

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: 2019/9/23

- 参加プログラム/Program: クイーンズランド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-UQ.html>
- 派遣先大学/Host university: クイーンズランド大学(UQ)
- プログラム期間/Program period: 8/19/2019～9/20/2019
- 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:
1 年の内から異文化や英語に触れておきたいと思った為。
■参加を決めるまでの経緯/How and why did you decide to participate?:
英語の勉強と海外渡航をしたいということ、しかし海外経験はほとんどなく自力で渡航するのは不安だということから 5 月中旬に参加を決定。迷いはなかった。ただ、5 週間は長く、夏休みに経験しうる他機会を多く逃してしまったため、参加する際はもう少しよく考えてもよかったかもしれない。もっとも、参加したことを後悔しているわけではないです。

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

■概要/Overview:
毎日午前(8～13 時)に授業があり、火水のみ午後(14～16 時)に東大生用の授業があった。午前の授業はいくつか種類があるが、僕は GE(general English、英語 4 技能をまんべんなく学ぶコース)をとる。どんなコースかという、文法からライティングからリスニングからスピーキングをするコース。これは先生によるところが大きい、うちの先生(Tim)は宿題出さないタイプだったので楽勝。ただ、授業は少し退屈だった。午後の授業はアカデミックなあれこれを学ぶ授業で、ポスタープレゼンのやり方とか街路アンケートのやり方とか学ぶ。そのほかに、大学が提供するアクティビティもある。僕はあまり参加しなかったが、大学生と会話する機会や、コーラスに参加する機会があるようで、人によってはよく通っていた。ただ、あまり充実してはいないので期待はしなくてよい
■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:
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:
ホストファミリーの紹介もありキリスト教系集會に何回かお呼ばれた。
■週末の過ごし方/How did you spend your weekends?:
遊ぶ。人によっては準備してシドニーとか行く人もいた。

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

<p>■設備/Facilities :</p> <p>図書館、ジムともに利用可能(ジムとかプールとかは有料だった)。食堂というかフードコートもあり、5ドル~12ドルくらいで食べれる。サブウェイとかあるよ。Wifiもあるがあまり良い環境ではない。あてにしないほうがいいかもしれない。</p>
<p>■サポート体制/Support for students :</p> <p>語学留学生用のサポートデスクがある。僕らと同じような学生をたくさん受け入れてるからか、サポートは充実している。相手がたも英語下手な子の対応になれてるので大丈夫</p>

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

<p>■宿泊先の種類/Type of accommodation :</p> <p>ホームステイ</p>
<p>■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 :</p> <p>プログラムに付随する形でホームステイを行える。現地大学からの要項として WiFi と個室(プライバシー)があり、月~金は朝と夜、土日は朝昼晩と食事がついてくる。</p>

<p>■気候、大学周辺の様子、交通機関、食事等/Climate, environment around the institution, transportation, food, etc. :</p> <p>気候は、ちょうど冬から春になる時期。日本でいうと4月から暑いときは7月ほどか。朝は冷え込むので長袖必須かつ、乾燥するので気になる方はそちらも。大学から30分ほどで中心街に出ることができる。少し足を延ばせばゴールドコーストにも。東京に比べると、交通の便はよい方。大学もアクセスしやすい。色々な国の食べ物があり多文化主義を感じる。ただ日本の米はない。</p>
<p>■お金の管理方法、現地の通貨事情/Management of money and situation about local economy :</p> <p>クレジットカード、デビットカード(予備)、日本円25000円ほどを用意。1回ロッカーを使った以外は大抵クレジットカードで事足りた。日本円は10000円ほど両替したが、それ以外は使わず。つまり、クレジットカードあれば大抵は十分で、現金が欲しかった時よりの日本円が少しあればよいかと。</p>
<p>■治安、医療関係事情、心身の健康管理で気をつけたこと等、危機管理/Aspects of risk and safety management, local health care system, and any actions taken to maintain your health :</p> <p>治安は基本的によい。というか治安が悪い話は聞いたことがない。夜出歩かなければ大丈夫かと。.:朝と日中の寒暖差でかぜをひけるのでちょっとだけ注意。僕の場合は一晩ぐっすり寝たら治った。</p>
<p>■自由時間に利用した交通手段/Means of transportation in your free time :</p> <p>列車, バス, フェリー</p>
<p>■プログラム期間中に利用したネット環境/Internet service usage during the program :</p> <p>キャンパス Wifi, SIM, ホームステイ先の Wifi(場所によるが、うちの場合制限なしで利用させてもらった。</p>

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

<p>■プログラムへの参加手続き/Procedures for participation :</p> <p>教養学部には海外渡航届、また国際交流課に渡航情報届を提出。他に、OSSMA やたびレジ、付帯海学を申し込む。付帯海学には渡航情報届の提出が、渡航情報届の提出には OSSMA の ID が必要等こんがらがってるので、まあつまるところ早めの準備をおすすめします</p>
<p>■ビザの手続き/Procedures to obtain visas :</p> <p>ETA 又は ETAS(同じ)を取得。オンラインで申請可能かつすぐ申請できるので恐らく問題はない。</p>

<p>■医療関係の準備/Preparations or actions taken to maintain your health :</p> <p>動き出しが遅すぎたため十分な準備はできず。一応 A 型肝炎のみ 2 回うったが、必要だったかは微妙。ちょうど季節の変わり目だからか軽めの風邪をひく人はいた。風邪薬とかあってもいいかもしれない。</p>
<p>■保険関係の準備/Preparations/procedures for insurance :</p> <p>加入を義務づけられてた(はず)の付帯海学のみ申し込んだ。クイーンズランド大学は OSHC とか保険をすすめてくるが、これは学生ビザの人のみ強制加であり入らなくてよし。</p>
<p>■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 :</p> <p>前期教養は海外渡航届の提出が必要。あとは、サマープログラム参加前に窓口について説明をうけサインをもらうくらい。</p>
<p>■語学関係の準備/Language preparation :</p> <p>TOEIC900 点台くらいのレベル。リスニングに不安があったため練習しようと思ったが、忙しくそんなにできなかった。リスニングは大事</p>

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

<p>■参加するために要した費用/Expenses of participation :</p>	
航空費	120,000 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.)	300,000 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)	12,000 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
<p>■その他、補足等/Additional comments :</p>	
<p> </p>	

<p>■留学先で費やした生活費/Overall expenses spent during the program :</p>	
家賃	0 円/JPY
食費	12,000 円/JPY
交通費	5,000 円/JPY
娯楽費	60,000 円/JPY
<p>■その他、補足等/Additional comments :</p>	
<p>ホームステイ先の立地によって交通費は大きく動きます。僕は徒歩通学可能なところでレアケースかと。</p>	

<p>■プログラム参加のための奨学金の受給有無/Scholarships to participate :</p> <p>受給しなかった</p>
<p>■奨学金の支給機関・団体名等/Name of the source of the scholarships :</p> <p> </p>
<p>■受給金額(月額)/Monthly stipend :</p> <p>円</p>

■ 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 :

海外に飛びたいという気持ちが強まった。英語については、期待したほどではないがある程度は学ぶものがあつた。

■ 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 :

海外へいくことへの躊躇いはなくなった。

■ 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 :

他の機会とよく比較して決めましょう。

■ 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 :

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: 2019/9/22

- 参加プログラム/Program: クイーンズランド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-UQ.html>
- 派遣先大学/Host university: クイーンズランド大学(UQ)
- プログラム期間/Program period: 8/19/2019～9/20/2019
- 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:

長期の留学を考えており、その練習として、1年生の時に短期留学を試してみようと思ったからです。

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

スピーキングに完全な自信がなく、スピーキングを伸ばすには、留学が最適だと考えました。留学説明会の時に参加を決めました。高校生の頃から、留学はしたいと思っていたので、迷うことは特にありませんでした。

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

■概要/Overview:

生徒同士での会話、意見交換を通じて、スピーキング能力を伸ばす授業でした。ケンブリッジの教科書を使用し、文法やリスニングの練習もしました。予習、復習は、教科書付属のオンラインリソースを利用しました。印象に残っている授業は、東大生向けのアカデミックモジュールです。プレゼンテーションをするのに必要な、重要事項を先生方が英語で教えてくださいました。最終週に行った、ポスタープレゼンテーションは、とても心に残っています。

■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:

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:

家の周りをウォーキング、ランニングしました。運動不足解消になると同時に、地域のことがよくわかりました。

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

ブリスベン郊外に出かけたり、ホストマザーと家で過ごしたりしました。

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

■設備/Facilities:

図書館は 24 時間空いており、中は静かで快適でした。フードコートにはたくさんのお店があり、様々な料理を楽しめました。図書館にコンピュータがありました。Wifi は、大学内に Free Wifi がありました。

■ サポート体制/Support for students :

英語を徹底的に使う環境が整っていました。授業をいつも行う建物の隣に図書館があり、とても使いやすかったです。生活面、精神面で問題があった場合には、相談できる場所もありました。

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 :

ホームステイ

■ 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 :

個室があり、個人用バスルームがありました。フリーWiFi もありました。ホームステイ先は、大学からの紹介でした。

■ 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、比較的乾燥しており、紫外線がとても強かったです。大学周辺は、自然が多いものの、シティからも近く、交通の便は良かったです。食事は、基本的にお肉と野菜でした。美味しかったです。

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

クレジットカードを4枚作りしました。現地では、クレジットカードで支払いました。

■ 治安、医療関係事情、心身の健康管理で気をつけたこと等、危機管理/Aspects of risk and safety management, local health care system, and any actions taken to maintain your health :

治安は良かったですが、出来るだけ暗くなる前に家に帰るようにはしていました。睡眠時間はしっかりととり、体調を崩さないようにしていました。家族とも連絡を取り、ホームシックにならないようにしていました。

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

列車, バス

■ 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 :

ホームステイに関する書類や、渡航情報届などを提出しました。チェックリストをこまめに確認しながら準備しました。

■ ビザの手続き/Procedures to obtain visas :

ETA を取得しました。オーストラリア政府に申請しました。手続きには 30 分ほど要しました。手続きは比較的易しかったです。

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

留学中に何が起こるかわからないので、風邪薬などは持っていくのが良いと思います。

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

付帯海学保険の保管にも、念の為入っておくと安心だと思います。

■ 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 :

履修、単位、試験、論文提出等はありませんでした。

■ 語学関係の準備/Language preparation :

FLOW の授業に特に熱心に取り組みました。

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	300,000 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.)	300,000 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)	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	21,000 円/JPY
交通費	17,000 円/JPY
娯楽費	100,000 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 :	
語学力、自立面でとても意義があったと思います。	
■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 :	
海外で働くことにとても興味を持つようになりました。	
■進路・就職先(就職希望先)/Career/Occupation (planned) :	

民間企業エンジニアとして働きたいです。

■ 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 :

長期留学の前の練習として、最適だと思います。短期派遣プログラムは、英語だけでなく、他の文化を学ぶ良い機会だと思います。

■ 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 :

留学に必要な持ち物のウェブサイト、ホストファミリーに喜ばれるお土産のウェブサイトを閲覧しました。

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)

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

記入日/Date: 2019/9/23

- 参加プログラム/Program: クイーンズランド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-UQ.html>
- 派遣先大学/Host university: クイーンズランド大学(UQ)
- プログラム期間/Program period: 8/19/2019~9/20/2019
- 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:

・1S で消耗している自分に気づいて、オーストラリアのスローライフやダイバーシティに身を投げ込みたくなった・高校の時の留学でなかなか(特に英語上達という点で)ベストを尽くせなかった悔いがあったので、大学に入って短期でも留学をしたいというモチベーションが早いうちからあった。

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

東大の留学フェアに行って、サマープログラムを知り、留学期間が一番長く、ゼミの合宿とも被らず、憧れていたオーストラリアに行けるこのプログラムに応募した。決めたのは 5 月の下旬くらいだったように思う。1S で消耗している自分に気づいたのもあり、日本から抜け出して自由になって、自分の向かいたい方向性に関して今一度じっくり考えたかった。英語も苦手意識をなくしたかった。迷ったことは、1 年生なのでサークルとかに入って合宿に行くべきなのか、とか、読みたい本を読むべきじゃないのかとか、夏休みがそれ以外何もできなくなっちゃうんじゃないとか、履修組む時間があるだろうかとか、夏が寒くなっちゃうといいんだろうとかいっぱいあったが、結局のところ、ずっと東京にいても急に成長するわけではないし、行って本当に良かった。

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

■概要/Overview:

GE のコースでは、グラマーやポキャブラリーは日本で習ったものが多いものの良い復習になる。スピーキングアクティビティが個人的に面白く、international な友人たちとおしゃべりしながらコミュニケーション力を向上できたと思う。韓国の友達がかかなり積極的に発言する子で、なんでお前は意見言わないんだと言われて、それ以来適当でも何かしら意見を言おうと思えるようになった(意外とそれが議論の進展に貢献したりする)。やはり、ユーモアのある発言が一番楽しくて、成績とかではない点で評価されると思う。そういうことの生きた学びの場だった。授業後は友達と駄弁るもよし、クラス聴講するもよし、シティに遊びに行くもよし、ICTE のアクティビティに参加するもよしなのだが、僕が印象に残っているのは、ICTE のコーラスクラブだ。毎週午後一回(ICTE 向け)、夜に一回(ブリスベンの international students 向け)集まって練習して、合計4曲を 9/15 日曜日に Southbank の大きな会場で発表した。ラジオで歌ったりもした。東大生は他に一人もいなかったのが、真っ白な状態から、歌が好きな新たな友人(一期一会だったが)を作れて楽しかった。音のハーモニーを楽しみ、英語の発音イントネーションも上達したように思える。1A から音楽をしたい

と改めて思った。
■ 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 :
スポーツ, 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 :
・バスケットボールを買って友人とバスケットをしたり、Friday Sports Activities に参加したりした。また、ホストマザーとサイクリングをした・コーラスクラブに参加したり、現地の美術館巡りをした。
■ 週末の過ごし方/How did you spend your weekends? :
・ゴールドコースト観光・美術館、博物館巡り・ローンパインコアラサンクチュアリ・コーラスクラブ

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

■ 設備/Facilities :
・図書館は広い、自由に使えるスペースが多くあり、混んでいる・バスケコート、ビーチバレーコートが自由に使えたか。テニスコートと陸上競技場もある。ジムもある。・大きな食堂は2個あり、ショッピングモールのフードコートみたいになっている。その他、屋台やフードショップ、コンビニでもご飯を買える・大学構内ではだいたい繋がるが、やはり十分な容量の SIM を買うのが良いだろう(私は 35 日で 35GB のものを買った)
■ サポート体制/Support for students :
利用しなかったが、ICTE のサポート体制はきちんとしていたように思える。どちらかというと、いかに人に相談できるかの方が問題だと思う。拙い英語でいいので教師や担当者すぐに相談してほしい。クラス変更やホームステイ先変更している人も実際に結構いた。

