語を使う場面も多い。基本的には宿題という形で予習を行うことが多い。授業にもよるが宿題の量は総じて多め。

② 学習・研究面でのアドバイス

積極的な発言が重要。実際に口に出してみないと使えるようにはならない。

③ 語学面での苦勞・アドバイス等

中国人留学生の割合が多く、彼らが中国語で話しがちなので、英語で会話に入るのが難しい。

**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)

University residence hallと呼ばれる学生寮、家賃は他と比較すれば低め。三人部屋にすればさらに安いかなり窮屈ではあった。

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)

気候は温暖で過ごしやすい。朝は霧が出て寒いので羽織るものがあるとよい。雨はこの時期ほとんど降らない。大学周辺には緑が多く、飲食店やスーパーもある。交通機関はバス(学生なら無料)とBARTと呼ばれる電車。大抵の店で

クレジットカードが使えるためあまり大きな金額を持ち歩く必要は無い。

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)  
治安があまりよくないエリアがあるので特に夜間は一人で行動しないほうがいい。

④ 要した費用とその内訳(航空賃、授業料、教科書代、家賃、食費、交通費、娯楽費などの概算)  
航空機、授業料、家賃合わせて120万円程度。現地に到着してからさらに教科書代や食費、交通費がかかり総額10万円程度。休日に旅行(サンフランシスコやロサンゼルス、ラスベガス)に行くと総額20万円程度

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 奨学金。支給額計16万円。奨学金つきサマープログラムへの申し込み。

⑥ 学習・研究以外の活動(スポーツ・文化活動、ボランティア・インターン、週末の過ごし方など)  
週末は宿題を終わらせた後、近くのサンフランシスコの観光などをしていました。

#### 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)  
生活面では十分なサポートが受けられる。

② 大学の設備(図書館・スポーツ施設・食堂・PC環境等)  
図書館は複数ありそれぞれ広く利用しやすい。スポーツセンターがあり、10ドルで一ヶ月自由に使用可能。ジムやプールなどもある。食堂は宿泊施設にもよるが、基本的に食事ポイントを使って利用する。メニューはあまり変わらない。PC環境は図書館内にある。印刷やスキャンができる場所はそんなに多くないので早めに調べておくとよい。

#### 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  
今まで英語のみを重点的に勉強するということが無かったので、この期間中英語に絞って勉強したことはよかったし、自分の英語力をもう一度見つめなおすきっかけにもなった。また日本人留学生の数はそれほど多くはないので必然的に英語を使うようになり、苦手意識は減ってきたように思う。ただしこのプログラムは第二外国語として英語を学ぶ学生のためのものであるため、ネイティブスピーカーと話す機会はなかなか得られない。そのためネイティブともっと多く話す機会を得たいのであれば何か別の手段を考えたほうがいいのかもわからない。また個人的には授業数を必要以上に取ってしまい、自分の個人的な勉強をする時間がほとんど取れなかった。宿題に追われるだけだとあまり自分のためにならないので、時間配分を考えて授業を取ったほうがよい。

② 参加後の予定  
参加後は研究室に戻り、研究を進める。

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  
英語は自分から積極的に使っていくべき。勉強するだけなら日本でもできる。授業によってはネイティブと話す機会を得るのが難しいので、その場合は何か他の手段を考えたほうがいいのかもわからない。Calには優秀な学生が大勢いるので彼らと話さないのはもったいない。

#### 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

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

東京大学での所属学部/研究科・学年(プログラム開始時): 工学系研究科修士 2 年

参加プログラム: Berkeley Summer Session (English Language Studies) 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:コンサルティング) 6.起業 7.その他( )

#### 派遣先大学の概要

Berkeley Summer Sessionには世界各国からおよそ3,500人の学生が参加する。約半数が中国出身であり、プログラム中も中国語を耳にすることが多かった(私が選択していたクラスでは学生の半数以上が中国語話者であった)

