

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)

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

記入日/Date: 2019/9/20

- 参加プログラム/Program: チュラロンコン大学サマープログラム
- プログラム情報/Program info.: <https://www.u-tokyo.ac.jp/adm/go-global/ja/program-list-short-CU.html>
- 派遣先大学/Host university: チュラロンコン大学
- プログラム期間/Program period: 8/19/2019～8/30/2019
- 東京大学での所属学部・研究科等/Faculty/Graduate School at UTokyo: 教養学部(前期課程)
- 学年(プログラム開始時)/Year at the time of Study Abroad: 学部 1 年

■参加にあたってこの時期を選んだ理由/Reason for choosing this period to participate:
参加に当たって、この時期を選んだ理由は特にありません。
■参加を決めるまでの経緯/How and why did you decide to participate?:
とりあえずサマープログラムに参加してみたかったので、各プログラムを比較してみました。そこで、タイは他のプログラムと違って発展途上国であり、タイの文化や社会の様子を知りたかったです。また、チュラロンコン大学のプログラムのほうが費用が安いというのもありました。

プログラムについて/About the program you participated in

■概要/Overview:
Thai Talk の授業がとても印象に残りました。タイ語をただただ勉強するだけではなく、タイ人の学生と話をしたり、タイダンスをしてみたり、タイの文化を実際に感じる事ができる非常に良い授業だったと思います。おかげさまでタイ語にも興味を持つようになり、タイ語をもっと勉強したいと思いました。
■学習・研究以外の活動で取り組んだもの/Activities you took part in other than study/research:
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/Details of the activities you chose, or the reason why you did not take part in any activity other than study/research:
2 週間だけの留学で、そのような機会がありませんでした。
■週末の過ごし方/How did you spend your weekends?:
大学側からのスケジュールに従いました。

派遣先大学の環境について/About environment at the host institution

■設備/Facilities:
大学の環境はすべて良かったと思います。
■サポート体制/Support for students:
チュラロンコン大学の先生方はタイ語を教えてくれたり、学生寮の周辺の店を紹介してくれたり、困ったときは相談に乗ってくれたり、非常によくサポートしてくれたと思います。

プログラム期間中の生活について/About life during the program

■ 宿泊先の種類/Type of accommodation :
学生寮
■ 宿泊先の様子、どのように見つけたか/Environment around the accommodation and how did you find it :
大学から準備されていました。学生寮は他大学の留学生が多く、部屋が十分広かったです。一部屋に2人で宿泊しました。冷蔵庫や机、ベッドなどすべてそろっていました。インターネットを使わずに5分だけ経ったらWiFiが自動的に切断されるようになっていましたので、部屋のWiFi環境があまりよくなかったと思います。

■ 気候、大学周辺の様子、交通機関、食事等/Climate, environment around the institution, transportation, food, etc. :
気候は日本の夏より少し涼しく、問題ありませんでした。大学の周辺は車がたくさん走っていて、普通の街の中のような感じでした。キャンパス内を走る無料バスがあるのが非常に便利でした。食事は問題ありませんでした。
■ お金の管理方法、現地の通貨事情/Management of money and situation about local economy :
2週間だけの留学でしたので、両替しただけです。タイで両替するときは、必ずパスポートを見せる必要がありました。
■ 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/Aspects of risk and safety management, local health care system, and any actions taken to maintain your health :
あまりにも衛生が悪そうな環境で作っているストリートフードは食べないほうが良いと思います。治安は夜一人で歩かない限り大丈夫だと思います。
■ 自由時間に利用した交通手段/Mean of transportation in your free time :
列車, バス, Uber
■ プログラム期間中に利用したネット環境/Internet service usage during the program :
キャンパス Wifi

参加前の準備・手続きについて/About preparations and procedures before participation

■ プログラムへの参加手続き/Procedures for participation :
渡航情報届、付帯海学加入手続、派遣留学生危機管理サービス加入手続、奨学金振込み用の口座情報登録などを準備しました。渡航情報届けは、留学先の住所や電話番号などがわかっていなくても、早めに提出しておいたほうが良いと思いました。
■ ビザの手続き/Procedures to obtain visas :
ビザ取得の必要はありませんでした。
■ 医療関係の準備/Preparations or actions taken to maintain your health :
常備薬と虫除けを準備しました。
■ 保険関係の準備/Preparations/procedures for insurance :
OSSMA と付帯海学に加入しました。
■ 東京大学の所属学部・研究科(教育部)での手続き/Procedures required by faculties or graduate schools at UTokyo :
なし
■ 語学関係の準備/Language preparation :
事前学習会に2回出席し、タイ語での自己紹介や発音などを練習しました。

費用・奨学金に関すること/About expenses and scholarships to participate in studying abroad

■参加するために要した費用/Expenses of participation :		
航空費	13,000	円/JPY
派遣先への支払い(授業料・施設利用料など)/Payment to host institution (tuition, facilities fee, etc.)	130,000	円/JPY
教科書代・書籍代/Textbook / Book	0	円/JPY
海外留学保険料(東京大学指定のもの)/Overseas travel insurance fee (designated by UTokyo)	3,240	円/JPY
保険・社会保障料(留学先で必要だったもの)/Insurance and/or social security (required by host institution/region/country)	0	円/JPY
■その他、補足等/Additional comments :		

■留学先で費やした生活費/Overall expenses spent during the program :		
家賃	0	円/JPY
食費	13,000	円/JPY
交通費	2,000	円/JPY
娯楽費	15,000	円/JPY
■その他、補足等/Additional comments :		

■プログラム参加のための奨学金の受給有無/Scholarships to participate :	
受給した	
■奨学金の支給機関・団体名等/Name of the source of the scholarships :	
東京大学	
■受給金額(月額)/Monthly stipend :	
70,000 円	
■受給金額についての補足等/Additional comments about the monthly stipend :	
■奨学金をどのように見つけたか/How did you find the scholarships? :	
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/Reflection

■プログラムに参加したことの意義、その他所感/Impact of the participation on yourself or your thoughts :	
グループで協働することの楽しさ、異文化理解の大切さを感じることができました。	
■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/Impact of the program on your thoughts for a career or job hunting :	
悩んでばかりより、とりあえずやりたいことはやってみたほうが良いと思うようになりました。	
■進路・就職先(就職希望先)/Career/Occupation (planned):	

まだわかりません

■ 今後留学を考えている学生へのメッセージ、アドバイス/Any messages or advice for future participants :

悩まずに、とりあえず参加してみてください。絶対に参加する価値はあると思います。

■ 準備段階や留学中に役に立ったウェブサイト、出版物/Websites or publications which were useful while preparing for or during your time overseas :

タイの歩き方

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)

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

記入日/Date: 2019/8/31

- 参加プログラム/Program: チュラロンコン大学サマープログラム
- プログラム情報/Program info.: <https://www.u-tokyo.ac.jp/adm/go-global/ja/program-list-short-CU.html>
- 派遣先大学/Host university: チュラロンコン大学
- プログラム期間/Program period: 8/19/2019～8/30/2019
- 東京大学での所属学部・研究科等/Faculty/Graduate School at UTokyo: 教養学部(前期課程)
- 学年(プログラム開始時)/Year at the time of Study Abroad: 学部 1 年

■参加にあたってこの時期を選んだ理由/Reason for choosing this period to participate:
大学 1 年生のうちに海外に行っておきたかったから。サークルの合宿などと被っていなかったから。
■参加を決めるまでの経緯/How and why did you decide to participate?:
大学 1 年生のうちに海外に行っておきたかったから。5?6 月頃に参加を決めた。

プログラムについて/About the program you participated in

■概要/Overview:
タイと日本についての授業のほか、カンチャナブリ、アユタヤへの小旅行、厚生省やワット・ポー、博物館、他大学や工場への見学があった。最終日にはプレゼンテーションを行った。
■学習・研究以外の活動で取り組んだもの/Activities you took part in other than study/research:
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/Details of the activities you chose, or the reason why you did not take part in any activity other than study/research:
時間がなかった。
■週末の過ごし方/How did you spend your weekends?:
カンチャナブリ、アユタヤへの小旅行

派遣先大学の環境について/About environment at the host institution

■設備/Facilities:
食堂は安くおいしかった。図書館もあったが使用しなかった。Wi-Fi は整備されていたがたまに繋がらないことがあった(eduroam も使えた)。
■サポート体制/Support for students:
タイ語を教えてくれた。

プログラム期間中の生活について/About life during the program

■宿泊先の種類/Type of accommodation:
学生寮

■ 宿泊先の様子、どのように見つけたか/Environment around the accommodation and how did you find it:

2 人でのルームシェアだった。キャンパスのそばにあるが、キャンパスが広いのでバスでの登校だった。バスタブがなく、ベッドはあまり快適でなかった。大学からの紹介だった。

■ 気候、大学周辺の様子、交通機関、食事等/Climate, environment around the institution, transportation, food, etc.:

気候は暑いが東京ほどではない。大学内外には安い飲食店やショッピングモールが多く、食事には困らない。鉄道や無料のシャトルバスが整備されている。タクシーや Grab も便利だが、交通渋滞には注意が必要。食事は辛いものが多いので、辛いものが苦手でも心配はいらない。

■ お金の管理方法、現地の通貨事情/Management of money and situation about local economy:

羽田で 2 万円を両替し、それで 2 週間持った。Grab の支払いにはクレジットカードを用いた。

■ 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/Aspects of risk and safety management, local health care system, and any actions taken to maintain your health:

治安は良く身の危険を感じることはなかった。昨年サソリを食べて病院送りになった人の話を聞いていたので、サソリは食べないようにした。

■ 自由時間に利用した交通手段/Means of transportation in your free time:

タクシー, 列車, バス, Grab

■ プログラム期間中に利用したネット環境/Internet service usage during the program:

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/About preparations and procedures before participation

■ プログラムへの参加手続き/Procedures for participation:

大学からの指示に従った。

■ ビザの手続き/Procedures to obtain visas:

ビザは不要だった。

■ 医療関係の準備/Preparations or actions taken to maintain your health:

常備薬を用意した。予防接種は不要だった。

■ 保険関係の準備/Preparations/procedures for insurance:

大学からの指示に従った。

■ 東京大学の所属学部・研究科(教育部)での手続き/Procedures required by faculties or graduate schools at UTokyo:

大学からの指示に従った

■ 語学関係の準備/Language preparation:

英語の勉強をした。タイ語は挨拶だけ軽く勉強した。

費用・奨学金に関すること/About expenses and scholarships to participate in studying abroad

■ 参加するために要した費用/Expenses of participation:

航空費	74,000 円/JPY
派遣先への支払い(授業料・施設利用料など)/Payment to host institution (tuition, facilities fee, etc.)	130,000 円/JPY
教科書代・書籍代/Textbook / Book	0 円/JPY
海外留学保険料(東京大学指定のもの)/Overseas travel	10,000 円/JPY

insurance fee (designated by UTokyo)	
保険・社会保障料(留学先で必要だったもの)/Insurance and/or social security (required by host institution/region/country)	0 円/JPY
■その他、補足等/Additional comments:	

■留学先で費やした生活費/Overall expenses spent during the program:	
家賃	0 円/JPY
食費	7,000 円/JPY
交通費	3,000 円/JPY
娯楽費	10,000 円/JPY
■その他、補足等/Additional comments:	
現金は 5,000 バーツ(約 2 万円)あれば足りた。	

■プログラム参加のための奨学金の受給有無/Scholarships to participate:	
受給した	
■奨学金の支給機関・団体名等/Name of the source of the scholarships:	
JASSO	
■受給金額(月額)/Monthly stipend:	
70,000 円	
■受給金額についての補足等/Additional comments about the monthly stipend:	
■奨学金をどのように見つけたか/How did you find the scholarships?:	
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/Reflection

■プログラムに参加したことの意義、その他所感/Impact of the participation on yourself or your thoughts:	
東大のさまざまな学部・学年の人と関わることができた。海外で生活することに対する抵抗がなくなった。タイ人の友人ができた。	
■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/Impact of the program on your thoughts for a career or job hunting:	
海外や留学というものに対する抵抗がなくなった。	
■進路・就職先(就職希望先)/Career/Occupation (planned):	
研究職, 民間企業, 起業今のところは IT 系を考えている。	
■今後留学を考えている学生へのメッセージ、アドバイス/Any messages or advice for future participants:	
貴重な経験ができるので参加して損はないと思う。ただし海外に行って何を学びたいのかを事前に考えておくことが大事だと思う。	
■準備段階や留学中に役に立ったウェブサイト、出版物/Websites or publications which were useful while preparing for or during your time overseas:	
Go Global に載っている昨年の参加者の体験記。	

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)

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

記入日/Date: 2019/9/10

- 参加プログラム/Program: チュラロンコン大学サマープログラム
- プログラム情報/Program info.: <https://www.u-tokyo.ac.jp/adm/go-global/ja/program-list-short-CU.html>
- 派遣先大学/Host university: チュラロンコン大学
- プログラム期間/Program period: 8/19/2019～8/30/2019
- 東京大学での所属学部・研究科等/Faculty/Graduate School at UTokyo: 経済学部
- 学年(プログラム開始時)/Year at the time of Study Abroad: 学部 4 年

■参加にあたってこの時期を選んだ理由/Reason for choosing this period to participate:
まとまった休暇があったから
■参加を決めるまでの経緯/How and why did you decide to participate?:
春に今年の夏をどう過ごすかについて考えた。東南アジアを訪れる機会が少なかったため以前から興味を持っていた。食生活・健康面と語学面は不安があった。

プログラムについて/About the program you participated in

■概要/Overview:
授業はタイトーク以外は聞くだけの講義形式になってしまった。基礎的な内容は網羅していたと思う。
■学習・研究以外の活動で取り組んだもの/Activities you took part in other than study/research:
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/Details of the activities you chose, or the reason why you did not take part in any activity other than study/research:
時間がなかった。
■週末の過ごし方/How did you spend your weekends?:
プログラムで活動した。

派遣先大学の環境について/About environment at the host institution

■設備/Facilities:
大学自体は特に東大と変わらない印象をうけた。設備も十分備わっていたように見えたがスポーツ施設は利用する機会がなかった。メインで使う学部棟横に食堂があり朝昼夜安く食事をとることが可能だった。
■サポート体制/Support for students:
宿舎にも講師のかたが定期的に訪れてくれてトラブルに対応してくれた。院生や前回のプログラムに参加していた学生から様々なアドバイスをもらった。事前にいただいた資料で大体は対応することができた。

プログラム期間中の生活について/About life during the program

■宿泊先の種類/Type of accommodation:

学生寮, 1 泊だけホテル
■宿泊先の様子、どのように見つけたか/Environment around the accommodation and how did you find it :
2 人部屋だが鍵が最初は 1 つしか貰えなかったのが不便 毎日のルームサービスがあるのは便利 シャワーの出が悪い。