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 :
ホームステイ
■ 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 :
ICTE のプログラム料金に含まれ、ICTE の担当者がこちらの要望に沿って割り当ててくれる。ホストマザー(今年で 60 歳)との二人暮らし(周りにもそういう人は多かった)で、プライベートが確保された落ち着いた 5 週間を過ごせたように思う。賑やかではなかったが、じっくりとした対話や社会問題についての意見交換などができた。割と広い個室が一つ与えられ、バスルームも自分専用だった(バスタブはなかったが)。リビングはソファがありくつろげた。大学から近いアパートメントの 0 階で、静かで夜は暗かった。近くに公園があり、鳥や動物の鳴き声がかかり聞こえる。

■ 気候、大学周辺の様子、交通機関、食事等/Climate, environment around the institution, transportation, food, etc. :
・向こうは冬の終わり～春の始まりで最低気温が 10 度くらいになることも多く、寒いので上着や長袖、長ズボンを多めに持ってくると良い。一方で最高気温は 25~30 度になることもあるので涼しい格好も用意すべし。日差しが強いので、日焼け止めとサングラスは必須。乾燥肌の人は保湿クリームを持ってくと吉。シャンプーやボディソープを用意してくれたが、心配な方は自分にあったものを日本から持参することをお勧めする。学食、というか売店(ケバブ、カレー、サブウェイ、ファストフード、日本食、メキシカン、中華など)が大学構内にはあるが、そこで食べるとお腹が膨れるまでに 10~15 ドルはかかった(5 ドルくらいのももあるが)、節約したい人はスーパーで買ったパンや作ったサンドウィッチを持ってきていた。・電子レンジが

めっちゃある・朝はトーストなど家にあるもので自分で準備、夜はホストマザーが作ってくれた(レンジでチンするだけの時も多かったが)。うちのマザーはヘルシーで野菜を多く使った料理にしてくれた。ちゃんと食の好みは要望を伝え、美味しい時は美味しいと伝えよう。・大学へのアクセスは人によって様々。私の家は大学から徒歩 20 分で東大生の中で一番近かったの毎朝歩いて登校していた。観光したりシティに出たりする時はバスが多く、たまに電車も使った。・大学には大きなバスステーションが二つあり、多くの人はそこから登校していた(バスには GoCard にお金をチャージして乗れる)

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

クレジットカードで生活しようとしていたのだが、JCB がブリスベンではほとんど使えないということを知らなかったため、現金での生活になった。絶対に、VISA や Master を持って行ったほうがいいし、複数枚クレジットカードを持っていくべき。オーストラリアドルを現金で 30000 円分持っていったのだがそれでは足りず、オーストラリアドルの現金が余っている人から日本円で買い、生活することができたので、日本円は余分に持って行って置いてよかった。

■ 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 :

夜は人が少なかったので警戒しながら歩いた。夜は長い距離を歩かずにバスを使うようにした。シティにはぱっと見怖いや酔っ払いもいたので、警戒を怠らなかつた。パスポートと財布は、腰に巻くタイプのバッグに入れて常に持ち歩き、盗まれないように、また無くさないようにした。ホームシックっぽくなったので、日本にいる友人や恋人、家族との電話を定期的にした。前半は一人でこもりがちだったが、現地でできた友達や東大生との付き合いを積極的にすることで心が安らかになった。授業以外の活動や遊びは疲れるが、かえって精神的にリフレッシュできた。睡眠と食事はちゃんと取るようにした。体調を崩している人も多かったの気をつけよう。水分補給は、ブリスベンでは水道水が飲めることもあり問題はなかった。向こうで水筒を買おう。

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

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, SIM, ホームステイ先の wifi (あまり使わないように注意されるが、少しなら使っても問題ない、しかし使わなくても済む容量の SIM を購入するほうがいいかと思われる)

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 :

細かいことは忘れたが、かなり多くの書類を提出しなければならなかつたので苦労した。焦りは禁物というが、期限がある書類は早めに出すことに越したことはないと学んだ。未確定なことがあっても一旦提出して、あとから再提出するというやり方が好ましいと思った。また、メールでの提出が認められない書類は、夏休みになる前に窓口に行くべきだった(営業時間が長くはないし面倒なので)。

■ ビザの手続き/Procedures to obtain visas :

日本の海外渡航用のパスポートは元から持っていたが、オーストラリア留学生向けの ETA(電子渡航許可)を取得しなければならず、その申請には時間がかかった。

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

健康診断や予防接種は事前に行っていたため特になし。だが、向こうの乾燥した気候やアレルギー(花粉や食物など)の対策は必要であろう。また、その他風邪薬なども持参することを推奨する。

<p>■ 保険関係の準備/Preparations/procedures for insurance :</p> <p>申請に一定の時間がかかるので、早めに手続きを進めるのが吉。</p>
<p>■ 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 :</p> <p>特になし。試験や履修との両立は問題ない。</p>
<p>■ 語学関係の準備/Language preparation :</p> <p>ICTE(UQ 内の語学学校)では教師の英語は発音がよく聴きやすかったが、英会話力を上げておきたいならばオンライン英会話を何回かやったり東大の中で英語で会話する授業をとったりするのもいいかも。向こうは多国籍なので、地域による英語の発音の違いとか調べておくと面白いかも。英語力には自信がなかったのだがレベル別にクラスが分けられたため問題はなかったし、現地では今まで習ってきたこと(文法とか単語)を使えるようになる自信とノリが身につくので、次年度以降の参加者には勇気を出して飛び込んで欲しい。</p>

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

<p>■ 参加するために要した費用/Expenses of participation :</p>	
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.)	380,000 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)	8,910 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
<p>■ その他、補足等/Additional comments :</p>	

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

<p>■ プログラム参加のための奨学金の受給有無/Scholarships to participate :</p>	
<p>受給した</p>	
<p>■ 奨学金の支給機関・団体名等/Name of the source of the scholarships :</p>	
<p>JASSO</p>	
<p>■ 受給金額(月額)/Monthly stipend :</p>	
<p>140,000 円</p>	
<p>■ 受給金額についての補足等/Additional comments about the monthly stipend :</p>	

■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, ネット上の情報や掲示物などから見つけた, 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 :

プログラムに参加した意義・1A以降の自分の方向性をはっきりさせられた・internationalな友達ができただけ・人間としての生命力がついた・より客観的になった(自分が何が好きかもわかるようになった、英語を使うことを通じて自分や物事をわかりやすく説明する能力がついた)

■今後のキャリアに対する考え方や就職活動に与えた影響/Impact of the program on your thoughts for a career or job hunting :

同じクラスのサウジアラビアの友人と夢を語りあった時に、「今は石油しか資源がないから、石油がなくなったらこの国は終わってしまう。だから自分が機械工学を学んで他の国のような企業を母国に作るんだ」と言っていた。まず、自分は大きな夢を持っていいんだということ、自分がやるんだという気概を持っていいということを知った。一方で、ただ意識高くなるだけではなく、自分の個人的な幸せを追求していいんだとも思った。また、英語力というより、コミュニケーション力やクリティカルシンキング、クリエイティブシンキングが仕事では使えると思った。だから、語学力を伸ばしつつ(むしろこれは知識と、慣れ)、人間のコアとなる部分を成長させていけたらなと思った。そうすれば自ずと進みたいキャリアも見えてくるのではないかと。可能性を狭めないという意味で語学は必要で、そしてその語学学習に抵抗を抱く必要は全くないとわかった。

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

未定です。

■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 :

夏休み、日本でどんな夏休みにするかプランが明確でない人ほど参加してほしいです。飛び込めば人は環境に適応します。ブリスベンにも今生活している何万の人がいます。せっかくの大学生活の夏休み、一回くらいいつもと違う場所に飛び込んでみては！

■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 :

あまりウェブサイトや出版物を参考にしてなくて後悔しています。「地球の歩き方」のサイト(もしくは本)くらい読んでおけば良かったです。

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: 2019/9/23

- 参加プログラム/Program: キーンズランド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-UQ.html>
- 派遣先大学/Host university: キーンズランド大学(UQ)
- プログラム期間/Program period: 8/19/2019~9/20/2019
- 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

<p>■参加にあたってこの時期を選んだ理由/Reason for choosing this period to participate:</p> <p>高校生の時から留学に興味があったが、大学受験のことも考えて断念していた。大学に入った4月の春の留学説明会でこのプログラムについて知り応募を決めた。</p>
<p>■参加を決めるまでの経緯/How and why did you decide to participate?:</p> <p>留学に興味があったので、夏に英語に自信がない人向けの語学留学プログラムに参加することは予め決めていた。プログラムに関しては、一番長かったためこのプログラムを選んだ。迷いはあまりなかったが、お金はやはりネックだった。</p>

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

<p>■概要/Overview:</p> <p>授業で習うことは、東大入試の数倍簡単なので授業の心配はいらない。宿題も15分かかるとかからないか程度の量しか出ない。アカデミックモジュールがない午前中で授業が終わる日はICTEのアクティビティに参加するといいい。カンパセーションクラブは、参加すべき。</p>
<p>■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:</p> <p>文化活動, 取り組んでいない</p>
<p>■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:</p> <p>5週間じゃ、他の団体に新たに属すには少なすぎる。</p>
<p>■週末の過ごし方/How did you spend your weekends?:</p> <p>観光</p>

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

<p>■設備/Facilities:</p> <p>全て整っている。WifiはU-Tokyo Wifiの何倍も使いやすい。ちなみに、オーストラリアの家のWifiはデータ制なので大きなデータの読み込みは大学でするようにしろと大学側から説明がある。</p>
<p>■サポート体制/Support for students:</p> <p>相談すればなんでもしてくれる。プレースメントテストでうまく行かなくても、一段階上までなら交渉で上がる</p>

ことができる。

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 :

ホームステイ

■ 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 :

ホストマザーと 2 人暮らした。個室でプライバシーもしっかりしていた。お風呂はシェアだったが、私が夜に風呂に入り、ホストマザーはおそらく朝にお風呂に入っていたので被ることはなかったし問題なかった。しかし、ホームステイは当たり外れが多いものだ構えてあまり期待しすぎずに行った方が良い。個人的に私の泊めていただいた家はかなり不満があった。ホストマザーの仕事が忙しくいつも疲れていて話しかけても会話をしてくれないし、夜ご飯がビックマックということも多々あったし、ホストマザーはリビングのテレビの前で私はダイニングで別々に食べていた。なぜそうしていたのかは知らない。寝る場所と決められたご飯を提供してくださるホテルのような環境だった。毎晩家族と英語を使っている人に比べてスピーキングの練習の量が劣るのが一番の不満のポイントである。ホームステイ先とのトラブルは、大学に言えば家を変えてもらうことも可能だが、このプログラムがハイシーズンのため、ホームステイがパンパンで変えられなかったようだ。神戸大学から来た人で、オーストラリアで猫のいる家に泊まってみて初めてから猫アレルギーに気づいたが家を変えてもらえなかった人もいた。私はそれを知っていたから、相談に行かなかったが行っていたら変えてもらえていたかもしれない。

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

寒暖差が激しく、着るものに悩んだ。公共交通機関は、非常に整っているが、バスは、アナウンスも表示もないので初めのうちは Google マップがないと厳しい。ちなみに電車のスピードが、混雑時の山手線並みなので日本の感覚で乗ると非常にイライラする。大学はとても立地が良く、シティなどにも行きやすい。食費は、とても高いので、お金を節約したい場合は昼ごはんは自分で作って持ってくるのが良いと思う。

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

どこでもクレジットカードが使える。現金をオーストラリアドルで 5 万ほど持っていったため、ほぼ現金で暮らしていた。

■ 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 :

特にない。

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

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, 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 :

プログラム応募に当たって、志望理由を東大に提出する。プログラム合格後は、パスポートの写しやホームステイに向けたアンケート、海外渡航届等の pdf をネット上からアップロードをする。これに関しては、東大がチェックリストを用意してくださるため、それに従えば問題はない。プログラム費用の支払いは、心配

になるほど遅く、費用支払い完了のメール等も返ってこないため心配したが、うまくできていたようでよかった。UQ は基本的にゆっくりだが、臨機応変な対応ができるので何か問題が起きたら自分から説明したらあちら側がなんとかしてくれることも多かった。

■ビザの手続き/Procedures to obtain visas :

ネット上でETA を申請する。手数料がかかる。

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

季節が逆なので、私も含め風邪を引いた人もいたので風邪薬は必ず持って行ったほうがいい。

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

東大の指示に従えば問題ない。

■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 :

単位も出ないので、特になし。

■語学関係の準備/Language preparation :

特に準備していかなかった。英語の学習も東大受験の後、必修の授業でしか取り組んでいない。行ってみて、受験時と比べて単語力の低下を感じたし、単語が出ないとお話にならないので単語は少し思い出していくといいかもしれない。しかし、一度覚える単語は一度聞くと思い出すものなのでそこまで心配いらない。

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	120,000 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.)	320,000 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)	8,000 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 :

払い方によっては手数料がかかる

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

家賃	0 円/JPY
食費	30,000 円/JPY
交通費	20,000 円/JPY
娯楽費	80,000 円/JPY

■その他、補足等/Additional comments :

交通費がかなりかかる。

■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 :
<p>Vygo などを使えば、現地の学生と仲良くなる機会が十分用意されていた。主体的になれば、色々な活動に参加できて、ICTE の活動だけでなく UQ のクラブにも参加できたのは楽しかった。コミュニケーション能力が高ければ、週末に遊びに行ったりもできる。ICTE のクラスは日本人も多いが、他国の人もいる。ネイティブとは違うが、実際世界には英語のネイティブじゃない英語話者ののが圧倒的に多いからネイティブにこだわる必要はないと思う。私も、中国訛りとサウジアラビア訛りに最初は苦勞したし、相手も日本訛りに苦勞していたこともあったと思うけど、慣れれば英語で簡単に意思疎通できるようになる。心を開いて、積極的にしていれば日本にいるときには接点のない人と繋がれる。この機会を存分にいかせてよかった。この点では、ホストファミリーへの不満が自分でスピーキングの数を増やす努力しようとするので家で喋らない分を埋めようとさせたから、悪くはなかったのかもしれない。</p>
■今後のキャリアに対する考え方や就職活動に与えた影響/Impact of the program on your thoughts for a career or job hunting :
<p>自分の英語力を社会で通用させるには今何が足りないのかがよくわかってよかった。日本を離れるとはどういうことなのか、自分は本当に海外が好きなのか、知るきっかけになった。就職活動はまだ先な気がするが、グローバルな視点を持っておこうと思った。</p>
■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 :
<p>迷ったらいってみるといいと思います。5 週間は長いですけど、学生のうちしかできないことだと思うので、長期留学を考えている人もいない人も参加をして、海外を肌で感じてみることをお勧めします。</p>
■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: 2019/9/24

- 参加プログラム/Program: キーンズランド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-UQ.html>
- 派遣先大学/Host university: キーンズランド大学(UQ)
- プログラム期間/Program period: 8/19/2019~9/20/2019
- 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:
大学在学中の長期留学を考えていて、早いうちに海外の大学がどのようなものか詳しく知りたかった。
■参加を決めるまでの経緯/How and why did you decide to participate?:
長期留学の前段階として、海外の大学がどのようなものか直接みてみたかった。東大の春の留学フェアでこのプログラムの存在を知り、期間の長さ、スコアがいない点、オーストラリアの大学という点に惹かれた。入学してから間もないので、時期尚早ではないかと考えたこともあったが、長期留学を考えるのに早すぎることはないと思い参加を決めた。