#### 参加した動機

学生のうちに海外留学を経験したかったこと、および世界各国から参加する学生と交流を深めたかったこと。

#### 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)

先着順に手続きが行われる一方、事務処理にかかる時間は日本の感覚と比べると大幅に遅いので時間に余裕を持つこと。International Houseの滞在を希望する場合は参加の検討と同時くらいに手続きを進めておかないと空室がなくなるという自体が頻発する(3月中には手続きを終えておきたい。ダブルルームの滞在を希望したが空室がなかった)

##### 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)

F-1ビザを米国大使館似て発給。海外に居たため手続きがギリギリまで行えなかったが、その際に6月に発生した米国大使館の技術的問題によりビザの発給が遅れるという全世界的なトラブルに巻き込まれ、出発日の4日前に発給が行われたため、時間に余裕を持って発給手続きを行うことを強く勧める。

##### ③医療関係の準備(出発前の健康診断、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)

所定の海外旅行保険およびOSSMAに加入。クレジットカードの自動付帯保険もあったため同時に確認。

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

修士論文の中間報告の時期と重ならないかを確認した。

##### ⑥語学関係の準備(出発前の英語レベル・語学学習等)

内定先から課される英語トレーニングがあり、また留学前にフィリピンに短期留学をして語学力を高めてから臨んだ。

##### 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

電子辞書、タコ足ケーブル(なかなか見つからない)など。アメリカでは日本により低品質高価格なことが当たり前であるので、100円ショップなどをうまく活用し準備するとよい。

#### 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)

授業はDiscussionが多く、積極的に発言することが求められる。課題は全般に多く、特にReading Assignmentの分量が多い。私のクラスでは、ほぼ毎回予習範囲からの小テストがあったため復習よりは予習が中心であった。

##### ②学習・研究面でのアドバイス

授業中になるべく多くのことを消化できるようにし、時間を決めて集中して課題を終わらせてしまうと友達と過ごす時間などが増え留学生生活を最大限に楽しめる。

##### ③語学面での苦勞・アドバイス等

特段、大きな苦勞はなかった。

#### 生活について

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

International Houseに宿泊していた。Single Room、60食つきで6週間約\$3,000+\$1,000のデポジット。値段を抑

えようと思えばルームシェアや宿を個人的に探すのが良いが、国際交流に主眼を置くならば International House を強く勧める。

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)  
昼間は半袖で過ごしやすいが、夜はパーカーなど長袖が必要。大学周辺は治安は良く夜中でも外出ができるが、BART の駅があるダウンタウン周辺はホームレスが多く人によっては不安を感じることもあるかもしれない。(Bear Transit という学内バスや AC Transit というバスが学生証を提示すると無料で使えるため便利である)  
お金は主にクレジットカードのキャッシング→ネットバンキングで返済を繰り返し行っていた。ATM は多くあり、利子を考慮してもレートが最も良くなること、さらに現金を多く持ち歩かなくて良いので便利である。

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)  
特に不安視する点はない(SF エリアでは夜間治安の良くない場所があるため注意すること)

④要した費用とその内訳(航空賃、授業料、教科書代、家賃、食費、交通費、娯楽費などの概算)  
約 100 万(航空券 10 万、授業料 35 万、教科書代 1 万、家賃 35 万、その他食費/娯楽費など 15 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)  
JASSO 支給の奨学金 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、週末の過ごし方など)  
週末や夜間は International House に住む友達と外出していた。Yosemite や Los Angeles, Las Vegas などに週末を利用して出かける学生が非常に多い。

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)  
あまり手厚いとはいえない。学生間で独自にコミュニティを作りサポートしているのが実情である。(Facebook のグループや中国人学生間では WeChat のグループが駆使されている)

②大学の設備(図書館・スポーツ施設・食堂・PC 環境等)  
International House の図書館は 24 時間空いており、わざわざ学校まで行く必要がないのが便利。  
学校のスポーツジムが夏の間\$10 で使えるため体調管理やリフレッシュにとても良い。  
食堂は International House の学生は I-House でのみ使えるバウチャーが、それ以外の寮(Unit 2 など)に滞在する学生は学内指定の食堂で使えるバウチャーが発給される。