■気候、大学周辺の様子、交通機関、食事等/Climate, environment around the institution, transportation, food, etc. :
同時期の日本よりはマシだが暑い。にわか雨にはつねに警戒が必要。鉄道が少なく地下鉄が多い。食事はフードコート等で安く多様な選択肢がある。
■お金の管理方法、現地の通貨事情/Management of money and situation about local economy :
現金の両替で行動した。レートがいい両替所は混むことが多かった。
■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/Aspects of risk and safety management, local health care system, and any actions taken to maintain your health :
携帯の荷物は常に目の届くところに置くように心がけた。
■自由時間に利用した交通手段/Mean of transportation in your free time :
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/Internet service usage during the program :
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/About preparations and procedures before participation

■プログラムへの参加手続き/Procedures for participation :
志望動機の提出・事前学習会でのプレゼン・精神面での相談
■ビザの手続き/Procedures to obtain visas :
なし
■医療関係の準備/Preparations or actions taken to maintain your health :
なし
■保険関係の準備/Preparations/procedures for insurance :
付帯海外留学保険・クレジットカード付属の保険
■東京大学の所属学部・研究科(教育部)での手続き/Procedures required by faculties or graduate schools at UTokyo :
用紙提出のみ
■語学関係の準備/Language preparation :
事前学習会で簡単なタイ語の学習

費用・奨学金に関すること/About expenses and scholarships to participate in studying abroad

■参加するために要した費用/Expenses of participation :	
航空費	50,000 円/JPY
派遣先への支払い(授業料・施設利用料など)/Payment to host institution (tuition, facilities fee, etc.)	130,000 円/JPY
教科書代・書籍代/Textbook / Book	0 円/JPY
海外留学保険料(東京大学指定のもの)/Overseas travel insurance fee (designated by UTokyo)	7,000 円/JPY

保険・社会保障料（留学先で必要だったもの）/Insurance and/or social security (required by host institution/region/country)	0 円/JPY
■その他、補足等/Additional comments :	
現地での飲食・活動費 25,000 円	

■留学先で費やした生活費/Overall expenses spent during the program :	
家賃	0 円/JPY
食費	10,000 円/JPY
交通費	5,000 円/JPY
娯楽費	10,000 円/JPY
■その他、補足等/Additional comments :	
0	

■プログラム参加のための奨学金の受給有無/Scholarships to participate :	
受給した	
■奨学金の支給機関・団体名等/Name of the source of the scholarships :	
JASSO	
■受給金額（月額）/Monthly stipend :	
70,000 円	
■受給金額についての補足等/Additional comments about the monthly stipend :	
■奨学金をどのように見つけたか/How did you find the scholarships? :	
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/Reflection

■プログラムに参加したことの意味、その他所感/Impact of the participation on yourself or your thoughts :	
タイの学生や他の東大の学生の姿を見ることで自分になにが足りてないのかをつかめた	
■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/Impact of the program on your thoughts for a career or job hunting :	
海外で生活する・就職するということに対してポジティブな印象をうけた。	
■進路・就職先（就職希望先）/Career/Occupation (planned) :	
民間企業商社	
■今後留学を考えている学生へのメッセージ、アドバイス/Any messages or advice for future participants :	
Grab は日本国内で認証まで行うのが大事。SIM が使えるかどうかの確認は必須。	
■準備段階や留学中に役に立ったウェブサイト、出版物/Websites or publications which were useful while preparing for or during your time overseas :	
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)

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

記入日/Date: 2019/8/31

- 参加プログラム/Program: チュラロンコン大学サマープログラム
- プログラム情報/Program info.: <https://www.u-tokyo.ac.jp/adm/go-global/ja/program-list-short-CU.html>
- 派遣先大学/Host university: チュラロンコン大学
- プログラム期間/Program period: 8/19/2019～8/30/2019
- 東京大学での所属学部・研究科等/Faculty/Graduate School at UTokyo: 教養学部(前期課程)
- 学年(プログラム開始時)/Year at the time of Study Abroad: 学部 1 年

■参加にあたってこの時期を選んだ理由/Reason for choosing this period to participate:
夏に時間があったから
■参加を決めるまでの経緯/How and why did you decide to participate?:
先輩に薦められたから

プログラムについて/About the program you participated in

■概要/Overview:
タイにいる日本人に関する授業が面白かったです。
■学習・研究以外の活動で取り組んだもの/Activities you took part in other than study/research:
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/Details of the activities you chose, or the reason why you did not take part in any activity other than study/research:
様々な寺の観光
■週末の過ごし方/How did you spend your weekends?:
カンチャナブリ、アユタヤの観光

派遣先大学の環境について/About environment at the host institution

■設備/Facilities:
Wi-Fi はある。基本的に東京大学と同じような環境です。また、食堂は大変安価です。
■サポート体制/Support for students:
タイ語のレクチャーは合計 4 時間ほどありました。

プログラム期間中の生活について/About life during the program

■宿泊先の種類/Type of accommodation:
学生寮
■宿泊先の様子、どのように見つけたか/Environment around the accommodation and how did you find it:
二人で一部屋でした。部屋は思っていたより狭かったですが、清潔です。

■ 気候、大学周辺の様子、交通機関、食事等/Climate, environment around the institution, transportation, food, etc. : 大学にはとても近いです。夕方にスコールが降ります。折り畳み傘等の準備が必要です。街の中心部に近い位置に宿があり、スーパーやコンビニも大変近いです。タイ料理は辛いですが、段々慣れてきます。個人的には、最後のほうは食事が辛くないもの足りなく感じるようになってきました。
■ お金の管理方法、現地の通貨事情/Management of money and situation about local economy : 基本現金払いができますが、一部フードコートでは専用のカードを購入する必要があります。ちなみにお金は 3 万円ほど使いました。
■ 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/Aspects of risk and safety management, local health care system, and any actions taken to maintain your health : 特になし
■ 自由時間に利用した交通手段/Mean of transportation in your free time : タクシー, 列車
■ プログラム期間中に利用したネット環境/Internet service usage during the program : 利用していない

参加前の準備・手続きについて/About preparations and procedures before participation

■ プログラムへの参加手続き/Procedures for participation : 指示に従った
■ ビザの手続き/Procedures to obtain visas : なし
■ 医療関係の準備/Preparations or actions taken to maintain your health : なし
■ 保険関係の準備/Preparations/procedures for insurance : 大学指定のものを準備
■ 東京大学の所属学部・研究科(教育部)での手続き/Procedures required by faculties or graduate schools at UTokyo : 渡航届けの提出
■ 語学関係の準備/Language preparation : なし

費用・奨学金に関する事/About expenses and scholarships to participate in studying abroad

■ 参加するために要した費用/Expenses of participation :		
航空費	70,000	円/JPY
派遣先への支払い(授業料・施設利用料など)/Payment to host institution (tuition, facilities fee, etc.)	130,000	円/JPY
教科書代・書籍代/Textbook / Book	0	円/JPY
海外留学保険料(東京大学指定のもの)/Overseas travel insurance fee (designated by UTokyo)	3,000	円/JPY
保険・社会保障料(留学先で必要だったもの)/Insurance and/or social security (required by host institution/region/country)	7,000	円/JPY

■その他、補足等/Additional comments :

■留学先で費やした生活費/Overall expenses spent during the program :	
家賃	0 円/JPY
食費	15,000 円/JPY
交通費	3,000 円/JPY
娯楽費	12,000 円/JPY
■その他、補足等/Additional comments :	

■プログラム参加のための奨学金の受給有無/Scholarships to participate :	
受給した	
■奨学金の支給機関・団体名等/Name of the source of the scholarships :	
JASSO	
■受給金額(月額)/Monthly stipend :	
70,000 円	
■受給金額についての補足等/Additional comments about the monthly stipend :	
■奨学金をどのように見つけたか/How did you find the scholarships? :	
大学(本部国際交流課)からの案内, 大学(上記以外)からの案内	

プログラムを振り返って/Reflection	
■プログラムに参加したことの意味、その他所感/Impact of the participation on yourself or your thoughts :	
たくさんのタイの方、東大の方と知り合えることができ、視野が広がりました。	
■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/Impact of the program on your thoughts for a career or job hunting :	
東南アジアで働く意欲が高まった。	
■進路・就職先(就職希望先)/Career/Occupation (planned) :	
公的機関, 民間企業金融関係の仕事	
■今後留学を考えている学生へのメッセージ、アドバイス/Any messages or advice for future participants :	
とりあえず参加してみれば、楽しめます !	
■準備段階や留学中に役に立ったウェブサイト、出版物/Websites or publications which were useful while preparing for or during your time overseas :	
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)

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

記入日/Date: 2019/9/3

- 参加プログラム/Program: チュラロンコン大学サマープログラム
- プログラム情報/Program info.: <https://www.u-tokyo.ac.jp/adm/go-global/ja/program-list-short-CU.html>
- 派遣先大学/Host university: チュラロンコン大学
- プログラム期間/Program period: 8/19/2019～8/30/2019
- 東京大学での所属学部・研究科等/Faculty/Graduate School at UTokyo: 教育学研究科
- 学年(プログラム開始時)/Year at the time of Study Abroad: 修士 2 年

■参加にあたってこの時期を選んだ理由/Reason for choosing this period to participate:
行きたいプログラムは夏しかないから
■参加を決めるまでの経緯/How and why did you decide to participate?:
タイが好きで、チュラロンコン大学にずっと行ってみたいので、ずっと参加したかった。

プログラムについて/About the program you participated in

■概要/Overview:
学校でレクチャを受けながら、バンコク市内の観光をして、週末はバンコクを離れて他の町に観光して一泊二日の小旅行もあった。最後にプレゼンがあって、一日半ぐらいの準備時間があった。
■学習・研究以外の活動で取り組んだもの/Activities you took part in other than study/research:
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/Details of the activities you chose, or the reason why you did not take part in any activity other than study/research:
研究が忙しいから
■週末の過ごし方/How did you spend your weekends?:
アルバイト、友達とごはんしたりする。

派遣先大学の環境について/About environment at the host institution

■設備/Facilities:
WIFI は完備しているが、毎回登録し直さなければならないのでやや面倒だった。
■サポート体制/Support for students:
スタッフたちはとても親切だった。

プログラム期間中の生活について/About life during the program

■宿泊先の種類/Type of accommodation:
学生寮
■宿泊先の様子、どのように見つけたか/Environment around the accommodation and how did you find it:

昨年の情報

■ 気候、大学周辺の様子、交通機関、食事等/Climate, environment around the institution, transportation, food, etc. :

立地はとても良いが、電車や地下鉄の駅にはやや遠い、学内シャトルバスはあるが、本当に急いでいる時は歩くしかなかった。

■ お金の管理方法、現地の通貨事情/Management of money and situation about local economy :

現地で両替した。

■ 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/Aspects of risk and safety management, local health care system, and any actions taken to maintain your health :

特にない。

■ 自由時間に利用した交通手段/Mean of transportation in your free time :

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/Internet service usage during the program :

SIM

参加前の準備・手続きについて/About preparations and procedures before participation

■ プログラムへの参加手続き/Procedures for participation :

特に難しい提出物はなかった。

■ ビザの手続き/Procedures to obtain visas :

中国のパスポートだから、事前にビザを取らない限り、アライバルビザで 15 日しか滞在できない。しかし事前にビザを取りたい場合、一か月以上大使館で手続きをしなければならないが、当時大使館の直近の時間が全部埋まってしまい、結局ビザを取らなかった。

■ 医療関係の準備/Preparations or actions taken to maintain your health :

特にない。

■ 保険関係の準備/Preparations/procedures for insurance :

学校の指示通りに準備した。

■ 東京大学の所属学部・研究科(教育部)での手続き/Procedures required by faculties or graduate schools at UTokyo :

特にない、指導教官に一言を伝えておいただけ。

■ 語学関係の準備/Language preparation :

特にない。もともとタイ語に興味があって自分がある程度できるので、事前学習会でもう少し勉強できた。

費用・奨学金に関すること/About expenses and scholarships to participate in studying abroad

■ 参加するために要した費用/Expenses of participation :

航空費	40,000 円/JPY
派遣先への支払い(授業料・施設利用料など)/Payment to host institution (tuition, facilities fee, etc.)	130,000 円/JPY
教科書代・書籍代/Textbook / Book	0 円/JPY
海外留学保険料(東京大学指定のもの)/Overseas travel insurance fee (designated by UTokyo)	7,500 円/JPY
保険・社会保障料(留学先で必要だったもの)/Insurance	0 円/JPY

and/or social security (required by host institution/region/country)	
■その他、補足等/Additional comments :	

■留学先で費やした生活費/Overall expenses spent during the program :	
家賃	0 円/JPY
食費	20,000 円/JPY
交通費	5,000 円/JPY
娯楽費	5,000 円/JPY
■その他、補足等/Additional comments :	

■プログラム参加のための奨学金の受給有無/Scholarships to participate :	
受給した	
■奨学金の支給機関・団体名等/Name of the source of the scholarships :	
JASSO	
■受給金額(月額)/Monthly stipend :	
70,000 円	
■受給金額についての補足等/Additional comments about the monthly stipend :	
■奨学金をどのように見つけたか/How did you find the scholarships? :	
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/Reflection

■プログラムに参加したことの意義、その他所感/Impact of the participation on yourself or your thoughts :
自分がタイでやってみたいことが殆どかなえられて、とても満足した。
■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/Impact of the program on your thoughts for a career or job hunting :
やはりタイでもっと長期的に生活してみたいと思っている。
■進路・就職先(就職希望先)/Career/Occupation (planned) :
民間企業鉄鋼メーカー
■今後留学を考えている学生へのメッセージ、アドバイス/Any messages or advice for future participants :
自分のコミュニティをアップデートすることができると思う。ぜひこの機会を利用して自分の視野を広げて、もっともっと自分と違う人たちと知り合うチャンスをつかみましょう。
■準備段階や留学中に役に立ったウェブサイト、出版物/Websites or publications which were useful while preparing for or during your time overseas :
特にない

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)

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

記入日/Date: 2019/8/31

- 参加プログラム/Program: チュラロンコン大学サマープログラム
- プログラム情報/Program info.: <https://www.u-tokyo.ac.jp/adm/go-global/ja/program-list-short-CU.html>
- 派遣先大学/Host university: チュラロンコン大学
- プログラム期間/Program period: 8/19/2019～8/30/2019
- 東京大学での所属学部・研究科等/Faculty/Graduate School at UTokyo: 教養学部
- 学年(プログラム開始時)/Year at the time of Study Abroad: 学部 4 年

■参加にあたってこの時期を選んだ理由/Reason for choosing this period to participate:

夏休みだったから

■参加を決めるまでの経緯/How and why did you decide to participate?:

英語を使いたい

プログラムについて/About the program you participated in

■概要/Overview:

タイ文化体験

■学習・研究以外の活動で取り組んだもの/Activities you took part in other than study/research:

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/Details of the activities you chose, or the reason why you did not take part in any activity other than study/research:

文化財を見に行く

■週末の過ごし方/How did you spend your weekends?:

遺跡を見に行く

派遣先大学の環境について/About environment at the host institution

■設備/Facilities:

鍵が一部屋一個であることが不便だった。

■サポート体制/Support for students:

良い

プログラム期間中の生活について/About life during the program

■宿泊先の種類/Type of accommodation:

