

東京大学 海外留学・国際交流プログラム報告書(超短期プログラム用)

2017年 8月 28日

東京大学での所属学部・研究科等:	法学政治学研究科	学年(プログラム開始時):	専門職2
参加プログラム:	UI CREATES	派遣先大学:	インドネシア大学
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

デポックに本部を置く国立大学、12の学部をもつ総合大学。

参加した動機

将来的に英語を用いる仕事をしたいと思い長期留学の準備として参加しようと思った。

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)

手続面で迷惑をかけないように早め早めの行動をするのがよいと思う。

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)

なし

③医療関係の準備(出発前の健康診断、常備薬、予防接種等)

医師と相談の上麻疹の予防接種を受けた。

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)

大学で用意していただいたもの加入了

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)

法学政治学研究科では書類の提出が求められた

⑥語学関係の準備(出発前の語学レベル・語学学習等)
久々に英語に触れるという感じだった。スコアもあまり高くなかった。
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
虫(蚊やハエ)への対策用具
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)
予習や復習は特に要求されていなかったと思う。Final Presentationの前は夜中まで準備をしていた。
②学習・研究面でのアドバイス
学習・研究というよりアクティビティ中心のプログラムだった。
③語学面での苦労・アドバイス等
周りに日本人が多かったこと、LOのなかでも日本語が話せる人がいたことから語学面で途方に暮れるようなことはなかった
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)
UIが提供してくれた寮
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)
だいたい晴れていた。大学は郊外にあるので移動はバスやタクシーを用いた。現地で2万円換金したがそれくらいで十分だったと思う。
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)
プログラム中高熱が出たが、大学の医療機関は無料で診察が丁寧で薬も良く効いた。LOの人たちがいろいろサポートしてくれたのですぐ回復できた。
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10万、現地での出費2万円程度

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の奨学金
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)
休日は海に遊びにいった。
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)
LOの方々があらゆる面からサポートしてくれます。
②大学の設備(図書館・スポーツ施設・食堂・PC環境等)
特に用いなかった
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
自分の英語のできなさを痛感した。これから勉強していくモチベーションになったと思う。また、参加者のなかで留学について情報交換できたこともよかった。
②参加後の予定
短期の語学留学に行く予定
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
このプログラムはサポート体制が充実しているので留学が初めての方も安心して参加できると思います。
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
UIのホームページ
②その他東京大学のホームページ・出版物等に掲載してよい留学中の写真があれば添付してください。
特になし

東京大学 海外留学・国際交流プログラム報告書(超短期プログラム用)

2017 年 8 月 28 日

東京大学での所属学部・研究科等:	法学部	学年(プログラム開始時):	学部4
参加プログラム:	UI-CREATES	派遣先大学:	インドネシア大学
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

デポックを中心としてジャカルタなどにもキャンパスを持つインドネシアトップの国立大学であり、14の学部を持つ。約4万7000人が在学し、300近いプログラムが実施されている。1950年に現在のインドネシア大学として成立して以降、将来の国内やグローバルな問題・課題を解決するような人材の育成を目的として教育が行われている。

参加した動機

ASEAN諸国を訪れたことがなかったため、自己の見識を広めるため現地の雰囲気を感じたかったから。

参加の準備

①プログラムの参加手続き(手続きにあたってのアドバイスなど)

大学側から提示された提出物をきちんと確認すれば問題ありません。

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)

不要。

③医療関係の準備(出発前の健康診断、常備薬、予防接種等)

整腸剤と風邪薬、体温計、湿布などを持っていきました。また、蚊対策も万全にしました。

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)

付帯海学のみ。

⑤プログラム参加にあたって東京大学の所属学部・研究科(教育部)で行った手続きなど(履修・単位・試験・論文提出等に関して)

休暇中なので、問題ありませんでした。

⑥語学関係の準備(出発前の語学レベル・語学学習等)
学部で学習で英語に触れることがほぼないので、リスニング教材のみ簡単にさらっておきました。
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
日用品はモールでかなり揃いますが、常備薬だけは万全に用意した方が良いでしょう。
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)
初週には“Indonesian Foreign Policy”に関する2時間の授業計5回に加え、インドネシアの文化や言語に関する授業が4回がありました。予習・復習などは特にしませんでした。
②学習・研究面でのアドバイス
他大学の学生とも交流しながら、楽しんでください。
③語学面での苦労・アドバイス等
英語に関しては、プレゼンテーションの準備の際などに、他国からの学生との意見対立があった際などには苦労しました。また、体調不良の際に、医療用語がわからず苦労した人もいたので、いざという時には自分の状態を伝えられるようにする備えをしておきましょう。
生活について
①宿泊先(寮・ホームステイ・ルームシェア等)、家賃、宿舎の様子、見つけた方法など)
インドネシア大学側が用意してくださいました。
②生活環境(気候、大学周辺の様子、交通機関、食事、お金の管理方法(海外送金・クレジットカード)など)
クレジットカードは使用できない場合が多いので、現金を十分に用意したほうが良いでしょう。学校の近くのモールでのレートが良いので、私は買い物のついでに少しずつ両替していました。
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)
治安は良いと思います。また、学校の医療センターで無料で治療を受けられるそうなので、体調不良の際にも安心です。
④要した費用について(航空賃、授業料、教科書代、家賃、食費、交通費、娯楽費などの概算)
プログラム費用7万円(JASSO奨学金で補てん)+食費・生活費・娯楽費1万8000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
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)
ほとんど毎日朝から夕方まで予定が入っていたため、プログラム外の時間があまりありませんでしたが、独立記念日と授業のある日の夜などは予定が入っていませんでした。その時間には各々、インドネシア大学の学生にジャカルタ市内の観光地やモールなどに連れて行ってもらっていました。
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)
インドネシアでは英語が通じない場所も少なくありませんが、インドネシア大学の学生が案内してくれるので、不自由を感じることはほとんどないと思います。
②大学の設備(図書館・スポーツ施設・食堂・PC環境等)
Wifiが少し通じにくいですが。ただ、初週に学生証をもらえるので、大学構内限定(?)のレンタル自転車を借りたり、図書館で調べ物をする事ができます。
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
このプログラム自体は、インドネシアの外交政策について学ぶことを目標としたものでしたが、実際にはインドネシアという国の勢いやそこに住んでいる人々の誇りなどを強く感じる事ができました。非常に良い経験となったとともに、インドネシア大学を含め、他大学の学生とも交流を深めることができ、人脈という財産を得ることにもつながりました。
②参加後の予定
無し。
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
ぜひ参加しましょう。
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
無し。
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。
無し。

東京大学 海外留学・国際交流プログラム報告書(超短期プログラム用)

2017 年 8月31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:	インドネシア大学サマープログラム	派遣先大学:	インドネシア大学
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

インドネシア最難関の国立大学。キャンパスはデポックというジャカルタに近い都市にあり、自然が豊かで広大な敷地を持つ。文理合わせて13の学部があり多様な学科がある。

参加した動機

今回の留学先の国は近年急成長した国です。私は日本がその国においてどのような援助をし関わってきたかを学びたいと考えています。日本の支援の工夫や問題点を学ぶことはアジア諸国に限らずアフリカ諸国などこれから成長が見込まれる国の支援の在り方にまで発展させて考察できます。このプログラムを通し、さらに講義で学んだ知識を生かし、日本の途上国支援を推進しうるプログラムを自ら生み出したいと考えたいと思い参加しました。

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)

締め切りが早いものが多いので大学の指示に従って早めに手続きすることが必要です。特に航空券は時間とともに金額が大きく変わるので最初に準備したほうがいいと思います。

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)

必要ありませんでした。

③医療関係の準備(出発前の健康診断、常備薬、予防接種等)

特に必要な健康診断や予防接種はありませんでした。

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)

大学で指定されている付帯海学とOSSMAに加入しました。

⑤プログラム参加にあたって東京大学の所属学部・研究科(教育部)で行った手続きなど(履修・単位・試験・論文提出等に関して)

特にありません。

⑥語学関係の準備(出発前の語学レベル・語学学習等)

TOEIC、TOEFL、英検のスコアを持っていたのでそれを提出しました。それほど高い英語力は要求されませんが、英語がメインになります。インドネシア語の日常会話ができると尚更よかったと思います。

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

日本から持参するべきものは薬だと思います。整腸剤や解熱剤などの常備薬、虫よけを持っていくといいと思います。

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)

このプログラムはインドネシア大学が提供していて、参加者は東大の他に中国、韓国、オーストラリアの大学生がおり、合計56人も参加者がいるプログラムでした。インドネシアの外交というテーマのもと、前半と後半で異なる内容を扱いました。前半1週間は午前中にインドネシア大学の教授によるインドネシアの外交に関する講義を受け、午後はインドネシアの文化体験をする、というものでした。後半1週間は授業はなく主に機関や施設の見学といったフィールドワークをし、最後にはグループに分かれてインドネシアの外交政策というテーマのもとプレゼンを行いました。特に予習復習等はいりませんが、最後のプレゼンの時に前半の授業の知識が役だったと思います。

②学習・研究面でのアドバイス

授業はインドネシア大学の教授が行うため英語がインドネシア訛りだったのが慣れるのが大変でした。インドネシア外交についての講義でしたがその基礎やASEANとの関連などサブテーマは多様でした。特に講義中は質疑応答が目立つことはありませんでしたが、ASEAN等の機関を見学した際には質問をする時間があり、積極的な姿勢が求められました。

③語学面での苦勞・アドバイス等

ほとんどの学生が英語が第二外国語であることからとても辛い思いをすることはありませんでしたが、日常的には英語を話す機会が少ないのでうまく伝えるのに苦勞することもありました。インドネシア語ができると、より現地の人との交流を楽しめたと思います。

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)

宿泊はキャンパス内にあるゲストハウスでした。二人一部屋で、私は中国人の学生と部屋を共有しました。

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)

ちょうど雨季と乾季の移り変わりの時期で雨はほとんど降らず、基本的に晴れが続きました。日本の夏よりは過ごしやすと感じましたが気温が高い日は体がだるく感じることもありました。朝食はゲストハウスのビュッフェ、昼ごはんは学校が用意してくれました。大学からタクシーで10分弱のところに大きなモールがあり夕飯はそこで食べることが多く、そのモールで換金することもできました。ほとんど現金しか使いませんでした。

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)
治安は比較的良好ですがスリには気をつけていました。食事は腹痛や熱を訴える学生が多く、整腸剤や風邪薬は必要だと思います。また蚊が多いので虫よけ、特に部屋用のがあると重宝すると思います。学校内はWi-Fiが繋がりますが、それ以外のためにポケットWi-Fiをレンタルすると安心だと思います。
④要した費用について(航空賃、授業料、教科書代、家賃、食費、交通費、娯楽費などの概算)
プログラム費用7万円、航空機代8万円、保険等1万円、食費・娯楽費2万円弱でした。
⑤奨学金(受給していた場合は、支給機関・支給額・見つけた方法など)
JASSOの奨学金を申請しました。7万円の奨学金が出る予定です。
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)
土日はプログラムの一環としてサファリに行きました。独立記念日は祝日で一日中フリーだったのでジャカルタのモールに行きました。普段も夜は自由時間なので夕飯を食べに行ったり、部屋に集まっておしゃべりやゲームをして過ごしました。
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)
生活面では体調不良のときはおかゆをオーダーしてくれたり、高熱を出すと日本人が院長のクリニックに連れて行ってもらえるので体調不良の際のサポート体制はしっかりしていたと思います。学習面ではプレゼンの準備の際にインドネシア大学の教授が助言をしてくれたのが大変参考になりました。
②大学の設備(図書館・スポーツ施設・食堂・PC環境等)
学生証が交付され図書館などが使えたが実際に使う機会はなかった。
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
プログラムを通して、様々な国の学生との交流ができたのが大変貴重な経験だったと思います。彼らと英語で会話したり話し合うのはとても興味深いものであり、もっと違う国の人とも知り合いたいと思うようになりました。また、今回のプログラムは私にとって初めての途上国での滞在になりました。インドネシアに旅行で行くとジャカルタやバリ島に行くことが多い中、インドネシア大学はリゾート地ではないので多少は実際の生活に近い経験もできたと思います。地下鉄が整備されておらず、道路状況は悪くよく渋滞にあたり、洋式のきれいなトイレに巡りあうことのほうが少ないなど、まだまだ開発が足りていない状況を身をもって体験することができた点においても大きな意味を持ったと思います。
②参加後の予定
短期か長期か考え中ですが、海外経験を積みたいです。