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

留学のプログラムを通して語学力の成長を多少なりとも感じる事ができた。Discussion や Presentation 主体の授業であり、日本滞在中はなかなか行えない Speaking のスキルを高めることができる。また、授業自体も Business に関連する授業を取っていたため、興味深い内容も多かった。  
さらに、世界中の学生と交流でき、多くの友人を作ることが出来たことが何にも代えがたい貴重な経験となった。

②参加後の予定

引き続き語学力の向上に励みたいと考えている。  
また、留学中に出来た友人とは国内外問わず個人的に再会する予定である。

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

日本では味わえない貴重な経験を得られる機会なので、少しでも参加を検討しているならば是非留学することをお勧めしたい。

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。

東京大学での所属学部/研究科・学年(プログラム開始時): 工学系研究科技術経営戦略学専攻 修士2年

参加プログラム: 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:コンサルティング ) 6.起業 7.その他( )

**派遣先大学の概要**

UC Berkeley の夏季短期プログラムに参加。プログラム内容は現地での英会話に関する講義の聴講

**参加した動機**

1. 来年度より多国籍企業に就職する関係でビジネスにおける実用的な英会話スキルを習得する必要があるため
2. アメリカ国内に一定期間滞在する事を通し、海外での生活に自分自身を順応させるため

**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)  
手続きは現地大学への入学申請、奨学金申請、保険申請と多岐にわたるため、申請に必要な資料を早期に熟読する事を薦めます。
- 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)  
ビザはアメリカ学生ビザで一度大使館に赴き申請をしなければならないものだったのですが、アメリカのビザ発行に関するシステムエラーが原因でビザ申請が一時期ストップするトラブルがあり、プログラムに参加出来なかった学生も一定数いたと聞くので早めの申請を行なうと良いと思います。
- ③医療関係の準備(出発前の健康診断、予防接種等)  
アメリカへの滞在だったので特に予防接種は受けていません。
- 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)  
国際交流課が提示した保険に加入したのでそれ以外の保険には加入をしませんでした。
- ⑤留学にあたって東京大学の所属学部・研究科で行った手続きなど(履修・単位・試験・論文提出等に関して)  
参加したプログラムは東大における履修や単位に関係がなかったので特段の手続きはありませんでした。
- ⑥語学関係の準備(出発前の英語レベル・語学学習等)  
語学に関しては日本で英会話学校(レアジョブ、ベルリッツ)に通っており、基本的な日常会話には支障がない程度のレベルにしました。留学の際は英語のレベルに応じて現地での交流の幅も広がってくるのでより良い機会を得るためにも予め英会話を準備しておくと感じます。
- 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  
日本の文化を代表するもの(扇子、ゆかた、日本酒等)を持参すると現地での交流の入り口として重宝されるのではないかと思います。実感として日本人は全留学生の中で多くはない方だと思うので、他の留学生は日本の文化に興味を持つ事が多いと感じます。

**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)  
講義は英会話の授業を取っていた事もありディスカッションが中心でした。また日本の授業と違い予習として課題図書を読み、そこで得た疑問や感想を授業で持ち寄り議論するというスタイルの形式で、自分の意見を主体的に形成する事を求める形式出会った事が印象的でした。
- ②学習・研究面でのアドバイス  
授業で得た一つ一つのトピックに対して意見や疑問をしっかりと作る事が重要と感じます。自分から質問しない限り先生はそのトピックについて深掘りしてくれないし、インプット重視の授業ではないので意見を言わなければ授業中に得られるものも少ないと感じます。
- ③語学面での苦労・アドバイス等  
個人的に英語は得意ではなかったので、先生の話す事を聞き漏らしてしまう場合が留学当初散見されました。正しく話しを聞く事が出来なければ自分の意見も作る事が出来ないのでまずはリスニングに集中するのが良かったのではないかと感じます。