学生寮

■宿泊先の様子、どのように見つけたか/Environment around the accommodation and how did you find it:

とくになし

■ 気候、大学周辺の様子、交通機関、食事等/Climate, environment around the institution, transportation, food, etc. :
適切
■ お金の管理方法、現地の通貨事情/Management of money and situation about local economy :
両替・予算調査
■ 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/Aspects of risk and safety management, local health care system, and any actions taken to maintain your health :
ワクチン接種
■ 自由時間に利用した交通手段/Mean of transportation in your free time :
タクシー, 列車
■ プログラム期間中に利用したネット環境/Internet service usage during the program :
レンタルしたルーター

参加前の準備・手続きについて/About preparations and procedures before participation

■ プログラムへの参加手続き/Procedures for participation :
資料を全部読んで
■ ビザの手続き/Procedures to obtain visas :
ネット情報
■ 医療関係の準備/Preparations or actions taken to maintain your health :
ネット情報と診察
■ 保険関係の準備/Preparations/procedures for insurance :
大学情報
■ 東京大学の所属学部・研究科(教育部)での手続き/Procedures required by faculties or graduate schools at UTokyo :
特になし
■ 語学関係の準備/Language preparation :
特になし

費用・奨学金に関すること/About expenses and scholarships to participate in studying abroad

■ 参加するために要した費用/Expenses of participation :	
航空費	72,570 円/JPY
派遣先への支払い(授業料・施設利用料など)/Payment to host institution (tuition, facilities fee, etc.)	130,000 円/JPY
教科書代・書籍代/Textbook / Book	0 円/JPY
海外留学保険料(東京大学指定のもの)/Overseas travel insurance fee (designated by UTokyo)	4,500 円/JPY
保険・社会保障料(留学先で必要だったもの)/Insurance and/or social security (required by host institution/region/country)	0 円/JPY
■ その他、補足等/Additional comments :	

■ 留学先で費やした生活費/Overall expenses spent during the program :	
家賃	0 円/JPY
食費	1,000 円/JPY
交通費	1,000 円/JPY
娯楽費	3,000 円/JPY
■ その他、補足等/Additional comments :	

■ プログラム参加のための奨学金の受給有無/Scholarships to participate :	
受給した	
■ 奨学金の支給機関・団体名等/Name of the source of the scholarships :	
東京大学	
■ 受給金額(月額)/Monthly stipend :	
70,000 円	
■ 受給金額についての補足等/Additional comments about the monthly stipend :	
■ 奨学金をどのように見つけたか/How did you find the scholarships? :	
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/Reflection

■ プログラムに参加したことの意味、その他所感/Impact of the participation on yourself or your thoughts :	
英語力向上	
■ 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/Impact of the program on your thoughts for a career or job hunting :	
特になし	
■ 進路・就職先(就職希望先)/Career/Occupation (planned) :	
民間企業	
■ 今後留学を考えている学生へのメッセージ、アドバイス/Any messages or advice for future participants :	
積極的に英語を話さないと話すチャンスが意外と少ない。	
■ 準備段階や留学中に役に立ったウェブサイト、出版物/Websites or publications which were useful while preparing for or during your time overseas :	
東大ウェブサイト	

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)

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

記入日/Date: 2019/10/7

- 参加プログラム/Program: チュラロンコン大学サマープログラム
- プログラム情報/Program info.: <https://www.u-tokyo.ac.jp/adm/go-global/ja/program-list-short-CU.html>
- 派遣先大学/Host university: チュラロンコン大学
- プログラム期間/Program period: 8/19/2019～8/30/2019
- 東京大学での所属学部・研究科等/Faculty/Graduate School at UTokyo: 学際情報学府
- 学年(プログラム開始時)/Year at the time of Study Abroad: 修士 2 年

■参加にあたってこの時期を選んだ理由/Reason for choosing this period to participate:

学会報告等がないため

■参加を決めるまでの経緯/How and why did you decide to participate?:

ウィンタープログラムでの UI に参加して、サマープログラムに参加したいと思った。

プログラムについて/About the program you participated in

■概要/Overview:

講義形式の授業が続く

■学習・研究以外の活動で取り組んだもの/Activities you took part in other than study/research:

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/Details of the activities you chose, or the reason why you did not take part in any activity other than study/research:

そのような時間がない。

■週末の過ごし方/How did you spend your weekends?:

フィールドトリップ

派遣先大学の環境について/About environment at the host institution

■設備/Facilities:

食堂は各学部併設されている。

■サポート体制/Support for students:

サポートが不十分だと思ったことはない。

プログラム期間中の生活について/About life during the program

■宿泊先の種類/Type of accommodation:

学生寮

■宿泊先の様子、どのように見つけたか/Environment around the accommodation and how did you find it:

キャンパスと隣接する。

■ 気候、大学周辺の様子、交通機関、食事等/Climate, environment around the institution, transportation, food, etc. :
昼間は高温多湿だが、夜は過ごしやすい。
■ お金の管理方法、現地の通貨事情/Management of money and situation about local economy :
外貨両替の手数料が低い
■ 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/Aspects of risk and safety management, local health care system, and any actions taken to maintain your health :
なし
■ 自由時間に利用した交通手段/Mean of transportation in your free time :
バス, Uber
■ プログラム期間中に利用したネット環境/Internet service usage during the program :
SIM

参加前の準備・手続きについて/About preparations and procedures before participation

■ プログラムへの参加手続き/Procedures for participation :
特に必要な事前準備はない
■ ビザの手続き/Procedures to obtain visas :
なし
■ 医療関係の準備/Preparations or actions taken to maintain your health :
なし
■ 保険関係の準備/Preparations/procedures for insurance :
なし
■ 東京大学の所属学部・研究科(教育部)での手続き/Procedures required by faculties or graduate schools at UTokyo :
なし
■ 語学関係の準備/Language preparation :
TOEIC920 点程度。

費用・奨学金に関すること/About expenses and scholarships to participate in studying abroad

■ 参加するために要した費用/Expenses of participation :		
航空費	24,000	円/JPY
派遣先への支払い(授業料・施設利用料など)/Payment to host institution (tuition, facilities fee, etc.)	130,000	円/JPY
教科書代・書籍代/Textbook / Book	0	円/JPY
海外留学保険料(東京大学指定のもの)/Overseas travel insurance fee (designated by UTokyo)	6,500	円/JPY
保険・社会保障料(留学先で必要だったもの)/Insurance and/or social security (required by host institution/region/country)	0	円/JPY
■ その他、補足等/Additional comments :		

■ 留学先で費やした生活費/Overall expenses spent during the program :	
家賃	0 円/JPY
食費	7,000 円/JPY
交通費	2,000 円/JPY
娯楽費	10,000 円/JPY
■ その他、補足等/Additional comments :	

■ プログラム参加のための奨学金の受給有無/Scholarships to participate :	
受給した	
■ 奨学金の支給機関・団体名等/Name of the source of the scholarships :	
JASSO	
■ 受給金額(月額)/Monthly stipend :	
70,000 円	
■ 受給金額についての補足等/Additional comments about the monthly stipend :	
■ 奨学金をどのように見つけたか/How did you find the scholarships? :	
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/Reflection

■ プログラムに参加したことの意義、その他所感/Impact of the participation on yourself or your thoughts :	
多くのタイ人学生と交流できた。	
■ 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/Impact of the program on your thoughts for a career or job hunting :	
就職先では東京本店か海外支店しか勤務場所がないが、その決定に至ったのも短期プログラムに参加したためである。	
■ 進路・就職先(就職希望先)/Career/Occupation (planned) :	
民間企業みずほフィナンシャルグループ	
■ 今後留学を考えている学生へのメッセージ、アドバイス/Any messages or advice for future participants :	
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/Websites or publications which were useful while preparing for or during your time overseas :	
タイに関する旅行ブログ	

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)

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

記入日/Date: 2019/9/12

- 参加プログラム/Program: チュラロンコン大学サマープログラム
- プログラム情報/Program info.: <https://www.u-tokyo.ac.jp/adm/go-global/ja/program-list-short-CU.html>
- 派遣先大学/Host university: チュラロンコン大学
- プログラム期間/Program period: 8/19/2019～8/30/2019
- 東京大学での所属学部・研究科等/Faculty/Graduate School at UTokyo: 学際情報学府
- 学年(プログラム開始時)/Year at the time of Study Abroad: 修士 2 年

■参加にあたってこの時期を選んだ理由/Reason for choosing this period to participate:
夏休みを利用して海外に行きたかったため
■参加を決めるまでの経緯/How and why did you decide to participate?:
参加経験者からの勧め

プログラムについて/About the program you participated in

■概要/Overview:
タイ語の授業はよかったです。最後のプレゼンテーションのところは高級なホテルで、昼食は高級のbuffetで印象深かったです。
■学習・研究以外の活動で取り組んだもの/Activities you took part in other than study/research:
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/Details of the activities you chose, or the reason why you did not take part in any activity other than study/research:
機会がなかった。
■週末の過ごし方/How did you spend your weekends?:
週末は大学のキャンナブリとアユタヤの旅行に行きました。

派遣先大学の環境について/About environment at the host institution

■設備/Facilities:
食堂安くて美味しかったです。但し、辛いものが多かったのも、苦手な方は注意したほうがいいです。
■サポート体制/Support for students:
係りや先生、学生たちみんな優しくかったです。

プログラム期間中の生活について/About life during the program

■宿泊先の種類/Type of accommodation:
学生寮
■宿泊先の様子、どのように見つけたか/Environment around the accommodation and how did you find it:

2 人部屋。ホテルと同じような設備が揃って良かったです。

■気候、大学周辺の様子、交通機関、食事等/Climate, environment around the institution, transportation, food, etc. :

レストランが多かったです。タイの物価が安くて良かったです。

■お金の管理方法、現地の通貨事情/Management of money and situation about local economy :

現金以外に、アリペイを使いました。

■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/Aspects of risk and safety management, local health care system, and any actions taken to maintain your health :

大学から離れたところの夜道は複数の人でも Grab を利用した方がいいです。

■自由時間に利用した交通手段/Mean of transportation in your free time :

タクシー, Grab

■プログラム期間中に利用したネット環境/Internet service usage during the program :

キャンパス Wifi, SIM

参加前の準備・手続きについて/About preparations and procedures before participation

■プログラムへの参加手続き/Procedures for participation :

UTAS での申請書類、パスポートの写真、銀行口座など

■ビザの手続き/Procedures to obtain visas :

現地でビザを取得したが、取得する際、ホテル予約の書類がなかったため、チュラロンコン大学の係に ID カードと電話番号を提供してもらいました。

■医療関係の準備/Preparations or actions taken to maintain your health :

特になし

■保険関係の準備/Preparations/procedures for insurance :

大学の指示通りに海外旅行保険を取得しました。手続きが簡単でした。

■東京大学の所属学部・研究科(教育部)での手続き/Procedures required by faculties or graduate schools at UTokyo :

海外旅行届けの提出

■語学関係の準備/Language preparation :

特になし。

費用・奨学金に関すること/About expenses and scholarships to participate in studying abroad

■参加するために要した費用/Expenses of participation :

航空費	70,000 円/JPY
派遣先への支払い(授業料・施設利用料など)/Payment to host institution (tuition, facilities fee, etc.)	130,000 円/JPY
教科書代・書籍代/Textbook / Book	0 円/JPY
海外留学保険料(東京大学指定のもの)/Overseas travel insurance fee (designated by UTokyo)	4,000 円/JPY
保険・社会保障料(留学先で必要だったもの)/Insurance and/or social security (required by host institution/region/country)	0 円/JPY

■その他、補足等/Additional comments :

--

■ 留学先で費やした生活費/Overall expenses spent during the program :	
家賃	0 円/JPY
食費	15,000 円/JPY
交通費	5,000 円/JPY
娯楽費	5,000 円/JPY
■ その他、補足等/Additional comments :	

■ プログラム参加のための奨学金の受給有無/Scholarships to participate :	
受給した	
■ 奨学金の支給機関・団体名等/Name of the source of the scholarships :	
東京大学(運営費)	
■ 受給金額(月額)/Monthly stipend :	
70,000 円	
■ 受給金額についての補足等/Additional comments about the monthly stipend :	
■ 奨学金をどのように見つけたか/How did you find the scholarships? :	
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/Reflection

■ プログラムに参加したことの意味、その他所感/Impact of the participation on yourself or your thoughts :	
東大の友達だけでなく、タイ人の友達もいっぱいできてよかったです。	
■ 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/Impact of the program on your thoughts for a career or job hunting :	
タイで働きたくなりました。	
■ 進路・就職先(就職希望先)/Career/Occupation (planned) :	
民間企業	
■ 今後留学を考えている学生へのメッセージ、アドバイス/Any messages or advice for future participants :	
楽しんでいてください。	
■ 準備段階や留学中に役に立ったウェブサイト、出版物/Websites or publications which were useful while preparing for or during your time overseas :	
特になし	

報告書

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)

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

記入日/Date: 2019/8/31

- 参加プログラム/Program: チュラロンコン大学サマープログラム
- プログラム情報/Program info.: <https://www.u-tokyo.ac.jp/adm/go-global/ja/program-list-short-CU.html>
- 派遣先大学/Host university: チュラロンコン大学
- プログラム期間/Program period: 8/19/2019～8/30/2019
- 東京大学での所属学部・研究科等/Faculty/Graduate School at UTokyo: 法学部
- 学年(プログラム開始時)/Year at the time of Study Abroad: 学部 4 年

■参加にあたってこの時期を選んだ理由/Reason for choosing this period to participate:

夏休みは時間があるから

■参加を決めるまでの経緯/How and why did you decide to participate?:

東南アジアに行ったことがなかったので、行くきっかけを作りたいと思い参加を決めました。

プログラムについて/About the program you participated in

■概要/Overview:

タイに関して、文化・語学・ビジネス等の幅広い観点からアカルト的な授業や郊外への Trip が行われ、タイのイントロダクションとしては充実していたと思います。

■学習・研究以外の活動で取り組んだもの/Activities you took part in other than study/research:

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/Details of the activities you chose, or the reason why you did not take part in any activity other than study/research:

観光

■週末の過ごし方/How did you spend your weekends?:

観光

派遣先大学の環境について/About environment at the host institution

■設備/Facilities:

Wifi 利用可能です。寮と大学の間・大学内の移動は無料のシャトルバスが出ているので非常に便利です。食堂は各学部設置しており、リーズナブルで美味しい料理が食べられます。

■サポート体制/Support for students:

スタッフの方々やチュラ大学の学生はみんな非常に親切で、困った際には彼らに聞けば大丈夫でした。寮の管理体制もしっかりしているので安心です。

プログラム期間中の生活について/About life during the program

■宿泊先の種類/Type of accommodation:

■ 宿泊先の種類/Type of accommodation :
学生寮
■ 宿泊先の様子、どのように見つけたか/Environment around the accommodation and how did you find it :
指定

