

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)

記入日: 2018/08/15

- 参加プログラム: インドネシア大学サマープログラム
- プログラム情報: <https://www.u-tokyo.ac.jp/adm/go-global/ja/program-list-short-UISummer.html>
- 派遣先大学: インドネシア大学
- プログラム期間: 2018/07/30 ~ 2018/08/10
- 東京大学での所属学部・研究科等: 農学生命科学研究科
- 学年(プログラム開始時): 修士 2

■参加にあたってこの時期を選んだ理由:
夏休み期間のため。
■参加を決めるまでの経緯:
ウィンタープログラムに参加し、有意義だったのでサマープログラムへも参加したいと思っていた。そのため早くから Go Global のホームページをチェックしていた。

プログラムについて

■概要:
午前中は授業で、午後は文化体験などのアクティビティをした。
■学習・研究以外の活動で取り組んだもの:
取り組んでいない。
■学習・研究以外の活動で取り組んだものの内容、または取り組まなかった理由:
短期間だったため。
■週末の過ごし方:
プログラムプログラムの一環として Bandung に行った。

派遣先大学の環境について

■設備:
図書館には入れるが、短期間だったため実際には使用しなかった。Wifi は通っているが、繋がりにくい。
■サポート体制:
UI 学生が手厚くサポートしてくれた。

プログラム期間中の生活について

■宿泊先の種類:
ホテル
■宿泊先の様子、どのように見つけたか:
留学先大学が用意したホテル
■気候、大学周辺の様子、交通機関、食事等:
外は暑いですが部屋の中は冷房がきいている。大学周辺は緑が豊かで気持ちが良い。

■お金の管理方法、現地の通貨事情:
クレジットカードを使う機会はなかった。
■治安、医療関係事情、心身の健康管理で気をつけたこと等、危機管理:
治安の面で不安に思ったことはないが、交通量が多いため道を渡るときは気をつけなければいけない。
■自由時間に利用した交通手段:
列車、バス
■プログラム期間中に利用したネット環境:
キャンパス Wifi、レンタルしたルーター

参加前の準備・手続きについて

■プログラムへの参加手続き:
Go Global のホームページ上の情報を参考に進めた。早めに行うのが良い。
■ビザの手続き:
取得していない。
■医療関係の準備:
常備薬を持っていった。
■保険関係の準備:
大学から指定された保険に加入した。
■東京大学の所属学部・研究科(教育部)で行った手続き:
留学届を提出した。
■語学関係の準備:
事前学習に参加した。

費用・奨学金に関すること

■参加するために要した費用:	
航空費	70,000 円
派遣先への支払い(授業料・施設利用料など)	0 円
教科書代・書籍代	0 円
海外留学保険料(東京大学指定のもの)	7,000 円
保険・社会保障料(留学先で必要だったもの)	0 円
■その他、補足等:	
■留学先で費やした生活費:	
家賃	0 円
食費	10,000 円
交通費	0 円
娯楽費	5,000 円
■その他、補足等:	

■プログラム参加のための奨学金の受給有無:
受給した。
■奨学金の支給機関・団体名等:
東京大学のもの。
■受給金額(月額):
70,000 円
■受給金額についての補足等:
■奨学金をどのように見つけたか:
大学(本部国際交流課)からの案内

プログラムを振り返って

■プログラムに参加したことの意義、その他所感:
短期間でも一定期間、日本から離れて過ごすことは、別の視点でものを考える機会になる。また東大内でのコミュニティも広がった。
■今後のキャリアに対する考え方や就職活動に与えた影響:
海外の人と協働できる仕事に就きたいと思う。
■進路・就職先(就職希望先):
民間企業
■今後参加を考えている学生へのメッセージ、アドバイス:
短期派遣はあっという間に過ぎます。なので迷っているならば積極的に参加してください。あっという間だけれど、以前とは少し成長した自分になれるはずですよ！
■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 のホームページ上に記載されていた体験談。

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)

記入日: 2018/09/07

- 参加プログラム: インドネシア大学サマープログラム
- プログラム情報: <https://www.u-tokyo.ac.jp/adm/go-global/ja/program-list-short-UIsummer.html>
- 派遣先大学: インドネシア大学
- プログラム期間: 2018/07/30 ~ 2018/08/10
- 東京大学での所属学部・研究科等: 文学部
- 学年(プログラム開始時): 学部3

■参加にあたってこの時期を選んだ理由:
夏季休暇にあたり、授業に影響なく参加できたため。
■参加を決めるまでの経緯:
インドネシアには、経済的な視点、地政学的な視点から興味がありました。

プログラムについて

■概要:
インドネシアから見た国際関係の授業が、非常に興味深かったです。
■学習・研究以外の活動で取り組んだもの:
文化活動
■学習・研究以外の活動で取り組んだものの内容、または取り組まなかった理由:
バティック作成、ダンスといったインドネシア文化に触れる活動
■週末の過ごし方:
週末は、バンドンへの旅行でした。

派遣先大学の環境について

■設備:
図書館は非常に立派でした。wifiも利用可能でした。
■サポート体制:
派遣先大学の生徒が、様々な面で親切に面倒を見てくれました。

プログラム期間中の生活について

■宿泊先の種類:
ホテル
■宿泊先の様子、どのように見つけたか:
派遣先大学が手配して下さったホテルを利用しました。
■気候、大学周辺の様子、交通機関、食事等:
乾季だったので、雨はほとんど降らなかったです。派遣先大学の生徒が非常に丁寧に面倒を見てくれて、移動手段や食事場所を手配してくれました。

■お金の管理方法、現地の通貨事情:
全て現金で行いました。
■治安、医療関係事情、心身の健康管理で気をつけたこと等、危機管理:
派遣先大学の生徒とともに行動するようにしました。
■自由時間に利用した交通手段:
Uber
■プログラム期間中に利用したネット環境:
SIM

参加前の準備・手続きについて

■プログラムへの参加手続き:
数が多く、いくつかミスをしてしまいました。時間に余裕を持って、処理すれば良かったと思います。
■ビザの手続き:
必要なかったです。
■医療関係の準備:
常備薬は豊富に用意しました。
■保険関係の準備:
指定されたものに加入しました。
■東京大学の所属学部・研究科(教育部)で行った手続き:
先生方に、申請書の印鑑をいただきました。
■語学関係の準備:
あまり準備はしませんでした。

費用・奨学金に関すること

■参加するために要した費用:	
航空費	100,000 円
派遣先への支払い(授業料・施設利用料など)	100,000 円
教科書代・書籍代	0 円
海外留学保険料(東京大学指定のもの)	5,000 円
保険・社会保障料(留学先で必要だったもの)	0 円
■その他、補足等:	
■留学先で費やした生活費:	
家賃	0 円
食費	9,000 円
交通費	2,000 円
娯楽費	15,000 円
■その他、補足等:	