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

東京大学での講義だけでは学ぶことのできないことがたくさんあります。実際に現地に行くと新たな知識や発見に加え、違うバックグラウンドを持った知り合いとの出会いもあります。参加して損することは絶対ないので迷っているなら参加することをお勧めします！

その他

①準備段階や留学中に役に立ったウェブサイト・出版物

同じプログラムの留学体験記が参考になりました。

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 海外留学・国際交流プログラム報告書(超短期プログラム用)

2017年 9月 4日

東京大学での所属学部・研究科等:	農学部	学年(プログラム開始時):	学部3
参加プログラム:	UI-CREATES	派遣先大学:	インドネシア大学
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: 建築)	☐	6. 起業
☐	7. その他()		

派遣先大学の概要

インドネシア大学は、デポックを中心としてジャカルタなどにもキャンパスを持つインドネシアトップの国立大学であり、14の学部を持つ。約4万7000人が在学し、300近いプログラムが実施されている。1950年に現在のインドネシア大学として成立して以降、将来の国内やグローバルな問題・課題を解決するような人材の育成を目的として教育が行われている。

参加した動機

違う国にある程度の期間滞在し、その国の文化、人の考え方を知りたいと思うから。また、普段英語を使う機会がないため、英語を実際に使う機会にもなると思ったから。

参加の準備

①プログラムの参加手続き(手続きにあたってのアドバイスなど)

提出するファイルが数多くあり、提出期限もバラバラなため、放置していると、何を提出していないかわからなくなるので、早め早めに提出していくことが大切だと思います。

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)

今回は短期間のプログラムであったため、ビザを発行する必要はありませんでした。

③医療関係の準備(出発前の健康診断、常備薬、予防接種等)

このプログラムでは特に指示はなかったですが、このプログラムの翌月に学科の実習でベトナムに行く予定があったので、A型肝炎・B型肝炎・破傷風の予防接種のワクチンは打っていました。

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)

大学側から指定された付帯海外の保険に加入しました。

⑤プログラム参加にあたって東京大学の所属学部・研究科(教育部)で行った手続きなど(履修・単位・試験・論文提出等に関して)

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)

IELTSのスコアを持っていました。インドネシア語の教科書を友達や図書館で借りて、インドネシアにもって行きました。

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

東南アジアでは、トイレトペーパーがない公衆トイレがあるので、ティッシュペーパーは多めに持って行ったほうがいいです。ウェットティッシュもあると便利です。蚊が多いので、虫よけスプレーは必須です。

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)

2週間のうち1週目は、午前中が講義、午後が伝統文化体験をするというのが基本でした。講義はインドネシア大学の先生によるもので、Indonesian Foreign Policyをテーマとしていました。インドネシア語の日常会話を勉強する授業も1コマありました。伝統文化体験では、インドネシアの伝統染物・楽器・踊りといった体験ができました。週末は泊りがけで、少し離れた場所にあるサファリパークにつれていってもらいました。2週目はASEAN・大統領博物館・外務省・植物園に行き、最後の2日間は生徒だけでIndonesian Foreign Policyをテーマとしたグループプレゼンテーションの準備・発表でした。

②学習・研究面でのアドバイス

積極的に違う国の学生に話しかけるといいと思います。

③語学面での苦労・アドバイス等

町やタクシーで英語が通じないことが多く苦劳しました。

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)

インドネシア大学の寮であるWisma Makaraにほかの大学の学生と2人1部屋で宿泊しました。僕は日本人とでしたが、なるべく違う国の人が同室になるようにされているようです。

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)

思っていたよりは暑くないが、ずっと同じような生暖かい気温で、慣れていなかったため疲れはたまりました。大学の近くにモールがあるため、日常で必要なものはそこで買えます。タクシーを呼んで移動していました。食事はそのモールで食べるか、寮のルームサービスをとるか、ピザなどデリバリーをとるかでした。お金は現金を日本からもって行ったのみでした。

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)
僕はお腹が少し緩くなるくらいですみましたが、体調を崩しているひとは多かったです。水道水は飲まないようにしていました。
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)
プログラム代と同じ額の奨学金が支給されました。航空費69000円と現地での費用25000円ほどかかりました。
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)
プログラム代と同じ額の奨学金が支給されました。
⑥学習・研究以外の活動(スポーツ・文化活動、ボランティア・インターン、週末や長期休暇の過ごし方など)
独立記念日が祝日だったため、ジャカルタ市内に行き、海やショッピングモールに行きました。
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)
インドネシア大学の学生がサポートしてくれました。
②大学の設備(図書館・スポーツ施設・食堂・PC環境等)
学内にカフェが多く、空き時間にはよく行きました。
プログラムを振り返って
①プログラムの意義、参加を通じて成長したこと、その他留学を通じての所感
英語が全然通じない国に行ったのは初めてで、また交通渋滞がひどく、どこかに行くだけでも苦労しました。ジャカルタ市内には高層ビルが多く建設されていて、まだまだ発展途上中だと感じると同時に、これから交通問題などさまざまな問題が解決されれば、インドネシアという国は経済面で大国になる可能性を感じました。
②参加後の予定
大学生のうちに長期留学に行きたいと考えています。
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
日本にいては経験できない多くのことを経験できます。苦労すること多いですが、若い学生のうちにいろいろ経験しておくことは大事だと思います。

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
日経ビジネス「インドネシア」(家の近くの図書館で借りました。インドネシアという国の概要からちょっとした観光案内まで載っています。)
②その他東京大学のホームページ・出版物等に掲載してよい留学中の写真があれば添付してください。

東京大学 海外留学・国際交流プログラム報告書(超短期プログラム用)

2017年 9 月 5日

東京大学での所属学部・研究科等:	農学部	学年(プログラム開始時):	学部3
参加プログラム:	UI-creates	派遣先大学:	インドネシア大学
卒業・修了後の就職(希望)先:			
	1. 研究職		2. 専門職(医師・法曹・会計士等)
	3. 公務員		4. 非営利団体
	5. 民間企業(業界:)		6. 起業
✓	7. その他(未定)		

派遣先大学の概要

インドネシアの大学、ジャカルタ近郊のデポックにキャンパスがある。

参加した動機

発展途上国に行ったことがなく、興味があったため。

参加の準備

①プログラムの参加手続き(手続きにあたってのアドバイスなど)

指定された書類を提出する。

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)

なし

③医療関係の準備(出発前の健康診断、常備薬、予防接種等)

A型肝炎、破傷風の予防接種済み、整腸剤は持参すべき。

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)

指定されたものに加え

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。説明だけ受けた。

⑥語学関係の準備(出発前の語学レベル・語学学習等)
なし。
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
ムヒ、虫よけスプレー、整腸剤
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)
語学・文化体験の授業、外交政策に関する授業、フィールドワーク、週末の小旅行、グループプレゼン
②学習・研究面でのアドバイス
授業は楽しい。
③語学面での苦労・アドバイス等
中国などからの参加者と積極的に話すべき。自身の語学力不足を実感した。
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)
大学側が用意。
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)
気候は日本と同程度。大学キャンパスは広いが近くにレストランや売店がある。ジャカルタへは電車、近郊へはタクシーを使用、現金とクレジットカードを持参。
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)
独立記念日はテロに危険性が高かったが特に治安の悪いようなことはなかった。日本人は特に食に気を付けるべき。
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8万、その他2万程度。

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を受給。
⑥学習・研究以外の活動(スポーツ・文化活動、ボランティア・インターン、週末や長期休暇の過ごし方など)
週末は大学側でプログラムに組み込まれていた。祝日のフリータイムはジャカルタ北の海岸沿いに行った。
派遣先大学の環境について
①参加学生へのサポート体制(語学面・学習面・生活面・精神面でのサポート等)
インドネシア人のスタッフがサポートしてくれる。
②大学の設備(図書館・スポーツ施設・食堂・PC環境等)
大学内にWi-Fiがある。スタバやカフェを利用した。
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
語学力向上というよりは、インドネシア文化を体感、外交政策を学ぶのが主な目的となった。他大学からの学生と関わるのが楽しかった。
②参加後の予定
特になし。経験をどこかしらで生かせたらいいと思う。
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
楽しいので興味があれば参加すべき。
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)

2017年 8月 30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3
参加プログラム:	UI CREATES	派遣先大学:	Universitas Indonesia
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: 未定)		6. 起業
	7. その他()		

派遣先大学の概要

インドネシアの国立大学。インドネシアには有名大学といわれる大学が3つあるらしく、そのうちの一つ。文系理系ともに多くの学部がある。位置づけとしては日本で言うところの東京大学のようなイメージ。

参加した動機

英語の能力、特に話す力を向上させたいという気持ちと、単純に行ったことのない東南アジアに東大のサポートのもと行ける点が魅力的に感じた。

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)

プログラム開始の2か月半ほど前に応募締切。夏季プログラムは他にもいくつかあるので、どれに申し込むか迷いそうな場合は早めに考え始めると良い。

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)

ビザは不要

③医療関係の準備(出発前の健康診断、常備薬、予防接種等)

そもそも出発前に風邪気味だったので、一応風邪薬は持参した。インドネシアでは日本人はほぼ毎日腹痛になるか良くてもお腹は緩くなるので、2週間分の胃腸薬はマスト。絶対に持って行くべき。

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)

大学で指定された保険に加入

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)
海外渡航届を提出。
⑥語学関係の準備(出発前の語学レベル・語学学習等)
TOEFL90点、TOEIC900点程度。ただ語学試験の点数を持っていない参加者もいたし、このプログラムに関しては英語力なんかよりもコミュニケーションを積極的にとろうという姿勢の方が何倍も重要だと思う。
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
コンセントの変換器は必要。虫よけ、虫刺されの薬もあった方がよい。いろいろな場面で役に立つので個人的にはトイレットペーパーを1,2ロール持って行くと便利だと思う。
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)
1週目は半日講義、昼食を挟んでフィールドワーク。2週目は1日使ってフィールドワーク、インターンシップという形。フィールドワークやインターンシップというといかつく聞こえるが、実際はASEANなど施設の訪問だったり、完全に観光だったり。事前に配布されるパンフレットには襟付きシャツなどのややフォーマルな服装が求められるように書いてあるが、あまり気にしない人も多いので3,4日分あれば十分だと感じた。
②学習・研究面でのアドバイス
最終日にプレゼンテーションがあるが、グループ分けが発表されるのが2日前と遅く、実質前日で一気にプレゼンのスライドや内容を完成させる形になる。そのため、プレゼンを気にするのではなく、単純に普段と異なるスタイルの講義や観光、現地での生活を楽しむと良い。
③語学面での苦労・アドバイス等
現地の教授の英語は訛りがかなり強いので、聞き取るのが難しい。
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)
インドネシア大学が寮を用意してくれる。ミネラルウォーターやアメニティの補充、ベッドメイキングなどもしてくれるので環境としては予想よりかなり良かった。自分の部屋に関しては水道の排水溝から上ってきたのかアリが発生した。すぐ慣れたが、気になる人は注意。
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)
気温は30度前後。かなり汗をかくのでシャワーを一日に何回か浴びたくなる。プログラム中の移動は大学がすべてバスを手配してくれて、ほぼドアトゥードアで移動できる。食事はルームサービスかタクシーで10分ほどのモールでとることが多い。近くのレストランや時間があればジャカルタまで遊びに行き、食べることもできる。お金は現地で両替してそれを使う。1食300円前後で食べられる。