■ 気候、大学周辺の様子、交通機関、食事等/Climate, environment around the institution, transportation, food, etc. :
スコールがあるので折り畳み傘は必須です。交通はタクシーや Grab が便利ですが、交通渋滞やタクシーのぼったくりには注意すべき。食事は非常に安く美味しいですが辛いです。
■ お金の管理方法、現地の通貨事情/Management of money and situation about local economy :
両替時のレートや手数料が勿体無いので、あまり両替せずにクレジットカード利用可能なところ(バーや Grab 等)ではカードを主に利用していました。
■ 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/Aspects of risk and safety management, local health care system, and any actions taken to maintain your health :
夜に一人で出歩かない。
■ 自由時間に利用した交通手段/Means of transportation in your free time :
タクシー, 列車, Grab
■ プログラム期間中に利用したネット環境/Internet service usage during the program :
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/About preparations and procedures before participation

■ プログラムへの参加手続き/Procedures for participation :
二種類の提出書類があったかと記憶しています。素直に書けば大丈夫だと思います。
■ ビザの手続き/Procedures to obtain visas :
なし
■ 医療関係の準備/Preparations or actions taken to maintain your health :
なし
■ 保険関係の準備/Preparations/procedures for insurance :
学校指定の保険に加入しました。
■ 東京大学の所属学部・研究科(教育部)での手続き/Procedures required by faculties or graduate schools at UTokyo :
所属学部の教務課のサインをもらいに行きました。追試等と被らないことを確認されました。
■ 語学関係の準備/Language preparation :
本部主催の勉強会に参加しました。

費用・奨学金に関すること/About expenses and scholarships to participate in studying abroad

■ 参加するために要した費用/Expenses of participation :		
航空費	33,000	円/JPY
派遣先への支払い(授業料・施設利用料など)/Payment to host institution (tuition, facilities fee, etc.)	130,000	円/JPY
教科書代・書籍代/Textbook / Book	0	円/JPY
海外留学保険料(東京大学指定のもの)/Overseas travel	5,500	円/JPY

insurance fee (designated by UTokyo)	
保険・社会保障料(留学先で必要だったもの)/Insurance and/or social security (required by host institution/region/country)	0 円/JPY
■その他、補足等/Additional comments:	

■留学先で費やした生活費/Overall expenses spent during the program:	
家賃	0 円/JPY
食費	3,000 円/JPY
交通費	5,000 円/JPY
娯楽費	10,000 円/JPY
■その他、補足等/Additional comments:	

■プログラム参加のための奨学金の受給有無/Scholarships to participate:	
受給しなかった	
■奨学金の支給機関・団体名等/Name of the source of the scholarships:	
■受給金額(月額)/Monthly stipend:	
円	
■受給金額についての補足等/Additional comments about the monthly stipend:	
■奨学金をどのように見つけたか/How did you find the scholarships?:	

プログラムを振り返って/Reflection

■プログラムに参加したことの意義、その他所感/Impact of the participation on yourself or your thoughts:	
普段の閉鎖的な学部やコミュニティでは関わらないような学生と一緒に活動できたり、タイのトップ校の友達ができるという人間関係の面で有意義だったかと思います。	
■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/Impact of the program on your thoughts for a career or job hunting:	
就職活動を終えているので直接的な影響はないかもしれませんが、留学や海外勤務への興味は高まりました。	
■進路・就職先(就職希望先)/Career/Occupation (planned):	
公的機関総務省	
■今後留学を考えている学生へのメッセージ、アドバイス/Any messages or advice for future participants:	
ただの海外旅行ではなく、アカデミックな面があったり、安全面でも安心できたりとポジティブな側面が大きいと思います。	
■準備段階や留学中に役に立ったウェブサイト、出版物/Websites or publications which were useful while preparing for or during your time overseas:	

タイへの旅行サイト

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)

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

記入日/Date: 2019/8/31

- 参加プログラム/Program: チュラロンコン大学サマープログラム
- プログラム情報/Program info.: <https://www.u-tokyo.ac.jp/adm/go-global/ja/program-list-short-CU.html>
- 派遣先大学/Host university: チュラロンコン大学
- プログラム期間/Program period: 8/19/2019～8/30/2019
- 東京大学での所属学部・研究科等/Faculty/Graduate School at UTokyo: 法学部
- 学年(プログラム開始時)/Year at the time of Study Abroad: 学部 3 年

■参加にあたってこの時期を選んだ理由/Reason for choosing this period to participate:
TOEIC を初めて受けたのが今年の初めであり、プログラムの存在を知ったのが今年だったから
■参加を決めるまでの経緯/How and why did you decide to participate?:
動機としては総長の「タフでグローバルな東大生」という姿勢に共鳴し、アジアで安いところで非英語圏に行きたかったため

プログラムについて/About the program you participated in

■概要/Overview:
予習復習は特になかったが、タイ語については復習をすることが望ましかった。タイ日外交についての授業は講師の論文を読んで授業に臨んだ印象に残っている授業はタイの仏教についての授業であり、日本と餓鬼の描写が違う点に驚い。CUの講師・院生達は常に親切であり、授業の間にフルーツやスナックを提供してくれるなどした。
■学習・研究以外の活動で取り組んだもの/Activities you took part in other than study/research:
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/Details of the activities you chose, or the reason why you did not take part in any activity other than study/research:
アジアティークへの訪問やタイ人生東大生に案内されてショッピングモールを散策するなどした。また、タイの民族楽器の演奏をした。
■週末の過ごし方/How did you spend your weekends?:
カンチャナブリへの訪問

派遣先大学の環境について/About environment at the host institution

■設備/Facilities:
スポーツ施設、図書館は利用してない。食堂は各学部1つあり、約 100 円ほどでたべることができる。備え付きの PC は wifi がとても良かった。
■サポート体制/Support for students:
語学面では、基本的に全ての講師・生徒が流暢な英語を話していた。また、タイ語は 4～5 人につき 1 人の

タイ人生徒がついて指導を受けた学習面では講師が 24 時間体制で質問を受け付けていた他、日本語でのレクチャーもあった生活面も同様にラインなどで常に講師に相談できる体制だった。実際に寮の部屋で問題があった際には講師に助けを求めた精神面のサポートとしては、講師が常に笑顔でいたためリラックスできた。

プログラム期間中の生活について/About life during the program

■ 宿泊先の種類/Type of accommodation :
学生寮
■ 宿泊先の様子、どのように見つけたか/Environment around the accommodation and how did you find it :
シャワーを浴びていたらゴキブリがでた。トイレの使い方が日本と違った。部屋は 2 人部屋 水のペットボトルが毎日追加される。バスで大学まで 10 分弱 鍵をもらう時に 1000 バーツのデポジットを払う。
■ 気候、大学周辺の様子、交通機関、食事等/Climate, environment around the institution, transportation, food, etc. :
暑い日本ほどではない。大学から徒歩圏内にデパート街があり、食べ物には苦労しない。大学内外に無料バスが通っている。BTS や MRT といった交通機関があり、遅延は少ない食事は辛いものが多いが、そうでないものもある。店員には基本的に基礎レベルの英語が通じる。セブンイレブンなどが多いコオロギなどの虫も売っているがお腹を壊すこともあるので注意したい。ショッピングモールは基本的にプリペイドカードで支払うので注意したい。
■ お金の管理方法、現地の通貨事情/Management of money and situation about local economy :
全て現金で持ち込んだ。財布は 5 個ほどに分けて管理した。
■ 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/Aspects of risk and safety management, local health care system, and any actions taken to maintain your health :
プログラム期間中はスリ・置き引きなどに遭うことはなかったが、念のためリュックサックなどひったくりに会いやすいカバンではなくショルダーバッグなどを使用した 夜間に女性が一人で歩いても問題ないくらい治安はきわめて良好であり、政治集会なども滞在中はなかった。氷や辛いものなどを食べても特にお腹は壊さなかった常にウェットティッシュなどを用意すると良いと思う。
■ 自由時間に利用した交通手段/Means of transportation in your free time :
タクシー, 列車, バス, Grab
■ プログラム期間中に利用したネット環境/Internet service usage during the program :
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/About preparations and procedures before participation

■ プログラムへの参加手続き/Procedures for participation :
渡航情報届と保険の手続きをしたが、大学からの指示に従った。
■ ビザの手続き/Procedures to obtain visas :
特になし
■ 医療関係の準備/Preparations or actions taken to maintain your health :
特に予防接種などはしていない 常備薬は風邪薬と下痢止めだけ持っていった。
■ 保険関係の準備/Preparations/procedures for insurance :
東京海上日動の付帯海学、指示に従った。

■東京大学の所属学部・研究科(教育部)での手続き/Procedures required by faculties or graduate schools at UTokyo : 特になし
■語学関係の準備/Language preparation : TOEIC は 780 だった。特に準備はしていない。

費用・奨学金に関すること/About expenses and scholarships to participate in studying abroad

■参加するために要した費用/Expenses of participation :	
航空費	75,000 円/JPY
派遣先への支払い(授業料・施設利用料など)/Payment to host institution (tuition, facilities fee, etc.)	130,000 円/JPY
教科書代・書籍代/Textbook / Book	0 円/JPY
海外留学保険料(東京大学指定のもの)/Overseas travel insurance fee (designated by UTokyo)	7,500 円/JPY
保険・社会保障料(留学先で必要だったもの)/Insurance and/or social security (required by host institution/region/country)	0 円/JPY
■その他、補足等/Additional comments :	

■留学先で費やした生活費/Overall expenses spent during the program :	
家賃	0 円/JPY
食費	15,000 円/JPY
交通費	2,000 円/JPY
娯楽費	7,500 円/JPY
■その他、補足等/Additional comments :	

■プログラム参加のための奨学金の受給有無/Scholarships to participate :
受給した
■奨学金の支給機関・団体名等/Name of the source of the scholarships :
JASSO
■受給金額(月額)/Monthly stipend :
70,000 円
■受給金額についての補足等/Additional comments about the monthly stipend :
■奨学金をどのように見つけたか/How did you find the scholarships? :
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/Reflection

■プログラムに参加したことの意義、その他所感/Impact of the participation on yourself or your thoughts :
個人的には東大に留学している外国人留学生からの刺激がとてもあった。彼らは英語も得意で全てに意

欲的だったため、見習う必要があった。

■ 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/Impact of the program on your thoughts for a career or job hunting :

海外で働く人たちや CU の院生などをみて新しいライフプランを見つけることができた。

■ 進路・就職先(就職希望先)/Career/Occupation (planned) :

研究職, 公的機関, 民間企業

■ 今後留学を考えている学生へのメッセージ、アドバイス/Any messages or advice for future participants :

選考もそこまで特に無いのでとりあえず応募してみるといいと思います。

■ 準備段階や留学中に役に立ったウェブサイト、出版物/Websites or publications which were useful while preparing for or during your time overseas :

Go Global のサイト

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)

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

記入日/Date: 2019/9/3

- 参加プログラム/Program: チュラロンコン大学サマープログラム
- プログラム情報/Program info.: <https://www.u-tokyo.ac.jp/adm/go-global/ja/program-list-short-CU.html>
- 派遣先大学/Host university: チュラロンコン大学
- プログラム期間/Program period: 8/19/2019～8/30/2019
- 東京大学での所属学部・研究科等/Faculty/Graduate School at UTokyo: 法学部
- 学年(プログラム開始時)/Year at the time of Study Abroad: 学部 4 年

■参加にあたってこの時期を選んだ理由/Reason for choosing this period to participate:
就活が終わって時間に余裕があったため。
■参加を決めるまでの経緯/How and why did you decide to participate?:
もともとタイに行きたいと思っており、プログラムで行った方が何かしらの学びがあると思ったので応募しました。5 月頃応募したような気がしますが、その時にはまだ就職先が決まっていなかったもので、参加できるかどうか不安ではありました。

プログラムについて/About the program you participated in

■概要/Overview:
タイ語の授業の前には予習と復習を少しだけした。カンチャナブリとアユタヤに行ったのが印象的だった。
■学習・研究以外の活動で取り組んだもの/Activities you took part in other than study/research:
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/Details of the activities you chose, or the reason why you did not take part in any activity other than study/research:
きっかけや時間的余裕がなかったから。
■週末の過ごし方/How did you spend your weekends?:
カンチャナブリに一泊二日旅行

派遣先大学の環境について/About environment at the host institution

■設備/Facilities:
食堂は 120 円ぐらいで普通に美味しいご飯が食べられます(ただしメニューはタイ語。)wifi は問題なく使えます。
■サポート体制/Support for students:
困ったことがあればチュラロンコン大学の先生や生徒が助けてくれるので心配ありません。

プログラム期間中の生活について/About life during the program

■宿泊先の種類/Type of accommodation:

学生寮
■宿泊先の様子、どのように見つけたか/Environment around the accommodation and how did you find it:
キャンパス内にシャトルバスが走っているので授業している建物からドアツードアで行けます。2 人一部屋がデフォで、バスタオルは頼めば毎日交換があります。ドライヤーはないので必要な人は持っていきましょう。Wi-Fi は毎回ログインする必要があるため多少面倒ですが、つながれば問題なく使えます。

■気候、大学周辺の様子、交通機関、食事等/Climate, environment around the institution, transportation, food, etc.:
熱帯の雨季ということで覚悟して行ったが同じ時期の日本より過ごしやすく感じました。幸いスクールにもあまり遭いませんでした。大学寮近くに警察署があるせいか治安の悪さを感じることは大学周辺では一切ありませんでした。流しのタクシーをつかまえるとぼられることもあるので注意。食事はどれも安く、そして美味しく感じましたが、辛いものが苦手な人は注文する料理を選んだ方が良いかもしれません。
■お金の管理方法、現地の通貨事情/Management of money and situation about local economy:
クレジットカードは持って行かず現金だけで支払っていました。両替はタイについてから街の両替所でやるのが一番レートが良いです。日本のデパートみたいなところはクレカが使えますが、屋台などでは現金支払いが基本なので現金で多めに持っていくと良いかもしれません。
■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/Aspects of risk and safety management, local health care system, and any actions taken to maintain your health:
夜の中華街は若干治安が悪そうな気配がありましたがそれ以外は特に身の危険を感じたことはありませんでした。(グループ内で窃盗被害に遭った人はいないはずです。) 今年病院に行くほど体調を崩した人もいなかったと思います。疲れたときは無理せず自由時間に休むなどしていれば激しく体調を崩すことはないはず。胃腸が弱い人は食べ物に注意。
■自由時間に利用した交通手段/Mean of transportation in your free time:
タクシー, 列車
■プログラム期間中に利用したネット環境/Internet service usage during the program:
レンタルしたルーター

参加前の準備・手続きについて/About preparations and procedures before participation

■プログラムへの参加手続き/Procedures for participation:
UTAS 上で志望動機や英語の資格を書いた書類を提出しました。参加が決まった後は大学からの案内通りに書類提出すれば大丈夫です。
■ビザの手続き/Procedures to obtain visas:
ビザは必要ありませんでした。
■医療関係の準備/Preparations or actions taken to maintain your health:
頭痛薬と胃腸薬を準備しました。
■保険関係の準備/Preparations/procedures for insurance:
大学から指定されている保険に加入しました。
■東京大学の所属学部・研究科(教育部)での手続き/Procedures required by faculties or graduate schools at UTokyo:
法学部に留学届のようなものを出した気がします。
■語学関係の準備/Language preparation:
タイ語を少しだけ勉強して行きました。買い物するときやタクシーに乗るときにタイ語が喋れると便利なので

