

東京大学での所属学部/研究科・学年(プログラム開始時): 理学部物理学科 3年

参加プログラム: UC Davis GSP 派遣先大学: UC Davis

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 Davis is one of the world's leading cross-disciplinary research and teaching institutions, located in Davis, California.

参加した動機

大学院からアメリカの Ph.D プログラムに応募しようと考えています。そこで、今回はその練習やアメリカでの生活へ慣れることなどを目的として留学に参加しました。また、英語での授業についていけるか、などの判断もしたかったこともあります。

参加の準備

①プログラムの参加手続き(手続きにあたってのアドバイスなど)

早め早めから準備をした方が良いと思います。特に今回は visa の発行について何らかの問題が生じたらしく、予定よりもパスポートの返却が遅くなったためかなり不安をおられました。

②ビザの手続き(ビザの種類、申請先、手続きに要した時間、ビザ申請にあたってのアドバイスなど)

上に書いた通り、早めに準備した方が良いと思います。また、私は準備が足りなかったため、面接の前日に在学証明書や預金残高証明の発行など、焦りました。

③医療関係の準備(出発前の健康診断、予防接種等)

事前には特に何もしてません。アメリカへは、日本の薬をたくさん持っていきました(頭痛薬、風邪薬、整腸剤など)。

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)

学部の月一回の会議で留学の可否を認める必要があるらしく、教務の人に言うのが一歩遅かったら行けませんでした。学部への確認は早めにした方が良いと思います。

⑥語学関係の準備(出発前の英語レベル・語学学習等)

特別な準備は特にしていません。

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

日本の薬は絶対に持っていった方が良いと思います。

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)

こちらの大学と大きくは変わりません。ただし、宿題がしっかりとあるため、日本よりは大変かと思います。また、プログラムで参加した他国の人や授業を一緒に受けている人と仲良くなるチャンスはあまりありませんでした。

②学習・研究面でのアドバイス

日本と同様にこなせば十分だと思います。

③語学面での苦勞・アドバイス等

教授の講義は聞き取れますが、例えば実験班など、ネイティブの学生と話す時はスピードが速く、聞き取れない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)

オンキャンパスの学生寮に滞在しました。そこでの友達がたくさん出来るので良かったと思います。ルームメイトも温厚な人で良かったです。

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)

硬貨の額がわかりにくく覚えるのが大変でした。事前に調べておくか、カードで全部済ませてしまう方が良いかと思

ます。その際、カード上限の引き上げをし忘れないようにした方が良いです。

③危機管理関係(留学先の治安、医療機関の事情、心身の健康管理で気をつけた点など)  
治安は言うほど悪くなかったのが、特に何も気になりませんでした。

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、授業料 40 万、家賃食費 25 万、娯楽費等 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)  
日本学生支援機構と東大卒業生有志による奨学金、合計 32 万  
もともと奨学金支給のあるプログラムでした。

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)  
週末は自分で行動を起こさないと特に何もありませんが、かといって毎週遊びに行くような所ありません。どこに行くにしても遠いのがネックでした。

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)  
連絡をすればサポートしてくれると言っていましたが、私は利用しなかったのでよくわかりません。

②大学の設備(図書館・スポーツ施設・食堂・PC 環境等)  
スポーツジムはとてとても優れていて、しかも学生証があれば誰でも入れるという、素晴らしいシステムでした。

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  
やはり、英語しか使えない環境にあることによって、英語の能力は多少良くなったと思います。授業に参加することよりも、英語でしかしゃべれない友達を作ることがとても大切です。授業のレベルは想像していたよりも低く、日本の中等教育、高等教育が如何に優れているかを実感することになりました。また、日本では信じられないくらいに時間にルーズであるということも注意した方が良いかも知れません。

②参加後の予定  
上にも書いた通り、この経験を活かして、大学院受験につなげたいと思っています。

③今後参加を考えている学生へのメッセージ・アドバイス  
とても勉強になる良い機会なので、積極的に参加し、楽しむと良いと思います。

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

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): 教養学部 理科一類 2年生

参加プログラム: Summer Session 2 派遣先大学: UC Davis

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:エアライン ) 6.起業 7.その他( )