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

■概要/Overview:
朝から真ん中に休憩を挟み 4 時間の icte の普通の授業があり、毎週火曜と水曜の午後には東大生限定の 2 時間の授業があった。後の時間は、icte のアクティビティに参加したり、UQ の授業を聴講したり、自習したりした。宿題は午前の授業では出ることが多かったがすぐに終わるものばかりで、午後の授業は最終週のプレゼンの準備以外はほとんど出なかった。先生方は楽しい授業をしてくださるので、授業へのモチベーションを保つことができた。午前のクラスでも日本人が多数を占めており平気で日本語を喋っている人たちは一定数いたが、その人たちに流されないように前の席に座る、先生の話をよく聞いてたくさん発言するなどの工夫をした。
■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:
ICTE のコーラスクラブの一員として、シティーの近くで行われるコーラスフェスティバルに参加した。
■週末の過ごし方/How did you spend your weekends?:
ホストファミリーとシティーやその近辺に出かけることが多かった。あとはゴールドコーストなどへ観光に行ったり、家でのんびりしたりした。帰国一週間前の週末はコーラスフェスティバルに参加した。

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

<p>■設備/Facilities :</p> <p>wifi は使いにくい場所はあるが、大体の場所では問題なく使えた。図書館は自習スペースの一部がリニューアルされて、のびのびと勉強ができる環境だった。昼は PC の設置されているところも含めほとんどの席が埋まっていた。</p>
<p>■サポート体制/Support for students :</p> <p>午前のクラスの先生も午後のクラスの先生も、質問したら丁寧に答えてくださり、フィードバックや学習のアドバイスをたくさんもらった。それ以外にも予約すれば相談員の先生と個別の相談ができるようになっており、発音やスピーキングスキルを丁寧にみてもらった。</p>

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

<p>■宿泊先の種類/Type of accommodation :</p> <p>ホームステイ</p>
<p>■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 :</p> <p>UQ へ提出する application form の情報に基づいて UQ 側がマッチングをしてくれた。私のホストファミリーは小学生の子供がいる 4 人家族で、親は子供や仕事のことで忙しく一緒にゆっくりできる時間は限られていたが、家族全員、私が下手な英語で喋ってしまっても優しく聞いてくれて、十分にコミュニケーションをとることができた。自分専用のベッドルーム、洗面所、シャワールーム、トイレが用意されていて、自分だけの時間を邪魔されることはなかった。タオル類とハンガーは部屋に十分用意されており、自分で持ってくる必要がなかった。</p>

<p>■気候、大学周辺の様子、交通機関、食事等/Climature, environment around the institution, transportation, food, etc. :</p> <p>雨が降ることはほとんどなく過ごしやすい天気だったが、乾燥によって肌の調子が良くないことがあった。日差し対策はしっかり行なったが、もっと乾燥対策もすべきだった。ブリスベンにはバス路線が発達しており、大学からシティー、郊外のショッピングセンターなどへのアクセスが良かった。ホストファミリーの家から大学までバスで 40 分足らずで、バスの乗り換えは楽だった。食事について、朝は家にあるパンやシリアルを適当に、日中は自分で買って食べ、夜は家でホストマザーの料理を家族皆と食べるが多かった。キャンパス内のカフェのコーヒーがとても美味しく、朝の授業前はほとんど毎日飲んでた。</p>
<p>■お金の管理方法、現地の通貨事情/Management of money and situation about local economy :</p> <p>普段使いのクレジットカード、万が一それをなくした時に使うクレジットカード、現金 350 ドルほどを持っていった。クレジットで何とかできることがほとんどで、現金はもっと減らして持っていても良かった。</p>
<p>■治安、医療関係事情、心身の健康管理で気をつけたこと等、危機管理/Aspects of risk and safety management, local health care system, and any actions taken to maintain your health :</p> <p>ブリスベンの治安は良いが、夜に一人でシティーに行かないようにはした。メディカルセンターは予約で次週まで埋まっていることが多い。現地の人は多少の病気では病院を使わず薬局で薬を手に入れて自分で何とかするらしく、私も太ももに湿疹ができた時があったが大学の薬局で手に入れたかゆみ止めのクリームと飲み薬を使って痒みを抑えるだけだった。</p>
<p>■自由時間に利用した交通手段/Means of transportation in your free time :</p> <p>列車, バス</p>
<p>■プログラム期間中に利用したネット環境/Internet service usage during the program :</p> <p>キャンパス Wifi, ホストファミリーの家の wifi, 携帯会社のポケットプラン</p>

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

<p>■プログラムへの参加手続き/Procedures for participation :</p> <p>本部国際交流課へ渡航情報届の提出、UQ へ application form(基本的な個人情報、ホストファミリーとのマッチングのための情報などを記入)を提出、プログラム代金の支払いとその確認書の送付、前期課程なので教務課へ海外情報届の提出保険の加入やパスポートの更新を含めすべきことが多く、書類は締め切りがまちまちだったので、期限ギリギリになることのないよう早めに提出することを心がけた。</p>
<p>■ビザの手続き/Procedures to obtain visas :</p> <p>ETAS を自分でネット申請。すぐに申請できた。</p>
<p>■医療関係の準備/Preparations or actions taken to maintain your health :</p> <p>市販の解熱鎮痛剤のみを持って行った。オーストラリア入国時に申告したが、直接その薬を見せる必要はなかった。</p>
<p>■保険関係の準備/Preparations/procedures for insurance :</p> <p>大学指定の保険と、前期課程で加入必須の OSSMA に加入した。提出書類と同様、早めに対処した。</p>
<p>■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 :</p> <p>少なくとも単位を落とすことがないように試験勉強した。プログラム期間中に成績発表と、対象者は追試の登録や英語中級の抽選などがあるので、申請期間などを前もって確認しておくのが良い。</p>
<p>■語学関係の準備/Language preparation :</p> <p>普段から TED Talk は聴いていた。夏休みに入ってから、それに加えて IELTS 対策用の本に載っている英単語や英語表現を少しずつ学んだり、英語でニュースを見たりした。プログラム期間中により多く英語に触れる工夫をすれば 5 週間でも、英語運用能力、特にスピーキングの能力は上がるので出発前からバリバリ英語の勉強をする必要はないが、プログラム期間中に多く英語に触れるための工夫の仕方を考えておくのが良いと思う。</p>

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

<p>■参加するために要した費用/Expenses of participation :</p>	
航空費	150,000 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.)	320,000 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)	8,900 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
<p>■その他、補足等/Additional comments :</p> <p>OSSMA 5400 円</p>	

<p>■留学先で費やした生活費/Overall expenses spent during the program :</p>	
家賃	0 円/JPY
食費	28,000 円/JPY

交通費	21,000 円/JPY
娯楽費	7,000 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 :
一年生で海外プログラムに参加したのは大きかったと思う。留学についても考えやすくなったし、英語をもっと使えるようになりたいと強く思った。自分では実感がなかったのだがクラスの先生にスピーキング力が上がったと言われ、嬉しかったし自信につながった。
■今後のキャリアに対する考え方や就職活動に与えた影響/Impact of the program on your thoughts for a career or job hunting :
自分の可能性を否定せず、日本の外に飛び出して活動することを積極的に視野に入れていきたいと思うようになった。
■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 :
一年生でも気兼ねなく参加できるので、積極的に参加して、海外に挑戦するきっかけにして欲しい。
■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 :
TED Talk(You Tube), IELTS の対策本

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: 2019/10/3

- 参加プログラム/Program: キーンズランド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-UQ.html>
- 派遣先大学/Host university: キーンズランド大学(UQ)
- プログラム期間/Program period: 8/19/2019~9/20/2019
- 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

<p>■参加にあたってこの時期を選んだ理由/Reason for choosing this period to participate:</p> <p>2・3 年次に中長期留学をしたいと思っていたので、そのためのファーストステップとして英語力向上と海外生活の慣れを目的に、この時期に留学しようと思った。</p> <p>■参加を決めるまでの経緯/How and why did you decide to participate?:</p> <p>留学説明会でサマープログラムの話を聞いた時点で行くことを決めていました。</p>
--

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

<p>■概要/Overview:</p> <p>平日は朝 8:15-12:45 の授業で、東大生は週に 2 回、午後に 2 時間の授業があった。</p> <p>■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:</p> <p>スポーツ</p> <p>■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:</p> <p>週に 1 回、大学のテニスコートで他の留学生とテニスをしていた。</p> <p>■週末の過ごし方/How did you spend your weekends?:</p> <p>シドニーやゴールドコーストに旅行に行った週末もあれば、ホストファミリーとスポーツを観戦したり、パブに行くなどゆったりとした週末を過ごすこともあった。</p>
--

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

<p>■設備/Facilities:</p> <p>wifi はかなり強くどこでも入るので便利。図書館も万人に解放されており夜遅くまでやっているの、かなり便利。</p> <p>■サポート体制/Support for students:</p> <p>語学面でのサポートはもちろん、ホームステイ先で問題があったら宿泊先を変えてくれる、精神的に参ってしまったらカウンセリングを簡単に受けられるなど、生活面でのサポートが整っていた。</p>

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

<p>■ 宿泊先の種類/Type of accommodation :</p>
<p>ホームステイ</p>
<p>■ 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 :</p>
<p>渡航先の大学が手配してくれた。</p>

<p>■ 気候、大学周辺の様子、交通機関、食事等/Climate, environment around the institution, transportation, food, etc. :</p>
<p>かなり乾燥している。交通機関はバスがメインだが、遅れてきたり、定刻より早く来たりするので、最初のうちはかなり不便に感じる。</p>
<p>■ お金の管理方法、現地の通貨事情/Management of money and situation about local economy :</p>
<p>ほとんどキャッシュレス化しており、どこのレストラン、ショップもクレカ払いが基本です、クレカについている IC チップをかざして決済するタイプが多いので、IC チップがついているクレカを持っていくことを強くお勧めします。</p>
<p>■ 治安、医療関係事情、心身の健康管理で気をつけたこと等、危機管理/Aspects of risk and safety management, local health care system, and any actions taken to maintain your health :</p>
<p>変なウイルスをもらっては困るので、体調が少しでも悪くなったらウイルスを取り込まないように、家にすぐ帰って寝るということをしていました。</p>
<p>■ 自由時間に利用した交通手段/Means of transportation in your free time :</p>
<p>列車, バス, Uber</p>
<p>■ プログラム期間中に利用したネット環境/Internet service usage during the program :</p>
<p>キャンパス Wifi, SIM</p>

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

<p>■ プログラムへの参加手続き/Procedures for participation :</p>
<p>本部国際交流課や教養学部に対する提出書類の他、GOSMA の申請、ETA の申請を行った。</p>
<p>■ ビザの手続き/Procedures to obtain visas :</p>
<p>ETA を申請した。インターネット上で簡単にすぐ申請できた。費用も安い。</p>
<p>■ 医療関係の準備/Preparations or actions taken to maintain your health :</p>
<p>渡航先がオーストラリアだったので、特に気をつけることはありませんでした。</p>
<p>■ 保険関係の準備/Preparations/procedures for insurance :</p>
<p>東京大学指定の保険だけで十分カバーできていると思います。あとはクレジットカードに付帯している保険もありますが、それだけでは不十分だと思います。</p>
<p>■ 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 :</p>
<p>前期教養学部はアドミニ棟で申請書を提出するだけなので、特に不都合はありません。</p>
<p>■ 語学関係の準備/Language preparation :</p>
<p>出発前は受験英語はできるけど、実際喋るのは苦手。という感じでした。自分自身の英語に自信を抱いているわけでも、不安を抱いているわけでもないという程度でした。しかし、留学先で日常会話で英語が通じないのではという心配はしていませんでした。</p>

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

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

航空費	120,000 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.)	350,000 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)	1,000 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	30,000 円/JPY
交通費	15,000 円/JPY
娯楽費	50,000 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 :	
本プログラムに参加したことで、今後の留学に対するモチベーションが変わることはなかったが、留学に対するハードルがかなり下がった。	
■今後のキャリアに対する考え方や就職活動に与えた影響/Impact of the program on your thoughts for a career or job hunting :	
キャリアに対する考え方には全く影響しませんでした。	
■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 :	

迷ったら GO !

■ 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 :

特にございません。

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: 2019/10/4

- 参加プログラム/Program: キーンズランド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-UQ.html>
- 派遣先大学/Host university: キーンズランド大学(UQ)
- プログラム期間/Program period: 8/19/2019~9/20/2019
- 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:

前から留学には行きたいと思っており、また授業は休まずに長い期間留学したいと思っていたので選びました。

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

留学は学生のうちにたくさん行きたいと考えており、大学入学当初から考えていました。ただどのプログラムに参加するかは迷っていました。ただ一番長くかつ英語にフォーカスしたものであるということでこれをえらびました。

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

■概要/Overview:

自分がとっていたビジネスの授業は会話がメインでたくさん渉外の練習をしていました。驚く程スピーキングを鍛える授業が多かったです。イベントに関しては大学のサークルや icte が企画する交流イベントやスポーツイベントに参加しました。

■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:

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:

Icte 主催のスポーツイベントで週に一回テニスをしました。

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

基本的にどこかに観光に行くか、街にある図書館で勉強をしていました。

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

■設備/Facilities:

東大にあるものと基本的に変わりません。ただスポーツ施設に関しては少し高いみたいです。

■サポート体制/Support for students:

語学面に関しては授業の先生がサポートしてくれます。他のものに関してはホストマザーがたくさん話しかけてくれます。

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 :
ホームステイ
■ 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 :
大学側に見つけていただき、ホームステイ先では自分用の部屋を貸してくださいました。
■ 気候、大学周辺の様子、交通機関、食事等/Climate, environment around the institution, transportation, food, etc. :
基本的に晴れて大学はなんとなく予想通りな感じでした。交通機関は政府が管理するということもありとても安いです。go card なるものが pasmo の役割を果たしみんなこれを使用していました。
■ お金の管理方法、現地の通貨事情/Management of money and situation about local economy :
クレジットカードを主に使っていました。逆にカードが使えないのは市場くらいでした。
■ 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 :
治安は日本と同じくらい良いです。
■ 自由時間に利用した交通手段/Means of transportation in your free time :
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, 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 :
プログラムへの申し込み以外大学側が誘導してくれるので特に難しい点はありませんでした。
■ ビザの手続き/Procedures to obtain visas :
オーストラリア大使館の HP から 5 分で簡単に申請できます。
■ 医療関係の準備/Preparations or actions taken to maintain your health :
予防接種を受ける必要はありませんでした。常備薬に関しては効力だけ把握しておけば大丈夫だと思います。
■ 保険関係の準備/Preparations/procedures for insurance :
保険は大学指定のものに加入していれば大丈夫です。特に難しいところはありませんでした。
■ 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 :
保険の申請と海外渡航届の提出のみです。
■ 語学関係の準備/Language preparation :
特別な対策は必要ありませんが、英語の勉強はしておいて損は無いです。

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	120,000 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.)	300,000 円/JPY