勉強していくと役に立つかもしれません。

費用・奨学金に関すること/About expenses and scholarships to participate in studying abroad

■参加するために要した費用/Expenses of participation:

航空費	30,000 円/JPY
派遣先への支払い(授業料・施設利用料など)/Payment to host institution (tuition, facilities fee, etc.)	130,000 円/JPY
教科書代・書籍代/Textbook / Book	0 円/JPY
海外留学保険料(東京大学指定のもの)/Overseas travel insurance fee (designated by UTokyo)	5,550 円/JPY
保険・社会保障料(留学先で必要だったもの)/Insurance and/or social security (required by host institution/region/country)	0 円/JPY

■その他、補足等/Additional comments:

0

■留学先で費やした生活費/Overall expenses spent during the program:

家賃	0 円/JPY
食費	7,500 円/JPY
交通費	3,000 円/JPY
娯楽費	3,000 円/JPY

■その他、補足等/Additional comments:

■プログラム参加のための奨学金の受給有無/Scholarships to participate:

受給した

■奨学金の支給機関・団体名等/Name of the source of the scholarships:

JASSO

■受給金額(月額)/Monthly stipend:

70,000 円

■受給金額についての補足等/Additional comments about the monthly stipend:

■奨学金をどのように見つけたか/How did you find the scholarships?:

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/Reflection

■プログラムに参加したことの意味、その他所感/Impact of the participation on yourself or your thoughts:

タイでの生活は快適で純粋に楽しかったです。バンコク中心は新宿ぐらいに発展していたけれど、その一方観光地である中華街では西洋人が屋台で買い物する中ホームレスがレストランの真ん前で物乞いしているところに遭遇し、東南アジアの国内で貧富の差の激しさを感じました。2週間ほど海外にいるのは2回目でしたが、前回より精神的・体力的に余裕があり慣れは重要だと思いました。

■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/Impact of the program on your thoughts for a career or job hunting :

一緒に行った東大生やチュラロンコン大学の学生の中には三か国語以上話せる学生もいて語学の必要性を痛感させられた。

■進路・就職先(就職希望先)/Career/Occupation (planned) :

公的機関官庁

■今後留学を考えている学生へのメッセージ、アドバイス/Any messages or advice for future participants :

迷っているなら参加したほうが良いと思います！

■準備段階や留学中に役に立ったウェブサイト、出版物/Websites or publications which were useful while preparing for or during your time overseas :

世界の歩き方 タイ語学習用の web ページ

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)

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

記入日/Date: 2019/9/1

- 参加プログラム/Program: チュラロンコン大学サマープログラム
- プログラム情報/Program info.: <https://www.u-tokyo.ac.jp/adm/go-global/ja/program-list-short-CU.html>
- 派遣先大学/Host university: チュラロンコン大学
- プログラム期間/Program period: 8/19/2019～8/30/2019
- 東京大学での所属学部・研究科等/Faculty/Graduate School at UTokyo: 法学部
- 学年(プログラム開始時)/Year at the time of Study Abroad: 学部 4 年

■参加にあたってこの時期を選んだ理由/Reason for choosing this period to participate:
就活が終わるタイミングであったため。
■参加を決めるまでの経緯/How and why did you decide to participate?:
インドネシアのプログラムが大変良かったため、応募した。

プログラムについて/About the program you participated in

■概要/Overview:
工場見学が印象的であった。
■学習・研究以外の活動で取り組んだもの/Activities you took part in other than study/research:
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/Details of the activities you chose, or the reason why you did not take part in any activity other than study/research:
短期のプログラムで出来ることは見つからなかったため。
■週末の過ごし方/How did you spend your weekends?:
プログラムの一環でカンチャナブリとアユタヤへ行った。

派遣先大学の環境について/About environment at the host institution

■設備/Facilities:
学習スペースのようなところでパソコンを使用できた。
■サポート体制/Support for students:
暖かく見守ってくれる。

プログラム期間中の生活について/About life during the program

■宿泊先の種類/Type of accommodation:
学生寮
■宿泊先の様子、どのように見つけたか/Environment around the accommodation and how did you find it:
指定

■ 気候、大学周辺の様子、交通機関、食事等/Climate, environment around the institution, transportation, food, etc. :
鉄道、船を使うと便利。バスは微妙。
■ お金の管理方法、現地の通貨事情/Management of money and situation about local economy :
モールの中にレートの良いところがあるので、それを見つけると良い。
■ 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/Aspects of risk and safety management, local health care system, and any actions taken to maintain your health :
なし
■ 自由時間に利用した交通手段/Means of transportation in your free time :
タクシー, 列車, バス, Uber, フェリー、バイクタクシー
■ プログラム期間中に利用したネット環境/Internet service usage during the program :
SIM

参加前の準備・手続きについて/About preparations and procedures before participation

■ プログラムへの参加手続き/Procedures for participation :
事前課題はなし。事前学習でのプレゼン
■ ビザの手続き/Procedures to obtain visas :
なし
■ 医療関係の準備/Preparations or actions taken to maintain your health :
旅行用の常備薬一式。酔いやすい人は酔い止め必要。
■ 保険関係の準備/Preparations/procedures for insurance :
ギリギリになり多大なる迷惑をお掛けしてしまった。
■ 東京大学の所属学部・研究科(教育部)での手続き/Procedures required by faculties or graduate schools at UTokyo :
プログラムの軽い説明の提出
■ 語学関係の準備/Language preparation :
なし

費用・奨学金に関すること/About expenses and scholarships to participate in studying abroad

■ 参加するために要した費用/Expenses of participation :		
航空費	30,000	円/JPY
派遣先への支払い(授業料・施設利用料など)/Payment to host institution (tuition, facilities fee, etc.)	70,000	円/JPY
教科書代・書籍代/Textbook / Book	0	円/JPY
海外留学保険料(東京大学指定のもの)/Overseas travel insurance fee (designated by UTokyo)	5,000	円/JPY
保険・社会保障料(留学先で必要だったもの)/Insurance and/or social security (required by host institution/region/country)	0	円/JPY
■ その他、補足等/Additional comments :		

■ 留学先で費やした生活費/Overall expenses spent during the program :	
家賃	0 円/JPY
食費	8,000 円/JPY
交通費	4,000 円/JPY
娯楽費	4,000 円/JPY
■ その他、補足等/Additional comments :	

■ プログラム参加のための奨学金の受給有無/Scholarships to participate :	
受給しなかった	
■ 奨学金の支給機関・団体名等/Name of the source of the scholarships :	
■ 受給金額(月額)/Monthly stipend :	
円	
■ 受給金額についての補足等/Additional comments about the monthly stipend :	
■ 奨学金をどのように見つけたか/How did you find the scholarships? :	

プログラムを振り返って/Reflection

■ プログラムに参加したことの意義、その他所感/Impact of the participation on yourself or your thoughts :
他の国の学生と接する機会がもっとあっても良かった。
■ 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/Impact of the program on your thoughts for a career or job hunting :
言語を勉強しようと思った。
■ 進路・就職先(就職希望先)/Career/Occupation (planned) :
公的機関財務省
■ 今後留学を考えている学生へのメッセージ、アドバイス/Any messages or advice for future participants :
フリータイムは有効活用して、色々なところに行って下さい。出来れば、現地の学生と。
■ 準備段階や留学中に役に立ったウェブサイト、出版物/Websites or publications which were useful while preparing for or during your time overseas :
地球の歩き方

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)

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

記入日/Date: 2019/9/4

- 参加プログラム/Program: チュラロンコン大学サマープログラム
- プログラム情報/Program info.: <https://www.u-tokyo.ac.jp/adm/go-global/ja/program-list-short-CU.html>
- 派遣先大学/Host university: チュラロンコン大学
- プログラム期間/Program period: 8/19/2019～8/30/2019
- 東京大学での所属学部・研究科等/Faculty/Graduate School at UTokyo: 法学部
- 学年(プログラム開始時)/Year at the time of Study Abroad: 学部 3 年

■参加にあたってこの時期を選んだ理由/Reason for choosing this period to participate:

試験期間が終了しているから。

■参加を決めるまでの経緯/How and why did you decide to participate?:

東南アジアへの渡航経験がなく、タイに行ってみたいと思ったため。

プログラムについて/About the program you participated in

■概要/Overview:

予習、復習は基本的には必要ない。英語での授業になるが皆が理解できるようなスピードで進めてくれていたように感じた。ほとんどの授業、フィールドワークにチュラロンコン大学の学生が付いてきてくれるため、親睦を深めるのに役立ただけでなく、タイについてわからないことがあればすぐに質問できる環境が整っていた。

■学習・研究以外の活動で取り組んだもの/Activities you took part in other than study/research:

観光、現地学生との交流

■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/Details of the activities you chose, or the reason why you did not take part in any activity other than study/research:

バンコク内の観光地を仲良くなったタイ人学生とともに訪れた。

■週末の過ごし方/How did you spend your weekends?:

フィールドトリップに参加した。

派遣先大学の環境について/About environment at the host institution

■設備/Facilities:

wifi 環境は整備されていたが、常に安定した接続が望めるわけではなかった。食堂は各学部用に用意されていた。図書館の利用も可能。

■サポート体制/Support for students:

現地のスタッフが非常に親切であらゆる面についてサポートしてくれた。

プログラム期間中の生活について/About life during the program

■ 宿泊先の種類/Type of accommodation :
学生寮
■ 宿泊先の様子、どのように見つけたか/Environment around the accommodation and how did you find it :
基本は二人一室であった。大学のキャンパスまでは無料のシャトルバスを使用できる。ベッド、シャワーはあるがそれ以外に必要なものについては全て自分で用意する必要がある。

■ 気候、大学周辺の様子、交通機関、食事等/Climate, environment around the institution, transportation, food, etc. :
雨季のため短期間に激しい雨が降ることがある。食事は大学の学食で済ませると非常に安い。交通機関としては MRT,BTS といった鉄道をはじめ、大学キャンパス内から主要地域へのシャトルバスが無料で運行されているため非常に便利だった。grab を使用するとタクシーで不当な料金を請求されることがないので安心である。
■ お金の管理方法、現地の通貨事情/Management of money and situation about local economy :
基本的に現金を使用した。
■ 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/Aspects of risk and safety management, local health care system, and any actions taken to maintain your health :
治安はそれほど悪いとは感じなかった。
■ 自由時間に利用した交通手段/Mean of transportation in your free time :
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/Internet service usage during the program :
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/About preparations and procedures before participation

■ プログラムへの参加手続き/Procedures for participation :
渡航情報届の提出、付帯海学の加入手続き、留学許可願の提出等。国際交流課の指示通りに手続きを進めれば問題ない。
■ ビザの手続き/Procedures to obtain visas :
ビザは不要だった。
■ 医療関係の準備/Preparations or actions taken to maintain your health :
事前の健康診断、予防接種は必要なかった。
■ 保険関係の準備/Preparations/procedures for insurance :
付帯海学のみ。
■ 東京大学の所属学部・研究科(教育部)での手続き/Procedures required by faculties or graduate schools at UTokyo :
単位が出るプログラムではなかったため、所属学部で行なった手続きはほとんどない。
■ 語学関係の準備/Language preparation :
出発前の語学レベルとしては IELTS overall 6.5 であったがプログラム参加中の不便はなかった。ただし、現地学生との交流においては英語を使用することになるため、出来るだけ高いレベルでできるようにしておくに越したことはない。現地の学生の英語能力は高く感じた。

費用・奨学金に関すること/About expenses and scholarships to participate in studying abroad

■ 参加するために要した費用/Expenses of participation :
--

航空費	70,000 円/JPY
派遣先への支払い(授業料・施設利用料など)/Payment to host institution (tuition, facilities fee, etc.)	130,000 円/JPY
教科書代・書籍代/Textbook / Book	0 円/JPY
海外留学保険料(東京大学指定のもの)/Overseas travel insurance fee (designated by UTokyo)	5,810 円/JPY
保険・社会保障料(留学先で必要だったもの)/Insurance and/or social security (required by host institution/region/country)	0 円/JPY
■その他、補足等/Additional comments :	

■留学先で費やした生活費/Overall expenses spent during the program :	
家賃	0 円/JPY
食費	6,000 円/JPY
交通費	1,500 円/JPY
娯楽費	5,000 円/JPY
■その他、補足等/Additional comments :	

■プログラム参加のための奨学金の受給有無/Scholarships to participate :	
受給した	
■奨学金の支給機関・団体名等/Name of the source of the scholarships :	
JASSO	
■受給金額(月額)/Monthly stipend :	
70,000 円	
■受給金額についての補足等/Additional comments about the monthly stipend :	
■奨学金をどのように見つけたか/How did you find the scholarships? :	
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/Reflection

■プログラムに参加したことの意義、その他所感/Impact of the participation on yourself or your thoughts :	
海外留学は語学面、生活面での不満があったが、今回 2 週間程度海外での学校生活を体験することにより、海外留学に対するハードルが下がったように感じる。外国語による授業、コミュニケーションは確かに苦労する面もあったが、それ以上にこれまで身を置いたことのない環境で新しい仲間と学習できることに對する喜びの方が大きかった。	
■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/Impact of the program on your thoughts for a career or job hunting :	
海外で働くことに対して抵抗感を持っていたが、現地でビジネスを行なっている方々の話を聞くことで、海外で働くことに対しても少し興味を持った。	

■進路・就職先(就職希望先)/Career/Occupation (planned):

■今後留学を考えている学生へのメッセージ、アドバイス/Any messages or advice for future participants :

プログラムの充実度はいかに現地の学生、スタッフとコミュニケーションをとることができるかで決まってくると思う。そのために最低限の英語力を身に着けることはもちろん、現地の言語についても積極的に学ぼうとする姿勢が必要である。

■準備段階や留学中に役に立ったウェブサイト、出版物/Websites or publications which were useful while preparing for or during your time overseas :

地球の歩き方

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)

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

記入日/Date: 2019/10/8

- 参加プログラム/Program: チュラロンコン大学サマープログラム
- プログラム情報/Program info.: <https://www.u-tokyo.ac.jp/adm/go-global/ja/program-list-short-CU.html>
- 派遣先大学/Host university: チュラロンコン大学
- プログラム期間/Program period: 8/19/2019～8/30/2019
- 東京大学での所属学部・研究科等/Faculty/Graduate School at UTokyo: 文学部
- 学年(プログラム開始時)/Year at the time of Study Abroad: 学部 4 年

■参加にあたってこの時期を選んだ理由/Reason for choosing this period to participate:
就活も終わり、ようやく時間が取れるようになったから
■参加を決めるまでの経緯/How and why did you decide to participate?:
留学しないまま 4 年生になってしまったことに焦りがあった。比較的期間が短く、時期の都合もよかったためこのプログラムを選択した。決めたのは 5～6 月頃。