<p>■プログラム参加のための奨学金の受給有無:</p> <p>受給した。</p>
<p>■奨学金の支給機関・団体名等:</p> <p>東京大学海外派遣奨学事業奨学金</p>
<p>■受給金額(月額):</p> <p>70000 円</p>
<p>■受給金額についての補足等:</p>
<p>■奨学金をどのように見つけたか:</p> <p>大学(本部国際交流課)からの案内</p>

プログラムを振り返って

<p>■プログラムに参加したことの意義、その他所感:</p> <p>派遣先大学(生徒含め)の対応が、素晴らしかったです。感謝しています。</p>
<p>■今後のキャリアに対する考え方や就職活動に与えた影響:</p> <p>外国で働くことになっても、大丈夫だなという自信ができました。</p>
<p>■進路・就職先(就職希望先):</p>
<p>■今後参加を考えている学生へのメッセージ、アドバイス:</p> <p>お体に気をつけて。充実したプログラムになることをお祈りしております。</p>
<p>■準備段階や留学中に役に立ったウェブサイト、出版物:</p> <p>特に参照したものはありません。</p>

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)

記入日: 2018/08/27

- 参加プログラム: インドネシア大学サマープログラム
- プログラム情報: <https://www.u-tokyo.ac.jp/adm/go-global/ja/program-list-short-UIsummer.html>
- 派遣先大学: インドネシア大学
- プログラム期間: 2018/07/30 ~ 2018/08/10
- 東京大学での所属学部・研究科等: 農学部
- 学年(プログラム開始時): 学部3

■参加にあたってこの時期を選んだ理由:

授業もなく、部活もオフ期間だったため。

■参加を決めるまでの経緯:

Go Global を見て昨年度同じプログラムに参加しようかと考えましたが都合があわず断念し、今年は都合があったので参加することにしました。

プログラムについて

■概要:

インドネシアに関する国際関係論について英語での授業と、インドネシア文化を体験する授業がありました。フィールドワークでは、MRT 現場や外務省、シンクタンクなどを訪れたほか、土日のエクスカージョンではバンドンで美術館や博物館などに行き楽しみました。

■学習・研究以外の活動で取り組んだもの:

取り組んでいない。

■学習・研究以外の活動で取り組んだものの内容、または取り組まなかった理由:

時間がなかったため

■週末の過ごし方:

バンドンへエクスカージョン

派遣先大学の環境について

■設備:

Wifi 使えました。お弁当を用意してくれていたため食堂は利用しませんでした。アイスやジュースなど至る所にショップがありました。トイレは辛抱強さが必要です

■サポート体制:

特にありませんでしたが、インドネシア大学の学生が本当に親身にしてくれました。

プログラム期間中の生活について

■宿泊先の種類:

ホテル

■宿泊先の様子、どのように見つけたか:

大学側が用意してくれました。

ビジネスホテルで毎日掃除もしてくれ、とても快適でした。私は東大の子と2人1部屋でした。	
■気候、大学周辺の様子、交通機関、食事等：	
暑い時間帯はバス移動中か冷房効いた屋内にいたため、全く暑さは感じませんでした。夜は東京より涼しいです。朝食はホテルのレストラン、昼食はインドネシア大学からの提供、夕食は東大生で固まってホテル近くのモールのフードコートに行くことが多かったです。インドネシア大学の学生が付いてきてくれたため、現地の人しか利用できないようなアンコット(乗合バス)で安くホテルとモール間を移動できました。	
■お金の管理方法、現地の通貨事情：	
クレジットのキャッシングで現地通貨をゲットしました。大きい買い物する時だけクレジットを利用し、あとは現金で支払いました。	
■治安、医療関係事情、心身の健康管理で気をつけたこと等、危機管理：	
気をつけていたものの最終日近くに若干お腹を壊しました。 治安面は、単体行動がなかったため、電車内などでのスリに気をつけるくらいでした。	
■自由時間に利用した交通手段：	
タクシー、列車、バス	
■プログラム期間中に利用したネット環境：	
キャンパス Wifi、レンタルしたルーター	

参加前の準備・手続きについて

■プログラムへの参加手続き：	
Go Global に書いてある通りに提出しました。早め早めに準備しておくと思います。	
■ビザの手続き：	
必要ありませんでした。	
■医療関係の準備：	
健康診断や予防接種は必要ありませんでした。虫除けスプレーと、正露丸などの腹痛対策は必須です。インドネシア大学側もこのような薬は常に準備してくれていました。	
■保険関係の準備：	
付帯学費は必須だったため加入しました。留学初日より3週間前が締切なのですが、往路航空便などの案内があるオリエンテーションも3週間前だったため、手続きが割とタイトでした。	
■東京大学の所属学部・研究科(教育部)で行った手続き：	
特になし。海外渡航届を学部窓口に提出したくらい。	
■語学関係の準備：	
TOEIC700くらいの英語力でした。授業の英語は聞き取れます。日常英会話の使いまわしも抑えておく他、東大の子とも積極的に会話できて良いと思います。	

費用・奨学金に関すること

■参加するために要した費用：	
航空費	50,000 円
派遣先への支払い(授業料・施設利用料など)	30,000 円

教科書代・書籍代	0 円
海外留学保険料(東京大学指定のもの)	6,190 円
保険・社会保障料(留学先で必要だったもの)	0 円
■その他、補足等:	
航空費について、プログラム終了後に個人的にジョグジャカルタに観光したため、帰国便はジョグジャカルタ→成田の代金になってます(ジャカルタトランジット)。	

■留学先で費やした生活費:	
家賃	0 円
食費	6,000 円
交通費	6,000 円
娯楽費	3,000 円
■その他、補足等:	
■プログラム参加のための奨学金の受給有無:	
受給した	
■奨学金の支給機関・団体名等:	
東京大学海外派遣奨学事業奨学金	
■受給金額(月額):	
70,000 円	
■受給金額についての補足等:	
■奨学金をどのように見つけたか:	
大学(本部国際交流課)からの案内	

プログラムを振り返って

■プログラムに参加したことの意義、その他所感:
授業や FW ももちろんためになりましたが、なによりも各国のエリート学生と交流できた点が一番の収穫でした。特に、インドネシア大学の学生の、「インドネシアについて知ってもらおう」という心意気と、教養の深さ、これからインドネシアを背負っていく使命感のようなものを肌で感じることができ、逆に自分はそうしたものが欠如していることに危機感も感じました。
■今後のキャリアに対する考え方や就職活動に与えた影響:
言語面の壁だけでなく、俗的ですが、トイレなどの生活面や食文化の違いの中でもなんとかなるという経験は、今後海外で生活することがあっても障害にならなさそうです。
■進路・就職先(就職希望先):
公的機関、民間企業、国家公務員総合職、行政法人、商社など
■今後参加を考えている学生へのメッセージ、アドバイス:
積極的にチャレンジしてみましよう！充実した2週間が過ごせます！

■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

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)

記入日: 2018/08/21

- 参加プログラム: インドネシア大学サマープログラム
- プログラム情報: <https://www.u-tokyo.ac.jp/adm/go-global/ja/program-list-short-UIsummer.html>
- 派遣先大学: インドネシア大学
- プログラム期間: 2018/07/30 ~ 2018/08/10
- 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 1

■参加にあたってこの時期を選んだ理由:

Having studied in Singapore and Japan, I develop a strong interest in international relations in Asia. I am particularly interested in ASEAN countries and their relations with other East Asian countries/regions. Through this program, I want to deepen my understanding of ASEAN. I wish to know more about Indonesia's role in ASEAN, collaboration among ASEAN countries, and ASEAN countries' relations with other East Asian countries/ regions.