教科書代・書籍代/Textbook / Book	5,000 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)	20,000 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	30,000 円/JPY
交通費	30,000 円/JPY
娯楽費	50,000 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 :
色々な人種の人ととてもたくさん話せたことはとても満足できました。ただその中でオーストラリア人とあまり交流できなかったのは残念でした。
■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 :
クラスメイトに大人の人が多く海外で働くことを間近で感じられ、関心が強まりました。ただ特に展望がないのでまだなんとも言えませんが、今後の人生の選択肢の一つに入ったことは間違いありません。
■進路・就職先(就職希望先)/Career/Occupation (planned) :
専門職(法曹・医師・会計士等), 民間企業, 起業
■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 :
まだ一回も海外に行ったことがない人には強くお勧めします。また英語に自信のある人は英語以外を目的としたものに参加したほうがいいかもしれません。その方が色々な人と話せます。英語に自信のない人は

このオーストラリアの留学はとてもいいと思います。海外に行くのは最初は不安が付き纏うものですが、その辺りのサポートもしっかりしているのかなり安心です。不安はありますが一回は行くことをお勧めします。

■ 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 :

基本的にインターネットの英語検索で探していました。

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)

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

記入日/Date: 2019/9/22

- 参加プログラム/Program: キーンズランド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-UQ.html>
- 派遣先大学/Host university: キーンズランド大学(UQ)
- プログラム期間/Program period: 8/19/2019~9/20/2019
- 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3・4年生、あるいは大学院生時に長期留学をしたいと考えており、その予行演習として短期留学のできる機会を探していた。受験も終わり、進学振り分けまで時間がある大学1年の夏はその絶好のタイミングだと思ったため。

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

4月に行われた留学説明会に参加し、語学力を鍛えられる3つのサマープログラムに惹かれました。その際これを選んだのは、単に日数の長さからでした。

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

■概要/Overview:

授業は毎日午前4時間あり、それについて宿題が出る形でした。宿題の量はそこまで多いわけではなく15分程度で終わるものばかりでした。週末の宿題として出るライティングは60分ほどかかるものでした。午後は東大生向けの授業に参加するか授業聴講、アクティビティ、もしくは観光にっていました。

■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:

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:

観光をした。とくにブリスベンの美術館・博物館にはよくいきました。無料なのにも関わらずとても丁寧な対応でとても好きなお店の一つです。ブリスベン周辺だけでもたくさんの観光地がありそこを回れたのは良い経験でした。

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

家でホストファミリーとゆっくりとした時間を過ごすか、クラスメートと観光しにっていました。

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

■設備/Facilities:

通常授業を受ける建物は新しく、クラスルームには大きな窓がありそこからの眺めも良く、環境としては最高でした。図書館は駒場図書館の数倍の大きさはあり、自習室などもありました。バスケットボールコート

やテニスコート、ビーチバレーコートが数多く開放されており、無料でプレーすることができるなどスポーツ施設は非常に充実していました。

■ サポート体制/Support for students :

先生がとても良いと感じました。人間的に尊敬できる方も多く、指導も的確でした。その他のサポート体制も充実しているようでしたが、私自身は活用しなかったなのでその点は省略させていただきます。

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 :

ホームステイ

■ 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 :

大学からの紹介

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

ブリスベンシティは比較的新しい都市である一方、すぐ行くと郊外になり落ち着いた地域でもありました。シティと郊外を結びつけるのが公共交通機関です。特にバスシステムが発展しており、クィーンズランド州が運営するアプリを利用することで、バスで比較的どこにでも行くことができました。雨が降る日は5週間を通じて数日で、あとは心地よい晴れの日が続きました。ただ昼夜の気温差が大きく体調管理に苦労しました。ご飯も、和食からインドカレーまで幅広くあり飽きてしまうこともありませんでした。

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

クレジットカードとデビットカードに加え、日本円で5万円相当のオーストラリアドルを持参しました。JCB は使えないので、そのほかのマスターカードや VISA などのカードを作成することをお勧めします。

■ 治安、医療関係事情、心身の健康管理で気をつけたこと等、危機管理/Aspects of risk and safety management, local health care system, and any actions taken to maintain your health :

ブリスベンには日本に比べても大差ないほど治安が良く、また現地の人々もおおらかで優しい人が多かったため特に注意をすることはありませんでした。ただし慣れ親しんだ土地ではない以上自分の身の回りのことに最低限以上の配慮はすべきだと考えます。

■ 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, レンタルしたルーター, ホストファミリーの 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 :

まずはオリエンテーションがあり、そこで顔合わせとともに、参加前に何をすべきかについてのガイダンスがありました。指示にあわせ、大学への application form や渡航情報届・海外渡航届、OSSMA の申請、海外留学保険の契約などを行いました。基本的に、東京大学が私とクィーンズランド大学等のエージェントとの仲介となってくれるので、提出書類は大半が東京大学のアップローダーにアップする形でした。「渡航情報届」と「海外渡航届」は名称が似ているので困惑しがちです。両方出すようにというアナウンスがあるまで「海外渡航届」を出し忘れていました。また、クレジットカードは極力 2 枚以上作成し持っていくことをお勧めします。

■ビザの手続き/Procedures to obtain visas :

ETA という種類のビザを取得しました。ETA は、オーストラリアへの渡航許可で、渡航者のパスポート情報で電子的に管理されているそうです。ETA の申請は 15 分程度で終わったと記憶しています。

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

留学前に何度か高熱を出していたこともあり、その再発の予防として抗生物質を多めに処方してもらいました。その他薬は、アレグラ・頭痛どめ・正露丸等を持参しました。慣れない土地では体調を崩しやすくなるうえ、すぐに慣れ親しんだ薬を買うことができないので、薬は多すぎるくらい持っていても良いと思います。実際、私も 2 回ほどひどい腹痛に襲われましたが、正露丸を多く持っていていたので救われました。予防接種は、滞在先の事情を鑑みつつ自分に足りていない分をすればいいと考えました。今回は冬のオーストラリアということで、私自身は特別に予防接種はしませんでした。

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

海外旅行保険と OSSMA に加入しました。どちらも大学からの案内と指示があります。それに従えば大丈夫です。

■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 :

まだ前期教養学部 1 年だったため、日程についての確認だけでした。教養学部の教務課と国際交流課との間を行き来した記憶があります。基本的に留学のことは国際交流課に相談し、事務的なところのみ教務課のところに行くのが時間の節約になると思います。

■語学関係の準備/Language preparation :

1S セメスターには英語をしっかりとやる余裕もなかったため、夏休みに入ってから単語等やり始めましたが、少し遅かったように感じます。早め早めに準備しておくことで留学での語学力向上につながると思います。

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	200,000 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.)	175,000 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	11,000 円/JPY
食費	50,000 円/JPY
交通費	30,000 円/JPY
娯楽費	30,000 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 :
サマープログラムということもあり、日本人が多く「全く知らない人と英語で会話する」といった緊張感があまりなかった点が、がっかりしました。一方で ICTE に通う生徒は、年齢・国籍問わず「英語力向上」を目指している人たちでありとても刺激を受けました。
■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 :
法学部に進むことを考えていたが、その後アメリカでの弁護士資格、キャリアの形成に興味を持つようになりました。また実際それに向けて動き始めていこうと考えています。それはもし海外という環境に身を置かなかったら思いもしなかった考えでした。
■進路・就職先(就職希望先)/Career/Occupation (planned) :
研究職, 専門職(法曹・医師・会計士等), 民間企業主権国家体制の次に訪れるであろう新たな体制を実践的な形で模索していきたい。
■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 :
短期派遣プログラムは東大だけが参加するものではないのがほとんどです。東大という枠を超えた様々な人と触れ合うことは刺激的な経験になると思います。また共に行く東大生も 1 年生から修士の方まで幅広い方が参加しており普段の生活では得られない多くの視野を得られます。短期で目指すのは単なる「英語力」向上以上のものと考えています。
■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 :
過去の参加者のコメント

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: 2019/9/18

- 参加プログラム/Program: クイーンズランド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-UQ.html>
- 派遣先大学/Host university: クイーンズランド大学(UQ)
- プログラム期間/Program period: 8/19/2019~9/20/2019
- 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:

入学前から、長期休暇は短期留学に行きたいと考えていたから。また、全学交換留学に行く可能性も踏まえて、極力早い時期から海外体験を積みたかったから。

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

もともとサマープログラムに興味があった上、まだ自分は「英語を学ぶ」段階にあると感じていたため、あまり迷わず四月末の時点で参加を決めた。

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

■概要/Overview:

予習は無く、宿題が少し出される程度。スピーキング重視の授業だった。

■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:

観光をしたり、ホームステイを通してオーストラリアの文化にできるだけ沢山触れたりした。

■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:

大学設備は東大と似ており、ほとんど使用可能(ジム等は有料)。学食は無くフードコートがあるだけなので、食費を節約するならお弁当。

■サポート体制/Support for students:

カリキュラムやホームステイ関連は予約をすれば担当者と面談できるが、枠は多くないので予約は早めにするべき。英語学習では教師に相談するが、ほとんどの先生は親切に教えてくれる。生活面ではホストファミリーとのコミュニケーションが肝心だが、ホストファミリーには多少の当たり外れがあるのは事実。

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 :
ホームステイ
■ 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 :
UQ の幹旋で郊外の一軒家にホームステイした。部屋は個室で設備面でも快適だが、水不足対策でシャワーは短時間(4~10分)で済ませなければいけない。

■ 気候、大学周辺の様子、交通機関、食事等/Climate, environment around the institution, transportation, food, etc. :
朝は非常に寒く、昼は日差しが強い。重ね着が出来る服装を準備すると良い。ヒートテックやウルトラライトダウンがあると非常に便利。帽子・サングラス・日焼け止めは必須。乾燥するのでマスクも日本から持っていくと良い。大学は緑が多く開放的。大型スーパーが多いので日用品はさほど苦労せず安く買える。バスは数分程度の遅延は日常茶飯事。電車はダイヤ通りに来る。ブリスベンリバーにはフェリーがあるので、遊覧船がわりにも使えておすすめ。全体的に物価が高いため、昼食は弁当を作って持参している学生も多い。
■ お金の管理方法、現地の通貨事情/Management of money and situation about local economy :
カードと現金を持参。基本的にカードが主流だが、一部現金のみの店もあるので多少の現金も必要。カードは必須。5週間と長いので、限度額引き上げ等の対応もやっておくと安心。
■ 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 :
治安はとても良い。人々もあたたかく、中規模都市らしい適度な距離感。体調維持のために体を冷やさないように注意した。朝冷えるが朝食はパン or シリアルが主流なので、ホットミルクが有効。
■ 自由時間に利用した交通手段/Means of transportation in your free time :
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, 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 :
内容が似通っていても、本部国際交流課に提出する書類と所属学部提出する書類の二通りがあり、混同したり提出忘れのないように気をつけた。
■ ビザの手続き/Procedures to obtain visas :
ETAS で観光ビザを取得。手続きは Web 経由ですぐに完了したが、オーストラリア政府のサイトで申請したために費用が高かった。
■ 医療関係の準備/Preparations or actions taken to maintain your health :
風邪薬(多め)や鎮痛薬、胃薬、ビタミン剤(日焼け対策)等、日本ではあまり使わない薬まで持参した方がよい。最初のうちは慣れない環境に体調を崩しやすく、日本の薬があると精神的にも安心する。
■ 保険関係の準備/Preparations/procedures for insurance :
指定の保険に加入するだけで十分。
■ 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 :
履修登録期間は主題科目の集中講義との日程調整が大変だった。渡航直前は、初年次ゼミナールを履

修しており最終レポート締切が留学期間中に被ったため、計画的に執筆を進める必要があった。渡航後は追試験にさえ引かからなければ一年生は特に気にする事はない。

■ 語学関係の準備/Language preparation :

試験で忙しくあまり準備は出来なかったが、極力日本で最大限語学力を向上させてから渡航することを強く勧める。特に単語や文法。スピーキングやリスニングは自然とある程度伸びるが、その 2 点は語学学校にはあまり期待できない。

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	120,000 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.)	400,000 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)	12,500 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	55,000 円/JPY
交通費	13,000 円/JPY
娯楽費	65,000 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 :

140,000 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 :

英語を話すことへの抵抗感が薄らいだ。また、西洋式の生活習慣にも慣れることが出来たので、今後海外に長期間渡る際の現地での生活のイメージが湧きやすくなった。

■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 :

海外生活の良い面も悪い面も見ることが出来たので、より現実的に将来の自分の生活を考えることが出来るようになった。

■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 :

迷っているならば参加した方がいいと思います。参加できるうちに参加しないと、将来のチャンスを自分で摘み取ることになってしまいます。勉強に遊びに、思い出に残る充実した夏休みを過ごしてください。

■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 :

特定のものはありませんが、「ブリスベン 留学」で検索して持ち物やホストファミリーへの手土産の参考にしました

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)

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

記入日/Date: 2019/9/25

- 参加プログラム/Program: キーンズランド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-UQ.html>
- 派遣先大学/Host university: キーンズランド大学(UQ)
- プログラム期間/Program period: 8/19/2019~9/20/2019
- 東京大学での所属学部・研究科等/Faculty/Graduate School at UTokyo: 工学系研究科
- 学年(プログラム開始時)/Year at the time of Study Abroad: 修士 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:

私が選んだのは夏季のサマープログラムです。この時期を選んだ理由は主に就職活動との兼ね合いです。私は今大学院修士一年生で、就職活動と博士課程進学の間で悩んでいるのですが、大方卒業後就職しようと考えています。就職する場合は就職活動を行う必要があり、一年生の冬に忙しくなるため、夏を選びました。就職先が決まった修士二年の夏や冬に行くことも考えたのですが、その時には学会などの用事ができて留学できないかもしれないので留学できるときにしておこうと思って一年生の夏に応募することを決めました。

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

参加を決めた大きな理由としては、自分の英語力の低さを去年参加した国際学会で痛感したからです。また、研究室の留学生と話せるようになりたいというのもし少しありました。参加を決めた時期は、5 月くらいだと思います。しかし、少し迷いもありました。就職活動をしようと思っていたため、夏にインターンシップに参加できないのは不利になるかもしれないという不安で迷っていました。それでも、思い立ったが吉日と参加を決めました。

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

■概要/Overview:

午前中に四時間英語の授業があった後、午後は自由というのが基本的なスタイルでした。午前中の授業は自分の英語力・目的に対して振り分けられ、ICTE の他の学生と一緒に 15 人程度で授業を受けるという形です。GE のレベル 5 はレベルが全然高くなく、宿題があんまり出ないという優しいクラスでした。スピーキングをする機会が多く、クラス同士仲が良くなりやすいという点で、スピーキング能力向上のために来た私にはよかったです。午後は東大生だけで受ける授業が二時間、週二回行われました。

■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:

毎日英語をしゃべるためにほかの学生と交流したり、ホストマザーとしゃべるために毎日二時間テレビをみたり、忙しかったので特に取り上げて取り組んだことはありません。

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

ゴールドコーストに行ったり、シドニーに行ったり、動物園に行ったり、ホストマザーといろんなイベントに参加したりしていました。

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

■設備/Facilities:

図書館は 24 時間空いていて、キャンパス内にカフェやいろんなお店が充実していてすごく快適だった。Wifi に関しては時折つながらなくなることがあったが、学内全域で使えた。

■サポート体制/Support for students:

サポート体制は万全だったと思う。相談や質問にいつでも丁寧に対応してもらった。

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:

ホームステイ

■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:

UQ の ICTE という部署が語学留学を専門に行っており、そこの方に斡旋してもらいました。一人のご老人の家にホームステイさせていただきました。とても自分の性格にあっていたと思います。また、家の立地もよく大学に通いやすく生活もしやすかったように思います。ホームステイ先がどのような家庭や家で自分に合うかどうかはほとんど運だと思うので、ホームステイ先への要望を書く欄が申請書にありますが、あんまり期待しないことです。それで、もし合わなければ変えることもできるのでそこまで深く考えないことです。

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

気候はほとんど晴れで、朝は 15°C と寒いのですが昼は暑いときは気温が 31°C まで上昇します。夜はまた下がります。紫外線はとても強いので日焼け止めは必須です。大学の中にはいろんなお店が入っていて、バーもあるのでそこまで不自由しません。また市街地までも 20 分ほどで着くので、便利なところ。交通機関は主にバスで、大きな川が流れているのでフェリーも割と使います。バスは次のバス停がどこか表示がないので慣れないうちは Google Map を使うことをお勧めします。食事はイギリスよりのものが多いです。日本食もありますがそこまでおいしくはないので、恋しくなる人はいるようです。

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

空港で現金を一万円分換金して、クレジットカードを二枚持っていきました。VISA と Mastercard の両方を持っていき、どこのお店でも使えました。Eat Street というおいしいご飯街みたいなどころでは現金しか使えないので、現金はあったほうがいいです。でも、多すぎてもいらないと思います。クレジットカード文化でだいたいの支払いはクレジットカードで行っていました。一つ悔やむことがあるとすれば、自分のもっているクレジットカードがタッチで支払える機能が付いていないために毎回 PIN 入力しないといけなくて、面倒だったことです。

■治安、医療関係事情、心身の健康管理で気をつけたこと等、危機管理/Aspects of risk and safety management, local health care system, and any actions taken to maintain your health:

治安はとても良いのですが、危ないって感じるときにはもう遅いと思って行動していたので、友達と飲むときでもできる限り早く帰るようにしたり、飲みすぎないようにしたりしていました。心身の健康管理について

は、生ガキを食べるのも控えました。

■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、フェリー

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

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 :

プログラムの参加手続きは、UQ への支払いのための紙・申請書を UQ に送る、国際交流課に要求された資料を出す、付帯海学を取得する、ビザを取る、専攻に海外渡航届を提出する、などでした。まだ、ほかにもやらないといけないことがあったかもしれませんが、すべて本部国際交流課の方のメールの指示に従って手続きを行えばよいです。なんでも早めに行うべきです。私はギリギリに手続きを行って心底焦りました。また、UQ からの資料や申請への手続きは遅いので、あんまり心配になりすぎないことです。

■ビザの手続き/Procedures to obtain visas :

ビザの手続きは向こうの大学から送られてくる資料には就学ビザを取るようになっていましたが、本部国際交流課の担当の方から観光ビザをとるように言われたので、ETA というオンラインで取得できる観光ビザを取りました。90 日間以内の滞在であれば ETA を取ればよいと思います。オンラインで取得するやり方は ETA を Google で調べると良いです。ETA を取る際には仲介業者に頼んで取得してもらおうのですが、その業者は多くおり私はその中で JAL 系列の会社を利用しました。手続きは 10 分程度で、手数料は 1500 円ほど取られました。翌日には会社のほうから取得できたという連絡が来ました。この手続きに関しても三日前でも可能なのですが、お盆休みなどとの兼ね合いがあるので、一週間以上前にやっておくことをお勧めします。

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

体は丈夫なほうなので、自分の体を信じて何も準備を行いませんでした。運よくプログラム中も何も起こりませんでした。健康診断は行っておくと良いと思います。私は修士入学の健康診断を 5 月末に行いそこで異常がなかったため、健康診断を受けなかったという理由もあります。

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

大学から案内を受けた付帯海学の保険にのみ加入しました。基本は早く手続きを行ってくれるのですが場合によっては時間がかかることがあるので、留学先までのフライトを取ったらすぐに手続きを進めることをお勧めします。目安としては、出発の一か月と一週間前までにはやっておくと良いと思われます。

■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 :

このプログラムは工学系研究科の夏休みの間に行われます。大学院ではほとんどの学生は研究室に所属しているため、大半の学生は夏休み中も学会や研究室の用事があると思われるので、応募をする前に前もって必ず指導教員に相談しておいてください。そのうえで、参加が決定した後も注意すべき点があります。基本、工学系研究科では短期海外渡航に対しては海外渡航届を出すだけで済みますが、専攻ごとによって手続きが違う場合もあるのでちゃんと担当の人に相談をしましょう。私の所属しているシステム創成学専攻では海外に行った経験を海外インターンシップという形で単位を認定してくれる制度があるため、その制度を利用する場合は海外渡航届ではなく、留学願を書いて教授会にかけする必要があります。その場合は海外の大学の入学証明ができるものが必要となるので本部国際交流課の方や専攻の事務室と相談して早めに手続きを行ってください。単位がいらないのなら、海外渡航届で済むので「単位はいらない」

という旨を専攻の事務室にちゃんと伝えてください。私はその意思疎通の齟齬が生じて混乱しました。早めに手続きを行ってたくさん相談しましょう。

■語学関係の準備/Language preparation :

私の語学レベルは、大学入学当時は東大入試の平均ほどでしたが、大学四年間勉強を怠っていたために大学院入試の直前に少し勉強した時には入試の平均以下でした。受験の英語を平均レベルまで頑張り、四年間半ほとんど勉強しなかった状態だと想像してください。かろうじて読むことはできても、語彙と文法を少し忘れており、難しくなると読めない程度です。リスニングとスピーキングは目も当てられないほどでした。留学に行く前はいろいろな用事で忙しく単語帳を復習してなんとか語彙力だけでも回復しようと試みた程度でした。

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	150,000 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.)	320,000 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)	0 円/JPY

■その他、補足等/Additional comments :

ビザ取得のための手数料 1500

■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	10,000 円/JPY
娯楽費	40,000 円/JPY

■その他、補足等/Additional comments :

娯楽費に関しては、留学中にシドニーに旅行をしたり帰りにメルボルンを観光したりしたため、そのお金を概算した。

■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 :

留学を通して英語力の向上はそこまでないが、英語を学ぼうとするモチベーションの向上、英語をしゃべることによる心的障壁の打破、自分の英語の欠点(リスニング)の把握を行うことができ満足しています。満足していない部分としては、日本人と絡むことが多く海外だからと振り切って留学という貴重な機会を最大限生かすことができなかつたところです。もっと現地の人やほかの国の留学生と交流するべきだったと後悔しています。

■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 :

今回のプログラムを通じて、仕事を第一に人生を歩んでいくという今までの考え方を見直すきっかけができました。生活を第一に仕事を選んで人生を歩んでいくという暮らしぶりをしている人がブリスベンには多く、そういう考え方もあるんだなと感動して、新たな価値観が生まれた気がします。キャリアに対しても、もうちょっと自分のわがままを通して博士まで研究してもよいかもしれないなと感じています。博士に進む確率がほんの少し上がっても、まだ就職する気ではいるので、就職活動をします。しかし、就職活動の軸も少し変わりました。仕事の内容も大事ですがもうちょっと生活を意識して行っていきたいです。また、英語を使って少しグローバルな仕事もできたらなとも思っています。

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

民間企業 IT コンサルタント、エンジニア

■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 :

思い立ったが吉日。やろうと思ったら時にやるべき。少しめんどくさいとか不安だなとか思っても、とりあえず飛び込んでみると良いと思います。やってみて考えましょう。

■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: 2019/9/23

- 参加プログラム/Program: クイーンズランド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-UQ.html>
- 派遣先大学/Host university: クイーンズランド大学(UQ)
- プログラム期間/Program period: 8/19/2019~9/20/2019
- 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:
もともと大学に入学する前から夏に短期留学したいと考えていたため。
■参加を決めるまでの経緯/How and why did you decide to participate?:
大学の夏休みは長いから何かしらには参加してみようと入学した時から考えていた。留学フェアでサマープログラムのことを知り日程的に合うのがこれだけだったのでこれにした。

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

■概要/Overview:
午前の語学学校は簡単で退屈だった。日本人も多くあまり意味がなかった。内容も文法など中学生、高校生レベルだった。宿題も30分あれば終わる。Debateは楽しかった。Speaking, Listeningの力は少しはついた。Academic courseのほうがよかった。Lecture observationは心理の授業を聴講し先生の話を聞くのに必死だったがスライドもあり内容は理解でき面白かった。全部 Lecture observation がよかった。Conversation activityに参加しUQの生徒と会話したのは楽しかった。仲良くなってご飯も一緒に食べに行った。
■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:
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:
ヨガ
■週末の過ごし方/How did you spend your weekends?:
友達と Gold coast や Sydney、Brisbane の市内の観光

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

■設備/Facilities:
図書館、食堂
■サポート体制/Support for students:
クラスについての相談をする Student Hub に予約を2回入れたがどちらも先生がおらずできなかった。

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 :
ホームステイ
■ 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 :
ホームステイで 5 人家族だった。ご飯の時やその前後にたくさん話す時間もあり充実していた。シャワーも私専用で好きな時間に入れた。洗濯は週に 1 回させてもらった。一部屋貸してもらいベットと机があった。家は大学から 50 分ほどの場所にあり、バスを乗り継いでいった。

■ 気候、大学周辺の様子、交通機関、食事等/Climate, environment around the institution, transportation, food, etc. :
雨が降らず乾燥している、日差しが強い。朝晩は冷えるが昼間は暖かい。半袖に一枚長袖のパーカーを羽織るのがちょうどよい。バスが発達しているが時間通りに来ないこともある。TLANSLINK を利用すれば乗り換えも現地もわかる。DIDI や Uber も利用した。流通しているため、すぐに来るし何人かで乗れば安い。電車はあまり利用しなかった。食事の種類は豊富、学校のフードコートにも Subway やケバブ、インド、日本料理などがあった。食費を削るために自分でサンドウィッチを作ってきている人もいた。
■ お金の管理方法、現地の通貨事情/Management of money and situation about local economy :
ほとんどクレジットカードで払う。お土産屋さんや屋台では時々キャッシュのみ対応のところもあるため少しはもっとくべき。バスで Go card にお金が入っていないときはキャッシュのみでしか払えなかった。
■ 治安、医療関係事情、心身の健康管理で気をつけたこと等、危機管理/Aspects of risk and safety management, local health care system, and any actions taken to maintain your health :
夜は一人で出歩かない
■ 自由時間に利用した交通手段/Means of transportation in your free time :
タクシー, バス, Uber, DiDi
■ 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 :
プログラム料金の支払い、ビザの取得、航空券の手配、渡航情報届の提出、保険の加入プログラム料金の支払いで自分のカードからだど引き出し額に上限があり UQ の方から引き落とせないと連絡があり、カードを変えたりなど何度も連絡を取った。最終的に2つのカードから分割して払った。保険の加入などは言われたらすぐにやったほうがよかった。渡航前1週間を切ると面倒な手続きが増える。
■ ビザの手続き/Procedures to obtain visas :
ETA 5 分オーストラリア外務省のホームページから申請した。ここからだど 1,500 円のできる。旅行代理店などに頼むと金がかかる。
■ 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 :
出発まで 1 週間を切らないように申請するのがよい。
■ 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 :
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	153,360 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.)	309,155 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)	8,910 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	94,900 円/JPY
食費	21,600 円/JPY
交通費	21,900 円/JPY
娯楽費	50,000 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 :	
英語力があまり向上しなかったことには満足していない。海外旅行は自分一人で行けると分かった。	
■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 :
あまりない
■進路・就職先(就職希望先)/Career/Occupation (planned):
民間企業そんなに明確ではない
■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 :
ホームステイなのでオーストラリアの文化を体験できる面ではよいしそこで英語の力は伸びる。
■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 :
東大のホームページの経験者の声

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: 2019/9/23

- 参加プログラム/Program: キーンズランド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-UQ.html>
- 派遣先大学/Host university: キーンズランド大学(UQ)
- プログラム期間/Program period: 8/19/2019~9/20/2019
- 東京大学での所属学部・研究科等/Faculty/Graduate School at UTokyo: 公共政策学教育部
- 学年(プログラム開始時)/Year at the time of Study Abroad: 専門職 1 年

<p>■参加にあたってこの時期を選んだ理由/Reason for choosing this period to participate:</p> <p>・大学院在学中に留学に行く可能性を考慮すると、本年中に TOEFL の成績を向上させる必要があったため。 ・春休みは就職活動と時期が重なり、参加が困難と判断したため。</p>
<p>■参加を決めるまでの経緯/How and why did you decide to participate?:</p> <p>大学院在学中に留学する前準備を行いたかったために参加した。インターンシップが多く開かれる時期とプログラム日程とが重なっていたため少し悩んだが、インターンシップに参加するより語学に集中する方が、就職市場でも、私の人生にとってもより価値をもつと判断し応募を決めた。加えて、応募したサマープログラムのうち第二希望のものが、関心度の高い企業のインターンシップと重なっていたが、その点について国際交流課のスタッフに相談した際、丁寧なお答えをいただいたことで、応募しやすくなった。</p>

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

<p>■概要/Overview:</p> <p>私のクラス(EAPI)には多数の外国人が参加しており、国籍も中国 3 人、サウジアラビア 3 人、台湾 2 人、韓国 2 人、日本 2 人、チリ 1 人と多様であった。月火金を担当してくださった教官は課題が多く、授業の進行も早く、やや厳しい方だったが、その分 IELTS に限らず身に着いたものは大きかったと感じる。一方、水木を担当してくださった教官は会話を重視する授業であった。両教官とも生徒からの人望厚く、我々の IELTS のスコア向上に親身だった。</p>
<p>■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:</p> <p>取り組んでいない</p>
<p>■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:</p> <p>学習時間を確保すること、あるいは友人と繁華街に行くことを優先させたため。</p>
<p>■週末の過ごし方/How did you spend your weekends?:</p> <p>半分は観光地に行き、残りの半分は家で勉強をしていた。</p>

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

<p>■設備/Facilities:</p>

書籍に限らず、オンラインで獲得できる論文等についても極めて充実していた。しかしながら、学習スペースについては利用学生者数に対して少なく学内で勉強場所を求めて歩き回ることが頻繁にあった。

■ サポート体制/Support for students :

担当教員が親身に答えてくれる他、Study Manager 等もいるらしく、不足を感じることはなかった。

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 :

ホームステイ

■ 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 :

大学の斡旋によりホームステイを行った。個室で設備等に不十分はなかった。私の宿泊先は土足の家だったためにスリッパを現地で購入した。ただし他の参加者から伺うと、必ずしもブリスベン市民の家は土足というわけではないようである。

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

・気候について、ブリスベンは亜熱帯で冬でも日中は 22℃～32℃まで上がり、半袖 T シャツで快適に生活できる。しかしながら、乾燥しており朝晩は 20℃を下るので T シャツでは肌寒い。重ね着を推奨する。・交通機関について、バスが高度に発達しておりそれ以外の交通機関はほぼ使っていない。・食事について、サンドイッチ・フレンチポテト・ミートパイなどいわゆる我々のイメージする英米の食事と近いものが多い。参加者によっては和食がかなり恋しくなるが、現地の日本料理については賛否が分かれていた。また、基本的に食事代あるいは飲料代については日本より高価になる。とりわけ後者については、自動販売機(コーラ・コーヒー等しかない)で買うと 350 円程度かかるため多くの人は水で済ます。私の場合はカフェイン中毒のため、大学内で安価にコーヒーを買える店を探し、日本と同等の価格でコーヒーを売るコンビニに毎日通っていた。