プログラムについて/About the program you participated in

■概要/Overview:
フルタイムで座学の日 16 時ごろまで授業。予習の必要等はほぼなし、というか事前に授業タイトル以外の内容は知らされていない。見学や観光もかなり多く(マイクロバスで移動)フルで授業がある日はそこまですぐ多くない。
■学習・研究以外の活動で取り組んだもの/Activities you took part in other than study/research:
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/Details of the activities you chose, or the reason why you did not take part in any activity other than study/research:
かなりスケジュールが詰まっており、隙間時間は観光に費やしたため
■週末の過ごし方/How did you spend your weekends?:
チャトチャックのマーケットに行った、カンチャナブリへ泊旅行した。

派遣先大学の環境について/About environment at the host institution

■設備/Facilities:
各学部には食堂があり自由に使える。WiFi はあるが切れやすい気がした。図書館などは留学生ですと申告すれば使えたいが、行かなかった。
■サポート体制/Support for students:
3 人の現地の先生が担当に付いてくれていて、とても親身に世話してくれる。返信もすごい早さで来る。知りたいことがあれば全面的に協力もしてくれる。

プログラム期間中の生活について/About life during the program

■ 宿泊先の種類/Type of accommodation :
学生寮
■ 宿泊先の様子、どのように見つけたか/Environment around the accommodation and how did you find it :
キャンパスのすぐそばにある留学生向けのハウス、2 人部屋。かなりきれい。シャワーの水圧は弱め。給湯室などがなく、お湯が使えなかったのもインスタント食品をいくつか持っていったが食べられなかった。

■ 気候、大学周辺の様子、交通機関、食事等/Climate, environment around the institution, transportation, food, etc. :
雨季なのでよく雨は降るが、日中はだいたい良く晴れていた。大学や宿泊施設の近辺には飲食店がとてたくさんあるが、案外知らずに終わってしまう。ごはんは近くのモールやデパートのフードコートにいたり屋台で食べたりが多かった。大学構内はバスで移動する。Grab が本当に便利。
■ お金の管理方法、現地の通貨事情/Management of money and situation about local economy :
現金社会なので基本はキャッシュで持っていた。百貨店とかだとクレカも使える。ランドリーや駅の券売機では紙幣ではなくコインを求められたりするので、小銭をつくとよい(とくに 10 パーツコイン)
■ 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/Aspects of risk and safety management, local health care system, and any actions taken to maintain your health :
かなり清潔で安全だったので特別に気を使っはいいないが、水道水などは飲んでいない。どこにいてもペットボトルの水をもらえるので水にはなかなか困らない。
■ 自由時間に利用した交通手段/Means of transportation in your free time :
タクシー, 列車, Uber
■ プログラム期間中に利用したネット環境/Internet service usage during the program :
キャンパス Wifi, SIM

参加前の準備・手続きについて/About preparations and procedures before participation

■ プログラムへの参加手続き/Procedures for participation :
いくつかの提出物があり、学科長や指導教員の印鑑などをもらう必要もあった。学部の教務課に行けばだいたいのことは教えてもらえる。
■ ビザの手続き/Procedures to obtain visas :
なし
■ 医療関係の準備/Preparations or actions taken to maintain your health :
胃腸薬、アレルギー薬、咳止め、虫よけ、ステロイドなどを用意した。
■ 保険関係の準備/Preparations/procedures for insurance :
大学から案内された保険に加入
■ 東京大学の所属学部・研究科(教育部)での手続き/Procedures required by faculties or graduate schools at UTokyo :
留学願などを提出。学部によってあったりなかったりするらしい。
■ 語学関係の準備/Language preparation :
オンライン英会話を一か月

費用・奨学金に関すること/About expenses and scholarships to participate in studying abroad

■ 参加するために要した費用/Expenses of participation :
--

航空費	100,000 円/JPY
派遣先への支払い(授業料・施設利用料など)/Payment to host institution (tuition, facilities fee, etc.)	0 円/JPY
教科書代・書籍代/Textbook / Book	0 円/JPY
海外留学保険料(東京大学指定のもの)/Overseas travel insurance fee (designated by UTokyo)	6,000 円/JPY
保険・社会保障料(留学先で必要だったもの)/Insurance and/or social security (required by host institution/region/country)	0 円/JPY
■その他、補足等/Additional comments :	

■留学先で費やした生活費/Overall expenses spent during the program :	
家賃	0 円/JPY
食費	15,000 円/JPY
交通費	3,000 円/JPY
娯楽費	10,000 円/JPY
■その他、補足等/Additional comments :	

■プログラム参加のための奨学金の受給有無/Scholarships to participate :	
受給した	
■奨学金の支給機関・団体名等/Name of the source of the scholarships :	
JASSO	
■受給金額(月額)/Monthly stipend :	
70,000 円	
■受給金額についての補足等/Additional comments about the monthly stipend :	
■奨学金をどのように見つけたか/How did you find the scholarships? :	
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/Reflection

■プログラムに参加したことの意義、その他所感/Impact of the participation on yourself or your thoughts :	
新しい知り合いがたくさんできたのは本当に大きい。大学 4 年生ともなるとコミュニティが固定化してしまうので… 英語に多く触れたり話したりできたのもよかった。ずっと実家なので、家族と離れていろんなことにチャレンジするという経験もものすごく個人的に意義深かった。	
■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/Impact of the program on your thoughts for a career or job hunting :	
英語が完璧に話せなくても英語でコミュニケーションを取ったり仕事はできるんだ、とわかり海外で働くモチベーションがあがった。	
■進路・就職先(就職希望先)/Career/Occupation (planned) :	

民間企業日系大手金融

■ 今後留学を考えている学生へのメッセージ、アドバイス/Any messages or advice for future participants :

迷っているならぜひ参加すればよいと思います。参加者の学年は本当にバラバラで、男女比もほぼ 1:1 でした。

■ 準備段階や留学中に役に立ったウェブサイト、出版物/Websites or publications which were useful while preparing for or during your time overseas :

地球の歩き方(バンコク)、バンコク在住者のブログ

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)

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

記入日/Date: 2019/8/31

- 参加プログラム/Program: チュラロンコン大学サマープログラム
- プログラム情報/Program info.: <https://www.u-tokyo.ac.jp/adm/go-global/ja/program-list-short-CU.html>
- 派遣先大学/Host university: チュラロンコン大学
- プログラム期間/Program period: 8/19/2019～8/30/2019
- 東京大学での所属学部・研究科等/Faculty/Graduate School at UTokyo: 教養学部(前期課程)
- 学年(プログラム開始時)/Year at the time of Study Abroad: 学部 2 年

■参加にあたってこの時期を選んだ理由/Reason for choosing this period to participate:
夏季休暇中の留学であり、参加しやすかったため
■参加を決めるまでの経緯/How and why did you decide to participate?:
東南アジア、特にタイの文化に興味があり、タイの文化体験ができるのが非常に魅力的だったため。参加を決めたのは 5 月で、友人に短期留学プログラムの存在を聞いてすぐに参加を決めた。

プログラムについて/About the program you participated in

■概要/Overview:
講義は教室でスライドを見る形式だった。予習復習は必要ないが、Opening Ceremony に最終日のプレゼンのテーマが与えられるので、関連がある項目については特に復習した。Thai Talk で習ったタイ語をそのまま学内のマーケットで実際に使ったのが印象に残っている。フィールドワークはタイの文化を生で触れることができ、非常に良い体験だった。
■学習・研究以外の活動で取り組んだもの/Activities you took part in other than study/research:
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/Details of the activities you chose, or the reason why you did not take part in any activity other than study/research:
市街や寺院を観光してバンコクの文化を体験した。
■週末の過ごし方/How did you spend your weekends?:
カンチャナブリー県

派遣先大学の環境について/About environment at the host institution

■設備/Facilities:
食堂は各学部ごとにあって非常に安価で食べることができるが、英語はほとんど通じない。Wi-Fi は学内と寮内で使用可能だった。
■サポート体制/Support for students:
学習面については、教師に質問をしたときにいつでも答えてもらえた。初日は現地の方に寮周辺の店を紹介してもらった。

プログラム期間中の生活について/About life during the program

■宿泊先の種類/Type of accommodation :
学生寮
■宿泊先の様子、どのように見つけたか/Environment around the accommodation and how did you find it :
留学で宿泊したのはキャンパスに隣接する国際寮(CU iHouse)で、2 人 1 部屋だった。クローゼット、冷蔵庫、勉強机が 1 つ、シングルベッドが 2 台とバスルームがあった。浴槽、金庫や物干し竿がない以外に基本的に不自由することはない。大学のプログラムで宿泊先が指定された。
■気候、大学周辺の様子、交通機関、食事等/Climate, environment around the institution, transportation, food, etc. :
暑く蒸していて、じわじわと汗をかくような気候だったが、東京ほど暑くはない。大学周辺は車通りが多いが横断歩道に信号はついていない。道路から下水の匂いがするのでなれるのには時間がかかるかもしれない。寮から講義を受ける文学部まで無料の循環バスがあり便利だが、大学の内外で渋滞が常に発生しているため、思っているより時間がかかることに留意するとよいと思う。食事については、大学食堂やコンビニで非常に安価(一食あたり約 150 円)で取ることができる。
■お金の管理方法、現地の通貨事情/Management of money and situation about local economy :
タイは現金決済しかできない場合が多いと聞いていたので、すべて現金で管理した。スワンナプーム空港のレートはあまり良くないので、最低限以外はバンコクのショッピングモール内などで両替したほうがよいと思う。財布は二つに分けてリスクを分散した。
■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/Aspects of risk and safety management, local health care system, and any actions taken to maintain your health :
治安は裏道については分からないが、全体的に良かった。
■自由時間に利用した交通手段/Means of transportation in your free time :
列車, バス, Uber
■プログラム期間中に利用したネット環境/Internet service usage during the program :
キャンパス Wifi, SIM

参加前の準備・手続きについて/About preparations and procedures before participation

■プログラムへの参加手続き/Procedures for participation :
提出物、準備方法は大学の指示に従った。志望理由を書く欄があるので、早めに書き始めて推敲に時間をかけたほうがよいと思う。
■ビザの手続き/Procedures to obtain visas :
なし
■医療関係の準備/Preparations or actions taken to maintain your health :
整腸薬を持参した。外務省に「世界の医療事情」というページがあるので、渡航するにあたって注意する事項を確認するとよいと思う。
■保険関係の準備/Preparations/procedures for insurance :
大学の指示に従い、付帯海学と OSSMA に加入した。
■東京大学の所属学部・研究科(教育部)での手続き/Procedures required by faculties or graduate schools at UTokyo :
なし

■語学関係の準備/Language preparation :

英会話対策本を買って読み込んだ。

費用・奨学金に関すること/About expenses and scholarships to participate in studying abroad

■参加するために要した費用/Expenses of participation :

航空費	75,000 円/JPY
派遣先への支払い(授業料・施設利用料など)/Payment to host institution (tuition, facilities fee, etc.)	130,000 円/JPY
教科書代・書籍代/Textbook / Book	0 円/JPY
海外留学保険料(東京大学指定のもの)/Overseas travel insurance fee (designated by UTokyo)	10,000 円/JPY
保険・社会保障料(留学先で必要だったもの)/Insurance and/or social security (required by host institution/region/country)	0 円/JPY

■その他、補足等/Additional comments :

■留学先で費やした生活費/Overall expenses spent during the program :

家賃	0 円/JPY
食費	17,000 円/JPY
交通費	1,500 円/JPY
娯楽費	7,500 円/JPY

■その他、補足等/Additional comments :

■プログラム参加のための奨学金の受給有無/Scholarships to participate :

受給した

■奨学金の支給機関・団体名等/Name of the source of the scholarships :

JASSO

■受給金額(月額)/Monthly stipend :

70,000 円

■受給金額についての補足等/Additional comments about the monthly stipend :

■奨学金をどのように見つけたか/How did you find the scholarships? :

知人から聞いた。

プログラムを振り返って/Reflection

■プログラムに参加したことの意義、その他所感/Impact of the participation on yourself or your thoughts :

海外に留学するためには英語力がさらに必要であることを痛感した。実際に海外で勉強することで、海外留学への意欲が高まった。

■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/Impact of the program on your thoughts for a career or

job hunting :
海外で勉強、就職した場合の具体例を実際に見ることができ、海外留学への意欲が高まった。
■進路・就職先(就職希望先)/Career/Occupation (planned) :
■今後留学を考えている学生へのメッセージ、アドバイス/Any messages or advice for future participants :
大学によって用意されたプログラムであるため、海外に行くための障壁は非常に低いです。とにかく迷ったら参加申し込みをすべきだと思います。
■準備段階や留学中に役に立ったウェブサイト、出版物/Websites or publications which were useful while preparing for or during your time overseas :
地球の歩き方(バンコク版)

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)

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

記入日/Date: 2019/9/6

- 参加プログラム/Program: チュラロンコン大学サマープログラム
- プログラム情報/Program info.: <https://www.u-tokyo.ac.jp/adm/go-global/ja/program-list-short-CU.html>
- 派遣先大学/Host university: チュラロンコン大学
- プログラム期間/Program period: 8/19/2019～8/30/2019
- 東京大学での所属学部・研究科等/Faculty/Graduate School at UTokyo: 教養学部(前期課程)
- 学年(プログラム開始時)/Year at the time of Study Abroad: 学部 2 年

■参加にあたってこの時期を選んだ理由/Reason for choosing this period to participate:

後期の学部に進むと忙しくなるため、時間が取れる2年の夏休みのうちに国際交流の経験をしておきたかったから。

■参加を決めるまでの経緯/How and why did you decide to participate?:

前期教養の最後で、後期の学部に進む前の時間があるうちに国際経験を積んでおきたいと思ったから。また、タイ語の勉強を2年の S セメスターにやったことで、タイについて知りたいと思ったから。

プログラムについて/About the program you participated in

■概要/Overview:

授業や観光がメインだった。タイトークの授業が楽しかった。チュラロンコン大学の学生にいろいろなところに連れて行ってもらった。

■学習・研究以外の活動で取り組んだもの/Activities you took part in other than study/research:

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/Details of the activities you chose, or the reason why you did not take part in any activity other than study/research:

ローカルなマーケットにも行ってみたい。

■週末の過ごし方/How did you spend your weekends?:

カンチャナブリとアユタヤに行った(大学のプログラムの中に含まれていた)。

派遣先大学の環境について/About environment at the host institution

■設備/Facilities:

大学の Wifi は切れやすい。文学部の食堂もたくさんメニューがあるが、文学部の食堂より、工学部の食堂の方が英語の表示もあるのでいいなと個人的には思った。キャンパス内を走る無料バスがある。

■サポート体制/Support for students:

現地の大学生と先生がすごいサポートしてくれた。

プログラム期間中の生活について/About life during the program

■ 宿泊先の種類/Type of accommodation :
学生寮
■ 宿泊先の様子、どのように見つけたか/Environment around the accommodation and how did you find it :
2人でルームシェア。結構快適だった。部屋の中にシャワーとトイレと冷蔵庫と収納がある。歯ブラシやドライヤー、ハンガーはないが、コップとシャンプーとボディジェルはあるし、希望すればタオルの交換やベッドメイキングや水のサービスがある。寮内にはコインランドリーがあり、洗濯機 30?40 バーツ、乾燥機 40 バーツ。1階にセブンイレブンがあり、だいたい買える。