■参加を決めるまでの経緯:

I become interested in International Relations after taking an IR course last year. The topic of the program matches my interest. Also, I think it is important to think in different perspectives. This program offers me an opportunity to interact with students from all over the world.

プログラムについて

■概要:

The program lasted for two weeks. In week one, we mainly received lectures and participated in culture lessons (dance, traditional musical instruments etc.). In week two, we went on field trips to government agencies and research institutions. There was a group presentation on the final day.

■学習・研究以外の活動で取り組んだもの:

文化活動

■学習・研究以外の活動で取り組んだものの内容、または取り組まなかった理由:

We travelled around Jakarta.

■週末の過ごし方:

Cultural visit to Bandung.

派遣先大学の環境について

■設備:

Facilities were good. UI campus was large and beautiful.
The only concern was that campus wifi was not very stable.

■サポート体制:

UI professors, staff, and students were very supportive. They responded to our questions quickly and supported us in all aspects (language, health etc.)

プログラム期間中の生活について

■ 宿泊先の種類:

Hotel

■ 宿泊先の様子、どのように見つけたか:

Arranged by University Indonesia.

■ 気候、大学周辺の様子、交通機関、食事等:

I could not handle the climate well because it was too hot for me, especially given that a large proportion of the activities were conducted outdoor. However, there was air-conditioning indoor so in general, it was okay. The infrastructure in Indonesia was not as well-developed as in Tokyo. We had to be careful of the traffic when crossing roads (I recommend to always cross roads in a group). Also, heavy traffic jams were very common (a major reason why we always had to depart from the hotel early in the morning).

Food in Indonesia was extremely delicious. Although most food in Indonesia was spicy (a much higher spice level than Japan), we could still enjoy loads of local cuisines. Some recommendations are nasi goreng (fried rice), avocado juice and many others. I even fell in love with spicy food during my stay in Indonesia.

■ お金の管理方法、現地の通貨事情:

There were many shopping malls near our hotel so it was very convenient to get money exchanged.

■ 治安、医療関係事情、心身の健康管理で気をつけたこと等、危機管理:

I always stayed in the group with student buddies from UI and other Utokyo students, and I felt very safe. I recommend to always drink up and keep hydrated to prevent heat stroke.

■ 自由時間に利用した交通手段:

タクシー、列車

■ プログラム期間中に利用したネット環境:

キャンパス Wifi

参加前の準備・手続きについて

■ プログラムへの参加手続き:

Just follow the instructions provided by the International Exchange Group. Be aware of the deadline and ask professors in advance for signatures.

■ ビザの手続き:

No visa required.

■ 医療関係の準備:

I did not take any medical check-up for the program.

■ 保険関係の準備:

Futai Kaigaku.

■ 東京大学の所属学部・研究科(教育部)で行った手続き:

N.A.

■ 語学関係の準備:

I had no prior knowledge of Indonesian. But PIC of this program kindly held three Indonesian language workshops for us before departure. It would be very useful to know some basic Indonesian such as greetings and simple self-introduction before the program.

費用・奨学金に関すること

■参加するために要した費用:	
航空費	53,000 円
派遣先への支払い(授業料・施設利用料など)	100,000 円
教科書代・書籍代	0 円
海外留学保険料(東京大学指定のもの)	5,810 円
保険・社会保障料(留学先で必要だったもの)	0 円
■その他、補足等:	
■留学先で費やした生活費:	
家賃	0 円
食費	7,000 円
交通費	2,000 円
娯楽費	5,000 円
■その他、補足等:	
2,000 円	
■プログラム参加のための奨学金の受給有無:	
受給した。	
■奨学金の支給機関・団体名等:	
The University of Tokyo	
■受給金額(月額):	
70,000 円	
■受給金額についての補足等:	
■奨学金をどのように見つけたか:	
大学(本部国際交流課)からの案内	

プログラムを振り返って

■プログラムに参加したことの意義、その他所感:
It was my first time to participate in a program with so many participants (around 100) from different universities. I think I become more capable of interacting with people of different backgrounds after the program.
■今後のキャリアに対する考え方や就職活動に与えた影響:
I may pay more attention to job opportunities overseas.

■進路・就職先(就職希望先):

研究職、非営利団体

■今後参加を考えている学生へのメッセージ、アドバイス:

If you have never been to any South East Asian country, I would recommend this program. You will be amazed by the great diversity in Indonesia and the beauty of SEA culture.

■準備段階や留学中に役に立ったウェブサイト、出版物:

I took an International Relations in East Asia Course last year and I found it very helpful. The textbook we used was "Becoming Aisa". The book gave me lots of background knowledge about South East Asia and ASEAN. I found it very useful when understanding the lectures and when discussing with UI professors.

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)

記入日: 2018/08/13

- 参加プログラム: インドネシア大学サマープログラム
- プログラム情報: <https://www.u-tokyo.ac.jp/adm/go-global/ja/program-list-short-UISummer.html>
- 派遣先大学: インドネシア大学
- プログラム期間: 2018/07/30 ~ 2018/08/10
- 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3

■参加にあたってこの時期を選んだ理由:

比較的専門課程の勉強に余裕ができ、かつ学部3年ということもあり以後は就職活動が本格化することが想定されたので、短期プログラムに参加するには最適な時期であると考えたから。

■参加を決めるまでの経緯:

入学当初から海外留学を経験したいと考えてはいたが、スケジュール等の都合がつかずになかなか参加するには至らなかった。半年~1年の長期留学に最初から参加することには抵抗があったので、短期プログラムで留学の雰囲気を感じたいと考えた。

プログラムについて

■概要:

プログラムは2週間におよび、第1週はテーマの国際関係に関する講義やインドネシアの文化体験、第2週はテーマに関連した外務省等の各関係機関を訪問した。そして、プログラムの最終日にグループプレゼンテーションを行うという流れであった。全体を通じて予習は必要ないが、第1週の講義内容をしっかり理解しておけば、最終日に良いプレゼンを行うことができると思う。全体的にフィールドワークの多いプログラムであったように感じたので、座学よりも実際の現場を訪れてインドネシアの実情を深く知りたい人には最適と言える。

■学習・研究以外の活動で取り組んだもの:

スポーツ

■学習・研究以外の活動で取り組んだものの内容、または取り組まなかった理由:

自由時間に学生寮のプールを利用した。

■週末の過ごし方:

短期プログラムであったので、週末にもプログラムの活動があった。

派遣先大学の環境について

■設備:

図書館内には書店、銀行、カフェ等も入っており面積は広い。所蔵されている本もインドネシア語のものだけでなく、東大の図書館には置いていないような洋書もある。スポーツ施設はバスケットボール、フットサル場がインドネシア大学のフォロワーに相談すれば使える他、学内寮にプールも併設されている。学内には至る場所にレストラン、カフェがあり食事や休憩場所に困ることはないと思う。ネット環境に関しては、学内全体に Wifi が飛んでおりプログラム2日目に行われる学生登録を済ませてアカウントとパスワードを入

手すると自由に使えた。

■サポート体制:

プログラムではジャカルタの空港到着時から最後の出国までインドネシア大学の学生サポートメンバー(LO)が常にグループに付き添ってくれるので、困ったことなどはいつでも彼らに相談できた。LOとは基本的に英語でコミュニケーションをとるが、一部のメンバーは日本語をある程度理解しているので、全く意思疎通が取れない状況に陥ることはないと思う。その他、スケジュール管理や自由時間の観光も含めてLOにマネジメントしてもらえたので現地での生活のハードルは低いように感じた。

プログラム期間中の生活について

■宿泊先の種類:

留学先の大学が手配したホテル

■宿泊先の様子、どのように見つけたか:

宿泊先からキャンパスまでは車で20分程度かかるが、移動手段は全てインドネシア大学が手配してくれた。部屋は基本ツインルームで、自分は偶然東大の人と相部屋だったが、他国の大学の参加者がルームメイトの人もいた。設備はオーソドックスなビジネスホテルでアメニティは基本揃っており、毎日清掃も入る。

■気候、大学周辺の様子、交通機関、食事等:

プログラム中の7~8月は現地では乾季にあたるので滞在中雨はほとんど降らなかった。ただし、日本の夏と同様に蒸し暑いので熱中症などには気をつけたほうが良いと思う。大学内の施設はカフェ、図書館等を含めて充実しており、学外にも大型のショッピングモールが複数あるので生活面で困ることが基本なかった。移動については、プログラム中はインドネシア大学が手配したバス、自由時間はタクシーが主であったが、インドネシアは首都ジャカルタを含め大学のあるデポック周辺でも慢性的な渋滞が起きているので、車に乗っている時間は思ったよりも長かった。食事に関しては、基本的に東南アジア特有の辛めの味付けの料理が目立つものの、ショッピングモール内には一部日本食を提供する店も入っており、全く合わないということはないと思う。

■お金の管理方法、現地の通貨事情:

原則は日本円をジャカルタの空港や市内で両替するが、万が一(特にプログラム終盤)現地通貨が不足した時に備えて、海外でも出金できるVISAブランド等のキャッシュカードを持っていくと安心である。

■治安、医療関係事情、心身の健康管理で気をつけたこと等、危機管理:

自由時間の行動においても基本的にインドネシア大学のフォロワー(学生)が付き添ってくれたので、ホテルへの帰りが遅くなくても身の危険を覚えるようなことはなかった。東南アジアでは、特に食事が合わずお腹を壊す日本人旅行者が多いように思われるので、衛生面でリスクのある屋台料理を避けたり、極端に辛いものや冷たいものを摂取したりしない等の自己防衛をある程度講じておく必要はあると思う。

■自由時間に利用した交通手段:

タクシー、列車

■プログラム期間中に利用したネット環境:

キャンパス Wifi、SIM

参加前の準備・手続きについて

■プログラムへの参加手続き:	
4～5月末にかけて電子メールと紙媒体で申込書類を国際交流課に提出した。その後、6月下旬に選考結果の通知があり、7月上旬に参加者のオリエンテーションが実施された。必要書類は期日を守って早めに提出するのが大前提。	
■ビザの手続き:	
インドネシアは30日以内の滞在ならばビザが不要なので、特段取得手続き等を行わなかった。	
■医療関係の準備:	
短期プログラムであったので予防接種等を行わなかった。以前、東南アジアの他国を旅行した際、食べ物が合わず腹痛になることが多かったので整腸剤等の薬は持参するようにした。	
■保険関係の準備:	
国際交流課の指定する付帯海学に加入した。加入手続きをするには国際交流課に渡航届けを提出する必要があるため、オリエンテーションが済んだら速やかに提出するのが良い。	
■東京大学の所属学部・研究科(教育部)で行った手続き:	
プログラムを終了するとインドネシア大学から3単位が付与されるので、単位振替のために留学許可願などの書類を所属の学部・学科の窓口にそれぞれ提出した。	
■語学関係の準備:	
TOEIC875 点	

費用・奨学金に関すること

■参加するために要した費用:	
航空費	80,000 円
派遣先への支払い(授業料・施設利用料など)	100,000 円
教科書代・書籍代	0 円
海外留学保険料(東京大学指定のもの)	6,000 円
保険・社会保障料(留学先で必要だったもの)	0 円
■その他、補足等:	
大学から7万円の奨学金が支給された。	
■留学先で費やした生活費:	
家賃	0 円
食費	10,000 円
交通費	2,000 円
娯楽費	10,000 円
■その他、補足等:	
宿舎やプログラム中の移動手段は留学先の大学が手配してくれ、費用はプログラム代に含まれている。インドネシアは日本より物価が安いので2週間の滞在でも2～3万円以内に落ち着いた。	
■プログラム参加のための奨学金の受給有無:	
受給した。	

■奨学金の支給機関・団体名等:
東京大学海外派遣奨学事業奨学金
■受給金額(月額):
70,000 円
■受給金額についての補足等:
■奨学金をどのように見つけたか:
大学(本部国際交流課)からの案内

プログラムを振り返って

■プログラムに参加したことの意義、その他所感:
英語を使ってもっと自由にコミュニケーションをとりたいと思うようになったと同時に、自分が「英語を話せない」のではなく「英語を話そうとしていない」という様に、コミュニケーションをとろうとしているかどうかの意思の問題であると認識することができた。
■今後のキャリアに対する考え方や就職活動に与えた影響:
海外で学ぶことや働くことへの意欲が高まった。
■進路・就職先(就職希望先):
公的機関、民間企業
■今後参加を考えている学生へのメッセージ、アドバイス:
将来的に長期留学を考えている人はもちろん、海外の大学で学習する雰囲気을少しでも感じたい人にとっては最適だと思うので、ぜひ参加することを勧めたいです。
■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、グローバル駒場