#### 派遣先大学の概要

UC Davis はカリフォルニア大学のいくつかある学校のうちのひとつで、バイオロジーなどの分野に強い学校です。大学は Davis というサンフランシスコから電車で2~3時間くらいのところにある小さな町にあります。Davis は住人の多くが大学と関係のある人であり、とてもフレンドリーで安全なところであり、また多くの人が自転車を使っているので、その意味で環境にも優しい街かもしれません。大学のキャンパスは、田舎にあるということもあって非常に広大であり、キャンパスのいたるところでリスや牛や馬や変な鳥など、様々な動物を見かけます。学生は無料で使える非常に大きなジムがあり、そこで様々なスポーツを楽しむこともできますし、バスにも無料で乗れたりするので、東大と比べてとても学生に対するケアが手厚いという印象を受けました。

#### 参加した動機

母が学生時代に海外に1年間留学したことがあり、小さい頃にその頃の話をよく聞いていたので、小さい頃から海外留学には興味があり、海外へホームステイなどをしていました。海外の大学にある程度の期間留学して、海外大学での学生生活を味わってみたい、新しい刺激に触れたい、一生付き合えるような友達をつくりたいなどの理由から、大学に入ったら海外大学に留学したいとずっと思っていたところでサマープログラムの募集を見つけたので、参加可能な学校のうち、英語圏でありかつなるべく留学期間が長く、プログラムに手ごたえのありそうな学校ということで UC Davis を選び、参加することにしました。

#### 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)

向こうの大学といろいろとメールでやりとりするのが非常に面倒でした。僕の場合、向こうが送ったはずのメールが僕の方に届いていないという事態が何回か発生し、大変でした。やらなければいけない手続きがとても多くて大変ですが、分からないことは東大の方や留学先の大学の方に早めに聞くようにして、早め早めにやってしまうのが良いと思います。

##### 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)

UC Davis から取れといわれたビザをとりました。僕は必要な書類が UC Davis から届いてすぐにビザの申請をしました。よっぽどのがない限りスムーズにビザがもらえそうですが、夏の直前などはビザ申請が混み合って時間がかかるらしいので、早めに準備する方がいいかと思います。

##### ③ 医療関係の準備(出発前の健康診断、予防接種等)

歯医者に行って虫歯のチェックをしてもらいました。

##### 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)

東大の方から入るようにいわれた保険に加入しました。UC Davis の方から UC Davis の保険に入るように勧められますが、東大の方の入らなければいけない方の保険が、UC Davis の要求する条件を満たしているの、そちらにだけ加入すれば OK です。

##### 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)

何もしてません。

##### ⑥ 語学関係の準備(出発前の英語レベル・語学学習等)

普段から BBC を見たり、TIME などを読んだりしました。IELTS は 7.0 でした。帰ってからまた受けるつもりです。

##### 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

基本的に生活用品はいろいろと持っていくことになりませんが、忘れてしまったとしてもたいていのものは向こうで買えるかと思います。でも耳かきはアメリカでは一般的でないようで、売っていませんでした。

#### 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)

僕は3つのコースで計7単位を履修しました。

ひとつは留学生向けのディスカッションのコースで、この授業では様々なトピックについて他の生徒とディスカッション(おしゃべり)しました。流れとしては、毎週予習として文章を読んで、それについてエッセイを書くという宿題が出て、

授業ではそのトピックについてグループまたは全体でディスカッションするといった感じでした。他の留学生と話す機会がたくさん作れる授業だったので友達もでき、楽しかったです。

二つ目は栄養学についてのコースを取りました。このコースは講義中心のものでした。自分が東大で勉強していることは全く異なる分野でしたが、完全に自分の興味で取りました。なかなか東大では学べないようなことをたくさん学べましたし、自分の興味のあることでもあったので、とても面白かったです。