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)
大学がアレンジしてくれるプログラムなので安全に関してはほぼ心配がない。自由時間に出かける際もインドネシア大学の生徒がついてくれる(逆にどこかに行くときは彼らに報告してから行く)。具合が悪くなった時も現地の学生に言えばすぐに対応してくれる。ある程度の腹痛は皆が経験すると思うので、後半になると慣れてしまう。とにかく何かあれば学生に言えばどうにかなるくらいしっかりと対応してくれる。
④要した費用について(航空賃、授業料、教科書代、家賃、食費、交通費、娯楽費などの概算)
航空費が8万程度。プログラム代は奨学金。食費交通費娯楽費は2週間で2,3万もあれば十分すぎるほど。インドネシアは日本より物価がかなり安いので人によってはショッピングも楽しめ、かなり買い込むなら4万あると安心かもしれない。
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)
東大の奨学金でプログラム代を負担してもらえた。
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)
プログラムの時間設定がかなりアバウトでたびたびフリータイムが発生する。大学内では構内を散歩したりカフェで休憩したり。夜のフリータイムは誰かの部屋に集まってカードをしたり話すか、モールを基本としてどこかに外出することが多い。
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)
サポート体制は想像よりずっとしっかりしていた。先ほど書いたように、何か困ったことがあったらインドネシア大学の学生を頼ればまず間違いない。
②大学の設備(図書館・スポーツ施設・食堂・PC環境等)
構内ではWi-Fiが使用可能。部屋に入ると繋がらない場合あり。寮の近くのスポーツ施設も利用できるらしいが、プログラムでいろいろな場所に遠出して疲れがたまりやすいこともあり、利用している人はいなかった。寮の中にトレーニングというよりは遊べる感じのプールがあり、水着を持って行くと楽しいかもしれない。食堂では朝食がサーブされる。
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
初めて東南アジア、イスラム教が多数派を占める国に行けたというのは経験としてよかった。また、話していて楽しい人がとても多く、日本人に限らず素晴らしい仲間に巡り合えたと思う。英語に関していうと、このプログラムに参加すること自体は英語力の向上に直結するとは思えないが、精一杯プログラムを楽しむ気持ちで色々な国の人と交流をすれば英語を話すことへの抵抗はかなり薄れると思う。個人的には仲の良いインドネシア大学の学生ができ、よく一緒に遊びに行ったり部屋で話したりできたことが文化的にも英語的にもプラスだったし、楽しい時間だった。異なる国の人ともっと話したいという思いが強くなり、語学の勉強のモチベーションは急上昇した。
②参加後の予定
1年留年し、4年の夏からの交換留学に応募しようと思っている。就活にはあまり力を入れず、留学の準備や語学の勉強に力を入れるつもりでいる。冬のプログラムも内容によっては応募したい。

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

英語の勉強というよりは文化体験、現地での生活体験がメインだと考えた方が良いでしょう。また、英語を話す機会が多いかどうかや海外の人と仲良くなれるかというのは英語力よりコミュカに左右されるので、積極的に自分からコミュニケーションをとる姿勢が求められる。しかし、それができれば本当に身になるし素晴らしい思い出になるので、参加を迷っている人はぜひ応募してほしい。個人的には最高の2週間でした。

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

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: 09/15/2017

Faculty/Graduate School at UTokyo:	Faculty of Engineering	Year at the time of Study Abroad	M1
Program Attended:	University of Indonesia Summer Exchange Program	Host University:	Univerisity of Indonesia
Occupation after graduation (intended):			
☒	1. Research		
☐	2. Specialist (Medical・Judiciary・Accountant)		
☐	3. Civil Service		
☐	4. NPO		
☐	5. Private sector (Type of industry:)		
☐	6. Entrepreneurship		
☐	7. Others ()		

Outline of the receiving institution overseas

University of Indonesia is located in Depok which is near Jakarta. As the top school of Indonesia, it contributes to Indonesia in many aspects. In this program, the main purpose is to learn the foreign policies to other countries.

Reason why you decided to participate

My dream is walking around the world and expericing the different culture and delicious food. Northeast is one of the necessary place I should go. Of course, I am courious about why this country has such a big area but without equal power and situation in the world. I want to know more about this country.

Preparation for the program

(1) Application process (please give any advice on dealing with the application process)

Because the location is in tropic, you needn't bring thick clothes. Mosquito there is very terrible, thus the mosquito repellent and stop itch lotion are necessary. I recommend you to take sunglasses because of the sunburn.

(2) Visa application (type of visa, where to apply, processing time, any advice on visa application)

No need, visa on arrival. I am Chinese.

(3) Medical check-ups (health check-ups before departure, inoculations, etc.)

No need, they have aid case for slight wound.

(4) Insurance (information about insurance for travel/studying abroad purchased)

I joined one necessary insurance and another after one(OICE), it is up to you if you join it or not.

(5) Procedures required by your Faculty/Graduate School (any information about course registration, credits, exams, submission of dissertations etc)
I do not need the credits, so I did nothing.
(6) Language preparation (language level before the program, lessons etc.)
These OLs are good at English, so you needn't worry about it. There will be a class to teach some simple Indonesia language.
(7) Items which should be taken with you from Japan and any other advice on things which should be done before leaving Japan.
If there is no plan in Bali or Djokjakarta, there will not be. So if you imagine there will be a chance, you will be disappointed. What else, the policy course is amazing, you can go to the ASEAN office and have a good experience.
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.)
The courses were well organized, and I got a entire view of the forigen policy of Indonesia towards other countries. And I like the style that giving lecture at first, and go to the ASEAN offcie to experience the real ASEAN. And for the last presentation preparation, I think it should be more tight, half day is enough. I love the experience to safari park and botanical garden. I had a good experience in learing the abundant variety of indonesia's animals and floras.
(2) Advice on aspects of academic/research work
The lectures were given in good organization.
(3) Problems experienced with language issues, advice concerning language, etc.
Because our Indonesian teacher cannot speak English, so it is a little bit hard to understand her. But the effect of the language class was good. We learn the basic language, enough to show off.
Aspects of life
(1) Accommodation (Type (home-stay, room-sharing etc.), cost, atmosphere/appearance of accommodation, how you found it, etc.)
The accommodation is the school hotel. There are air-conditioner and swimming pool, and I think you cannot require for more.
(2) Living environment (such as climate, environment around the institution, transport facilities, food, managing your money (overseas money transfer, credit cards))
The nearest mall is 20min for driving. Food there is clean and a little expensive(compared to other area) but much cheaper than in Japan. You will have a horrible experience in the native traffic jam, and miss the ordered Japan. Cash can be gotten in the ATM, and never change money in Japan, you can get it with better rate in Jakarta.

(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.)
Under the organization fo UI, you do not need to worry about it, but you should remember do not touch these cats. If bitted, you have to take the hydrophobia vaccine in case of rabies which is not under cover by the insurance.
(4) Details of expenses (breakdown of costs, such as airfare, program fees, cost of required books, rent, food, travel cost, money spent on entertainment)
80000 yen for flight, 17000 yen for eat and first night hotel Living. Cost is low in Indonesia. Scholarship is 70000 which is equal to the program fee.
(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.)
Scholarship is 70000 yen which is equal to the program fee.
(6) Activities other than academic/research work (sports, cultural, volunteer/internship, weekend activities, etc.)
You can swim in the hotel's pool. I love the journey to safari park.
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)
The LOs and staffs will help you in any aspects. And they are very warm-heart and willing to talk with us.
(2) Facilities (libraries, sports facilities, cafeteria, IT equipment and facilities, etc.)
Everything is great, they are new. But the Internet is not so good, thus a pocket wifi is necessary.
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
This program mainly aims at teaching us Indonesia's foreign policy. And let us have a good view of the current situation in Indonesia. I learnt a lot from this program. As a Chinese student, I know there are something happen in Indonesia last century, but I felt the warm-heart from these guys I got in touch with. I realized that event may happened, but as the most coommon people, what we want to share is not hate but love and peace. The same as I study in Japan, everyone else will judge you not by your nationality but your character. We can be friend and we should. So that we can promote this world better and better.
(2) Your plans having studied abroad
I will further my doctor course in Europe, to exprience more cultures.

(3) Any messages or advice for future participants
Because in my case, I have to go to Indonesia with specific flight from Tokyo to Jakarta. Thus it is expensive, you should consider the cost including the flight.
Miscellaneous
(1) Websites or publications which were useful while preparing for or during your time overseas
(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)

2017 年 9 月 14 日

東京大学での所属学部・研究科等:	法学部	学年(プログラム開始時):	学部4
参加プログラム:	インドネシア	派遣先大学:	UI
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

インドネシア大学。インドネシアの東大的立ち位置。

参加した動機

海外に行ったことがなかったので。初めての海外を経験したかった。

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)

指示に従えば難しいことはないです。早めにやっておくこと。

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)

ビザはないです。

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)

指定された保険に入りました。

⑤プログラム参加にあたって東京大学の所属学部・研究科(教育部)で行った手続きなど(履修・単位・試験・論文提出等に関して)

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)
何もしていません。むしろ留学から帰ってきて英語の勉強をしています。モチベーションが格段に上がりました。
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
だいたい現地で買えます。過剰にならなくてもいいと思います。ただ、こだわりがある人はドラッグストア周りは買っておくといいかもしれません。
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)
とにかくインドネシアが好きになるようなプログラムが用意されていました。いろんな体験ができどれも印象に残っています。インドネシアの文化を知るきっかけになりました。
②学習・研究面でのアドバイス
学習というよりは体験という感じなので特にありません。
③語学面での苦勞・アドバイス等
英語ができるに越したことはありませんが、これをきっかけにするのもいいと思います。
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)
思ったより快適。
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)
集団行動なので基本的に問題ありません。わからないことを随時聞けば対応してくれます。
③危機管理関係(留学先の治安、医療機関の事情、心身の健康管理で気をつけた点など)
上に同じ。
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)
奨学金でもらって払ってないプログラム代金を除いて13万前後使いました。航空費8万、ホテル代8千円、保険5千円、生活費3万くらいです。僕は浪費したほうだと思います。

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)
指示通りに申し込んで70000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、週末や長期休暇の過ごし方など)
特になし。
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)
UIの学生が常についてくれているので問題ありません。かなり手厚いです。
②大学の設備(図書館・スポーツ施設・食堂・PC環境等)
施設もいろいろ使えます。
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
とにかく英語能力向上は必須と痛感しました。あと海外で働きたい気持ちが一気に高まるきっかけとなりました。
②参加後の予定
法曹になるべく勉強します。
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
かなりお手ごろな価格で参加できて、相当濃い二週間になります。時間があるなら参加すべきです。
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 海外留学・国際交流プログラム報告書(超短期プログラム用)

2017 年 8月 28日

東京大学での所属学部・研究科等:	法学部	学年(プログラム開始時):	学部4
参加プログラム:	UIC	派遣先大学:	インドネシア大学
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