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)

記入日: 2018/09/07

- 参加プログラム: インドネシア大学サマープログラム
- プログラム情報: <https://www.u-tokyo.ac.jp/adm/go-global/ja/program-list-short-UIsummer.html>
- 派遣先大学: インドネシア大学
- プログラム期間: 2018/07/30 ~ 2018/08/10
- 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

■参加にあたってこの時期を選んだ理由:

9月に勉強に集中したかったから。

■参加を決めるまでの経緯:

国際交流を是非時間のある夏休みにしたいと思っており7月ごろに参加を決めました。

プログラムについて

■概要:

毎日2コマ授業を受け、最後は自分たちでテーマを選びプレゼンをしました。1週目は授業のみ、2週間目からシンクタンクや外務省に行かせていただきました。

■学習・研究以外の活動で取り組んだもの:

スポーツ、文化活動、インターンシップ

■学習・研究以外の活動で取り組んだものの内容、または取り組まなかった理由:

インドネシアの伝統的なダンスや音楽、言語など文化についてもよく学びました。

■週末の過ごし方:

ジャカルタ郊外のバンドンに遠足に行きました。

派遣先大学の環境について

■設備:

インドネシア大学

■サポート体制:

インドネシア大学の学生が常に付き添ってくれサポートをしてくれました。

プログラム期間中の生活について

■宿泊先の種類:

ホテル

■宿泊先の様子、どのように見つけたか:

きれいなホテルでした。インドネシア大学の方が準備してくれました。

■気候、大学周辺の様子、交通機関、食事等:

快適でした。
■お金の管理方法、現地の通貨事情:
ショッピングモールでの両替で事足りました。
■治安、医療関係事情、心身の健康管理で気をつけたこと等、危機管理:
特にありません。
■自由時間に利用した交通手段:
タクシー
■プログラム期間中に利用したネット環境:
キャンパス Wifi

参加前の準備・手続きについて

■プログラムへの参加手続き:
申請書を提出し、参加決定後 pre-program essay を書く必要があった。
■ビザの手続き:
なし
■医療関係の準備:
なし
■保険関係の準備:
学校から加入を指定された保険に入りました。
■東京大学の所属学部・研究科(教育部)で行った手続き:
行く期間に単位に関して気をつけることを教えてもらいました。
■語学関係の準備:
なし

費用・奨学金に関すること

■参加するために要した費用:	
航空費	45,000 円
派遣先への支払い(授業料・施設利用料など)	100,000 円
教科書代・書籍代	0 円
海外留学保険料(東京大学指定のもの)	6,500 円
保険・社会保障料(留学先で必要だったもの)	15,000 円
■その他、補足等:	
■留学先で費やした生活費:	
家賃	0 円
食費	5,000 円
交通費	3,000 円
娯楽費	2,000 円

■その他、補足等：
■プログラム参加のための奨学金の受給有無：
受給した。
■奨学金の支給機関・団体名等：
JASSO
■受給金額(月額)：
70,000 円
■受給金額についての補足等：
■奨学金をどのように見つけたか：
大学(本部国際交流課)からの案内

プログラムを振り返って

■プログラムに参加したことの意義、その他所感：
国際交流の良さをより一層感じるようになった。かけがえのない友人が多くできた
■今後のキャリアに対する考え方や就職活動に与えた影響：
積極的なコミュニケーション能力がついたことが一番よかったことだと思います。
■進路・就職先(就職希望先)：
専門職(法曹・医師・会計士等)、弁護士
■今後参加を考えている学生へのメッセージ、アドバイス：
成長できる良い機会なので是非参加してください。
■準備段階や留学中に役に立ったウェブサイト、出版物：
公式 Go Global ウェブサイト

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)

記入日: 2018/09/07

- 参加プログラム: インドネシア大学サマープログラム
- プログラム情報: <https://www.u-tokyo.ac.jp/adm/go-global/ja/program-list-short-UIsummer.html>
- 派遣先大学: インドネシア大学
- プログラム期間: 2018/07/30 ~ 2018/08/10
- 東京大学での所属学部・研究科等: 経済学研究科
- 学年(プログラム開始時): 修士 2

■参加にあたってこの時期を選んだ理由:
大学院2年目の夏で何かしたかったのと、自分の研究とも関係のあるインドネシアに行ってみたかったから。
■参加を決めるまでの経緯:
自分の研究と関連があるインドネシアを訪れるプログラムがあると聞いて、すぐ行っていたみたいと思ったので、そんな迷っていません。費用もそんなに高くなかったのですぐに決められました。

プログラムについて

■概要:
特に予習・復習の必要はないです。文化体験の授業や、フィールドワークは面白いものばかりです。
■学習・研究以外の活動で取り組んだもの:
スポーツ
■学習・研究以外の活動で取り組んだものの内容、または取り組まなかった理由:
プールに行ってスイミングをした。
■週末の過ごし方:
週末はバンドンに行きました。

派遣先大学の環境について

■設備:
図書館はきれいでした(一度くらいしか入る機会ありませんでしたが)。スポーツ施設もあり、夜プールには入れたり、やろうと思えばフットサルができました。wifi は学生証を発行してもらった後に使えるようになりますが、場所によっては入りづらかったりします。
■サポート体制:
朝の送迎から、授業中、昼食、大学から帰った後にどこかに遊びに行ったり選択のやり方まで、これでもかというくらいありがたいことに UI の学生がサポートしてくれます。ですから基本的にですからも安心できました。

プログラム期間中の生活について

■宿泊先の種類:
ホテル

■ 宿泊先の様子、どのように見つけたか：
インドネシア大学が予約していたホテルにとまりました。朝食付きで、一通りの設備は整っていたので特に不満はなかったです。
■ 気候、大学周辺の様子、交通機関、食事等：
気候は 30 度くらい。大学のあるデポックは過ごしやすい普通の東南アジアの街という感じでした。交通機関は Grab や乗り合いバス(これは UI の人がいないと厳しい)、電車を利用しました。食事は近くのモールでよく食べていました。
■ お金の管理方法、現地の通貨事情：
日本円を持って行って、空港で最低限の金額を交換した後は、近くのモールで変えました。街中のモールが交換レートがよいので、そこで変えるのがおすすめです。
■ 治安、医療関係事情、心身の健康管理で気をつけたこと等、危機管理：
特にないです。たまにおなかの調子がよくないかも？くらいのときは持っていた正露丸を飲んでいました。ただ、UI の学生がいつも常備薬を持ってくれていたのが安心できました。
■ 自由時間に利用した交通手段：
タクシー、列車、アンコットと呼ばれる乗り合いバス、Grab
■ プログラム期間中に利用したネット環境：
キャンパス Wifi、ホテルの Wifi