三つめは、心身の健康についての授業を取りました。このコースは講義中心のものでした。これも自分の興味で取りました。内容は駒場の教養で取ったことのある授業とややかぶっていましたが、話の内容がとても興味深く、自分の人生を新しい見方でとらえ、前向きに考えさせるようなものであったので、とてもいい授業でした。

## ② 学習・研究面でのアドバイス

人それぞれ取っているコースも学習のスタイルも違うので、細かいことは言えませんが、一般的には、こちらの大学では日本の大学よりも個々の意見を重視すると思うので、どんなトピックに関しても自分の意見を持ち、それをしっかりと主張できることは大切だと思います。それが学業で成功することや友達をつくることにもつながるかと思います。

また、日本についての知識の意外と大切だなと思いました。海外の人は日本の政治、歴史、アニメ、音楽など様々なことに興味を持っている人が多くて、中には僕以上にそれらに詳しい人もいてびっくりしました。日本についてもいろいろ知っていると、話も合っているなと思いました。

## ③ 語学面での苦勞・アドバイス等

とにかく英語を使うことが大事かなと思います。

### 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)

大学の寮かホームステイかを選べましたが、僕は大学の寮に泊まりました。ホームステイの利点はホストファミリーと過ごせること、安いことなどで欠点は学校から遠かったり食事が合わなかったりすることかなと思います。寮の利点は友達を作りやすいこと、食事の心配がないこと、キャンパス内にあること、自由なことなどで、欠点は高いことかなと思います。

寮は特別きれいでも汚くもなく、毎日朝昼晩とダイニングでビュッフェ形式の食事つきで、部屋は二人部屋でした。たぶん希望すれば一人部屋にもできると思います。食事は野菜や果物などもちゃんといろいろな種類があり、とてもおいしかったです。住んでいる人は様々な国籍の人がいましたが、特に中国から来た人が多かったです。寮では食事のときやパーティなど、ほかの学生と交流する機会が非常に豊富にあるので、友達づくりに困ることはありません。実際僕の場合もできた友達の多くは同じ寮に住んでいた人なので、ホームステイはホームステイで良いと思いますが、寮を選んでよかったなと思っています。

#### 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)

雨が降りません。6週間でも一回だけばらついた程度でした。そのため水を節約してくださいという張り紙や看板をいたるところで目にしますが、実際にはみんな水をジャージャー使ってます。

昼は、屋外はとっても日差しが強く乾燥していて暑いのですが、朝晩はとっても冷え込み、日本では冬に着るようなパーカーを羽織っていてちょうどいいくらいでした。また、屋内はクーラーがバンバンにきいているので、半そで一枚では寒いかもしれません。

Davis の街は大学を取ったら何も残らないような小さな町で、他のアメリカの都市と比べて非常に安全でした。やさしい人が多くて、雰囲気ものんびりとしているので、僕は好きでした。小さい街とは言っても大学タウンなので、スーパーや薬局、映画館や様々なレストランなどはそろっています。近くに電車の駅があり、それを使って San Francisco などにも行けますし、学生はバスに無料で乗れるので、それを使って Sacramento のダウンタウンや空港などに簡単に行くことができますし、隣町にある Walmart や Target などの大型スーパーに行くこともできます。

食事は基本ダイニングで食べていましたが、週末は旅行に行った先で食べるが多かったですし、平日もたまに友達と外食しに行ったりもしていました。

お金は現金とクレジットカードの両方で生活していました。

#### 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)

治安は非常に良いです。夜に出歩いても全然大丈夫です。

医療機関には幸いなことにお世話にならなかったのによく分かりません。

心身の健康管理では、バランスの取れた食事、運動、睡眠に気を付けていました。何かつらいことや心配なことがあったら、一人で抱え込まずに誰かに相談するのが良いかなと思います。