インドネシアでは最高峰の大学。他国学生向け短期プログラムを頻繁に開催しており、留学生の受け入れに慣れているように感じた。大学のキャンパスはジャカルタとデポック(ジャカルタから車で一時間ほど)にあるが、今回のプログラムではデポックのキャンパスに常に滞在した。

参加した動機

タイにかつて旅行した際、発展した地域と発展過程である地域がまじりあった状況、雰囲気にとっても大きな魅力を感じた。同じく東南アジアにあり、発展途中であるインドネシアについても詳しく知りたい、観光では訪れることができないような所を訪れてみたいと思って参加した。

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)

参加動機には、このプログラムで得たいものや将来にどう活かすかを記載した。

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)

ビザは不要だった。

③医療関係の準備(出発前の健康診断、常備薬、予防接種等)

胃薬を多めに持参した。よかった。ビオフェルミンのような、腸の環境を整えるために常時飲む薬も持参すべきだったと後悔している。

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)

大学から指定された保険に加入した。早め早めの手続きを心掛けた。

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)
法学部に、参加動機などの書類を提出した。このプログラムはインドネシア大学曰く「credit earning program」だが、どんな授業がなされるのかわからない以上単位認定はなされないだろうと思い法学部での単位認定のための手続きはしなかった。今回は夏休みに実施されるプログラムだったので、授業や試験との重複は考えずに済んだ。
⑥語学関係の準備(出発前の語学レベル・語学学習等)
TOEFLibt80、TOEIC850。あいさつ程度のインドネシア語は事前に学習したが、むしろ英語のほうが必要だと感じた。
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
胃腸薬、英語の勉強、洗濯ばさみ(下着や靴下は自室で洗うよう要求された)
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週間のうち、前半は座学、後半はフィールドワーク型だった。前半ではインドネシアの外交政策について2時間×5コマ、その他伝統的な音楽、ダンス、インドネシア語などについて学んだ。最終日にはインドネシアの外交政策について何かをグループで発表することが求められたので、メモをなるべく取っておいて助かった。後半はモスクの内部やMRT建設現場など、通常訪れることのできないところにも行くことができて学びが大きかった。最終日には大学ごとにパフォーマンスをするよう求められたので、ピコ太郎を踊った。
②学習・研究面でのアドバイス
ASEANの成り立ちや、第二次世界大戦後のインドネシアについて少し勉強してから行くとより得るものが大きいかもしれない。
③語学面での苦労・アドバイス等
インドネシア大学の学生が常にサポートしてくれる。また、今回は全体参加者のうち半分が日本人、残り半分が中国人、オーストラリア人であり彼らとのコミュニケーションは英語なので英語は必須だった。
生活について
①宿泊先(種類(寮・ホームステイ・ルームシェア等)、家賃、宿舎の様子、見つけた方法など)
寮は新しく綺麗だった。部屋には全く虫は出なかった。宿泊費及び食費(朝昼)はプログラム費用にすべて含まれていた。隣にインドネシア大学生用の寮があり、その洗濯サービスは2キロで140円程度と格安(戻ってくるのに3日要する)。宿泊した寮にも洗濯サービスがあり、服1枚100円程度だった。寮にはプールがついている。廊下やロビーでは強いwifiが飛んでいるのに、部屋に入るととたんにつながらなくなってしまうのが玉に瑕。
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)
乾季だったためほとんど雨は降らず、気温は30度ほどで高かったが風が心地よかった。ただしイスラム教国なのでタンクトップやショートパンツは身に着けないよう気を付けた。フィールドワークではあまり肌を出さないように大学側からも注意を受けた。タクシーで10分ほどのところにショッピングモールがあり(徒歩やバスでも行ける)そこで土産や食べ物をよく買った。屋台の食べ物や生野菜を食べた日本人が時々食べ物に当たっており、私はなぜかピザを食べたら体調を崩した。結構色々な所でクレジットカードが使える(VISA、Master、JCB)

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)
外を歩く際にはリュックを前で背負うなど気を付けていたが、特に治安は悪くないように感じた。おなかを壊して大学内のクリニックに行ったが、薬含めてすべて無料でありがたかった。インドネシア大学生のサポートが的確だったので、体調を崩しても安心できた。日本人は辛いものに弱いので、自分を過信せずに避けることが重要だと感じた。
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8万円、プログラム費7万円、インドネシアで使ったお金が2万5千円程度。奨学金を7万円いただいた。
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)
大学から7万円の奨学金をいただいた。
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)
今回は独立記念日がプログラム期間中にあり、その日のみ一日フリーだった。私は大学での式典を見学し、買い物をした。その他の日はすべて予定が組まれていた。
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)
インドネシア大学の学生が常にサポートしてくれる。
②大学の設備(図書館・スポーツ施設・食堂・PC環境等)
初日からwifiが使える。3日目あたりで学生証を発行してもらえ。大学内を移動する無料のバスが便利だった。大学がとても広く、ランニングが気持ち良かった。図書館にパソコンが置いてあったが、使えるタイミングがなかったのでノートパソコンを持っていくべきだったと後悔している。
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
2週間滞在したことで、インドネシアの文化などについて詳しく知ることができたと感じている。事前に想像していたよりも日本以外からの参加学生が多かったのも、英語学習意欲が高まった。また、様々なことについて自信がついたと思っている。
②参加後の予定
特に決めていない。バリやボロブドゥールには行ってみたい。
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
回によって参加学生の出身国の比率は変わるらしいですが、今回は日本以外からの参加者がとても多く、ルームメイトとのコミュニケーションも英語だったので私自身英語力の上達を感じました。また、インドネシアの外交政策を知るためにはうってつけのプログラムだと思います！

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

オフライングーグルマップでジャカルタ近郊をダウンロードしていったので、simカードやモバイルwifiは使用しなかったが地図を使うことができた。

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。



上左…MRTの建設現場にて 上右…ジャカルタの交通渋滞。渋滞のせいでASEAN事務局への到着が一時間遅れ、kotaという地区を訪問する予定が流れた。

東京大学 海外留学・国際交流プログラム報告書(超短期プログラム用)

2017年 9月 6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:	インドネシア大学サマープログラム	派遣先大学:	インドネシア大学
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

インドネシア大学は、ジャカルタ近郊のデポックに位置し、広大なキャンパスと多様な学部を持つ。

参加した動機

中東歴史研究を後期課程で学ぶので、イスラーム教徒の多い、中東でない地域も実際に見ておきたいと思ったから。また、今後の留学の足がかりになるとも思ったから。

参加の準備

①プログラムの参加手続き(手続きにあたってのアドバイスなど)

面接がなく、比較的簡単に応募できた。苦労したという記憶は無い。

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)

特に必要ではなかった。

③医療関係の準備(出発前の健康診断、常備薬、予防接種等)

お腹が痛くなる人が多い事は聞いていたので、胃腸薬を持って行った。また、頭痛持ちなので頭痛薬を持って行った。予防接種などは受けなかった。

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)

大学側の指定したものに加入した。

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)

単位認定されなかったなので、何もなかった。

⑥語学関係の準備(出発前の語学レベル・語学学習等)
TOEFLやIELTSの点数は持っていたが、実際に必要なのはコミュニケーション能力である。そこまで高い英語力は(あるに越した事は無いが)必要ないと感じた。インドネシア語の勉強はして行かず、それによる苦労も無かったが、もっと自由に動くには、勉強して行くべきだったと思った。
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
虫除け、虫さされ用の薬は重宝した。日焼け止めはそこまで使わなかった。熱が出た時、他の参加者が持ってきていた体温計を借りた。持って行くと使う場面があると思う。
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)
授業はインドネシアの外交政策で、近現代史や大統領毎の政策の変化などについて学んだ。また、フィールドワークなどでASEAN secretariatなどを訪れた。印象に残った訪問先はイスティクラールモスクで、ナショナリズムとイスラームの強烈な程の結びつきが見られ、中東と比較すると面白く感じた。
②学習・研究面でのアドバイス
最終的にプレゼンがあるが、私は日本・中国・韓国出身の学生がちょうど良いバランスで居たため、その三国とインドネシアの関係について発表した。こういった比較は三国でそれぞれ分担すれば楽にプレゼンが作れるので、お得であるが、他チームと被りやすく、ぱっとはしない。
③語学面での苦労・アドバイス等
英語を話す分には苦労しなかったが、インドネシア人学生の発音などで戸惑う事があった。しかし英語力以上に、コミュニケーション能力の低さがあだになり、なかなか他国の学生と仲良くなりきれなかったとも感じた。
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)
一日目は空港のホテルに泊まった。空港のホテルは深夜チェックインの連絡をしておく必要があった。それ以降はずっとインドネシア大学の寮に泊った。寮はキャンパスから遠く、またショッピングモールからも事前に伝えられていた程近く無い。部屋ではwifiが通らない。ルームサービスは来るのがとても遅い。しかし、住みにくい訳ではなかった。
②生活環境(気候、大学周辺の様子、交通機関、食事、お金の管理方法(海外送金・クレジットカード)など)
緑が多く、風もあったので、想像よりは涼しかった。交通機関は色々利用したが、どれも人が多く、待つ事に慣れなければ便利とは言えない。食事はおいしかった。
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)
治安はインドネシア大学側の配慮などもあって大丈夫だった。危険を感じる事は無かった。医療機関には特別かからなかったが、学生ナースに薬を貰うなどした。対応はとても良かった。

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)
航空賃が10万円程、現地で使ったのは8000円程度。保険が6000円程。授業料は奨学金で賄い、宿泊費はインドネシア大学側の負担で無償だった。
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の物を頂いて、7万円だった。
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)
週末もしっかりプログラムがあり、独立記念日だけが休みだった。独立記念日はジャカルタ中心部に行った。休みの日がある事を想定して、しっかりプランを立てておけば、もっと楽しめたかもしれない。
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)
語学、生活に関してのサポートは万全で、苦労はあまり無かった。ただ、時間管理などの面においては全くサポートは無い。待つことに慣れなければいけなかった。
②大学の設備(図書館・スポーツ施設・食堂・PC環境等)
あまり利用しなかった。
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
インドネシアに於けるイスラームを肌で感じられたのは良かった。前年にジャカルタ州知事がイスラーム批判を行ったとして逮捕されていたが、それに繋がる空気感などを体感できた。ナショナリズムとイスラームが密接に絡み合う感じは、日本から見ていてもあまり理解できなかっただろう。これが最大の収穫だった。あとはコミュニケーション能力の無さの自覚などが出来て次への課題が生まれたのも良かった。
②参加後の予定
後期課程では文学部に進み、中東の歴史を学ぶ。留学に関しては、今後はまた冬や夏のプログラムを中心に参加を考えて行きたい。
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
中東のイスラーム教に関する知識がある程度あるなら、視点が広がるという点で面白いと思うので、是非参加したら良いと思う。

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

東京大学 海外留学・国際交流プログラム報告書(超短期プログラム用)

2017 年 9 月 8 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:	UIC	派遣先大学:	インドネシア大学
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: 出版)	☐	6. 起業
☐	7. その他()		

派遣先大学の概要

インドネシア大学は、インドネシアの首都であるジャカルタの郊外にあるデポックという都市にあります。インドネシア大学は東京大学をはじめ、日本の多くの大学と協定を結んでおり、活発な交流があります。

参加した動機

私の大学生生活の目標は、「様々な世界を体験し、自分の視野を広げる」です。そして海外への留学は、最も環境の異なる世界を体験する機会の一つです。さらにインドネシアの国民の大半はイスラム教徒です。一方で、インドネシアは国の政策、ポリシーとして「多様性」を掲げており、異文化、異宗教を尊重する国づくりを目指していました。風俗、宗教、文化、そしてもちろん言語の異なる未知の世界を体験できる。これは私にとって大きな魅力でした。そのため、私は数あるプログラムの中でインドネシアへの留学を決めました。