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

クレジットカード決済がほとんどである。そのため、事前に上限額を引き上げておくことが必要である。

■ 治安、医療関係事情、心身の健康管理で気をつけたこと等、危機管理/Aspects of risk and safety management, local health care system, and any actions taken to maintain your health :

治安は良い。医療関係については体調を崩さなかったため、筆すべきことはない。

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

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 :

UTAS 上での書類提出のみ。

■ ビザの手続き/Procedures to obtain visas :

ETA。手続きはオンラインで簡単にできるが、経由する仲介会社によって手数料が異なるため調べてから申請することを推奨する。

<p>■医療関係の準備/Preparations or actions taken to maintain your health :</p> <p>特になし。</p>
<p>■保険関係の準備/Preparations/procedures for insurance :</p> <p>特になし。</p>
<p>■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 :</p> <p>公共政策学教育部では指導教員の制度が存在しないため、書類 1 枚で簡単に申請が完了する。</p>
<p>■語学関係の準備/Language preparation :</p> <p>帰国直後に TOEFL 試験を控えていることもあり単語を重点的に学習していたが、それよりもリスニングを強化してから行くべきだったと反省している。会話相手の発言内容が聞き取れずに何度も聞き返すことは、相手が如何に感じようと、自分の英語を用いた会話に対するモチベーションを大きく損なうことになるため。</p>

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

<p>■参加するために要した費用/Expenses of participation :</p>	
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.)	310,000 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)	8,910 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
<p>■その他、補足等/Additional comments :</p>	
<p> </p>	

<p>■留学先で費やした生活費/Overall expenses spent during the program :</p>	
家賃	0 円/JPY
食費	0 円/JPY
交通費	15,000 円/JPY
娯楽費	115,000 円/JPY
<p>■その他、補足等/Additional comments :</p>	
<p> </p>	

<p>■プログラム参加のための奨学金の受給有無/Scholarships to participate :</p> <p>受給した</p>
<p>■奨学金の支給機関・団体名等/Name of the source of the scholarships :</p> <p>日本学生支援機構</p>
<p>■受給金額(月額)/Monthly stipend :</p> <p>140,000 円</p>
<p>■受給金額についての補足等/Additional comments about the monthly stipend :</p>

■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 :

帰国後にどのように過ごすかでプログラムに参加したことの意義が大きく変わると感じている。

■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 :

海外留学について、この先どこかで必ず半年以上したいと感じるようになった。

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

公的機関、民間企業文部科学省・経済産業省、政府系シンクタンク

■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 :

したいこととしなければならないことが矛盾している時、賢明な人ほど後者を選択することが多いかと思います。しかし、自分の価値をより反映しているのは言うまでもなく前者です。もしプログラムへの参加を希望するなら、「自分らしく」生きるためにも、その想いを優先させていいのではないかと思います。

■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 :

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: 2019/9/25

- 参加プログラム/Program: キーンズランド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-UQ.html>
- 派遣先大学/Host university: キーンズランド大学(UQ)
- プログラム期間/Program period: 8/19/2019~9/20/2019
- 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:
大学 4 年生で既に単位を取得し終え、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?:
旅行ではなく一定期間海外に滞在してみたい、またホームステイを経験してみたいという思いを抱いていたため。

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

■概要/Overview:
基本的にテキストに関連した内容を扱い、ペアを組んでスピーキングを練習するのがメインであった。またリスニングや文法・語彙を扱う時間もあった。ライティングは週に 1 度金曜日に行った。
■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:
特に取り組む機会がなかった。
■週末の過ごし方/How did you spend your weekends?:
基本的に大学の友人やクラスメートと出かけていた。ブリスベンではローンパイン・コアラサンクチュアリやマウントクーサに行った。また電車でゴールドコーストに行ったり、2 泊 3 日でシドニーに旅行に行ったりした。

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

■設備/Facilities:
図書館はいくつかあり、PC も使えた。フードコートでは各国の料理店が並んでおり、充実していた。教室で Wifi は問題なく使用できた。
■サポート体制/Support for students:
特に利用していないが、英語学習についての相談が可能だったようなので、充実していたと思う。

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 :	
ホームステイ	
■ 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 :	
大学が手配してくれた。	

■ 気候、大学周辺の様子、交通機関、食事等/Climate, environment around the institution, transportation, food, etc. :	
気候は基本的に温暖で過ごしやすいが、朝晩と日中の寒暖差が激しかったため、常に上着が必要だった。交通機関は基本的にバスかフェリーを利用し、グーグルマップで行き方を検索した。昼食は大学のフードコートで食べるか、スーパーで買った果物やパンを持参した。	
■ お金の管理方法、現地の通貨事情/Management of money and situation about local economy :	
ほとんどどこでもクレジットカードが使用できたので、基本的にカードを使用した。	
■ 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 :	
治安はととてもよく、危険を感じた場面はなかった。	
■ 自由時間に利用した交通手段/Means of transportation in your free time :	
列車, バス	
■ 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 :	
航空券を手配後、渡航情報届を提出した。	
■ ビザの手続き/Procedures to obtain visas :	
訪問ビザを取得した。	
■ 医療関係の準備/Preparations or actions taken to maintain your health :	
常備薬を持参した。	
■ 保険関係の準備/Preparations/procedures for insurance :	
大学指定の保険に加入した。	
■ 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 :	
特になし。	
■ 語学関係の準備/Language preparation :	
特に準備はしなかった。	

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	104,000 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.)	320,000 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)	8,910 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	15,000 円/JPY
娯楽費	50,000 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 :
英語を話すことへの抵抗がなくなり、上手に話せなくてもいいのでとにかく話してみようと思えるようになった。
■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 :
海外で働くことへの関心が強く深まった。
■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 :
間違いなく楽しく貴重な経験になると思うので、参加を迷う気持ちがあったら是非参加してほしいです。
■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: 2019/10/4

- 参加プログラム/Program: キーンズランド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-UQ.html>
- 派遣先大学/Host university: キーンズランド大学(UQ)
- プログラム期間/Program period: 8/19/2019~9/20/2019
- 東京大学での所属学部・研究科等/Faculty/Graduate School at UTokyo: 人文社会系研究科
- 学年(プログラム開始時)/Year at the time of Study Abroad: 博士 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:

修論の提出も終え、まとまった時間がとれそうだったため。

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

今後数年のうちに長期留学をしたいと考えており、ただリスニング・スピーキングに自信がなかったので、その前に短期集中的に英語圏に身を置いて勉強したいと思ったから。経済的な面で参加を迷ったが、奨学金が比較的多く支給されるプログラムであることにも後押しされた。

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

■概要/Overview:

大学内の ICTE という語学学校で週 5 日、朝 8 時 15 分から 2 時間×2 コマ(休憩 30 分)の授業を受ける。私が受講していた EAP は IELTS 対策に特化したクラスで、グループディスカッションやペアワークをしながら各セクションの学習を進めていった。授業は工夫されていて、進め方も毎回異なるので飽きずに楽しく学習できた。毎週ライティングの宿題が 1、2 回出され、先生が丁寧に添削してくれる。火水だけ午後 2 時間東大生を対象としたアカデミック英語のクラスがあり、最終週にポスタープレゼンテーションの発表会を行った。授業のほかに毎日アクティビティが催され、コーラス、スポーツ、派遣先大学の学生とのカンパセーション、ワークショップなどに参加できる。

■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:

ICTE のアクティビティ、美術鑑賞など

■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:

ICTE のカンパセーションやコーラスなどのアクティビティのほか、(活動といえるかわからないが)個人で美術館によく行っていた。

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

動物園やゴールドコーストなど近隣の観光地に行ったほか、シドニーへ旅行した。州立図書館がとても快適だったので、そこで勉強することも多かった。

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

<p>■設備/Facilities :</p> <p>とても美しいキャンパスで設備も充実しており、快適に過ごせた。Wi-Fiも完備されていて、図書館を含めたいていの施設は自由に使える。食事はフードコートのほかにカフェも多い。自習スペースもたくさんある。</p>
<p>■サポート体制/Support for students :</p> <p>先生やスタッフのサポートは手厚く、何かあればレセプションに相談するとすぐに対応してくれる。私の場合は途中でコース変更の相談をしたら、Academic Manager との面談の上で翌日からすぐにクラスを変えてもらえた。生活面では最初の 1、2 週間はホームステイ先の生活に慣れずいろいろ考え込むことが多く、ただ不満というほどではなかったのもに相談することもなかったが、今思うとホームステイのフォローもしっかりしているようだったので、その程度のちょっとしたことでも抱え込まずに相談すれば良かったかなと思う。</p>

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

<p>■宿泊先の種類/Type of accommodation :</p> <p>ホームステイ</p>
<p>■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 :</p> <p>派遣先大学が手配してくれた。両親と 6 歳と 9 歳の姉妹の四大家族で、部屋は個室を用意していただき、快適に過ごせた。家族は私の拙い英語を熱心に聞いてくれて、毎日夕食～就寝(寝るのが早く、21 時頃にはみんな自室に戻る)までの間いろいろな話ができ楽しかったし、英語のおかしなところはすぐに指摘してもらっていたので、とても勉強になった。また事前のアンケートで使用言語の一つにスペイン語と書いていたからか、両親ともにスペイン語を話せる家庭で(ホストファザーが中米出身)、スペイン語の練習もできて良かった。難点としては、オーストラリアは水不足のため私のステイ先に限らずシャワーを 5～7 分で短めに済ませる習慣があり、慣れるまでが大変だった(慣れれば何とかなる)。蛾などの虫もそれなりにいるので、自室は窓を開け放しにしないなどの注意が必要。</p>

<p>■気候、大学周辺の様子、交通機関、食事等/Climate, environment around the institution, transportation, food, etc. :</p> <p>ちょうど冬から春になる時期で、朝晩は 10℃前後に冷え込むが、日中は 25℃以上になることも多かったりと一日の寒暖差が大きい。到着してから数日間は朝が凍えるほど寒かった。なので脱ぎ着しやすい上着が必須。ただ、日本の冬のようにダウンやウールのコートを着ている人はほとんど見かけなかった。日中は紫外線がかなり強く、屋外にずっといると肌だけでなく目も痛くなるので、日焼け止めはもちろん、サングラスも持っていった方がいいと思う。大学周辺にはバスで 20 分ほどのところに市街地(シティ)があり、買い物はそこでたいていのものが揃う。映画館、美術館、劇場、図書館などの文化施設も充実している。移動はほとんどバスを利用し、交通費の支払いは Go Card という Suica のようなカードを使っていた。食事は平日の昼食以外はステイ先が用意してくれる。昼食は主に大学のフードコートを利用していた。フードコートはお店の種類も豊富で、価格帯も幅広いので学内での食事に困ることはなかった。ペットボトルの水は高いので(200～300 円くらい)、マイボトルを持っていった方がいい(現地でも安く買える)。大学内にも街中にも至る所に給水スポットがある。</p>
<p>■お金の管理方法、現地の通貨事情/Management of money and situation about local economy :</p> <p>大学を含めほぼどこでもクレジットカードが使えるので、現金はほとんど使わず、事前に 10,000 円両替して持っていった分だけで十分だった。</p>
<p>■治安、医療関係事情、心身の健康管理で気をつけたこと等、危機管理/Aspects of risk and safety management,</p>

local health care system, and any actions taken to maintain your health :
治安はとてもよく、日本と同じ感覚で生活できる。ただ、パスポートなど貴重品の管理には気を配り、人通りの少ないところは歩かないなどの注意はした。
■自由時間に利用した交通手段/Means of transportation in your free time :
列車, バス
■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, ホームステイ先の 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 :
プログラムの申請書は書くことが多く、揃える書類(語学試験のスコアなど)もいろいろあるので、早めに準備した方が良いと思う。IELTS や TOEFL の一定以上のスコアを持っていると、派遣先で受講するコースの選択肢が増える。参加決定後の必要書類は大学からの指示に従ってその都度提出する。このうち、大学を通じて派遣先に提出する Application Form にはホームステイ先を決めるためのアンケートも含まれており、ここに記入する趣味や性格などの情報をかなり考慮してマッチングを行っているようだった。
■ビザの手続き/Procedures to obtain visas :
ETA(Electronic Travel Authority)というビザをネット上で申請・取得した(有料:2,000 円くらい)。
■医療関係の準備/Preparations or actions taken to maintain your health :
頭痛薬などの常備薬を持っていった。虫除け・虫刺されの薬は持って行った方がいいと思う。
■保険関係の準備/Preparations/procedures for insurance :
大学から案内のあった保険に加入した。
■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 :
私の所属する研究科では、指導教授への連絡以外に特別な手続きはなかった。
■語学関係の準備/Language preparation :
留学前は普段の研究で英語文献を読んでいたのと、IELTS の勉強をしていたが、リスニングは耳を慣らすためにもっとやっておけばよかったと思う。

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	130,000 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.)	310,000 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)	9,000 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 :	
派遣先で配布されるテキスト代はプログラム費に含まれる。	

■ 留学先で費やした生活費/Overall expenses spent during the program :	
家賃	0 円/JPY
食費	30,000 円/JPY
交通費	20,000 円/JPY
娯楽費	50,000 円/JPY
■ その他、補足等/Additional comments :	
娯楽費はシドニーへの旅費(飛行機・ホテル代)も含む。	

■ 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 :	
英語を話すことへの抵抗がなくなったのが一番の収穫だと思う。もともと外国語・文化には強い関心があったが、実際に生活してみて想像以上に居心地が良く、暮らし方や文化への姿勢などに共感できる点も多々あったので、海外で研究・生活したいという気持ちが一層強くなった。	
■ 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 :	
長期留学へのモチベーションが高まった。	
■ 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 :	
費用はかかりますが大学からのサポートもありますし、短期でも実際にその場に身を置いて初めてわかることや、学べることがたくさんあるので、迷っているならば是非参加してほしいと思います。留学先で気になったり興味を持ったりしたことには、恥ずかしがったり考えすぎたりせずに、どんどん挑戦してみることが大事だと思います。	
■ 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	

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: 2019/9/30

- 参加プログラム/Program: クイーンズランド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-UQ.html>
- 派遣先大学/Host university: クイーンズランド大学(UQ)
- プログラム期間/Program period: 8/19/2019~9/20/2019
- 東京大学での所属学部・研究科等/Faculty/Graduate School at UTokyo: 情報理工学系研究科
- 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:
修士論文を執筆するのに影響が少ないのでこの時期を選んだ。
■参加を決めるまでの経緯/How and why did you decide to participate?:
研究室や国際学会で海外の人と話す機会があり、語学力の重要性を感じたから。参加すると決めたのは申請締切の1週間前でした。直前に準備を始めたので慌てましたが、Go Global Centerで相談したところ丁寧に申請方法を教えていただき、助かりました。金銭的な負担のせいで参加するか迷いましたが、奨学金を使えば安く行けることを知ったので参加しました。