**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、宿舍の様子、見つけた方法など)  
30人程度が暮らす小さな寮に住んでいました。家賃は6週間で\$1650、ウェブサイトを見て発見しました。
- 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)  
大学周辺は大変静かで気候も温暖であったため過ごしやすい環境でした。食事に関して言えばレストランが多



く存在するので外食に困ることはありませんでした。自炊も時々しましたが、友達と交流するためにほとんどの夕食は外食で済ませました。お金は日本でまとまったお金をドルに直しましたが、クレジットカードでお金を引き出す方がレートが有利であると聞きます。

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）

留学先の治安は良好と感じます。但しホームレスが多いブロックなど治安が比較的悪い場所もあるのでそのような場所に関しては情報を得た上でみだりに歩き回る事を控える事を薦めます。

④要した費用とその内訳（航空賃、授業料、教科書代、家賃、食費、交通費、娯楽費などの概算）

総額約100万円（授業料43万円、航空券8万円、宿泊費20万円、教科書代1万円、保険料2万円、ビザ4万円、食費10万円、娯楽費10万円）

⑤奨学金（受給していた場合は、支給機関・支給額・見つけた方法など）

JASSO 16万円 東大夏季短期留学プログラムに付随

東大友の会 \$4000 websiteにて発見

⑥学習・研究以外の活動（スポーツ・文化活動、ボランティア・インターン、週末の過ごし方など）

週末は現地の友人と観光やキリスト教 bible study に参加する等をしていました

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）

特にサポートがあった様には見受けられないと感じます。学生用のポータルサイト(utmate の様な)は存在しました

②大学の設備（図書館・スポーツ施設・食堂・PC 環境等）

図書館は広く居心地の良い場所でした。またジムも充実しており多くの学生が通っていました。

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

UC Berkeley での講義を通して、私は英会話に関する実用的なスキルを身につけるだけでなく、多国籍の人々と円滑に

コミュニケーションを行なう為に必要な文化的差異の考慮について深く考える事が出来ました。英会話の実用的なスキルに関して言えば、ビジネスシーンにおけるディスカッション、プレゼンテーション、インタビューなど幅広いタイプのコミュニケーションが可能になり、また Conflict resolution に関する実用的なコミュニケーションの運用方法に関しても習得できたと感じています。また多国籍の人々とのコミュニケーションに関しては、ディスカッションを行なう際に中国出身の人々は自分の意見を強く主張する事を避ける傾向がある、など国籍や文化に寄るコミュニケーションスタイルの差異が存在し、それらを共有しないままにディスカッションを進めると円滑な会話が成立しなくなる事を痛感しました。その上で相手のコミュニケーションスタイルに関して共有し、それを考慮に入れた上で意見を出し合っただけという事を実践出来たのではないかと感じます。

②参加後の予定

本プログラム終了後はインドの経営大学校におけるサマープログラムに参加予定です。

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

短期での留学を検討している学生の方は、是非留学先での滞在時間をフルに使い切って欲しいと感じます。留学先では多くの自由な時間が与えられるため、留学に行く目的を明確にした上でそれに基づいて行動しなければあっという間に何もしないで留学が終了する恐れがあるのかなと思います。僕の場合は英会話を最大限伸ばす事を主目的においていたので講義の準備をしっかりしてディスカッションを有意義にする事と、自由に使える時間は極力友人と外出してコミュニケーションを取る事を心がけていました。

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 website や出版物は参照しませんでした。

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。

東京大学での所属学部/研究科・学年(プログラム開始時): 理学部生物学科 4年

参加プログラム: UC Berkeley Sumer Session E (Summer English Language Studies) 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**

California 州 Berkeley に本部を置く州立大学。1868 年に設置され、カリフォルニア大学 (University of California) の発祥地であり、10 大学からなるカリフォルニア大学システム(UC システム)の中で最も古い歴史を持つ。

**参加した動機**

将来的に留学したいと思っていましたが、自分の英語力に自信がなかったため、またいずれ長期留学をすることを考えていますが、海外の状況を何も知らないまま行くのは不安なので、その準備段階としてアメリカでの滞在を経験しておきたいと思ったので。