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)

まず第一に英語能力の証明書を手に入れることです。特に今回のプログラムの応募は英語能力の証明書が必須となっており、そもそものスタートラインに立つために英語の試験を受けることが必要でした。それだけでなく留学プログラムの多くが英語でなされている以上、英語能力の試験を受けることは、自分の今の英語の実力を把握し、今の自分に最適な留学プログラムは何なのかを考える上で非常に参考になります。計画的に早めに英語能力の試験を受験しましょう！

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)

今回私はインドネシアに2週間短期留学をさせていただきました。インドネシアでは、現在、大統領令によって日本を含む30カ国の国民は、30日以内で特定の目的で入国する場合、入国ビザの取得が免除されています。そのため、今回のプログラムでは私は特にビザの手続きをする必要はありませんでした。

③医療関係の準備(出発前の健康診断、常備薬、予防接種等)

留学前にインドネシアに滞在する場合、伝染病など健康に関して注意すべきことをインターネット上のサイトや書籍を利用して調べました。その上で今まで自分がしてきた予防接種の履歴を確認し、必要な予防接種は何かを確認しました。留学に携行する常備薬としては、常日頃自分が旅行などの際に持っていくものに加え慣れない海外での滞在に際し必要と思われるものを選びました。

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)

今回の留学プログラムでは、公共財団法人日本国際教育支援協会(JEES)の学研災付帯海学留学保険「付帯海学」への加入が義務付けられていましたので、この保険に加入しました。しかし、加入手続きを始め加入に係る書類の提出や振込などは、全部自分でしなければならないので、前もって期限を確認し、余裕を持って加入しましょう。

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)

今回のプログラムは、留学先のインドネシア大学から3単位が認められることになっていました。しかし、インドネシア大学で得た単位が東大の単位として認められるかどうかは、各学部によって違います。そのため私は留学前に所属学部の担当の課に単位が認定されるかを聞きに行きました。私の所属学部である教養学部前期課程では、残念ながら単位の認定は行われたいとのことでしたが、事前に確かめておくことは重要だと思います。

⑥語学関係の準備(出発前の語学レベル・語学学習等)

語学のレベルについては、今回は英語によるプログラムだったので、直前に受けた英語試験の結果が参考になりました。私の語学レベルは、読解、聞き取りなどは自信があるが、スピーキング・ライティングには自信がないという状態でした。特にスピーキングは留学生活の中で必須になるものです。そのため、直前にスピーキングの学習を行いました。

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

今回の滞在地では近くに品揃えの良いスーパーマーケットとあったこともあってあまり持ち物で困ったことは無かったのですが、一つ挙げるとすれば、常備薬だけは持っていった方がよいと思います。もちろん現地にもあるのですが、日本で買ったいつも使っているものの方が安心して使用できるのではないかと思います。

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)

「インドネシアの外交政策」これが今回のプログラムを通してのテーマでした。もちろんこのテーマに沿って講義なども行われたのですが、単に座学の授業だけでプログラムが占められていたわけではなく、多くのexcursionが用意されていました。特に印象に残ったのがASEANの事務局を訪れたことです。僕自身国際連合のような国際組織に興味を持っていたこともあって、東南アジアの一大超国家組織としてのASEANを訪れ、そこで働いている人たちの話を生で聴けたのは非常に良い経験となりました。また、「外交政策」というテーマではありながらも、インドネシアの伝統的衣料の染色過程やインドネシア語、そしてインドネシアの伝統的ダンスと音楽などインドネシアの文化について学び、接する機会が用意されていたのは、とても良かったし良い経験になったと思います。

②学習・研究面でのアドバイス

授業は基本的に英語で為されていたので、まず第一にはやはり英語の習得をすることです。しかし、そのように英語の能力は求められる中でも、忘れてはならないのは、「楽しむ心」かなと思います。留学中に受ける授業やプログラムに入っているイベントは本当に多様で面白いのがたくさんあるとは思いますが、そのような授業やイベントを精一杯楽しもうとする姿勢は忘れてはいけないし、逆に言えばその姿勢があれば多少英語に自信がなくてもきっと良い体験をできると思います。

③語学面での苦勞・アドバイス等

英語を学習してかなりの年数が経ちましたが、それでも英語を話して、異なる国の人と交流するとなると上手くいかないことも多いです。しかし、留学してしまった以上は英語を使ってコミュニケーションをせざるを得ないので、そこは割り切って英語力を身振りなどで補う努力をして何とかして意思疎通をはかろうという姿勢を持って欲しいと思います。

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)

今回のプログラムでは、留学先のインドネシア大学の方が宿舎を用意してくれていました。そのため、宿舎選で悩むこともなく、宿舎の料金も非常に安くなりました。宿舎も非常に綺麗で、セキュリティなどの安全性も高く、安心して生活できました。

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)

交通機関としては、タクシーと公共交通機関のバス、電車があり、一番利用したのはタクシーでした。しかし、現地のタクシーは種類が多くあり、外国人でも安心して乗れるものと、ちょっと避けた方が良さそうなものなどがあり、私は現地の学生にオススメのものを教わりました。そのような交通手段で、宿舎の近くにあるショッピング・モールに買い物に行きました。ショッピング・モールはかなりの規模で、必要なものはほとんど揃っていたので、困ることもありませんでした。

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)

まず初めにウェブ上のサイトや書籍、外務省などの公的機関のホームページなどを参照して、情報を集めました。その上で、自分が気をつけたら良さそうなことをリストにし、それらの事項については留学中も意識して気をつけていました。宿泊していたデボックは治安が良く、過度に張り詰める必要はありませんでしたが、それでも危険そうな地区に近づくことや一人で出歩くことは避けました。個人行動をしないことはどこの留学先でも共通する第一の安全対策だと思います。

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

今回のプログラムはインドネシア大学への応募ということで、授業料、家賃、食費(一部)、交通費(一部)などが全て含まれていたプログラム料金でしたので、その料金の他には、航空費、夕食などの食事代、買い物代などを負担しました。インドネシアは日本に比べ物価が安かったこともあり、そこまで大きな負担にはなりませんでした。

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)

上記のように留学費用は非常に抑えられていたのですが、それでも航空費なども含めると学生には決して少ない値段ならず、そのため奨学金を受給しました。奨学金は日本学生支援機構(JASSO)のものを受給しました。返済は不要で7万円の給付でした。

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、週末や長期休暇の過ごし方など)

今回のプログラムは細かいところまで日程が決められていました。しかし、その中で休日や夕方以降のフリータイムなどは、買い物に出かけたり、現地の大学生やプログラムに参加していた他国の大学生との交流やゲームなどを通して、異国の友人を作ったり、文化交流などに従事しました。

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)

現地のインドネシアでは英語を使えない人も多く、そうした方達との交流の際には、現地のインドネシア大学の学生が付いてくれ、英語に通訳してくれました。そのため、英語さえできていれば留学中に困ることもありませんでした。

②大学の設備(図書館・スポーツ施設・食堂・PC環境等)

インドネシア大学は非常に綺麗な建物が多く、特に図書館は新しく建てられたようで非常に充実していました。またインターネット環境としては、インドネシア大学の構内と宿舎内についてはインドネシア大学の方でインターネットの利用ができるように配慮していただきました。

プログラムを振り返って

①プログラムの意義、参加を通じて成長したこと、その他留学を通じての所感

このプログラムの大きな特徴としては参加学生の多様性だと思います。東大の参加者だけで、2年生から博士課程、学部・学科もバラバラでした。さらに参加大学も日本は東京大学に加えて明治大学、中国から2大学、韓国、オーストラリアからそれぞれ1大学、と合計4カ国6大学から50名近くのメンバーが2週間共に学んだのです。もちろんそこにインドネシア大学の学生が加わります。そのような多様性豊かなメンバーで繰り広げられるプログラムは、当然自分の持っていた常識が通じなかったり、思いもよらない出来事が起きたり、意見が出されたりしました。しかし、それは同時に非常に刺激的で日本にいては到底味わえないようなものでした。さらにそのようなメンバーの中でも必死に英語を使ってなんとかコミュニケーションをとる経験ができたことは本当に良かったと思います。

②参加後の予定

今回のプログラムを終えて振り返りをする中で、今一番感じているのは、「楽しかった！」ということと「もう一度海外に行きたい！」という二つの思いです。もちろん海外に行くということは事前の準備や情報収集などが必要で、思いついてできるようなことではありませんが、もう一度今回と同じ2週間かそれ以上の期間で海外に行きたいと考えています。

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

海外に行くということは、自分の世界を広げるということだと思います。普段の生活ではサークルやクラスなどいつもの変わらない見慣れた世界に多くのことが多く、未知の世界に入って、それまで知らなかった人と活動したり、いつもは到底しないことをすることは無いのでは、と思います。留学はそうした刺激のありかつ困難を伴う経験を嫌が応にも与えてくれます。そのような体験を経て広げられたあなたの世界は帰国してもすぐ閉じてしまうことはなく、留学後も大きな影響を与えてくれると思います。

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

外務省など公的機関のホームページ。

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

東京大学 海外留学・国際交流プログラム報告書(超短期プログラム用)

2017 年 9 月 8 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:	UIC	派遣先大学:	インドネシア大学
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: 出版)	☐	6. 起業
☐	7. その他()		

派遣先大学の概要

インドネシア大学は、インドネシアの首都ジャカルタの郊外にあるデポックにあり東京大学をはじめ、日本の多くの大学と協定を結び、活発な交流がある。

参加した動機

私は東大の卒業生と関わることの多いサークルに入っており、卒業生の方に「大学生のうちに海外に行くべき」というお話をよくされる方が多く、海外に行きたい思いが強かったため。また東南アジアは今まで一回しか行ったことがなく、また行きたいと思ったため。

参加の準備

①プログラムの参加手続き(手続きにあたってのアドバイスなど)

一番初めに行われるオリエンテーションで配られる冊子通りに事を進めれば大丈夫です。保険加入手続きなどで分からないことがあれば躊躇せず担当者に聞くべきです。

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)

特になし

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)

大学が指定したものに加入しました。

⑤プログラム参加にあたって東京大学の所属学部・研究科(教育部)で行った手続きなど(履修・単位・試験・論文提出等に関して)
渡航情報届の提出
⑥語学関係の準備(出発前の語学レベル・語学学習等)
特になし
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
トイレはトイレトペーパーがないところがほとんどのためポケットティッシュは必須です。あと、大学の寮で友達の部屋を行き来することが多かったためビーサンなどがあれば便利だと思います。
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)
大学の授業では「インドネシアの外交政策」について講義を受けました。またこのような座学のほか、授業の一環としてインドネシアの文化体験を行いバティック作りやダンス講義、インドネシア語講座を受けました。どの講義もとても興味深く、受けることができてよかったと思いました。印象に残っている講義はバティック作りで、いかに蠟を使って絵を描くことが難しいかを実感すると同時に売り物としてのバティックはどれほど手間がかかって作られているかを知ることができました。
②学習・研究面でのアドバイス
英語を聞き取れなければ、授業の理解は難しいので一定以上の聞き取り能力をつけるべきだと思います。
③語学面での苦労・アドバイス等
授業中では聞き取り能力が大事ですが、授業外では英語の話す能力が重要となり、英語にあらかじめ慣れておく必要があると思います。
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)
寮はきれいでとても快適でした。毎日ベッドメイキングが行われており、バスタオルが毎日変わっていたので特に準備する必要はないです。またプールもあり、水着を持っていたらよかったと思いました。
②生活環境(気候、大学周辺の様子、交通機関、食事、お金の管理方法(海外送金・クレジットカード)など)
タクシー代がとても安くて良いと思ったが、タクシーを呼ぶのに時間がかかったため、あらかじめ日本でタクシーを呼ぶアプリをダウンロードなどしていると良いかもしれない。食事については人によって好みが大きく分かれていた。寮の朝食は食べない人も何人かいて日本から食料を少し持って行っても良いと思う。また衛生上の問題で野菜を摂取できないことが多いので、1日分の野菜などの野菜ジュースを持って行けばよかったと思った。気候は熱帯地域と聞いていたことから外に出るのが億劫になるほど暑いと想像していたが、実際は過ごしやすく日本の夏の方が暑いのではないかと思った。2週間で使ったお金は食事代、お土産代全てを含めて2万5千円ほどであった。