#### 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)

航空賃 20~25 万円

授業料 35~40 万円

教科書代 5 千円くらい

寮費・食費 30 万円くらい

娯楽費 10 万円くらい

合計 100 万円くらいでしょうか

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 から奨学金を 32 万円いただきました。

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、週末の過ごし方など)  
キャンパス内に非常に立派な運動施設があり、学生は無料で利用できました。筋トレするマシンやバドミントンコート、バスケットボールコート、バレーボールコート、スカッシュ、ランニングコース、テニスコートなどが誰でも利用できるので、ほぼ学校にいる日は毎日利用していました。  
また週末は、僕はもともと旅行好きであり、またせっかくの機会でもあるので、様々なところへ旅行に行きました。ツアーに参加する、または自分で宿や電車を取って行く、のどちらかで、具体的には Sacramento, San Francisco, Los Angeles, Yosemite に行きました。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)

何か困ったことがある時には、GSP の人に直接会うかメールで聞くことができ、寮についてのことも寮の Service Centre の人に聞くことができるので、サポートは充実しているのではないかと思います。

② 大学の設備(図書館・スポーツ施設・食堂・PC 環境等)

図書館は、土曜日は閉館、日曜日は午後のみ開館なのでやや不便ですが、図書館の一部である study room は 24 時間やっています。それなりに大きな図書館だったと思います。

スポーツ施設は度々書いていますが、大学とは思えないほど充実しています。

食堂は寮に住んでいる人はダイニングで良いものを食べることができますが(そうでない人もお金を払えば食べられます)、すべての学生向けの食べる場所としては、ファーストフード店が多いような気がします。カフェなどはスタバなどもありましたが、多くは土日になると閉まってしまう。

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

留学することの目的は、学術的なものであったり語学力の向上のためであったり人それぞれ重視するものは異なると思いますが、僕は人間として成長できることが留学することによって得られる最も大きなものではないかなと考えています。日本で生活をしていればあまり不便な思いをすることなく生活することができます。敢えてそんな生活から抜け出して、知っている人はほとんどいない、さらに言葉も完全には通じない、そんな環境に一人で自ら入っていくということは勇気のいることです。でも、それによって得られるものはとても大きいと僕は思います。

僕が留学をした一番の目的は、何事にも積極的にになれるように自分を変えたいというものでした。僕は、日本での生活は積極性や刺激に欠けていて、楽な方に逃げることも多く、目標に向かって日々できることはしているものの、生活が単調であると感じていました。ですからそんな自分を変えたい、新しい刺激が欲しいと思ったのです。留学先にはそんな場合にはぴったりな環境があります。初めは友達もいないわけですから、ダイニングで食事したりする時などは積極的に初めて会う人に話しかけてみようと思ったり、授業などではみんなよく質問や発言をしますから、自分もしてみようという感じになります。そんな生活を続けるうちに積極的になることに慣れてくるものなのではないかなと思います。それに、新しい人に出会って新しい考え方、文化、価値観なんかに触れることって、とっても楽しいことだと思います。

また自分の身の周りの環境を新しい視点で見ることでもできるかと思います。自分が普段過ごしている環境とは異なる環境に身を置くことで、今までは見えてこなかったようなものが見えてきます。留学のような経験をしなければ決してこのようなものが見えてくることはありませんし、見えてくるものは人によってそれぞれだとは思いますが、もし新しい何かが見えてきたとしたら、それは今までの、そしてこれからの人生を別の視点から見つめ直す良いきっかけになるのではないかなと思います。僕は将来についての明確な目標をもっていますが、今回の留学でそれに対する思いをより強くすることができました。

また一生付き合えるような友達をつくることのできるかもしれないということも大きいと思います。何の遠慮もなく話ができるような友達が世界中にいるって、とっても楽しいことだなあと感じます。

③ 参加後の予定

今回 6 週間留学させていただいて、とても貴重な経験をすることができましたが、さらに貴重な経験をして自分を成長させるには 6 週間という期間は短すぎるかなと思いました。ですから、もともと 1 年間ほど留学したいと思っていましたが、今回の留学でその気持ちがさらに強くなりました。