**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)

東大から大体の手続きの流れが書かれたファイルは送られてきますが、全ての手続きはインターネットで自分で行います。先着順で授業を選べるため、私が手続きしたときには一番興味があったものは定員が埋まっていた。もっと早く動いておくべきだったと思います。

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)

F-1ビザを取得するように UC Berkeley から指定されています。書類が届かないと次の段階に進めなかったり、アメリカ大使館へ行かなければならなかったりするので、かなり早めに準備するように心がけましたが1ヶ月ほどかかりました。7 月頃にビザの手続きでトラブルがあり困る人も多かったようなので、余裕を持ってビザを取得しておくのと良いと思います。

③医療関係の準備(出発前の健康診断、予防接種等)

特に準備は行いませんでした。

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)

本部国際交流課に指定されていたものと OSSMA

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

東大での単位取得はしなかったため、海外渡航届のみ学部提出しました。

⑥語学関係の準備(出発前の英語レベル・語学学習等)

東大で開講されている SEL(special English lesson)を受講して話す練習はしていました。実際に行ってみるとなかなか思うように話せなくて、もっと対策しておくべきだったと思いました。

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

電子辞書、ノートPC。お店は学校の周りにもたくさんあるので、基本的なものは現地で購入できます。

**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)

私は writing and editing と academic vocabulary の授業を取りました。前者は毎日 reading や grammar や短い writing の課題が出され、翌日の授業中に答え合わせや peer review を行いました。週末には 1000words での essay を書く宿題が出ました。ここまで長い文章を英語で書いた経験がなかったので、少し苦勞しました。後者は reading の課題が多く出され、その中で出てきた知らない単語を身につけることが求められました。Farmers market や Oakland museum にもクラスで訪れ、その中から key word を探したりもしました。

②学習・研究面でのアドバイス

放課後や週末にしっかりと課題をこなしたり復習したりすることが大切だと思います。

③語学面での苦勞・アドバイス等

私が取ったクラスはどちらもほとんどが中国からの生徒でした。元々あまり listening が得意ではなかったのですが、中国人の独特の発音や訛りが入った英語は特に聴き取りづらかったです。また、日頃から writing や speaking の力を身につけておくべきだったと痛感しました。

## 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)

SS INN に宿泊しました。来年以降は生徒を受け入れないつもりだとオーナーさんはおっしゃっていましたが…

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)

日差しはとても強いですが気温は8月でも20度ほどで、朝晩は寒いくらいでした。日中もよくパーカーを羽織るなどして過ごしていました。

交通機関はバスが発達している他、BART という地下鉄もありサンフランシスコなどへもこれを利用して行けます。

お金に関しては、私は現金で800ドルほど持って行き、必要な時はクレジットカードを使うようにしていました。周りの人たちと比べるとあまり派手に遊ぶことはなかったのでこれで十分足りましたが、いろんなイベント等に参加する場合はもっと必要かもしれません。

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)

学校の近くはお店が多くあり人もたくさん通っていますが、ホームレスの人たちもかなりいました。特に夜に出歩くことは危険だと渡航前や UC Berkeley のガイダンスでも注意されたので、遅い時間に外出することは避けました。

④要した費用とその内訳(航空賃、授業料、教科書代、家賃、食費、交通費、娯楽費などの概算)

航空費20万円弱、授業料20万円程度、宿泊費15万円、教科書50ドル程度、その他食費・娯楽・お土産等で500ドル程度

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)

東大と JASSO から8万円ずつ、計16万円

⑥学習・研究以外の活動(スポーツ・文化活動、ボランティア・インターン、週末の過ごし方など)

授業を受け持っていた先生にお誘いしてもらい、Oakland まで野球観戦に行きました。また、休日に友人とキャンパス周辺を散策したり(キャンパス内のタワーも学生証があれば無料でのべれます)、サンフランシスコまで観光に行ったりしました。

## 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)

International student 向けのオフィスがあり、初日の授業でパンフレットを配っていたりガイダンスなどもありました。

②大学の設備(図書館・スポーツ施設・食堂・PC 環境等)