参加前の準備・手続きについて

■ プログラムへの参加手続き：
奨学金手続きや、国際交流課への書類提出があります。期限が早い場合が多いので早め早めにやっておくとよいと思います。
■ ビザの手続き：
インドネシアは 1 か月以上の滞在でなければ必要ないので取っていません。
■ 医療関係の準備：
とくに準備していません。常備薬だけ持っていきました。
■ 保険関係の準備：
留学保険は早めに確認しておく必要があります。
■ 東京大学の所属学部・研究科(教育部)で行った手続き：
特にありませんでした。海外渡航届の準備くらいです。
■ 語学関係の準備：
特にしなかったです。私は約 2 年前に受けた TOEFL が 80 点くらいでしたが、向こうではほとんど英語なのでそれだけのスコアならあまり不自由はなかったです。ただもっと英語できるようになっていたら更いろんなことを伝えられたのかなとは思いますが。ちなみにインドネシア語は全く分からなくても問題ないですが、多少の会話くらいを身に着けておくとより楽しいと思います。

費用・奨学金に関すること

■ 参加するために要した費用：

航空費	80,000 円
派遣先への支払い(授業料・施設利用料など)	0 円
教科書代・書籍代	0 円
海外留学保険料(東京大学指定のもの)	0 円
保険・社会保障料(留学先で必要だったもの)	0 円
■その他、補足等:	

■留学先で費やした生活費:	
家賃	0 円
食費	6,000 円
交通費	2,000 円
娯楽費	4,000 円
■その他、補足等:	
■プログラム参加のための奨学金の受給有無:	
受給した。	
■奨学金の支給機関・団体名等:	
東京大学海外派遣奨学事業奨学金	
■受給金額(月額):	
70,000 円	
■受給金額についての補足等:	
■奨学金をどのように見つけたか:	
大学(本部国際交流課)からの案内	

プログラムを振り返って

■プログラムに参加したことの意義、その他所感:
自分の研究に関連があるインドネシアにのこについて知ることができたことに加え、海外のたくさんの同世代と友達になることができ、価値観が広がった。
■今後のキャリアに対する考え方や就職活動に与えた影響:
もう自分の進路は既に決まっていたが、今後東南アジアで働きたいという思いも強まった。
■進路・就職先(就職希望先):
民間企業
■今後参加を考えている学生へのメッセージ、アドバイス:
充実した 2 週間になると思います。サポート体制がしっかりしているのであまり心配せずに楽しんでください！
■準備段階や留学中に役に立ったウェブサイト、出版物:

あまり使っていません。地球の歩き方くらい。

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)

記入日: 2018/08/22

- 参加プログラム: インドネシア大学サマープログラム
- プログラム情報: <https://www.u-tokyo.ac.jp/adm/go-global/ja/program-list-short-UIsummer.html>
- 派遣先大学: インドネシア大学
- プログラム期間: 2018/07/30 ~ 2018/08/10
- 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

■参加にあたってこの時期を選んだ理由:
短期2週間だったので夏季休業中に行けた。英語の力がある程度ついたこの時期がいいと思った。また早い時期に参加することは意義深いと思った。
■参加を決めるまでの経緯:
大学の同期にインドネシア出身の友人がいる。彼はいくつかの理由で差別を受けた経験があり、彼の話聞いてインドネシアの社会制度、歴史に少し興味を持った。今回偶然サマプロでインドネシア大学のものを見つけたので迷わず応募した。

プログラムについて

■概要:
1週目は座学中心。2時間の授業を1日2コマくらい。授業後半は QandA。2週目はフィールドワーク。政府機関などを訪問させていただき話を聞き QandA という流れ。定められた工程は夕方までに終わるので、その後は自由時間である。本当はこれがメインなのではと思った。日本、インドネシア、韓国、中国、マレーシア、オーストラリアの学生が集まっているので交流が盛んだった。一緒にご飯を食べたり、ゲームに興じる中で会話し各国の学生の考え方を知ることができた。世界を知って日本を知るとはこのことだと思った。授業の内容は忘れやすいが実地の体験は忘れにくい。
■学習・研究以外の活動で取り組んだもの:
スポーツ
■学習・研究以外の活動で取り組んだものの内容、または取り組まなかった理由:
UI で泳いだ。
■週末の過ごし方:
全員でバンドンを訪れた。標高が高く涼しかった。バンドン会議が行われた場所を見れてよかった。

派遣先大学の環境について

■設備:
キャンパスの wi-fi は言語の壁により使いこなせなかった。東大内の環境より悪いと思う。
■サポート体制:
ほとんど上手くアレンジしてもらってあったので不安を感じる瞬間はほぼなかった。

プログラム期間中の生活について

■ 宿泊先の種類:
ホテル
■ 宿泊先の様子、どのように見つけたか:
デポックの UI メインキャンパスから車で15分くらいのところのホテル(2人1部屋)を借りた。東大学生と同じ部屋だった。UI 側がアレンジしてくださった。水、エアコン、タオル、シャンプー、歯ブラシ、トイレ、シャワーなどある。
■ 気候、大学周辺の様子、交通機関、食事等:
ぎり南半球。乾季のようで夕立も二度しかなかった。今年は日本列島がとても暑かったのでデポックの暑さもこたえなかった。UI はとても広い。どのくらい広いかわからないくらい広い。国土が日本の5倍だから、キャンパスも5倍くらいあるのだろうか。キャンパス内の移動はバスや自転車、原付であった。駒場東大前駅があるように UI 駅もあるのでそこからジャカルタへモナスを見に行ったりした。食事は美味しい。日本でナシゴレンが有名なのは、ナシゴレンがインドネシアで日本の寿司的なポジションにあるからではなく、ただ日本人の口に合うからだということもわかった。インドネシア料理は味付けが辛いものが多く個人的に好きだった。しかし、2週間明らかにいつもよりお腹が緩かった。
■ お金の管理方法、現地の通貨事情:
クレジットカード不所持。全て現金でやり取りした。通貨はルピアで当時(2018.8)のレートは1円=127rupiahくらい。換算する時は0を二つ消して少し間引く。お釣りはてきとうである。四捨五入される。硬貨を使うのがめんどくさいからか、1,300rupiah がお釣りなら 1,000rupiah しかもらえないこともある。初めはびびったがすぐ慣れた。
■ 治安、医療関係事情、心身の健康管理で気をつけたこと等、危機管理:
治安はそれほど良くないと思う。今回は集団行動が徹底されていた上、UI 生が全行程に同行してくれたので大丈夫だったし、見る限りインドネシア人はとても親切で優しい人ばかりだったが、道や高架橋で物乞いして暮らす風な人々や屯する若者が多くいて経済格差が大きいのだと感じた。健康管理のために、露店の食べ物を買わないようにした。しかし友人から一口もらった露店のスイーツはめっちゃ美味しかった。
■ 自由時間に利用した交通手段:
列車、アンコツ(乗合タクシー)、go-jek、grab
■ プログラム期間中に利用したネット環境:
キャンパス Wifi、ホテルの Wi-fi