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

留学はとっても楽しいものだと思いますが、すべての経験が楽しいわけではありません。時には緊張したり不安になったり悩んだりすることもあります。でも、そういういろいろな経験をすることで人は成長するものなんだと思いますし、逆に言えば、そのような経験なくして人は成長することはできないんだと思います。そして、そんな経験は留学へと一歩踏み出してみることでなくては得られないのです。

留学には時間もお金もかかりますから躊躇することもあるかと思いますが、留学できる機会は長い人生の中でも限られているわけですから、もし今機会があるのでしたら、時間やお金をかけてでも、今しかないと思って一歩踏み出してみるべきだと思います。きっとそれだけの価値のあるものが得られると思いますし、帰ってきた後は行って良かったなと思えるはずですよ。

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

特にはありません。

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): 前期教養学部2年

参加プログラム: UC Davis summer session 2 派遣先大学: UC Davis

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 Davis GSP というプログラムで、期間は6週間。普通の summer session で、現地の生徒と同じ授業を受ける。

#### 参加した動機

視野を広げる。アメリカと日本の大学の教育の比較。英語力がどのくらい通用するのかの実験。

#### 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)

やるべきことがたくさんあるので、先延ばしにせず、さっさとやってしまう。すぐに対処していけばそれほど大変だとは感じない。

##### ②ビザの手続き(ビザの種類、申請先、手続きに要した時間、ビザ申請にあたってのアドバイスなど)

5、6月中のとってしまうべき。早めで損することはない。大使館は対応がとても遅い場合もあるので、不可測な事態に備えて早め早めに。

##### ③医療関係の準備(出発前の健康診断、予防接種等)

健康だったので、特に何もしなかった。

##### ④保険関係の準備(加入した海外旅行傷害保険・留学保険等)

東大に指定された保険に加入する。そして、その旨を UC Davis 側に伝える手続きも必要。言われた通りにやっていたら問題ない。

##### 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)

単位互換はないので何もしなかった。

##### ⑥語学関係の準備(出発前の英語レベル・語学学習等)

TOEFL を受けた。点数は 80 点付近。

##### 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

パソコン。ないとかなりやることが限られる。

普通の靴、運動靴、サンダル。寮のシャワールームに行く時はサンダル、普段は靴、ジムは運動靴。

サングラス。日差しがまぶしいのでサングラスは毎日つけていた。必須だと思う。

電子辞書。

大量のクリアファイル。僕のとったクラスは大量の reading が出たので、整理するのに役立った。

#### 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)

予習で reading や textbook を読んで、授業を受けて、宿題で復習する、というサイクル。クラスによってまちまちだと思うが、自分のとった sociology のクラスは、毎日大量の reading assignment が出たので、平日はそれに追われていた。すべて読む余裕がないので skimming の能力がついた。

##### ②学習・研究面でのアドバイス

自分なりの目標を持つことが大切。6週間は長いようであつという間。

##### ③語学面での苦勞・アドバイス等

特に英語の自身がない人は予習が大切だと感じた。多少授業で言っていることが聞きとれなくても、予習の知識で補うことができる。

#### 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)

UC Davis conference housing を通じて on campus dormitory に宿泊した。家賃は\$2100 と高め。ルームメイトは同じ東大生でした。Dormitory 内は中国人がほとんどだったが、サウジアラビア、インド、などの生徒もいて多国籍。

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)  
日射が強いが、乾燥しているため過ごしやすい。朝晩冷えるので長袖長ズボンが必要。ダウンタウンまでのシャトルバスが定期的に出ているので、とても良い。ただし、ダウンタウンには6回の週末に耐えうるような見所はあまりないし、キャンパス内の施設もほとんどしまっているの、週末は SF, LA など小旅行をすると良いかも。ツアーなどもある。アメリカはほとんど支払いをクレジットのできるの、一ヶ月の上限額を引き上げてからアメリカへ飛んだ。

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)  
Davis の街自体は一人で歩いて大丈夫なくらいとても安全。しかし、週末などに旅行などする際は必ず治安を調べ、危ない場所は避けるようにすること、できるだけ一人で歩かないようにすること、など心がけた。