図書館は行くべきです！開放的ながらも趣があってとても素敵でした。図書館内でコピーやスキャンなどのサービスも利用できます。

スポーツ施設は10ドルで自由に使えるようです。

## 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

今まであまり英語を話す機会がなかったので最初はとても戸惑いましたが、3週間のプログラムの中でたくさんの人たちと話すうちに、完璧な英語を話す必要はないこと、とにかく伝えようという意志が大切だということがわかりました。劇的に英語を話せるようになったわけではありませんが、良い意味で度胸がついたと思います。周りの生徒たちがとても勉強熱心だったのもとても刺激になりました。

また街のアメリカ人の様子を見たりクラスメートの中国人の話を聞いたりして、自分が日本という恵まれた環境にいることを思い知らされました。

たくさんの新しい経験をしたことで自信にもつながり、将来機会があればまた留学をしたいと強く思うようになりました。

②参加後の予定

大学院に進学します。また、学部の奨学金をいただけることになったので来年1ヶ月半ほどですがアメリカに留学する予定です。

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

迷っているなら絶対に参加するべきです。たった3週間でも得るもの・新しく出会うことはたくさんありまし、今後さらに勉強を頑張ろうというモチベーションにもなりました。

ただ私の場合は英語が思うように話せずとてももどかしい思いを何度もしたので、渡航前に英語力(特に listening と speaking)は磨き、自由にコミュニケーションをとれるレベルになっておくことをおすすめします。

## 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

go global の体験談

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

東京大学での所属学部/研究科・学年(プログラム開始時): 農学部 農業・資源経済学専修 3年

参加プログラム: Berkeley Summer Session (ESL) (Session D)

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( )

<p>派遣先大学の概要 カリフォルニア大学の中で最も歴史のある名門校。</p>
<p>参加した動機 英語力を向上させたかったことに加え、海外での一人暮らしに挑戦してみたかったから。</p>
<p>参加の準備</p> <p>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) 東大とUCバークレー双方の書類記入や入金手続きなどが立て続けにあり、大変でした。ミスがあって書き直しとなっても間に合うように余裕をもって行うことに努めました。</p> <p>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4月の下旬には取っておきました。事前の Web での書類記入に意外と時間がかかるだけでなく、面接の日程調整や当日の長い待ち時間など面倒なことが多いのでできるだけ早めに済ませたほうがいいと思います。特に今年は留学ビザのシステムエラーが発生し、ビザ取得が遅れていた人たちがセッションの変更や取り消しを余儀なくされていたので、早めに動いておいてよかったです。</p> <p>③ 医療関係の準備(出発前の健康診断、予防接種等) 歯医者は保険がきかないことが多いと聞いていたので、事前に歯科検診を受け、虫歯を治療しておきました。</p> <p>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) 東大から紹介された海外旅行保険に加入しました。</p> <p>⑤ 留学にあたって東京大学の所属学部・研究科で行った手続きなど(履修・単位・試験・論文提出等に関して) 農学部は6月から夏休みだったので、特に何もありませんでした。</p> <p>⑥ 語学関係の準備(出発前の英語レベル・語学学習等) TOEFLを受けました。また、日常会話に慣れていなかったなので、英会話の本を買いました。</p> <p>⑦ 日本から持参の方がよいもの、その他出発前にやっておくべきこと・アドバイスなど 日本らしいお土産があるといいと思います。お味噌汁の素や緑茶の粉を持って行ったのですが、大学の近くにダイソーがあり、すべて購入できるようでした。荷物を減らしたい方は事前にもっていかなくてもいいと思います。</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) 一つ目は Academic Writing の授業を取りました。様々な専門分野の英文を読みその文章構造や語句についてディスカッションすることが多かったです。また、宿題はほぼ毎回 Field Work としてバークレーの学生にインタビューし、発表するというものでした。グループ発表も2週に1度くらいありました。 二つ目は Pronunciation の授業を取りました。留学先で発音の勉強をしても意味がないと思われそうですが、現地の人しか使わない表現を沢山教えていただいたり、英語の発音がアジア人にとってどうして難しいのかななどを学べたり満足しています。先生もとてもいい人でした。宿題はこちらも学生へのインタビューが多かったです。</p> <p>② 学習・研究面でのアドバイス 週末遊ぶためにも宿題は放課後に終わらせた方がいいです。</p> <p>③ 語学面での苦労・アドバイス等 クラスに中国人が多く、中国なまりの英語を聞き取るのにとっても苦労しました。また、授業中に発言できたとしても普段のちょっとしたことが英語で言えないもどかしさに何度も直面しました。日本でもう少し日常会話を勉強しておくべきだったと思います。</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>