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

■概要/Overview:
宿題は頻繁に出される。先週に学んだ単語を使ったゲームなどを授業中にやっていた。ポスター発表練習は午後なのでたまにめんどくさかったが、なんだかんだ最後の発表会が一番楽しかった。
■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:
日本の大学院で行っていた研究に関する論文執筆をしていたので、平日は学習・研究以外の活動に取り組む時間がなかった。
■週末の過ごし方/How did you spend your weekends?:
ホストファミリーと自然公園に行ったりマーケットで買い物をしたりした。とても充実した週末を過ごせたと思う。

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

■設備/Facilities:
図書館は混んでいて、たまに空席を見つけるのが難しい。キャンパス内のWiFiは基本的に良いが、図書館はあまり良くなかった。ランチは高め。
■サポート体制/Support for students:

UQ の担当者の方 (Ian さん) と話したいと言うと簡単に話すことが出来たので良かった。

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 :

ホームステイ

■ 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 :

キャンパスからバスで 40 分程度の一軒家。Wifi あり。洗濯機・乾燥機あり。シャワーは短時間にと大学に言われたがホストファミリーはそこまで気にしないでと言っていた(なんだかんだ5分くらいで済ませた)。夜は真っ暗なので外を歩くのは怖かった(ホストファミリー曰く暗いけどとても安全な地域らしい)。付近は閑静な住宅街という感じ。大学の紹介(事前にとるアンケート結果からマッチングをしていたと思われる)。

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

ブリスベンの冬の終わりは朝晩がとても寒くて(一桁台)昼が温かい(25 度くらい?)ので、脱ぎ着しやすいパーカーやコートが必要。雨はほぼ降らなかった。大学周辺はブリスベン中心街やインドロピリーショッピングセンターがあったりして割と栄えている。交通機関はバスがとても発達していた。バス内で現在地が表示されないのが慣れないと難しい。食事は美味しかった。タイ人留学生の勧めでくれた「SPICY I'M THAI」というレストランのレッドカレーがとても美味しかった。大学キャンパス内のランチはたまにハズレもあるので注意が必要。

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

基本的にクレジットカード支払い。日本からは 120 ドルの現金を持参した。50 ドル紙幣は使いにくいから、20 ドル紙幣を持っていくと便利。バス料金の支払いはタッチ式のプリペイドカード(Go Card)。現金は友達との割り勘やマーケットでの買い物に使った。デビットカードを使った現地での現金引き下ろしもしたが、ATM 使用料が高かったので損した気分。

■ 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 :

ホームステイ先の地域(Kenmore)はとても治安の良い地域だと感じたが、夜になると真っ暗になるので夜遅く歩くのは怖い。医療関係事情はよくわからない。海外で体調を崩したくなかったので早く寝ることと十分な食事を摂ることを気をつけた。

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

バス、ホストファミリーの車に乗せてもらった

■ 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、ホストファミリーの 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 :

「UTAS での留学申請書(志望動機や語学スコア。スコアは必須ではなかった)、UQ への申請書(語学力や性格などについても記入する)渡航情報届(どの便に乗るかなど)、付帯海学(海外保険。義務)、航空券・ビザ申請、奨学金受給者は銀行口座情報・在籍確認・終了報告書。など」提出すべき書類がとても多いので、リストを作って書けるものは早め書いてしまうのが一番楽だと思います。特に UTAS での留学

申請書は分量が多いので時間に余裕を持つといいと思います。航空券は早ければ安く買えますが、プログラムの都合上便に制限がある可能性があるので注意が必要です。

■ビザの手続き/Procedures to obtain visas :

ETA を取得しました。オーストラリア内務省のホームページでも申請できますが料金がかかなり高いので、代行業者に頼みました。私はビューグラントという代行業者に頼み 500 円で 2 週間程度で終わりました。早めに申請する方が安いし、ミスがあったときの対処が楽なので、出来る限り早く手続きするいいと思います。

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

健康診断はやりませんでした。。。虫刺され薬と風邪薬を持参しました。クラスメートが現地で買ったトローチが強力すぎた(喉に麻酔がかかる感じだったそう)ので、日本の薬を持参するのが無難だと思います。

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

加入義務のある付帯海学に加えて、クレジットカードの保険と、学生共済の保険にも加入していました。自分が加入している保険が海外でも使えるかの確認は大切だと思います。

■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 :

所属研究室の指導教官に、留学のため研究室のミーティングに出れないことを伝えました。

■語学関係の準備/Language preparation :

リスニングが全く出来ないと辛いので、Youtube などで英語を聞く練習をしていました。あと、本郷で英語を喋りながらお昼を食べるイベントにたまに参加していました。

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	104,000 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.)	310,000 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)	9,000 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	6,000 円/JPY
交通費	13,000 円/JPY
娯楽費	10,000 円/JPY

■その他、補足等/Additional comments :

Optus の SIM カードが結構安かったです(5 週間 2,500 円で 20GB くらい使えた)。お昼を大学で買うと 4-500 円はしたので、スーパーで食材を買ってお昼を作る人が多かったです。スーパーがよく半額セールを

やっていたのでそれを狙うと安く済ませられます。UQ は週 3 回くらい朝に無料でフルーツとかを配ってました。

■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 :

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義、その他所感/Impact of the participation on yourself or your thoughts :

短い期間だったが、英語が話されている環境に身を置くことが出来たのはとても新鮮な経験だった。また、日本とは全く異なる国民性に触れられたのも面白かった。個人的にはオーストラリアの雰囲気をとて気に入りました。

■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 :

就職後に海外の研究者と交流する機会があったとしても、以前よりも自信を持てると思う。

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

研究職、民間企業モルフォ(スマートフォンなどの画像処理システムを作る会社)

■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 :

英語がうまく使えなくて不便を感じたことがあるけど、何となく留学を躊躇している方にこのプログラムはぴったりだと思います。短期派遣プログラムなら単位などの心配もいらなし事前準備も長期留学と比べれば少ないので、留学を躊躇している人でも敷居が低いと思います。

■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 :

地球の歩き方の海外旅行持ち物チェックリスト

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: 2019/9/30

- 参加プログラム/Program: キーンズランド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-UQ.html>
- 派遣先大学/Host university: キーンズランド大学(UQ)
- プログラム期間/Program period: 8/19/2019~9/20/2019
- 東京大学での所属学部・研究科等/Faculty/Graduate School at UTokyo: 新領域創成科学研究科
- 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:
社会に出る前に英語の習得が必要なため
■参加を決めるまでの経緯/How and why did you decide to participate?:
英語を勉強する機会を探していたところ、大学のサマープログラムなら奨学金がいくらもらえると聞いて申し込んだ。

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

■概要/Overview:
グループレッスンだがパートナーとペアで取り組む課題が多かった。
■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:
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:
テニス
■週末の過ごし方/How did you spend your weekends?:
旅行

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

■設備/Facilities:
図書館は自由に使えた。テニスコートが毎週金曜の午後に無料で使えた。食堂は日本ほどは充実していない。
■サポート体制/Support for students:
サポートはあったがいつも混雑していた。

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:
ホームステイ

■ 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 :

大学の紹介

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

気候は冬なので過ごしやすかったが、朝晩は思ったより寒かった。交通機関はバスしかないが自分のホームステイの場所は便が良かった。食事は肉とじゃがいもがメインで時々胃がもたれた。

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

ほとんどクレジットカードだったので現金は必要なかった。

■ 治安、医療関係事情、心身の健康管理で気をつけたこと等、危機管理/Aspects of risk and safety management, local health care system, and any actions taken to maintain your health :

治安が良かったので特に心配はなかった。

■ 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, フェリー

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

キャンパス Wifi, SIM, ホームステイ wi-fi

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 での志望理由の提出

■ ビザの手続き/Procedures to obtain visas :

観光用ビザ、5 分程度で簡単に取得できた

■ 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 :

大学に指定されたものに加え

■ 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 :

簡単な書類の提出および研究室の教授のサイン

■ 語学関係の準備/Language preparation :

元々内定者トレーニングの一環として Berlitz の個人レッスンを 5 月から受けていた

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	105,000 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.)	320,000 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	25,000 円/JPY
交通費	15,000 円/JPY
娯楽費	70,000 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 :	
140,000 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 :	
今後の英語の学習のモチベーション向上	
■ 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 :	
今回始めて海外で比較的長期間暮らし、働き始めたあとに海外トランスファーを希望することも考えるようになった	
■ 進路・就職先(就職希望先)/Career/Occupation (planned) :	
民間企業戦略コンサルティング、マッキンゼー・アンド・カンパニー日本支社	
■ 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 :	
とても良い経験になると思います。	
■ 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 :	
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: 2019/9/27

- 参加プログラム/Program: クイーンズランド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-UQ.html>
- 派遣先大学/Host university: クイーンズランド大学(UQ)
- プログラム期間/Program period: 8/19/2019～9/20/2019
- 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:

私は学部 4 年生なのですが、実は今年の春に初めてこのようなプログラムの存在を知りました。次の冬にも同様のプログラムもあるとのことでしたが、個人的な理由でその時期に参加することができないため、この夏のプログラムが学生として短期留学するラストチャンスだと思い、この時期を選びました。

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

今年の 5 月ごろに、以前同様のプログラムに参加した知り合いの紹介で参加しようと思いました。以前から英語や海外の文化を学ぶために留学はしたいけど留年はしたくないな...と思っていた自分にとって海外を経験する絶好の機会だと思いましたし、私は4年生であるためこれが学生として留学するラストチャンスかもしれないと思ったことが主な動機です。就活も終わっていたので特に懸念点はなく、すぐに申請しました。

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

■概要/Overview:

平日毎日 4 時間行われる通常授業は双方向的な授業で、文法、単語、リーディング、リスニング、ライティング、スピーキングがバランスよく学習できました。予習復習を含めた課題は量はそんなに多くありませんが割と毎日出ます。また最後にはテストもあるのでコツコツ復習しておくのと良いかもしれません。週二回各 2 時間のアカデミックモジュールに関しては ALESA のような感じで、テーマを決めて調査を行い、ポスターを作り発表するというものでした。後半は調査やポスター制作などでかなりきつかった記憶もありますが、色々な人の発表が聞けて楽しかったです。

■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:

英語学習に専念したかったため。家の門限が早くに設定されていたため。

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

友達と観光地に出かけたり、一人で街をブラブラしたり、ホストファミリーと旅行に行ったり、家でゆっくりしたりと、良い時間を過ごすことができました。

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

■設備/Facilities:

図書館、ジム、食堂、wifi が使えます。

■サポート体制/Support for students:

語学の授業はレベル別にとっても丁寧な指導してくれました。その他、声をかければ学習面、生活面、精神面の相談も乗ってくれそうでした。

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:

ホームステイ

■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:

大学からの紹介です。家は二階建てで、自分の部屋(机、タンス、クローゼット、ベッド付き)もありました。大学までバスで40分ほどとややアクセスは悪かったですが、家の設備はとても素晴らしかったです。

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

基本的に晴れです。雨に降られた記憶はほとんどありませんでした。朝晩が冷えるので長袖のある程度厚い上着が必須ですが、昼になると25度くらいまで上がり日差しも強いので薄長袖、半袖で大丈夫でした。日較差が大きいので調節可能な服装がベストです。大学周辺は整備されており、近くにレストランやスーパーなどもあったようですが、キャンパス内のショップが充実しているので使いませんでした。ブリスベンの交通機関はバス、電車、フェリーが使えます。大学に行く際はバスを使うのが主流だと思います。GO card というカード(PASMO みたいなもの)がとても便利なので使うと良いです。バスは乗り降りの際に自分で運転手に知らせないといけないので、最初は戸惑いましたが慣れると大丈夫でした。朝ごはんはセルフで、僕はシリアルを食べていました。昼ごはんはキャンパスでハンバーガーやサンドイッチなどを食べました。ホームステイでの食事はオーストラリアらしく肉料理中心でした。はじめの方は味付けが少し口に合わなかった気もしましたが、食べていると慣れてきました。しかし食事の要望は通りやすいので、困ったら相談すべきです。

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

ブリスベン空港で20,000円ほど日本円から換金しましたが、基本的に全てクレジットカードが使えたので何の問題もありませんでした。

■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:

治安はとても良いので心配する必要はないと思います。乾燥しているので保湿が必要な人はそのようなものを持って行くといいです。日差しも強いので日焼け止めは必須です。途中で一度ホームシックになったのですが、現地の友達と気持ちを共有したりすること3日くらいで治りました。心の健康のためには話すことが大事だと思います。

■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、フェリー

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

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 :

クィーンズランド大学への申請・授業料の支払い、留学保険加入、奨学金や渡航支援金の申請、教養学部への申請、(持っていない人は)パスポートの取得といった手続きが必要でした。いずれも厳守のものであり、あまり時間に余裕もないので早めの準備することをお勧めするとともに、わからないことがあれば担当の人に聞くと良いと思います。提出物が複数あり煩雑ではありますが、事前にやるべきことチェックリストを大学からもらっていたので、そう困難ではありませんでした。

■ビザの手続き/Procedures to obtain visas :

オーストラリア特有の ETAS という短期用のビザを取得しました。オンライン申請が可能で、即日取得できました。

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

健康診断のみして行きました。目薬などの常備薬も持って行きました。(液体を飛行機で運ぶ際は注意事項があるので確認した方が良いでしょう。)

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

大学が紹介した保険に加入しました。現地に書類を持っていくことを忘れないようにしましょう。また OSSMA にも加入しました。

■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 :

学部の教務課に留学先や期間などを記した書類を提出したのみで、それ以外のことは特に行なっていません。

■語学関係の準備/Language preparation :

留学前に受けた TOEIC は 910 点でした。また英語の授業や海外の学生との交流プログラムなどを通して日頃からある程度は英語に触れていたため、話すことが決して得意ではないが苦ではないというレベルだったと思います。一応、単語帳(ターゲット 1900 くらいのレベルです)を一冊買って暗記して行きました。

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	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.)	310,000 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)	10,560 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 :

OSSMA に加入する際に 3,240 円かかりました。

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

家賃	0 円/JPY
食費	30,000 円/JPY
交通費	10,000 円/JPY
娯楽費	50,000 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 :	
渡航支援金を 160,000 円頂きました	
■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 :	
<p>参加した意義を最も端的に述べると「日本を相対化することができた」ということに尽きると思います。私はこのプログラムまで日本から出たことがなく、日本の当たり前を当たり前だと思いながら生きてきました。しかし一度日本を出て実際の家でホームステイをしたり、生活をしたことによって、他の国には他の国の当たり前があるんだ、日本はただの一つの国に過ぎないんだ、と少し俯瞰的に日本という国を捉えることができるようになった気がします。英語学習についても、一ヶ月ほどの滞在ですごく上達したとは言えませんが、自分の英語の長所や短所、改善方法などが明確になったとともに、自分の英語が意外と海外でも通用するという事に少し自信も持ちましたし、英語を話すことに抵抗を感じなくなりました。これからの人生につながるステップだったと感じます。その他、同じ大学や海外の友達と話したり観光に行くことも純粋にとっても楽しく、いい思い出になりました。小さな後悔(もっとホストファミリーと話せばよかった...やもっと勉強すればよかった...など)は数えればいくつも出てきますが、満足していない点はありません。(むしろ、何事も自分が満足できるように積極的に行動することが大事である、ということが今回学んだことの一つだと思います。)全体として自分の人生にとって大変意義深く、そして記憶に残るプログラムだったと思います。</p>	
■今後のキャリアに対する考え方や就職活動に与えた影響/Impact of the program on your thoughts for a career or job hunting :	
<p>以前はなんとなく海外で働ければなあと考えていましたが、やはり海外という舞台で色々なバックグラウンドを持つ人と仕事をするのは魅力的だと考えるようになり、これから社会人になっても英語などを勉強する計画を立てていこうと思っています。海外で働くことに対する曖昧な憧れが、具体的な目標に変わりました。</p>	
■進路・就職先(就職希望先)/Career/Occupation (planned) :	