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)

航空運賃 20 万円

授業料 \$3900 弱

教科書代 \$120 ほど。Microeconomics で\$100 かかった。取るクラスによる。

家賃 \$2100 朝昼晩の3食付き。ホームステイであれば\$900 ほど安く済む。

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 16 万

JASSO 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)

平日は授業の reading に追われていたため、特にない。授業が月から木だったので毎週三連休であった。週末は校内のあらゆる場所が閉まるため、extension center を通じて LA, Yosemite に旅行に行ったり、寮の友達と Sacramento, SF まで足を伸ばしたりした。週末に勉強するにしても、downtown davis のカフェをどこかしら探して入った。

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)

寮だと毎週金曜日に social night を開いてくれたので寮内で友達がたくさんできた。彼らのおかげで週末も車を出してもらってどこかに出かけたりした。GSP program 自体も数回イベントを開いてくれるが、授業が一緒とかでない限り、仲良くなるのは難しいかも。でも、自分次第。

②大学の設備(図書館・スポーツ施設・食堂・PC 環境等)

平日は勉強するところはたくさんあるが、週末は皆無に近い。図書館だけ。しかも、キャンパスが広すぎるので、もし自分の住んでいるところがそこから遠ければ、行く気にならない。寮生はジムが無料で使えて、毎日通っていた。そのお金も寮代に含まれてるらしく、行かなければ損だということ。設備はとてもすばらしい。また、寮に入れば、3食食堂で食べることができる。バリエーションはそれほどたくさんないが、サラダなどもあり、健康的な生活を食堂のおかげで維持できたと思う。

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

6週間という期間はとても重要であったと感じる。それより短いと、生活に慣れ始めた頃に帰ってしまうことになるので、“気づき”はとても多くて、感動するかもしれないが、それを反芻して、しっかりと考えて消化するということをする前に帰ってしまうことになってしまうと思う。

また、普通の生徒と同じ summer school を、通常のカリキュラムと同じように(intensive で短い期間ではあるが)受けることができたのも、いい経験になった。他の生徒たちからしてみればいつもと同じ夏なわけで、だからこそ、最初はそれほどオープンなわけではない。その中にどう入っていくか、とても考えさせられた。残念ながら、授業外で native の友達を作るのはとても難しく、遂げることができなかった