パークレーのサイトに紹介されていた Regent House というハウスシェアの家に泊まりました。申し込みは完全に個人契約で、オーナーと事前に Skype して部屋の希望を聞かれました。キッチン付きで自炊ができ、広さも十分に快適に過ごせました。家賃は高めでした。生活には満足しましたが、このような宿泊施設は契約面でリスクがあり、オーナーと個人メールのやりとりをしたり個人の口座に大金を振り込んだりと怖い面があります。実際、帰国後もずっとデポジットの返却がなされず英文メールで催促をしています。手続きの安全さでは寮には劣ると思います。

② 生活環境(気候、大学周辺の様子、交通機関、食事、お金の管理方法(海外送金・クレジットカード)など)  
クレジットカードは2枚用意し、一枚は携帯し、もう一枚は宿泊施設に置いておきました。現金は一か月半で 350 ドルしかもっていきませんでした。コンビニですらカード払いをしていたので、十分でした。

大学周辺には沢山飲食店があり食事場所には困らないとおもいますが、正直物価が高くて友達と食事する時以外はあまり外食しませんでした。宿に冷蔵庫とキッチンがあったので、スーパーで安く野菜を買うなどして自炊していました。

③ 危機管理関係(留学先の治安、医療機関の事情、心身の健康管理で気をつけた点など)  
BART の駅周辺はあまり治安が良くない気がしましたが、大学周辺で危険を感じたことはないです。ただ平和ボケして夜 12 時くらいに出歩いていたら、現地人のルームメイトに怒られたので、自分が土地に不慣れな留学生であることは常に念頭に置いて行動したほうがいいと思います。

④ 要した費用とその内訳(航空賃、授業料、教科書代、家賃、食費、交通費、娯楽費などの概算)

航空費 12 万円、授業料 30 万円、教科書 1 万円、家賃 20 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)

受給していません

⑥ 学習・研究以外の活動(スポーツ・文化活動、ボランティア・インターン、週末の過ごし方など)

週末は毎週観光を楽しみました。現地ですべての友達とサンフランシスコに行ったり、パークレーにあるおいしいカフェを巡ったりするのがとても楽しかったです。

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)

友達は帰りが夜遅くなってしまったときに Night Walk というサービスを使って自宅まで送ってもらっていました。

② 大学の設備(図書館・スポーツ施設・食堂・PC 環境等)

図書館が充実していて、授業後に宿題をするために使っていました。図書館の中だと Wifi が通リやすく便利でした。(他の建物やキャンパス内は弱いです。)

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

つたない英語でコミュニケーションをとろうとするなかでできた世界中の友達ができたことが一番の収穫です。また、私は引っ込み思案でなかなか新しいことに踏み出すことができない性格でしたが、思い切って留学に申し込み準備から現地での生活まで一人で行うことでなんだかんだ自分にもできるんだ、という自信を持つことができました。これだけでも大きな成長でした。

③ 参加後の予定

学部4年生に進学します。

④ 今後参加を考えている学生へのメッセージ・アドバイス

英語だけを使って一か月以上も生活する機会は留学に行かない限り今後ないと思うので、時間がある大学生の間に思い切って行ってみると新しい視界が開けてくると思います。

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

留学に必要なものを挙げているウェブサイト、留学体験記

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。