参加前の準備・手続きについて

■ プログラムへの参加手続き:
渡航情報届、OSSMA・付帯海学加入。時期が早かったので、説明会からプログラム開始までの準備期間が3週間を切っておりやや歪だった。航空券の取得や保険への加入など慣れない作業を試験期間にやるので少し焦ったが、実は3週間は目安なのでゆっくりやれば良い。
■ ビザの手続き:
なし。
■ 医療関係の準備:
春に健康診断を東大で受けた。万全だった。薬は感冒薬を持って行ったが使わなかった。予防接種はしなかった。

■保険関係の準備:
OSSMA と付帯海学に加入した。付帯開学の保険証は持って行った。結局どちらも利用する機会はなかった。加入手続きは航空券の取得と並行して進めるので、日程も確定していない中やや面倒であった。保険加入だけ早めにはできない。
■東京大学の所属学部・研究科(教育部)で行った手続き:
単位の変換はできなさそうだった。試験とも重なっていなかった。レポートもなかったのも特に問題はなかった。
■語学関係の準備:
学部1年の11月に IELTS を受けていて、overall5.5という有様であった。特にこのプログラムのためというわけではないが、春くらいから、積極的に、ネイティブでない留学生の友人を作って、英語で会話する機会を定期的にもつようにしている。そのため、入りがよかったと思う。

費用・奨学金に関すること

■参加するために要した費用:	
航空費	40,000 円
派遣先への支払い(授業料・施設利用料など)	100,000 円
教科書代・書籍代	0 円
海外留学保険料(東京大学指定のもの)	5,000 円
保険・社会保障料(留学先で必要だったもの)	5,000 円
■その他、補足等:	

■留学先で費やした生活費:	
家賃	0 円
食費	14,000 円
交通費	3,000 円
娯楽費	5,000 円
■その他、補足等:	

■プログラム参加のための奨学金の受給有無:	
受給した	
■奨学金の支給機関・団体名等:	
東京大学	
■受給金額(月額):	
70,000 円	
■受給金額についての補足等:	
1回限り	

■奨学金をどのように見つけたか:

大学(本部国際交流課)からの案内

プログラムを振り返って

■プログラムに参加したことの意義、その他所感:

とても満足している。他の東大学生や他国の学生は皆それぞれ多様な背景で育ってきたので、もちろん会話の中で地雷もあり、どう上手くコミュニケーションをとるか、酷い英語でいかに誤解なく気持ちを伝えるかを考え活動できた。人の気持ちを考えた二週間だった。雲南大生の授業中の、教授に対する台湾の取り扱いについての指摘や、韓国のアジュ大生に個人的に聞いた兵役についてのイメージ、UI 生が語った宗教観など、相手はどう思ったか知らないが、結構敏感なところまで話をする事ができ貴重だった。国同士は利害衝突などで険悪でも、個人レベルではそんなことないと思った。日本語を話す韓国人、インドネシア人。中国に興味があると言うと、実は私も、と日本への興味を語り出す中国人。教育の問題はあるけど、若い世代はどの国の人も割合柔軟な考えを持っていると思う。対立や直感的な嫌悪という野生的な思考を脇に置いて、相互理解、相手への関心、対話を以ってやれば、未来は暗くないと思う。

■今後のキャリアに対する考え方や就職活動に与えた影響:

無力さを感じた。インドネシア語も韓国語も英語も中国語も喋れない。まずは二外の中国語を勉強し直して、英語も続けること。そして何より専門性をつけようと思った。健康科学・医学を学んで将来は日本や世界、特にアジア地域で、貧困に横たわる健康格差の問題にスペシャリストとして関わっていきたいと思った。

■進路・就職先(就職希望先):

研究職、専門職(法曹・医師・会計士等)、公的機関、非営利団体、民間企業、起業、明確でない。

■今後参加を考えている学生へのメッセージ、アドバイス:

迷ったら応募したらいい。

■準備段階や留学中に役に立ったウェブサイト、出版物:

Wikipedia

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)

記入日: 2018/09/05

- 参加プログラム: インドネシア大学サマープログラム
- プログラム情報: <https://www.u-tokyo.ac.jp/adm/go-global/ja/program-list-short-UIsummer.html>
- 派遣先大学: インドネシア大学
- プログラム期間: 2018/07/30 ~ 2018/08/10
- 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 1

■参加にあたってこの時期を選んだ理由:
入学後一番早くに申請できるプログラムだったから
■参加を決めるまでの経緯:
参加については入学当初から考えていた。日程が部活の合宿と被っていたので参加を迷ったが、部に許可をもらい参加した。

プログラムについて

■概要:
インドネシアの外交についての授業を受けそれについてグループでプレゼンテーションを行った。予習復習はしていない。フィールドワークが多く、インドネシアの観光地や文化を体験できる場所に多く行った。
■学習・研究以外の活動で取り組んだもの:
スポーツ、取り組んでいない。
■学習・研究以外の活動で取り組んだものの内容、または取り組まなかった理由:
余裕がなかった。
■週末の過ごし方:
バンドンに行った。

派遣先大学の環境について

■設備:
図書館、フットサルコート、学生寮、wifi あり そんなに強くはない。
■サポート体制:
インドネシア大の学生が1クラスに5人ほどついて面倒を見てくれた。外出時にも一緒に来てくれたので交通手段などに困らなかった。

プログラム期間中の生活について

■宿泊先の種類:
ホテル
■宿泊先の様子、どのように見つけたか:
インドネシア大で手配してくれていた。

<p>■ 気候、大学周辺の様子、交通機関、食事等：</p> <p>気候は日本の夏より少し涼しかった。移動は基本的に車かバイクがいい食事について、日本食などもありましたが、あまり美味しくはありませんでした。腹を下すことがあるので整腸剤などがあると良い。</p>
<p>■ お金の管理方法、現地の通貨事情：</p> <p>大きい買い物(お土産)以外は現金で支払った。</p>
<p>■ 治安、医療関係事情、心身の健康管理で気をつけたこと等、危機管理：</p> <p>大金を持ち歩かない。水道水を飲まない。</p>
<p>■ 自由時間に利用した交通手段：</p> <p>タクシー、列車、バイク</p>
<p>■ プログラム期間中に利用したネット環境：</p> <p>キャンパス Wifi、レンタルしたルーター</p>