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)
治安の悪い場所にあまり行ってない影響もあるが、治安の悪さを感じることはなかった。ジャカルタでも特に身の危険を感じるようなことはなかった。寮の中は門のところに警備員がいてセキュリティが万全のため盗難を恐れることは一度もなかった。ただ、公共交通機関を利用するときは現地の学生にリュックは前に持って気をつけろと注意された。
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)
プログラム参加料7万円、食費交通費娯楽費2万5千円
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)
なし
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)
伝統的なダンスの講義、パティック作り、サファリパーク訪問、植物園訪問など
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)
現地の学生が語学面、生活面を全面的にサポートしてくれた。
②大学の設備(図書館・スポーツ施設・食堂・PC環境等)
図書館は近代的な造りできれいだった。食堂はいくつかあったが、行かなかった。大学内のカフェ(グリーンティー、スタバ)は頻繁に行った。
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
プログラムで何よりもよかったなと思うことは、他国の同年代の大学生と交流できたことだと思う。日本からは東大のほかには明治大学、またインドネシア大学、中国からも2大学、韓国やオーストラリアからも大学生が参加していて交流ができたことがとても刺激になり貴重な経験となった。参加を通じて、外国の方と話すときに自分の英語力またそれ以上にコミュニケーション能力がまだまだ足りないことを痛感した。これにより、英語の勉強に加えてもっと積極的に色々な経験をして行きたいと感じた。ルームメイトとの交流が特に学びとなり、2週間国籍も違う学生と寝食を共にすることは初めは不安を覚えたが、徐々に仲良くなることができ最終的には夜遅くまで語り合う仲になれたのが嬉しかった。そのルームメイトの積極性であったり学びへの姿勢にとっても刺激を受け、このサマープログラムに参加していなかったら決して得ることはできないものを得ることができた。
②参加後の予定
このプログラムに参加して外から日本を見つめ直すことで、自分が「日本人」であることを誇りに思えたと同時にまだまだ知らないことがたくさんあると痛感した。もっと日本について知りたいと思った。

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

この2週間のプログラムでは、日本では触れることが決してできない様々な刺激を得ることができるはずです。積極的に、自分から刺激を得て周りに関わっていけたらより楽しめるのでは、学べるのではないかと思います。

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

<http://backpackergcjapan.jp/blog/2016/05/25/>インドネシア大学を徹底解説:訪問前・留学前に/

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

東京大学 海外留学・国際交流プログラム報告書(超短期プログラム用)

2017 年 9 月 13 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:	UI-CREATES	派遣先大学:	インドネシア大学
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

インドネシアでトップの大学。非常に広く、使う教室やホールは定まっていた。スタバやリーズナブルなカフェがあり、ドリンクを飲んだりできる。

参加した動機

発展途上国に行ってみたかったから。また、イスラム教の国に興味があった。

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)

国際本部のサマープログラムは申込がギリギリになりがちなので、早め早めから書類を作成しておきましょう。ウェブ上提出と紙媒体での持ち込みの両方をしなければいけないので大変です。また、成績証明書類も発行しなければなりません。(これは2年生以上だったかもしれません)

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)

このプログラムには必要ありませんでした。

③医療関係の準備(出発前の健康診断、常備薬、予防接種等)

衛生環境的にほぼ確実にお腹を壊しますので、整腸薬や下痢止めを持って行ったほうがいいです。熱を出す人もいますので体温計があると便利です。

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)

学校指定の付帯海学に加入します。前期課程の生徒はOSSMA加入も義務付けられています。

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)

海外渡航届を提出します。

⑥語学関係の準備(出発前の語学レベル・語学学習等)
以前IELTSを受けていたのでそのスコアを提出しました。
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
虫の対策はしておくべきです。私は(対策のかいあってか)特に問題なく生活できましたが、部屋に蚊が出て眠れないといった友人もいました。
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)
indonesian foreign policyについての講義を受ける。その後伝統工芸のバティックや伝統舞踊、伝統的な楽器の cultural experienceがある。休日は動物園へ遠足に行った。
②学習・研究面でのアドバイス
楽しいものが多いので、意欲的に取り組めば楽しめる内容。最後にプレゼンをしなければならないので、グループで頑張る。20分程度のプレゼンなので一人5分話せばよい。
③語学面での苦労・アドバイス等
全部英語です。店員さんも簡単な英語なら理解してくれることが多いです。講義でインドネシア語なまりの英語を聞き取るのは少し大変でした。
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)
wisma makaraという学生寮？ゲストハウス？的なところ。フロントに持っていくと有料で洗濯してくれます。部屋ではルームサービスで食事を頼むこともできます。まあおいしいです。一階では簡易カラオケもできます。部屋は毎日掃除してくれます。割ときれいです。スタッフさんが優しいので好きです。ルームサービスとかはインドネシア時間で来るのがめっちゃ遅かったりします。それはインドネシアのどこでも同じですが、お風呂の水が少し臭いです。慣れます。ミネラルウォーターを、清掃の時に毎日置いてくれるので助かりました。
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)
気候はそんなに熱くなかったです。道路はめちゃ混みます。信号がないのはびっくりしました。朝と昼の食事は出るので夕飯だけ自分たちで食べます。お金は近所のショッピングモール(タクシーで15分くらい)で両替できます。そこはレートがいいです。
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)
治安はいいと思います。一度だけタクシーでぼられそうになりましたが、大丈夫でした。体調を崩してジャカルタの病院にかかりましたが、タケノコクリニックという日本人の院長さんが経営する病院でなんとなく安心しました。
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)
3万円

⑤奨学金(受給していた場合は、支給機関・支給額・見つけた方法など)
JASSOの奨学金を7万円いただきました。
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、週末や長期休暇の過ごし方など)
独立記念日にちょうど重なるタイミングで、その日は1日フリーになりました。ジャカルタに行く人が多かったです。
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)
インドネシア大学の学生はとても細かいところまでフォローしてくれたので助かりました。
②大学の設備(図書館・スポーツ施設・食堂・PC環境等)
1週目の前半ごろにインドネシア大学の学生証をもらえます。ホテルと大学で使えるWi-Fiアカウントも同時に作ってもらえます。私のホテルは部屋が一番端だったのでWi-Fiつながらなかったですが・・・
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
初の発展途上国で、今まで先進国の環境に慣れていただけに驚く場面は多いと思います。その分とてもいい経験になりました。インドネシア大学の学生たちは本当に面倒見がよく、楽しい人たちです！お店などで接するインドネシア人も優しい人が多くて、すごくあたたかい国だなと感じました。参加学生はみんなハイレベルですが、話しやすいくらいの語学レベル(ネイティブほど速くない)の人が多いのでコミュニケーションも取りやすいです。
②参加後の予定
学部に進学するために後期の単位をしっかりとる。1年ないし半年の留学に向けて、そろそろ応募しなければいけないので、最後の資格試験を受ける。
③今後参加を考えている学生へのメッセージ・アドバイス
楽しいですし、発展途上国で奨学金をいただきながら現地の文化や生活を体験するチャンスです！中国やイギリスのプログラムもすごく楽しいと思いますが、イスラム教や発展途上国に興味があるなら参加してみたら良いと思います。
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
ラインやフェイスブック、インスタグラムなど、Wi-Fiがあれば普通に使えるのでらくちんです。中国人の参加者も多いのでWeChat(ラインの中国版)をインストールしておくともスムーズかもしれません。(中国人は帰国後ラインを使えなくなってしまうので・・・)
②その他東京大学のホームページ・出版物等に掲載してよい留学中の写真があれば添付してください。

東京大学 海外留学・国際交流プログラム報告書(超短期プログラム用)

2017/9/12

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):	博士1
参加プログラム:	UI-CREATES	派遣先大学:	インドネシア大学
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

インドネシア大学。広大な立地にキャンパスを持つインドネシアNO.1の大学。

参加した動機

より長期の留学に備えた、短期的な体験・外国人とのコミュニケーションをしようと思ったから。また、毎日研究ばかりなので、他の分野の人や授業とも接して、視野を広げたかった、刺激を受けたかったから。そして、プログラムが楽しそうだったので、旅行も兼ねて未訪問のインドネシアに行ってみたかったから。

参加の準備

①プログラムの参加手続き(手続きにあたってのアドバイスなど)

指示されたとおりに行うだけだった。航空券など早めにやると良い。

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)

必要なし

③医療関係の準備(出発前の健康診断、常備薬、予防接種等)

整腸剤、下痢止め、除菌ウェットティッシュ(日本人は腹痛になりやすいので。)虫除け、かゆみ止め、日焼け止め(蚊などの虫が多く、日差しも強い)

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)

大学指定のものに加入

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)
TOEFLなども受験していなかったが参加できた。インドネシア語の勉強も直前に本を買ったけど、ほとんどしなかった。
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
胃薬などの薬は持つべき(体調を崩したら、病院に連れて行ってもらえるが)。私はほぼ健康だったが、体調不良者も多く出るため。 外国人と連絡取りたい人は色々なSNSをインストールしておくといい。日本人どうしはLINEを使って連絡を取り合っていたが、海外では違うSNSを使う場合も多いため。海外に行くとSMSが受け取りづらく、アカウント認証が困難なため、日本にいるうちに調べてインストールすると良い。
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)
授業はインドネシアの外交政策をテーマに行われた。そのほか、インドネシアの伝統文化(ダンス、音楽、衣装、言語)を学ぶレッスンと、フィールドワークと呼ばれる見学、観光から構成されていた。どれも楽しかった。授業は1日1コマ程度なので大変ではない。予習復習は必要ではないが、最終日のプレゼンに向けてメモは取ると良い。
②学習・研究面でのアドバイス
インドネシアの外交政策がテーマなので、その周辺知識があると授業の理解が深まる。本を買って軽く読んでいったが、文系の人のほうが歴史や地理などの知識があって分かっていった。
③語学面での苦労・アドバイス等
インドネシアなまりの人もいたので聞きづらいこともあるが仕方ない。ネイティブだけでなく、インドネシア大学の人も中国人の大学生たちも英語が上手かった。 聞き取れないことや上手く伝えられないことも多々あったが、間違えようが言うてみるのが大切だと思った。気持ちとか姿勢の方が大事だと感じた。
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)
Wisma Makalaという大学の寮に宿泊した。思っていたより良かった。無料だった。 シャワーは弱いがお湯は問題なく出た。ルームサービスが安く頼めて、美味しくて便利だった。虫は多少出るので対策が必要。
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)
暑いのが乾季だったので不快では無かった。日本の夏と同程度の暑さだと思うが、日差しは少し強いかもしれない。大学が広大なため、授業に行くのもバス移動だった。校外では基本バス移動なのだが、ジャカルタは世界一の渋滞都市なので、渋滞するのは覚悟しておく。食事は屋台と生野菜などの加熱してないものは一切食べなかった。私にとってはインドネシア料理はほとんど美味しかった。
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)
治安面で危ないことは無かった。言われた通り、夜間に徒歩で出歩かない、一人で行動しない、禁止された場所には行かないことは守った。道路を横断するのが怖かった。健康だったため、医療機関にはかからなかった。食事にあたらないように気を付けた。