■ 気候、大学周辺の様子、交通機関、食事等/Climate, environment around the institution, transportation, food, etc. :
年にもよるかもしれませんが東京より涼しい。結構突然雨が降るので折り畳み傘は持ち歩いていた方がいい。BTS や地下鉄、バスなど交通費は安い、トゥクトゥクは比べると高いので、チュラロンコン大の大学生に交渉してもらえるとときに使うのがいい。タクシーも Grab を使わないとたまにお釣りもらえない。夕方は渋滞がひどいので、気をつけた方がいい。食事は辛くないでって言えば、美味しく食べれる、水はペットボトルでいつも持ち歩いていた。
■ お金の管理方法、現地の通貨事情/Management of money and situation about local economy :
現金を1万円日本で、2万円を現地の空港で両替した。3万円で足りた。クレジットカードも一応持っていたが、交通機関やマーケットでは現金しか使えないので、現金ばかり使っていた。
■ 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/Aspects of risk and safety management, local health care system, and any actions taken to maintain your health :
マーケットとかでは、盗難が多いらしいので、お金を分けて持っていた。常備薬は常に持ち歩いていた。
■ 自由時間に利用した交通手段/Means of transportation in your free time :
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/Internet service usage during the program :
キャンパス Wifi

参加前の準備・手続きについて/About preparations and procedures before participation

■ プログラムへの参加手続き/Procedures for participation :
渡航情報届、奨学金口座情報、海外渡航届、OSSMA の書類提出、振込があった。早めに動いた方がいい。大学の指示通りにやっていたら問題ない。
■ ビザの手続き/Procedures to obtain visas :
2 週間なのでビザは必要なかった。
■ 医療関係の準備/Preparations or actions taken to maintain your health :
常備薬として正露丸、頭痛薬、風邪薬などを持って行った。予防接種は必要とされていなかったのので受けていない。
■ 保険関係の準備/Preparations/procedures for insurance :
付帯海外留学保険に加入した。渡航情報届を出せばいい。
■ 東京大学の所属学部・研究科(教育部)での手続き/Procedures required by faculties or graduate schools at UTokyo :
なし
■ 語学関係の準備/Language preparation :
タイ語は第三外国語で2年の S セメスターに勉強していたし、行く前にちょっと復習した。英語はあまり触れ

られなかったので、リスニングをもっとやっておけばよかった。

費用・奨学金に関すること/About expenses and scholarships to participate in studying abroad

■参加するために要した費用/Expenses of participation :

航空費	70,000 円/JPY
派遣先への支払い(授業料・施設利用料など)/Payment to host institution (tuition, facilities fee, etc.)	130,000 円/JPY
教科書代・書籍代/Textbook / Book	0 円/JPY
海外留学保険料(東京大学指定のもの)/Overseas travel insurance fee (designated by UTokyo)	3,500 円/JPY
保険・社会保障料(留学先で必要だったもの)/Insurance and/or social security (required by host institution/region/country)	0 円/JPY

■その他、補足等/Additional comments :

■留学先で費やした生活費/Overall expenses spent during the program :

家賃	0 円/JPY
食費	10,000 円/JPY
交通費	2,000 円/JPY
娯楽費	10,000 円/JPY

■その他、補足等/Additional comments :

日本より物価は安いので、3万円あれば割と遊べた

■プログラム参加のための奨学金の受給有無/Scholarships to participate :

受給した

■奨学金の支給機関・団体名等/Name of the source of the scholarships :

JASSO

■受給金額(月額)/Monthly stipend :

70,000 円

■受給金額についての補足等/Additional comments about the monthly stipend :

■奨学金をどのように見つけたか/How did you find the scholarships? :

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/Reflection

■プログラムに参加したことの意味、その他所感/Impact of the participation on yourself or your thoughts :

海外の友達ができただけで、日本以外への視点ももつことができた。また、学業へのモチベーションも高まった。

■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/Impact of the program on your thoughts for a career or job hunting :

OB の方々のお話を聞いて、海外企業や、海外赴任のある企業も就職に考えてみようかなと思った。

■進路・就職先(就職希望先)/Career/Occupation (planned):

専門職(法曹・医師・会計士等), 公的機関, 非営利団体, 民間企業まだ具体的には決めていません。

■今後留学を考えている学生へのメッセージ、アドバイス/Any messages or advice for future participants:

迷ったらぜひ参加してみてください！

■準備段階や留学中に役に立ったウェブサイト、出版物/Websites or publications which were useful while preparing for or during your time overseas:

地球の歩き方、aruco

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)

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

記入日/Date: 2019/9/2

- 参加プログラム/Program: チュラロンコン大学サマープログラム
- プログラム情報/Program info.: <https://www.u-tokyo.ac.jp/adm/go-global/ja/program-list-short-CU.html>
- 派遣先大学/Host university: チュラロンコン大学
- プログラム期間/Program period: 8/19/2019～8/30/2019
- 東京大学での所属学部・研究科等/Faculty/Graduate School at UTokyo: 教養学部(前期課程)
- 学年(プログラム開始時)/Year at the time of Study Abroad: 学部 2 年

■参加にあたってこの時期を選んだ理由/Reason for choosing this period to participate:
二年生の夏ということで時間があったから。
■参加を決めるまでの経緯/How and why did you decide to participate?:
UICREATES を修了してから夏もどこかに行きたい、特にほかの東南アジアの国に行きたいと思っていた。 現地学生との交流が少ないという感想がみられたのが参加を迷った理由だった。

プログラムについて/About the program you participated in

■概要/Overview:
タイと日本の関係をテーマにいろんな側面から物事を見つめる授業スタイルだった。タイも少子高齢化が進む中、介護のしくみ、体制に関して日本の状況とタイのそれを比較した講義が面白かった。
■学習・研究以外の活動で取り組んだもの/Activities you took part in other than study/research:
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/Details of the activities you chose, or the reason why you did not take part in any activity other than study/research:
機会を得られなかったから。
■週末の過ごし方/How did you spend your weekends?:
プログラム付属の遠足

派遣先大学の環境について/About environment at the host institution

■設備/Facilities:
食堂は安く美味しい食事が食べられる。Wifi は毎回のログインが面倒だが、使える。
■サポート体制/Support for students:
困ったことは言えば親身になって助けてもらえる。

プログラム期間中の生活について/About life during the program

■宿泊先の種類/Type of accommodation:
学生寮

■宿泊先の様子、どのように見つけたか/Environment around the accommodation and how did you find it:

2 人部屋だった。キャンパス内にあり、無料のキャンパスバスで、移動が可能だった。ドライヤーなし。ティッシュペーパーなし。タオルは毎日交換してもらえる。ハンガーなし。

■気候、大学周辺の様子、交通機関、食事等/Climate, environment around the institution, transportation, food, etc.:

雨季のため、たいてい 1 日に一度は雨が降る。長くても1時間待てば止む。気温は日本の夏と変わらない。交通には、キャンパス内の無料シャトルバスと、地下鉄、鉄道、タクシー、トゥクトゥク（現地学生に交渉してもらう）を利用した。食事は屋台のものを食べても特にお腹を壊すことはなかった。

■お金の管理方法、現地の通貨事情/Management of money and situation about local economy:

基本的に現金しか使えない。スーパーなど一部ではクレジットカードが使えた。

■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/Aspects of risk and safety management, local health care system, and any actions taken to maintain your health:

辛いものを食べすぎないように気をつけた。

■自由時間に利用した交通手段/Mean of transportation in your free time:

タクシー, 列車, バス, Grab, TukTuk

■プログラム期間中に利用したネット環境/Internet service usage during the program:

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/About preparations and procedures before participation

■プログラムへの参加手続き/Procedures for participation:

指示通りに行った。

■ビザの手続き/Procedures to obtain visas:

なし

■医療関係の準備/Preparations or actions taken to maintain your health:

風邪薬等を用意した。

■保険関係の準備/Preparations/procedures for insurance:

大学指定の保険のみ加入した。

■東京大学の所属学部・研究科(教育部)での手続き/Procedures required by faculties or graduate schools at UTokyo:

なし

■語学関係の準備/Language preparation:

簡単なタイ語を勉強していった。

費用・奨学金に関すること/About expenses and scholarships to participate in studying abroad

■参加するために要した費用/Expenses of participation:

航空費	33,000 円/JPY
派遣先への支払い(授業料・施設利用料など)/Payment to host institution (tuition, facilities fee, etc.)	130,000 円/JPY
教科書代・書籍代/Textbook / Book	0 円/JPY
海外留学保険料(東京大学指定のもの)/Overseas travel insurance fee (designated by UTokyo)	5,960 円/JPY

保険・社会保障料（留学先で必要だったもの）/Insurance and/or social security (required by host institution/region/country)	0 円/JPY
■その他、補足等/Additional comments :	

■留学先で費やした生活費/Overall expenses spent during the program :	
家賃	0 円/JPY
食費	12,000 円/JPY
交通費	5,000 円/JPY
娯楽費	12,000 円/JPY
■その他、補足等/Additional comments :	

■プログラム参加のための奨学金の受給有無/Scholarships to participate :	
受給しなかった	
■奨学金の支給機関・団体名等/Name of the source of the scholarships :	
■受給金額（月額）/Monthly stipend :	
円	
■受給金額についての補足等/Additional comments about the monthly stipend :	
■奨学金をどのように見つけたか/How did you find the scholarships? :	

プログラムを振り返って/Reflection

■プログラムに参加したことの意義、その他所感/Impact of the participation on yourself or your thoughts :
タイに 2 週間という旅行よりは長く滞在したからこそ得られる、日本との文化の違いを発見ができたのが楽しかった。もっと英語を使うタイミングがあったらさらに成長できたと思う。
■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/Impact of the program on your thoughts for a career or job hunting :
多様な視点をもってこれからも物事を判断していきたいと思った。
■進路・就職先（就職希望先）/Career/Occupation (planned) :
研究職
■今後留学を考えている学生へのメッセージ、アドバイス/Any messages or advice for future participants :
タイのこと少しでも興味があったら気軽に参加してください。
■準備段階や留学中に役に立ったウェブサイト、出版物/Websites or publications which were useful while preparing for or during your time overseas :
るるぶ タイ・バンコク

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)

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

記入日/Date: 2019/8/31

- 参加プログラム/Program: チュラロンコン大学サマープログラム
- プログラム情報/Program info.: <https://www.u-tokyo.ac.jp/adm/go-global/ja/program-list-short-CU.html>
- 派遣先大学/Host university: チュラロンコン大学
- プログラム期間/Program period: 8/19/2019～8/30/2019
- 東京大学での所属学部・研究科等/Faculty/Graduate School at UTokyo: 教養学部(前期課程)
- 学年(プログラム開始時)/Year at the time of Study Abroad: 学部 2 年

■参加にあたってこの時期を選んだ理由/Reason for choosing this period to participate:
時間があったから
■参加を決めるまでの経緯/How and why did you decide to participate?:
友人の紹介

プログラムについて/About the program you participated in

■概要/Overview:
タイ語を学ぶ授業が興味深かった。
■学習・研究以外の活動で取り組んだもの/Activities you took part in other than study/research:
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/Details of the activities you chose, or the reason why you did not take part in any activity other than study/research:
周辺地域の観光を楽しんだ。
■週末の過ごし方/How did you spend your weekends?:
カンチャナブリというタイ西部に 1 泊 2 日で小旅行しました。

派遣先大学の環境について/About environment at the host institution

■設備/Facilities:
Wifi はよくつながります。食堂も種類が多く、いろいろなタイ料理が食べられます。
■サポート体制/Support for students:
現地スタッフの対応がとてもよく助かりました。

プログラム期間中の生活について/About life during the program

■宿泊先の種類/Type of accommodation:
学生寮
■宿泊先の様子、どのように見つけたか/Environment around the accommodation and how did you find it:
2 人で 1 部屋でルームシェアしました。設備はきれいで、タオル、水などの配布など、寮に頼めばホテルの

ようなサービスを受けられます。

■ 気候、大学周辺の様子、交通機関、食事等/Climate, environment around the institution, transportation, food, etc. :

同時期の日本よりは暑くありませんが、暑いです。配車アプリの grab を入れておくことを推奨します。食事は辛いですが、頼めば調整してくれます。

■ お金の管理方法、現地の通貨事情/Management of money and situation about local economy :

相方が財布を無くしたので、財布を無くさないように気を付けましょう。

■ 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/Aspects of risk and safety management, local health care system, and any actions taken to maintain your health :

なるべく一人で行動せず、集団で行動するように心がけた。

■ 自由時間に利用した交通手段/Means of transportation in your free time :

タクシー, 列車, バス, Uber

■ プログラム期間中に利用したネット環境/Internet service usage during the program :

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/About preparations and procedures before participation

■ プログラムへの参加手続き/Procedures for participation :

大学からの指示に従っただけです。

■ ビザの手続き/Procedures to obtain visas :

15 日間だったのでビザ申請の必要はありません。

■ 医療関係の準備/Preparations or actions taken to maintain your health :

念のために酔い止めの薬や胃腸薬などを持っていきました。

■ 保険関係の準備/Preparations/procedures for insurance :

大学の指示に従っていれば大丈夫です。

■ 東京大学の所属学部・研究科(教育部)での手続き/Procedures required by faculties or graduate schools at UTokyo :

渡航情報届や海外渡航届を提出しました。

■ 語学関係の準備/Language preparation :

恥ずかしながら特にしなかった。

費用・奨学金に関すること/About expenses and scholarships to participate in studying abroad

■ 参加するために要した費用/Expenses of participation :

航空費	74,000 円/JPY
派遣先への支払い(授業料・施設利用料など)/Payment to host institution (tuition, facilities fee, etc.)	130,000 円/JPY
教科書代・書籍代/Textbook / Book	0 円/JPY
海外留学保険料(東京大学指定のもの)/Overseas travel insurance fee (designated by UTokyo)	3,000 円/JPY
保険・社会保障料(留学先で必要だったもの)/Insurance and/or social security (required by host institution/region/country)	7,000 円/JPY

■ その他、補足等/Additional comments :

なし

■ 留学先で費やした生活費/Overall expenses spent during the program :

家賃	0 円/JPY
食費	11,000 円/JPY
交通費	3,000 円/JPY
娯楽費	7,000 円/JPY

■ その他、補足等/Additional comments :

30,000 円ほど変えれば大丈夫です

■ プログラム参加のための奨学金の受給有無/Scholarships to participate :

受給した

■ 奨学金の支給機関・団体名等/Name of the source of the scholarships :

JASSO

■ 受給金額(月額)/Monthly stipend :

70,000 円

■ 受給金額についての補足等/Additional comments about the monthly stipend :

なし

■ 奨学金をどのように見つけたか/How did you find the scholarships? :

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/Reflection

■ プログラムに参加したことの意味、その他所感/Impact of the participation on yourself or your thoughts :

異文化を体験できた。

■ 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/Impact of the program on your thoughts for a career or job hunting :

特になし。

■ 進路・就職先(就職希望先)/Career/Occupation (planned) :