②参加後の予定

また海外で学びたいと感じた。

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

留学が気になるならとにかく行っ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

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): \_\_\_\_\_

参加プログラム: UC Davis Global Study Program 派遣先大学: University of California, Davis

卒業・修了後の就職(希望)先: 1.研究職

<p><b>派遣先大学の概要</b> カリフォルニア大学デービス校はカリフォルニア大学のひとつで、特に農業分野に強みを持つ大学です。</p>
<p><b>参加した動機</b> 海外留学への興味があり、海外のトップ大学の授業を体験したいと思っていたこと、語学力を現地で鍛えたいと思っていたことが本プログラムに申し込んだ主な理由です。また、私の専門は航空宇宙工学で、アメリカの大学の研究室の見学や、現地の学生と直接交流を取りたいとも考えていました。</p>
<p><b>参加の準備</b></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) 東京大学の手続きは基本的に申込者に優しくありません((笑)) 提出しなくてはならない書類がかなりあるので混乱します。派遣先の大学からの指示も英語ですべてやらなくてはならないこともありミスを招きやすいです。面倒がらずによく読んでおきましょう。</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) 米国大使館のホームページや公式ビデオの指示道理に手続きすれば問題ないです。ただ、大使館での面接は早い時間に予約したうえで大使館にも予定時刻より早めに行くといいでしょう。</p> <p>③ 医療関係の準備(出発前の健康診断、予防接種等) 個人的に破傷風ワクチンを打ちなおしました。西ナイル熱に感染することがあるということだったので少し不安でしたが感染することはありませんでした。</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) 加入した保険は義務として加入することになるものとクレジットカードの保健のみです。標準の保険は病気、けがに対しての保証はしっかりしていますが死亡保障が心もとないので追加の保険に入った方が良いかもしれません</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) 研究室の担当教授に連絡した以外は特にありません。</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 は 90 点以上でした。出発 1 か月前はできる限り自分の周りを英語漬けにして耳を英語にならしておきました。</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 単語帳などを復習したり、日常表現を勉強したりして英語表現の幅を出発前にできるだけ広めておけばよりコミュニケーションがうまく取れたかなと思います。現地の講義を録音するためにボイスレコーダーは持っていた方が良いでしょう。</p>
<p><b>学習・研究について</b></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) Global Study Program は大学学部レベルの講義に参加して UC Davis の生活を体験するというものです。いわゆる Summer Vacation 期間中の授業ですが、教室には留学生ばかりということはなく、現地の学生が多数参加しています。私が受講した講義は History と Physical Education でした。</p> <p>② 学習・研究面でのアドバイス History の講義は要求される読書量がかなり多いです。私の受講した HIS017B(南北戦争後のアメリカ史)の場合だと Paperback3 冊が要求されました。レポートと試験の準備のことを考えると事実上 1 週間に 1 冊ずつ読んでいく計算になります。また、先生によっては板書をほとんどしないので講義は録音しておくことをお勧めします。</p> <p>③ 語学面での苦勞・アドバイス等 語彙の不足を感じるが多かったです。特に教科書を読む際は何度も辞書を引くはめになり時間を取られました。出発前に単語帳をもう一回復習しておくのが理想です。プログラム中は忙しいので事実上こういった勉強はできません。講義を正確に聞き取ることは帰国子女でもない限り難しいので講義の内容は録音しておくことをお勧めします。</p>

## 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)

UC Davis に推薦されたホームステイ業者(Davis Housing)に依頼しました。家賃は 6 週間で\$1200 以下でした。量よりもはるかに安いので現地の人とコミュニケーションしたいと考えているなら良い選択肢かと思います。ただし、サマープログラムへの参加が決まった時点でホームステイの申し込みをしないと Davis 周辺のホストファミリーが埋まってしまう可能性があります。

### 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)

滞在した場所は Davis から車で 20 分 San Francisco 方面に行ったところにある Vacaville という町でした。UC Davis にはホストファミリーが毎日送り迎えしてくれたので不便はありませんでした。ただし公共交通機関は貧弱で遠出は難しいです。食事もホストファミリーが作ってくれたので申し分なかったです。

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

Vacaville は極めて治安が良く夜で歩いても問題ありませんでした。病気にならないことが第一なので睡眠時間の管理には気を付けました。

### 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)

航空賃が 20 万円、授業料が 36 万円、生活費が食費込みで 16 万円、娯楽費は 5 万円程度でした。

### 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)

日本学生機構の奨学金を計 16 万円いただきました。

### 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、週末の過ごし方など)

短期の留学なので週末に周辺の観光に行っていました。

## 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)

メールを送ったらすぐに返信を下さり、問題を解決しやすかったです。

### ② 大学の設備(図書館・スポーツ施設・食堂・PC 環境等)

キャンパスは広く、図書館、ジムといった施設もきれいで、使いやすかったです。

## 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

ホストファミリーやクラスメートとの交流が本プログラムで一番有意義に感じたことでした。東京大学はまだまだ留学生の数が少なく、外国人と交流する機会は少ないですが、短期留学を通じてこういった人々と文化、時事問題に関して興味深い議論を交わし、意見を聞くことができたのは貴重な経験となりました。特に、現地大学の研究室の見学を通じて、同じ専攻の海外大学の学生と直接話をするのができたことはとても大きかったです。また、こういった交流や大学での講義は当初のもくろみ通り語学力の工場にも役に立ちました。

### ② 参加後の予定

航空宇宙工学科・専攻の学生と合流しジョージア州立工科大学の見学をしたのち帰国しました。

### 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

## 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。