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)
プログラムにかかる費用は奨学金でまかなえたので、実質の出費は航空券費用と、現地での出費だけである。航空券は時期的に少し割高で7万円程度だった気がする。現地での出費は夕食代、娯楽費、交通費などすべて含めても2万円程度で済んだ。
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7万円の奨学金を受給した。
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)
週末の土日はインドネシア大学がプログラムを考えてくれた。独立記念日と最終日は自分たちで考えて観光した。来年度は分からないが、移動するのに時間がかかるので、事前に遊びに関するプランも考えておくと良い。
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)
インドネシア大学の学生が宿舎から付いてくれて、全面的にサポートしてくれて大変助かった。困ったことはあまり無かった。
②大学の設備(図書館・スポーツ施設・食堂・PC環境等)
教室とカフェくらいしか大学では利用していない。WiFi環境は提供されるが、あまり良くはない。
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
インドネシアの文化を肌で体験できた。イスラム教徒の人とあまり接することは今まで無かったので、理解が深まった。インドネシアを含む異文化の国の学生と交流できた。 改めて語学力の向上が必要と感じた。第一に必要なのは気持ちとか態度だと思うが、ディスカッションするためにはもう少し聞いたり話したりできるようになる必要があった。また、語学に自信があればもっと会話できると思った。
②参加後の予定
研究のための留学を検討中。
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
行って後悔したことは1つもない。気になっているなら行ってみれば良いと思う。とても楽しかった。渋滞と時間感覚の違いは覚悟しておく。腹痛にならないように食事には気を付ける。
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

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

東京大学 海外留学・国際交流プログラム報告書(超短期プログラム用)

2017 年 8 月 30 日

東京大学での所属学部・研究科等:	農学部	学年(プログラム開始時):	学部3
参加プログラム:	インドネシア大学サマープログラム	派遣先大学:	インドネシア大学
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

インドネシアにおいてナンバーワンの大学であり、優秀な生徒が集まっていました。デポックに位置し、ジャカルタまでも電車で気軽に行ける距離でした。

参加した動機

留学を考えており、海外の大学で英語で講義を受けるとはどのようなものなのか体験してみたかった。また、自分の英語力を知るとともに、他大学の学生と交流をすることで英語力を向上させたかった。

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)

特になし

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)

特になし

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)

学校で指定された保険に加入

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)

海外渡航届の提出

⑥語学関係の準備(出発前の語学レベル・語学学習等)
長い間英語から離れていたの、長文を読んだり、英語の音楽を聴きました。
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
学校の宿舎にプールがあったので水着を持っていくと良いかもしれません
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)
全日程の半分は英語で講義を受けたり、プレゼンテーションをしたりと、学校における活動でした。残りはインターンシップということで、ジャカルタ周辺の観光名所に連れて行ってもらいました。一番印象的だったのはモスクでした。イスラム教徒以外もモスクの見学ができるのには驚きました。インドネシアの様々な宗教を認め合うという文化は本当に素晴らしいと思います。英語で解説をしてくださる方もいたので十分に楽しむことができました。
②学習・研究面でのアドバイス
渡航前にインドネシアについてもっと調べておけばよかったと後悔しました。自分のグループのディスカッションテーマが一路政策でしたが、インドネシアと中国では非常に有名な政策であるらしく、自分以外のグループメンバーはこの政策について全員知っていました。また、インドネシアの歴代大統領記念館の訪問もありましたが、インドネシアの歴史について知っていればもっと興味深い課外活動になったと思います。
③語学面での苦労・アドバイス等
リスニング力が足りなかったの講義を聞くのが大変でした。最終日にはチームでプレゼンテーションをするので、前準備でディスカッションがありましたが、自分の意見を思うように伝えることができずもどかしい思いをしました。
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)
中国人学生と同じ部屋でした。他愛のない話から日中関係の話まで毎日色々なことを話しても楽しかったです。帰国後も電話したり頻繁に連絡を取り続けています。今回のプログラムで一番良かったことは彼女とルームメイトになれたことだと思います。
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)
交通機関はバスとタクシーが主でした。また、インドネシアでは合法的にバイクの二人乗りができるので、インドネシア大学の学生にさせてもらって楽しかったです。
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)
生野菜は食べない、缶ジュースは直接口をつけずストローを使うなど細心の注意を払っていても、体調不良になりました。胃腸薬を持って行くなどした方が良かったと思います。

④要した費用について(航空賃、授業料、教科書代、家賃、食費、交通費、娯楽費などの概算)
授業料7万、渡航費8万でした。現地で使ったお金は2万円弱でした。
⑤奨学金(受給していた場合は、支給機関・支給額・見つけた方法など)
JASSOから7万円支給していただきました。
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、週末や長期休暇の過ごし方など)
課外活動では、ASEAN、モスク、外務省、サファリパーク、植物園等に行きました。また、プログラム期間中に独立記念日があったので学校で行われるセレモニーを見ることができました。
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)
インドネシア大学の方が全面的にサポートしてくれました。特に生活面では、外出と一緒にいてくれるので安心して過ごすことができました。
②大学の設備(図書館・スポーツ施設・食堂・PC環境等)
宿泊する宿舎を始めとする大学内の建物でフリーでWifiを使用することができました。
プログラムを振り返って
①プログラムの意義、参加を通じて成長したこと、その他留学を通じての所感
一つ目は、参加を通じて自分の英語の向上が見られたことです。最初は、速いスピードで喋られると全く聞き取れず何度も聞き返しましたが、だんだんと聞き返す回数も減りました。一方で、自分の英語力のなさを実感したのもっと勉強しようというモチベーションアップにもなりました。 二つ目は、インドネシアをはじめとする他国の文化への理解が深まったことです。二週間、朝から晩まで一緒に生活をする中で考え方や生活など多くのことを学ぶことができました。
②参加後の予定
もっと英語の勉強をするとともに、長期留学にもチャレンジしたいです。
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
英語力に自信がない人も気軽に参加して欲しいです。聞き取れなかったら聞き返したり、わからない表現は意味を聞いたりできるととても良い環境でした。また、語学のみならず、ASEANや外務省、MRT建設現場など観光では行くことのできない場所に行くこともできます。インドネシアのめざましい発展を直接感じることでとても良い経験になると思います。

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
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)

2017年 9月 8日

東京大学での所属学部・研究科等:	薬学部	学年(プログラム開始時):	学部4
参加プログラム:	UI-CREATES	派遣先大学:	インドネシア大学
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: 医療)		6. 起業
	7. その他()		

派遣先大学の概要

インドネシアの首都ジャカルタの南にあるDepokという都市にある総合大学です。いくつもの湖を持つ広大なキャンパスで、宿泊施設も大学内にありました。

参加した動機

東南アジアに行ったことがなかったため、インドネシアで開催されるこのプログラムに参加した。メインのトピックの講義以外にも文化体験などができるこのプログラムが魅力的だと感じた。

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)

指示に従って保険の手続きなどを進めるのみでした。インドネシア大学側からプログラムの情報などが送られてくるのが極端に遅かった記憶があります。

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)

ビザは免除される。

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。

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)

東大から指示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)

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)
特になし。
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
虫が多いので虫除けスプレーを持っていくべきだったと思いました。お腹を壊す人も多いので、胃腸薬や風邪薬くらいは持っていったほうがいいと思います。
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)
講義はインドネシアの外交政策というトピックで、インドネシア大学の教員が行っていました。2週目はジャカルタなどで外交政策に関連した組織や施設を訪問し、そこで講義を受けることもありました。最終日に班ごとのプレゼンテーションがあり、班の中で内容を議論して準備をしなければならなかったのですが、プレゼンに関して班分けやトピックを教えられるのが直前だったので大変でした。
②学習・研究面でのアドバイス
体調を崩さないようにすることが第一かと思います。
③語学面での苦労・アドバイス等
このプログラムの前にも他の短期留学プログラムに参加していたこともあって、そこまで苦労はしませんでした。
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)
インドネシア大学内のホテルのようなところが提供されていました。2人で一室で、海外の学生と同室になることも多かったようでした。洗濯は隣りにある大学の寮の一階に安いクリーニングがあったので、そこをつかっていました。ホテルのクリーニングサービスは高かったと思います。
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)
東京の夏と同じくらいの気温でした。基本的に道が混んでいて、大学の卒業式のある日は大変な渋滞でタクシーを呼んでも全然来てくれないということがありました。
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)
自由行動時の移動はタクシーを使っていました。(タクシーは非常に安かったです)
④要した費用について(航空賃、授業料、教科書代、家賃、食費、交通費、娯楽費などの概算)
航空券7万円程度、参加費7万円、食事等現地で使ったお金2万円

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奨学金 7万円
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、週末や長期休暇の過ごし方など)
休日もサファリに全員で行くことになっていたもので、丸一日の自由時間はあまりなかったです。
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)
LOという学生スタッフが常にサポートしてくれていました。
②大学の設備(図書館・スポーツ施設・食堂・PC環境等)
学生証が発行されたので、Wi-Fi、図書館など大学の施設が使えましたが、Wi-Fi以外はあまり使いませんでした。
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
東南アジアの国に行くのが初めてだったので、ヨーロッパなどとは違ったエネルギーを感じることができました。また、普段日本で当たり前だと思ってることの多くがない環境で2週間を過ごしたのは新鮮な体験でした。
②参加後の予定
5年生の夏まで実習をした後、交換留学することを考えています。
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
2週間という短いプログラムですが、インドネシアの文化や雰囲気を感じることができるプログラムだと思います。
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
②その他東京大学のホームページ・出版物等に掲載してよい留学中の写真があれば添付してください。

東京大学 海外留学・国際交流プログラム報告書(超短期プログラム用)

2017 年 9 月 21 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:	インドネシア大学サマープログラム	派遣先大学:	インドネシア大学
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: インフラ)	☐	6. 起業
☐	7. その他()		

派遣先大学の概要

インドネシア有数の総合大学で、最大のキャンパスは、首都ジャカルタの南方のデポックに位置する。

参加した動機

発展途上国に行ったことがなかったので、実際にはどのような環境にあるのか見てみたかったから。また、自分の英語力が諸外国の学生と比べてどのくらいなのか知りたかった。

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)

参加申し込みにあたって、十分な時間的余裕を持ったほうがいいと思います。

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)

観光で入国するので、ビザは不要です。

③医療関係の準備(出発前の健康診断、常備薬、予防接種等)

日本脳炎の予防接種をしていなかったなので、一応しておきました。

④保険関係の準備(加入した海外旅行傷害保険・留学保険等)

プログラムに付随している保険以外には入りませんでした。

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)