参加前の準備・手続きについて

<p>■ プログラムへの参加手続き：</p> <p>英検の通知書、エントリーシート、付帯海学の申し込み、色々と煩雑なので早めにやったほうがいいと思います。</p>
<p>■ ビザの手続き：</p> <p>必要なかった。</p>
<p>■ 医療関係の準備：</p> <p>薬を持って行っただけでした。</p>
<p>■ 保険関係の準備：</p> <p>付帯海学 早めにやったほうがいい。</p>
<p>■ 東京大学の所属学部・研究科(教育部)で行った手続き：</p> <p>許可をもらっただけで他には特になかった。</p>
<p>■ 語学関係の準備：</p> <p>特に準備してない。</p>

費用・奨学金に関すること

<p>■ 参加するために要した費用：</p>	
航空費	70,000 円
派遣先への支払い(授業料・施設利用料など)	100,000 円
教科書代・書籍代	0 円
海外留学保険料(東京大学指定のもの)	7,000 円
保険・社会保障料(留学先で必要だったもの)	10,000 円
<p>■ その他、補足等：</p>	
<p> </p>	

<p>■ 留学先で費やした生活費：</p>

家賃	90,000 円
食費	10,000 円
交通費	5,000 円
娯楽費	10,000 円
■その他、補足等:	
■プログラム参加のための奨学金の受給有無:	
受給した。	
■奨学金の支給機関・団体名等:	
東京大学	
■受給金額(月額):	
70,000 円	
■受給金額についての補足等:	
■奨学金をどのように見つけたか:	
大学(本部国際交流課)からの案内	

プログラムを振り返って

■プログラムに参加したことの意義、その他所感:
世界には色々な人がいるということを再認識した。インドネシアについて今まで持っていたイメージとは違った印象を受け、他の国が実際にはどんな風なのかについても興味が湧いた。
■今後のキャリアに対する考え方や就職活動に与えた影響:
海外ではどんなことが起きているのかと、より興味が湧いた。
■進路・就職先(就職希望先):
■今後参加を考えている学生へのメッセージ、アドバイス:
なんでもいいからぜひ行くべきだと思う。想像以上に得るものが多いし、自分で何かを成し遂げる力がつくと思う。
■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、YouTube

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)

記入日: 2018/09/08

- 参加プログラム: インドネシア大学サマープログラム
- プログラム情報: <https://www.u-tokyo.ac.jp/adm/go-global/ja/program-list-short-UISummer.html>
- 派遣先大学: インドネシア大学
- プログラム期間: 2018/07/30 ~ 2018/08/10
- 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

■参加にあたってこの時期を選んだ理由:
進学選択の第2段階と被っていなかったから。
■参加を決めるまでの経緯:
英語を使う機会が欲しく、でも話す経験はあまりなかったので、それほど高度な英語力が求められないもの、また学校の予定と被らないものを選びました。

プログラムについて

■概要:
Bandung とても素敵な街で楽しかったです。
■学習・研究以外の活動で取り組んだもの:
文化活動
■学習・研究以外の活動で取り組んだものの内容、または取り組まなかった理由:
フリータイムで観光へ向かいました。ジャカルタで有名なタワーではインドネシアの歴史についてフィギュアの展示付きで想像しやすく学べたので面白かったです。
■週末の過ごし方:
Bandung へ行くことがプログラムに組み込まれていました。

派遣先大学の環境について

■設備:
図書館はとても立派で、お土産屋さんやカフェが中にいっぱいありました。WiFi もとても良く繋がります。ご飯を売る店も多かったですが、昼食はあちらが用意してくれたので、基本的に自分で買う必要なかったです。
■サポート体制:
国際交流課の方が長く滞在して下さり、安心でした。

プログラム期間中の生活について

■宿泊先の種類:
ホテル
■宿泊先の様子、どのように見つけたか:
fave hotel に泊まりました。他の東大生の方と2人部屋に滞在しました。

■ 気候、大学周辺の様子、交通機関、食事等：
気候は日本の夏と同じか少し涼しいと思います。食事はインドネシア大学の生徒が近くのショッピングモールに連れて行ってくれました。
■ お金の管理方法、現地の通貨事情：
現金 18,000 円相当を持ち歩いていました。
■ 治安、医療関係事情、心身の健康管理で気をつけたこと等、危機管理：
慣れないうちはインドネシア大学の人と行動するのが安全です。とても親切ですすんで案内してくれます。
■ 自由時間に利用した交通手段：
列車、バス、車
■ プログラム期間中に利用したネット環境：
キャンパス Wifi、レンタルしたルーター、ホテル Wifi

参加前の準備・手続きについて

■ プログラムへの参加手続き：
渡航情報届を提出しました。
■ ビザの手続き：
必要ありませんでした。
■ 医療関係の準備：
痛み止めを持っていきましたが、あまり使いませんでした。インドネシアはスパイスが効いている食べものが多いので、慣れずにお腹を壊す人が多かったです。なので、胃腸薬はあると便利だと思います。
■ 保険関係の準備：
指定されたものへ加入しました。
■ 東京大学の所属学部・研究科(教育部)で行った手続き：
特にありません。
■ 語学関係の準備：
特にしませんでした。勉強すればするほどインドネシア大学の生徒などとスムーズにコミュニケーションができるので、向こうでの滞在が有意義なものになると思います。

費用・奨学金に関すること

■ 参加するために要した費用：	
航空費	60,000 円
派遣先への支払い(授業料・施設利用料など)	10,000 円
教科書代・書籍代	0 円
海外留学保険料(東京大学指定のもの)	5,900 円
保険・社会保障料(留学先で必要だったもの)	0 円
■ その他、補足等：	

■留学先で費やした生活費:	
家賃	0 円
食費	6,000 円
交通費	600 円
娯楽費	1,500 円
■その他、補足等:	
■プログラム参加のための奨学金の受給有無:	
受給した。	
■奨学金の支給機関・団体名等:	
東京大学	
■受給金額(月額):	
70,000 円	
■受給金額についての補足等:	
■奨学金をどのように見つけたか:	
大学(本部国際交流課)からの案内	

プログラムを振り返って

■プログラムに参加したことの意義、その他所感:
英語を話す自信が少しついた。
■今後のキャリアに対する考え方や就職活動に与えた影響:
英語がとても大事で、頑張ろうと思った。
■進路・就職先(就職希望先):
専門職(法曹・医師・会計士等)
■今後参加を考えている学生へのメッセージ、アドバイス:
想像以上に楽しいと思います。アカデミックというよりは交流、観光よりです。
■準備段階や留学中に役に立ったウェブサイト、出版物:
交流課の方が紹介して下さったリンク。