公的機関, 民間企業特になし

■ 今後留学を考えている学生へのメッセージ、アドバイス/Any messages or advice for future participants :

楽しいです。

■ 準備段階や留学中に役に立ったウェブサイト、出版物/Websites or publications which were useful while preparing for or during your time overseas :

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)

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

記入日/Date: 2019/9/9

- 参加プログラム/Program: チュラロンコン大学サマープログラム
- プログラム情報/Program info.: <https://www.u-tokyo.ac.jp/adm/go-global/ja/program-list-short-CU.html>
- 派遣先大学/Host university: チュラロンコン大学
- プログラム期間/Program period: 8/19/2019～8/30/2019
- 東京大学での所属学部・研究科等/Faculty/Graduate School at UTokyo: 教養学部(前期課程)
- 学年(プログラム開始時)/Year at the time of Study Abroad: 学部 2 年

■参加にあたってこの時期を選んだ理由/Reason for choosing this period to participate:
農学部に進学する前に他の稲作国の状況を把握し、今後の学部での学びに活用するため。
■参加を決めるまでの経緯/How and why did you decide to participate?:
タイは日本と同じ稲作国でありながら、日本と異なるインディカ米を栽培し、三毛作をするなど、農学的にかなり興味深いから。また、このようなプログラムでない限り東南アジアに行くのは政情不安などの点からハードルが高いと思い、何かあればすぐチュラロンコン大学の先生や東大に相談できる状態であれば行きやすいと思ったから。

プログラムについて/About the program you participated in

■概要/Overview:
予習復習は基本的に要求されなかった。講義形式の授業、寺院などを訪問するフィールドワークが中心で、タイ仏教、外交史、タイ語などについて学んだ。
■学習・研究以外の活動で取り組んだもの/Activities you took part in other than study/research:
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/Details of the activities you chose, or the reason why you did not take part in any activity other than study/research:
ジムの存在は知っていたが運動に興味がなかったため利用しなかった。文化的な活動は、参加可能なものがあるのかという情報すらなかった。
■週末の過ごし方/How did you spend your weekends?:
プログラム外の週末はチュラロンコン大学の学生と一緒に食事に行ったりくつろいだりした。

派遣先大学の環境について/About environment at the host institution

■設備/Facilities:
学食は(日曜日は確認していないが)平日と土曜日は朝 7 時頃から夜まで営業しているようで、かなり活用した。飲み物は食事には基本的についておらず、ペットボトルを持参する前提になっているので注意が必要。ペットボトルに飲料水を補充する機械が無料で使えるので便利。また、20 バーツ払えば中央図書館に入れるとのことだったが、結局利用しなかった。

■ サポート体制/Support for students :

疑問があったらすぐにチュラロンコン大学の先生方に気軽に口頭や LINE で聞けた。

プログラム期間中の生活について/About life during the program

■ 宿泊先の種類/Type of accommodation :

学生寮, ホテル

■ 宿泊先の様子、どのように見つけたか/Environment around the accommodation and how did you find it :

大学寮(CU iHouse)は新しく、清潔だった。掃除を依頼するカードを掛けておけばベッドメイキングしてもらえる上、冷蔵庫に小さめのペットボトルの水を補充してもらえる。カンチャナブリ滞在時はリゾートホテルに宿泊した。川や東屋などがある広大な敷地を散策でき、こちらも快適だった。

■ 気候、大学周辺の様子、交通機関、食事等/Climate, environment around the institution, transportation, food, etc. :

昼夜問わず蒸し暑く、注意しないと熱中症になりそうだった。移動手段については、近場を移動するときは大学の無料バスと徒歩で済んだ。少し遠くまで行くときは電車を使ったが、車内は清潔だった。食事に関して、辛い料理は食べるのが困難なほど辛いので、注文時に辛いか確認するなど注意が必要。ただ、概してタイの料理はおいしかった。

■ お金の管理方法、現地の通貨事情/Management of money and situation about local economy :

カードを持参したが、常に十分現金を持っているようにしていて、かつカードが使えるか確認するのが手間だったので、結局使う機会はなかった。他の参加者はカードを活用しているようだった。

■ 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/Aspects of risk and safety management, local health care system, and any actions taken to maintain your health :

感染症予防のため、虫よけの塗布薬は基本的に毎日使用した。

■ 自由時間に利用した交通手段/Mean of transportation in your free time :

列車, Uber

■ プログラム期間中に利用したネット環境/Internet service usage during the program :

キャンパス Wifi, SIM

参加前の準備・手続きについて/About preparations and procedures before participation

■ プログラムへの参加手続き/Procedures for participation :

始めに UTAS で申請する以外は、大学からの指示通りに期日までに書類を提出していった。

■ ビザの手続き/Procedures to obtain visas :

特になし。

■ 医療関係の準備/Preparations or actions taken to maintain your health :

虫よけの塗布薬を用意した。

■ 保険関係の準備/Preparations/procedures for insurance :

大学指定のものに申し込み、期日までに ATM で支払いを済ませた。

■ 東京大学の所属学部・研究科(教育部)での手続き/Procedures required by faculties or graduate schools at UTokyo :

前期課程だったので、OSSMA に加入した上で教養学部へ海外渡航届を提出した。

■ 語学関係の準備/Language preparation :

タイ語を習ったことはなかったが、出発前にタイ文字を少し覚えておいた。

費用・奨学金に関すること/About expenses and scholarships to participate in studying abroad

■参加するために要した費用/Expenses of participation :	
航空費	70,000 円/JPY
派遣先への支払い(授業料・施設利用料など)/Payment to host institution (tuition, facilities fee, etc.)	0 円/JPY
教科書代・書籍代/Textbook / Book	0 円/JPY
海外留学保険料(東京大学指定のもの)/Overseas travel insurance fee (designated by UTokyo)	6,190 円/JPY
保険・社会保障料(留学先で必要だったもの)/Insurance and/or social security (required by host institution/region/country)	0 円/JPY
■その他、補足等/Additional comments :	

■留学先で費やした生活費/Overall expenses spent during the program :	
家賃	0 円/JPY
食費	25,000 円/JPY
交通費	1,000 円/JPY
娯楽費	5,000 円/JPY
■その他、補足等/Additional comments :	

■プログラム参加のための奨学金の受給有無/Scholarships to participate :	
受給しなかった	
■奨学金の支給機関・団体名等/Name of the source of the scholarships :	
■受給金額(月額)/Monthly stipend :	
円	
■受給金額についての補足等/Additional comments about the monthly stipend :	
■奨学金をどのように見つけたか/How did you find the scholarships? :	

プログラムを振り返って/Reflection

■プログラムに参加したことの意義、その他所感/Impact of the participation on yourself or your thoughts :	
タイの現在の社会の状況がわかり、今の国際情勢への理解が深まった。また、世界に目を向ける重要性に改めて気付いた。	
■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/Impact of the program on your thoughts for a career or job hunting :	
タイの農業、特に稲作経営について日本では得難い見識を得て、日本農業がどの程度海外に進出できる	

かについて青写真を描けた。ぜひこの経験はこれからの仕事に活かしたい。

■進路・就職先(就職希望先)/Career/Occupation (planned):

非営利団体, 民間企業, 起業農業、特に稲作の分野で社会に貢献するもの。

■今後留学を考えている学生へのメッセージ、アドバイス/Any messages or advice for future participants:

参加すれば必ず学べることがあるので、参加をお勧めします。また、海外の大学に興味があるものの海外留学となると心理的障壁が高い人にとって、留学の最初の一歩としてふさわしいプログラムだと思います。

■準備段階や留学中に役に立ったウェブサイト、出版物/Websites or publications which were useful while preparing for or during your time overseas:

地球の歩き方(タイ版とバンコク版があるが、個人的にはタイ版がいいと思う)

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)

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

記入日/Date: 2019/9/2

- 参加プログラム/Program: チュラロンコン大学サマープログラム
- プログラム情報/Program info.: <https://www.u-tokyo.ac.jp/adm/go-global/ja/program-list-short-CU.html>
- 派遣先大学/Host university: チュラロンコン大学
- プログラム期間/Program period: 8/19/2019～8/30/2019
- 東京大学での所属学部・研究科等/Faculty/Graduate School at UTokyo: 教養学部(前期課程)
- 学年(プログラム開始時)/Year at the time of Study Abroad: 学部 1 年

■参加にあたってこの時期を選んだ理由/Reason for choosing this period to participate:

タイに2年間、父の仕事の理由でバンコクに住んでいました。でも、ずっとインターナショナルスクールに通っていたため、タイ語やタイ文化をなにも知りませんでした。しかし、大学に入ったら色々タイのことにに関して質問されます。なので、よりタイ文化を学習するためにこのプログラムを選びました。

■参加を決めるまでの経緯/How and why did you decide to participate?:

最初は、行ったことがない国に行ってみたかったのですが、スケジュールに当てはまりませんでした。そこで、2年間住んでいたタイの事を考えてみました。すると、あまり何もわかっていなく、観光客として市内を回ったことがない事に気がつきました。なので、自分が住んでいた場所のことをよりよく知るために、応募する決意を下しました。

プログラムについて/About the program you participated in

■概要/Overview:

やはり、タイ語クラスです。ただタイ語を習うのではなく、それをキャンパス内にあるマーケットで実際に使ってみるという時間がありました。なので、実践できる場があったことがとても嬉しかったし、学ぶ意欲が上がりました。アユタヤに行く間の車内で、学生から多くのタイ語のフレーズや単語を学びました。先生ではなく、年の近い子から聞けるため、印象深かったです。

■学習・研究以外の活動で取り組んだもの/Activities you took part in other than study/research:

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/Details of the activities you chose, or the reason why you did not take part in any activity other than study/research:

質問の意図が理解していなかったら申し訳ありません。プログラム中、チュラ大でバレーボールの試合がありました。それを応援するため、何人かの東大生と見に行きました。

■週末の過ごし方/How did you spend your weekends?:

プログラム内のフィールドトリップ。帰ってくるのが遅かったので、そのまま明日の準備をしました。

派遣先大学の環境について/About environment at the host institution

■設備/Facilities:

食堂はいつも空いていて、きれいで美味しかったです。学校のゲスト wifi は毎回使う度にログインしないと
いけなかったため、めんどくさかったです。

■サポート体制/Support for students :

いつも学生が何名か付き添っていたので、文化や言語を習うのにとっても良い機会でした。

プログラム期間中の生活について/About life during the program

■宿泊先の種類/Type of accommodation :

学生寮

■宿泊先の様子、どのように見つけたか/Environment around the accommodation and how did you find it :

オンキャンパスの学生寮(?)で、二人のルームシェアでした。部屋を掃除してもらっても、あまり丁寧にきれいにしてくれませんでした。(例:ゴミ箱が空になっていない)しかし、水は毎回おいしい物を冷蔵庫に入れてくれたので嬉しかったです。

■気候、大学周辺の様子、交通機関、食事等/Climate, environment around the institution, transportation, food, etc. :

気候は雨季だったので、夕方に雨が降るのが普通でした。なので、サマープログラムでは傘を必ず持っていた方がいいです。大学周辺は siam という大きな駅、かつショッピングモールが多く建っているところなのでとても便利でした。交通機関も bts、mrt、そしてタクシーなどが近くにあるので楽して観光に行けます。

■お金の管理方法、現地の通貨事情/Management of money and situation about local economy :

必ずキャッシュで払いました。屋台やマーケットなどで買うのが主だったので、キャッシュを絶対持っていました。

■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/Aspects of risk and safety management, local health care system, and any actions taken to maintain your health :

治安は全然大丈夫です。ただ、何回か乗ったタクシーの中で一回だけ少しボラれましたが、それぐらいです。(運転手に「4人も乗ると重いしガソリンを多く使うからメーターが79でも100バーツ」と言われました。)

■自由時間に利用した交通手段/Mean of transportation in your free time :

タクシー、バス、バイク

■プログラム期間中に利用したネット環境/Internet service usage during the program :

キャンパス Wifi, SIM

参加前の準備・手続きについて/About preparations and procedures before participation

■プログラムへの参加手続き/Procedures for participation :

提出物などは、早めにコンピューターにダウンロードしておき、いつでも(wifi)がない場所でもできるようにしていました。

■ビザの手続き/Procedures to obtain visas :

N/A

■医療関係の準備/Preparations or actions taken to maintain your health :

一応胃薬をたくさん買っておきました。

■保険関係の準備/Preparations/procedures for insurance :

今回は指定通りにできませんでした。しかし、やらなくてはいけない事がわかってからは、出来るだけ早く

対応したつもりです。

■ 東京大学の所属学部・研究科(教育部)での手続き/Procedures required by faculties or graduate schools at UTokyo :

N/A

■ 語学関係の準備/Language preparation :

学習会でタイ語を学んだぐらいです。

費用・奨学金に関すること/About expenses and scholarships to participate in studying abroad

■ 参加するために要した費用/Expenses of participation :

航空費	60,000 円/JPY
派遣先への支払い(授業料・施設利用料など)/Payment to host institution (tuition, facilities fee, etc.)	10,000 円/JPY
教科書代・書籍代/Textbook / Book	0 円/JPY
海外留学保険料(東京大学指定のもの)/Overseas travel insurance fee (designated by UTokyo)	7,800 円/JPY
保険・社会保障料(留学先で必要だったもの)/Insurance and/or social security (required by host institution/region/country)	5,600 円/JPY
■ その他、補足等/Additional comments :	

■ 留学先で費やした生活費/Overall expenses spent during the program :

家賃	0 円/JPY
食費	15,000 円/JPY
交通費	800 円/JPY
娯楽費	5,000 円/JPY
■ その他、補足等/Additional comments :	

■ プログラム参加のための奨学金の受給有無/Scholarships to participate :

受給した

■ 奨学金の支給機関・団体名等/Name of the source of the scholarships :

日本学生支援機構(JASSO)

■ 受給金額(月額)/Monthly stipend :

70,000 円

■ 受給金額についての補足等/Additional comments about the monthly stipend :

■ 奨学金をどのように見つけたか/How did you find the scholarships? :

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/Reflection

■ プログラムに参加したことの意味、その他所感/Impact of the participation on yourself or your thoughts :

一般性の友達、そしてタイの友達が増えた事が嬉しかったです。また、3、4年生の先輩などと話ができ、とてもためになりました。

■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/Impact of the program on your thoughts for a career or job hunting :

赤門会で会った、タイマッサージを東大で教えている教授の話聞き、感心しました。彼女はチュラ大で勉強している中、東京で学生に教えている。この熱心さ、そして医学への情熱がとても素敵でした。なので、海外にいても日本で活躍できるような仕事があればいいなと思いました。

■進路・就職先(就職希望先)/Career/Occupation (planned) :

■今後留学を考えている学生へのメッセージ、アドバイス/Any messages or advice for future participants :

まず応募して見る事が大事だと思います。合格したりしなかったりは運命であり、そこで出会う人たちは素敵な思い出になると思います。

■準備段階や留学中に役に立ったウェブサイト、出版物/Websites or publications which were useful while preparing for or during your time overseas :

バンコクの歩き方