特にしていませんが、進学選択の第2段階の申し込みがありました。

⑥語学関係の準備(出発前の語学レベル・語学学習等)
たまたまインドネシア語を受講していました。英語のスコアはとっていません。
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
虫よけスプレーは、効力の強いものを持参したほうが良いと思います。また、お腹が緩くなりがちなので正露丸があると便利です。
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)
授業は併せて5コマ程度しかありませんが、それ以外に伝統文化体験などFW的なものが多数用意されていました。授業は、担当によってスタイルはまちまちで、双方向型の授業を展開する教授もいれば、一方的な講義形式の教授もありました。インターンシップという形でASEAN本部を訪れたことは特に印象深かったです。
②学習・研究面でのアドバイス
ディスカッションの機会がありましたが、ネイティブに押されがちになってしまうので、学術的なフレーズや単語を事前に覚えておくことで議論の主導権をつかめるかもしれないと感じました。
③語学面での苦労・アドバイス等
インドネシア語訛りの英語が聞き取りにくいと感じました。
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)
大学のドミトリに泊まりました。ドミトリといってもホテルのような感じで、ルームサービスやクリーニングサービスもそろっていました。
②生活環境(気候、大学周辺の様子、交通機関、食事、お金の管理方法(海外送金・クレジットカード)など)
これは8月の場合ですが、気温が低く、雨も降らないので日本より快適でした。大学周辺は、公園に隣接しているので、空気が汚くて過ごしにくいということはありませんでした。交通機関は、鉄道とバスにりましたが、本数も多く所要時間も正確で費用も安いので、自由行動で大いに利用できると感じます。食事は、朝食と昼食は支給されるので、夕食のみ調達する必要がある日が多かったです。必要額が少ないので、クレジットカードは使わず、現金のみを使用しました。
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)
治安は悪くなく、一人で歩いても危険は感じない程度でした。医療機関は、UI内に大学病院があります。健康管理という面では、日本人のほとんどが腹を下すので、屋台で食べるのは避けた方が得策です。また、水や氷は当然としても、ショッピングモールの店の食品などにも気をつけたほうがよいと感じました。

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)
プログラム料は7万円でしたが、学生支援機構から7万円支給されたので、実質的にかかった費用は、航空賃と、プログラムに含まれない夕食の代金やお土産代等でした。出発がお盆だったので、往復航空賃は約7万円かかりました。夕食代やタクシー代、お土産代、自由行動にかかるお金は、多くても3万円程度で、2万円あれば十分な感じです。ということで、実質的には、今回のプログラムで10万円ほど使ったと思います。
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)
説明会で説明されるように、学生支援機構が大学から7万円が全員に支給されました。
⑥学習・研究以外の活動(スポーツ・文化活動、ボランティア・インターン、週末や長期休暇の過ごし方など)
週末はプログラムがないので、ジャカルタの観光地に行くことができ、その時は現地の学生がアテンドしてくれました。
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)
世話をしてくれたUIの学生の中には、日本への留学経験があり日本語を話せる学生もいましたが、UIの学生は全員、英語をネイティブ並みに話すのでインドネシア語を話す必要性はありませんでした。体調不良になってもUIの学生が病院に連れて行ってくれるので生活面でのサポートは万全であるといえると思います。
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、学生証をもらったのち(到着1週間後程度)であれば、自由に出入りできます。同様に学生証があれば、レンタサイクルを借りたりといったこともできます。ただし、昼間の祈祷時間や夕方以降は利用できないので注意が必要だと思います。食堂は、プログラム中の昼食は弁当を食べたので利用しませんでした。大学内にはお菓子や飲み物を売っている小さな売店もあります。Wi-Fiは、大学施設内であれば寮を含めて利用できましたが、寮の各部屋内では利用できないこともありました。
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
英語で他者に話しかける敷居が低くなったと思います。また、自分の英語力(特に会話力、語彙力)の無さはかなりひどい状況だという現実を突きつけられたことによって、英語を勉強しなければならないという切迫感を感じるようになりました。こうした面以外でも、交通渋滞やインフラ工事など、テレビでよく見ていたアジア開発途上国の現状を生で見れたことは、とても意義深かったです。
②参加後の予定
とりあえず英語力を上げたいと考えています。
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
インドネシア大学の学生や中国の大学の学生は、とても優秀でかなり刺激を受けたので、予定が合うのならば行って損はないと思います。

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
このプログラムに以前参加した学生の報告書。
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: 10/13/2017

Faculty/Graduate School at UTokyo:	Faculty of Engineering	Year at the time of Study Abroad	M2
Program Attended:	UT-CREATS	Host University:	University of Indonesia
Occupation after graduation (intended):			
☒	1. Research		
☐	2. Specialist (Medical • Judiciary • Accountant)		
☐	3. Civil Service		
☐	4. NPO		
☐	5. Private sector (Type of industry:)		
☐	6. Entrepreneurship		
☐	7. Others ()		

Outline of the receiving institution overseas

As far as I know, University of Indonesia is the top-class university in Indonesia. It has long history and was established based on medical school. Through this program, I would like to deepen understanding of multiculturalism and interdisciplinary in research activities.

Reason why you decided to participate

I always believe that it is important to actively share skills, values and ideas with others with open mind. Until now I had a chance to interact with people in the UK, the USA and Korea, however, I never got to know about Indonesian people. At the same time, since I have focused on study of biology from high school, I want to enrich my literacy thinking and get close to Indonesian culture.

Preparation for the program

(1) Application process (please give any advice on dealing with the application process)

Hand in application form according to guidance.

(2) Visa application (type of visa, where to apply, processing time, any advice on visa application)

No necessary to apply for visa in advance.

(3) Medical check-ups (health check-ups before departure, inoculations, etc.)

None.

(4) Insurance (information about insurance for travel/studying abroad purchased)

付帯海学

(5) Procedures required by your Faculty/Graduate School (any information about course registration, credits, exams, submission of dissertations etc)
Approval of department office.
(6) Language preparation (language level before the program, lessons etc.)
TOEFL
(7) Items which should be taken with you from Japan and any other advice on things which should be done before leaving Japan.
Sunscreen cream
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.)
This program has greatly changed my impression of Indonesia and Indonesian people. In these two weeks, we received lectures about Indonesia's foreign policy that focused on Indonesia's strategic interests and capability, foundation of Indonesia's foreign policy, Indonesia and international political economy, nontraditional security treats in Southeast Asia and Indonesia and the relationship between Indonesia and ASEAN. Indonesia government has tried a lot to guarantee its national independence and activity. Different from developed countries or strong developing countries, it is facing many chances and challenges.
(2) Advice on aspects of academic/research work
Laptop is not that nessessary.
(3) Problems experienced with language issues, advice concerning language, etc.
Lecturers or LOs speak English well.
Aspects of life
(1) Accommodation (Type (home-stay, room-sharing etc.), cost, atmosphere/appearance of accommodation, how you found it, etc.)
Room was not as tidy as the hotels in Japan, but for temporary stay is enough. WiFi is very weak everywhere! Fresh fruit and juice were good.
(2) Living environment (such as climate, environment around the institution, transport facilities, food, managing your money (overseas money transfer, credit cards))
Climate: Hot, high humidity. Living cost for 2 weeks:JPY 30,000.

(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.)
Be careful when eating spicy food.
(4) Details of expenses (breakdown of costs, such as airfare, program fees, cost of required books, rent, food, travel cost, money spent on entertainment)
Mainly spent on food and taxi.
(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.)
Scholarship from the University of Tokyo.
(6) Activities other than academic/research work (sports, cultural, volunteer/internship, weekend activities, etc.)
We visited the Puncak, Istiqlal Mosque, presidential museum and Bogor Botanical garden
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)
Note, bags, pens, T-shirt. LOs would accompany you anytime.
(2) Facilities (libraries, sports facilities, cafeteria, IT equipment and facilities, etc.)
We took lectures in one classroom of certain building. Sometimes had meeting in library. University cafeteria was not very clean.
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
National flags can be seen everywhere in Indonesia. Through this programme I found that their citizens are honest and warm hearted. Though most of them are Muslim, they have great capacity to foreign cultures. Additionally, I would like to show my deepest gratitude to the liaison officers, who have provided us with valuable guidance in every stage during this program. I shall never forget their kindness.
(2) Your plans having studied abroad
I would like to attend more exchange program in the future.
(3) Any messages or advice for future participants

Miscellaneous
(1) Websites or publications which were useful while preparing for or during your time overseas
(2) Please submit any photographs which may be used on the University of Tokyo websites or publications.

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

Date: 10/26/2017

Faculty/Graduate School at UTokyo:	Graduate School of Public Policy	Year at the time of Study Abroad	M1
Program Attended:	UI Summer Program	Host University:	University of Indonesia
Occupation after graduation (intended):			
☒	1. Research		
☐	2. Specialist (Medical • Judiciary • Accountant)		
☐	3. Civil Service		
☐	4. NPO		
☒	5. Private sector (Type of industry: Consulting)		
☐	6. Entrepreneurship		
☐	7. Others ()		

Outline of the receiving institution overseas

University of Indonesia is one of the best universities in Indonesia.

Reason why you decided to participate

My undergraduate studies in International Relations and Economics make me interested in the topic that is taught at University of Indonesia. I would like to understand more about South Asian politics through the program.

Preparation for the program

(1) Application process (please give any advice on dealing with the application process)

I think the application process was quite easy and I didn't prepare that much for it. The program may require English proficiency test results like TOEFL or IELTS for non English native speakers so students may need to pay attention to that and prepare in advance.

(2) Visa application (type of visa, where to apply, processing time, any advice on visa application)

No visa needed

(3) Medical check-ups (health check-ups before departure, inoculations, etc.)

No medical check-ups

(4) Insurance (information about insurance for travel/studying abroad purchased)

I did buy the insurance for two weeks before I went to Indonesia.

(5) Procedures required by your Faculty/Graduate School (any information about course registration, credits, exams, submission of dissertations etc)
No procedures required
(6) Language preparation (language level before the program, lessons etc.)
I mainly spoke English during the program and I didn't learn any Indonesian word before I went there. It is better to know some basic words or greeting in the local language.
(7) Items which should be taken with you from Japan and any other advice on things which should be done before leaving Japan.
Some medicine for stomache or diarrhea
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.)
The program is held by University of Indonesia and it aims to educate students about Indonesia's foreign policy with lectures and field trips to places like the ASEAN and Presidential Museums
(2) Advice on aspects of academic/research work
It is better to read some books or articles about Indonesia's history and culture before going there.
(3) Problems experienced with language issues, advice concerning language, etc.
Most of the time using English was enough for me there.
Aspects of life
(1) Accommodation (Type (home-stay, room-sharing etc.), cost, atmosphere/appearance of accommodation, how you found it, etc.)
School's dorm
(2) Living environment (such as climate, environment around the institution, transport facilities, food, managing your money (overseas money transfer, credit cards))
The living environment was ok, and it was very convenient to go to dining hall or the convenience store nearby.

(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.)
I was bitten by a homeless cat when I patted her, and one of the UI students took me to the school clinic. I got the medical check for free and they gave me the antibiotic cream.
(4) Details of expenses (breakdown of costs, such as airfare, program fees, cost of required books, rent, food, travel cost, money spent on entertainment)
The flight cost 80000 yen for around trip but living in Indonesia up to two weeks only cost me 15000. The expense also varies from person to person.
(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.)
I received 70000 yen scholarship and I think it was Today's study abroad scholarship.
(6) Activities other than academic/research work (sports, cultural, volunteer/internship, weekend activities, etc.)
We went to the malls in Jakarta and sometimes hung out with the Indonesian friends.
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)
The program also offers language and cultural classes in which student could participate.
(2) Facilities (libraries, sports facilities, cafeteria, IT equipment and facilities, etc.)
Student also have access to the libraries and cafeteria.
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 think the program is very good for students who are interested in South Asia's politics and cultural life. I have a better understanding of Indonesia's foreign policy and its geopolitical role in the South Asian bloc after participating in this program. Studying in Indonesia also made me get to know some local friends and understand their culture.
(2) Your plans having studied abroad
It is not my first time to study abroad and I highly recommend any opportunity to study abroad. It is always good to meet new people and embrace different cultures, which has become ever more important in today's age of rapid globalization.

(3) Any messages or advice for future participants
Be more confident and outgoing to talk to new people in these study abroad programs.
Miscellaneous
(1) Websites or publications which were useful while preparing for or during your time overseas
(2) Please submit any photographs which may be used on the University of Tokyo websites or publications.