民間企業博報堂という広告代理店に就職する予定です。

■ 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 :

私は学部 4 年生なのですが、もっと早く参加しておけばよかった！と心から思います。(物事に遅すぎることはない、ということもこのプログラムで学んだことですが。)日本から離れて自分や日本という国を相対的に眺め、ホームステイをしながら海外の文化に触れ、腰を据えて英語を勉強する機会というのは滅多にないと思います。素晴らしい機会になること間違いなしだと思うので、迷っているのであれば参加した方が良いでしょう。

■ 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 :

Go global のサイト、留学のための持ち物チェックリストのサイト(<https://ryugaku-au.net/information/baggage/>)を使用しました。ブリスベン観光についてはこのサイトを現地で紹介されました。(https://www.visitbrisbane.com.au/whats-on?sc_lang=en-au)

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: 2019/9/24

- 参加プログラム/Program: キーンズランド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-UQ.html>
- 派遣先大学/Host university: キーンズランド大学(UQ)
- プログラム期間/Program period: 8/19/2019~9/20/2019
- 東京大学での所属学部・研究科等/Faculty/Graduate School at UTokyo: 工学系研究科
- 学年(プログラム開始時)/Year at the time of Study Abroad: 博士 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:

・夏休み期間中であったため。・D3 になりまとまった時間が取りづらくなる前に、海外留学に行きたかった。

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

海外での生活体験がしたかったため、募集を見たときに参加したいと思い、担当教官に相談した。独立家計のため、費用(派遣費用と、派遣中に働くことのできない分)の問題が大きかったが、奨学金をいただけることになり、意志が固まった。

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

■概要/Overview:

週 2 日はアカデミック・イングリッシュ(各週ごとにテーマが設定されており、大学の講義や論文を利用する手法の勉強)、週 3 日は IELTS 対策の授業(テキスト使用)だった。毎日宿題が出されるため、それなりに時間は取られたがしっかり勉強できた。基本授業は午前中しかないが、午後には ICTE によるアクティビティが組まれていて、自由に参加することができた。

■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:

美術館や博物館や建築ツアーなどが無料のものが多く、休日や放課後で時間があるときはできるだけ足を運ぶようにしていた。また映画も料金が非常に安く(500 円以下)、英語の勉強にもなるため観に行くようにしていた。

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

・ブリスベン市内の文化施設に行く・ホストファミリーと過ごす(川沿のサイクリング、家でリラックス)・遠出する(ゴールドコーストなど)・勉強する(宿題が多めに出されるため)

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

■設備/Facilities:

各学部ごとに図書館がたくさんあり、加えて美術館などでも勉強することができた。大学のアカウントを与

えてもらえるため、WiFiの利用だけでなく、協定している海外ジャーナルなどにもアクセスできるのはありがたかった。

■ サポート体制/Support for students :

ICTE 内のサポート体制がシステム化されてしっかりとしていたので、困ることは特になかった。APP などを使った授業運営や宿題が多いのが特徴的だった。(スマホなどを持っている前提で授業が進む)

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 :

ホームステイ

■ 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 :

大学から指定されたホームステイ先だった。個室とベッド・勉強机・クローゼットなどが与えられていて、家の鍵をもらって自由に出入りできた。

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

ほとんど快晴で天気が良い。大学が広いので周辺に歩いて出ていくことは少なく、皆遊びに行くときはバスやフェリーで CBD まで出ていた(バスで 10 分くらい)。大学内にもカフェやフードコートが充実していて、色々な国の食事が比較的low価格で楽しめた。

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

授業料は FAX でクレジットカード情報を送る形で支払い手続きをした。事前に現金を 30,000 円分換金して持って行ったが、ほとんどすべてクレジットカードで支払えたため、必要なかった(クレジットカードの方が割りがいいので)。念の為クレジットカードは 3 枚持っていった。海外での口座開設やキャッシングサービスは利用しなかった。

■ 治安、医療関係事情、心身の健康管理で気をつけたこと等、危機管理/Aspects of risk and safety management, local health care system, and any actions taken to maintain your health :

治安はととてもよく、街中でも夜道を一人で歩いても怖い思いをしたことは一度もなかった。疲れを感じた日は、すぐに寝ることを優先した。ホストファミリーが様子を見て薬などを勧めてくれた。

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

列車, バス, レンタサイクル, ترام

■ 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 :

指導教官の許可とサインを得るプロセスに少し手間がかかりました(スキャンしてアップロードする必要があったため)。ホームステイ先への事前情報(趣味や性格)が、現地でのホストファミリーとのコミュニケーションや大学によるマッチングに重要だと感じた。

■ ビザの手続き/Procedures to obtain visas :

オーストラリア政府のサイトからオンライン上で手続きした。(期間的には観光ビザで十分だが、学生ビザを取得すると現地でアルバイトができるとのことだった。なお、学生ビザには8割の出席条件があるとのことだった。)

<p>■医療関係の準備/Preparations or actions taken to maintain your health :</p> <p>バスが毎日使う主要な交通機関であり、かつ揺れが大きかったので、酔い止めは多めに持っていくのが良いと感じた。また、寒暖差や疲れで体調を崩すので、風邪薬はあった方が良かった。</p>
<p>■保険関係の準備/Preparations/procedures for insurance :</p> <p>大学が指定した保険に入ったため、特にアドバイスなどはありません。</p>
<p>■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 :</p> <p>特にありません。</p>
<p>■語学関係の準備/Language preparation :</p> <p>特にありませんが、英文法の参考書を現地に持参しなかったことを後悔しました。</p>

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

<p>■参加するために要した費用/Expenses of participation :</p>	
航空費	135,000 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.)	310,000 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)	8,000 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)	2,000 円/JPY
<p>■その他、補足等/Additional comments :</p>	

<p>■留学先で費やした生活費/Overall expenses spent during the program :</p>	
家賃	0 円/JPY
食費	20,000 円/JPY
交通費	15,000 円/JPY
娯楽費	20,000 円/JPY
<p>■その他、補足等/Additional comments :</p>	

<p>■プログラム参加のための奨学金の受給有無/Scholarships to participate :</p>	
<p>受給した</p>	
<p>■奨学金の支給機関・団体名等/Name of the source of the scholarships :</p>	
<p>日本学生支援機構(JASSO)</p>	
<p>■受給金額(月額)/Monthly stipend :</p>	
<p>70,000 円</p>	
<p>■受給金額についての補足等/Additional comments about the monthly stipend :</p>	
<p>渡航支援金 160,000 円</p>	
<p>■奨学金をどのように見つけたか/How did you find the scholarships? :</p>	

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 :

海外でわからないことがあったときに、自分で質問してどのように対応するのか学ぶことができた。長期的に過ごす抵抗感が低くなった。また、一旦離れることで日本での生活がかなりストレスフルになってしまっていたことに気づくことができた。

■今後のキャリアに対する考え方や就職活動に与えた影響/Impact of the program on your thoughts for a career or job hunting :

就職先として、海外を視野に入れようと思う。

■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 :

普段何気なく過ごす 1 ヶ月が、こんなに長くてたくさんのことを経験して学ぶことができるのかと驚きました。気軽に話しかけてくれる人も多く、想像以上に現地の人とコミュニケーションする機会がたくさんありました。頭で色々考えるよりも、行ってみて現地で感じる方が一番よくわかると感じた。

■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、Google Map

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: キーンズランド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-UQ.html>
- 派遣先大学/Host university: キーンズランド大学(UQ)
- プログラム期間/Program period: 8/19/2019~9/20/2019
- 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:
英語学習
■参加を決めるまでの経緯/How and why did you decide to participate?:
時間がある二年生のうちに語学力向上を目指して決めた。費用面で迷ったが、親が応援してくれた。

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

■概要/Overview:
午前中に授業。午後は自由時間。適当な宿題も出された。しかし、もう少し課題が多くてもよいと感じた。
■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:
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:
アクティビティ
■週末の過ごし方/How did you spend your weekends?:
旅行

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

■設備/Facilities:
基本的に全て揃っていた。
■サポート体制/Support for students:
特にお世話にはならなかったが、十分なサポートがあると感じた。

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:
ホームステイ
■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:
学校指定

■ 気候、大学周辺の様子、交通機関、食事等/Climate, environment around the institution, transportation, food, etc. :
晴ればかり。冬だが日本より温暖。乾燥していた。バス移動が主。食事はおいしい。
■ お金の管理方法、現地の通貨事情/Management of money and situation about local economy :
ほぼカードのみで充分。
■ 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 :
治安はよい。一応セキュリティポーチは使用していた。
■ 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 :
書類、ビザ登録
■ ビザの手続き/Procedures to obtain visas :
ETA 電子ビザ、時間はかからなかった
■ 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 :
学校指定の保険
■ 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 :
進振り参加可能か確認
■ 語学関係の準備/Language preparation :
洋画見るくらい

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	85,000 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.)	350,000 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)	20,000 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 :	
雑費 10,000 円ほど	

■ 留学先で費やした生活費/Overall expenses spent during the program :	
家賃	0 円/JPY
食費	35,000 円/JPY
交通費	20,000 円/JPY
娯楽費	70,000 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 :	
語学力向上だけでなく、海外で生活する感覚、日本語を話さない相手とコミュニケーションを取る感覚などが養われた。	
■ 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 :	
英語学習により関心が出た。また、今まで考えていなかったが、海外で働くまたは生活するという選択肢を持てるようになった。	
■ 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 :	
今一度語学の基本はしっかりと確認してから行った方がよい。	
■ 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	

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: 2019/9/26

- 参加プログラム/Program: クイーンズランド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-UQ.html>
- 派遣先大学/Host university: クイーンズランド大学(UQ)
- プログラム期間/Program period: 8/19/2019~9/20/2019
- 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

<p>■参加にあたってこの時期を選んだ理由/Reason for choosing this period to participate:</p>
<p>できる限り早く海外の大学で勉強するという経験をしたかったため、2年生になって時間的・金銭的な余裕ができたこともあり、2年の夏休みに参加しようと考えた。</p>
<p>■参加を決めるまでの経緯/How and why did you decide to participate?:</p>
<p>英語を話すことが苦手だったので、1ヶ月程度のプログラムに参加したいと前から思っていた。友達が去年度のウィンタープログラムに参加してニュージーランドの大学に行っており、非常に良さそうだったのでこの夏のサマープログラムに参加しようと思って募集を開始次第すぐにこのプログラムに応募することを決めた。</p>

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

<p>■概要/Overview:</p>
<p>基本的にリーディング・リスニング・ライティングをバランスよく扱っていたが、どの内容でもディスカッションをたくさんしたため、たくさん英語を話した。授業の雰囲気はとても明るく、英語を話しやすい環境だった。</p>
<p>■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:</p>
<p>取り組んでいない</p>
<p>■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:</p>
<p>観光していたから。</p>
<p>■週末の過ごし方/How did you spend your weekends?:</p>
<p>ゴールドコースト、モートン島、シドニー、サンシャインコーストを訪れた。</p>

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

<p>■設備/Facilities:</p>
<p>図書館は広い。ジムも設備が充実しているが一回あたり14ドルかかるのでそこそこ高い。wifiは利用しなかった。フードコートは美味しいものが揃っているが値段は安くはない。</p>
<p>■サポート体制/Support for students:</p>
<p>各方面のサポートは存在していたが、特に利用しなかった。</p>

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 :
ホームステイ
■ 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 :
大学からの紹介
■ 気候、大学周辺の様子、交通機関、食事等/Climate, environment around the institution, transportation, food, etc. :
夜はかなり寒く、昼は暖かい。日差しが強いので日焼け止め・帽子・サングラスは必須。また、かなり乾燥しているので保湿アイテムもあったほうがよい。
■ お金の管理方法、現地の通貨事情/Management of money and situation about local economy :
デビットカードを持って行って現地の ATM でオーストラリアドルを引き下ろした。クレジットカードは割とどこでも使える。屋台でも普通に使えた。
■ 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 :
街灯が少なく、住宅街だと夜は真っ暗でかなり危険。夜遅くなる時は家まで Uber で帰ることも考えたほうが良いと思う。治安は非常に良い。街も綺麗で、ゴミは少ない。
■ 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, 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 :
パスポート情報、渡航情報届、OSSMA の申請をインターネット経由で提出した。僕は OSSMA の存在を忘れていて期限を過ぎての提出になってしまったので期限はしっかりチェックすることをお勧めします。
■ ビザの手続き/Procedures to obtain visas :
ETAS。インターネットで簡単に申請できる。オーストラリア大使館経由よりも日本の代理店経由の方が安いです。
■ 医療関係の準備/Preparations or actions taken to maintain your health :
市販の風邪薬、胃腸薬を持っていった。割と風邪をひく人が多く、現地で買える薬は日本のものよりかなり強い(友達によると喉の薬に麻酔薬が入っていたらしい)ので、日本から持っていったほうが良いです。
■ 保険関係の準備/Preparations/procedures for insurance :
東大に加入するよう指示された保険に加入しました。手続きのための封筒が届くまで割と時間がかかった覚えがある。
■ 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 :
アドミニストレーション棟で教務課の人にハンコをもらいました。
■ 語学関係の準備/Language preparation :
英語圏の国に行ったことがなく、スピーキングが不安だったので成田空港で英会話の参考書を買ったが結局ほとんど使わなかった。一番大事なのはわからなかった時にしっかり聞き返すことだと思う。

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	125,000 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.)	330,000 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)	8,000 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	20,000 円/JPY
交通費	20,000 円/JPY
娯楽費	100,000 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 :	
今回のプログラムは何よりも英語のスピーキング能力を伸ばすことを目的として参加した。このプログラムを通してスピーキング能力が劇的に向上したとは言えないが、自信はかなりついたので満足している。	
■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 :	
海外の大学の授業は日本とかなり異なっているのが興味深かった。海外の大学で勉強する意義は、語学	

学習以外にも様々な環境の経験にも見いだせそうだ。

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

民間企業 IT 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 :

案外なんとかなるのでとりあえず一回行ってみましょう！

■ 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 :

海外旅行の持ち物をまとめたサイト

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: 2019/9/19

- 参加プログラム/Program: キーンズランド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-UQ.html>
- 派遣先大学/Host university: キーンズランド大学(UQ)
- プログラム期間/Program period: 8/19/2019～9/20/2019
- 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

<p>■参加にあたってこの時期を選んだ理由/Reason for choosing this period to participate:</p> <p>進振りが確定し、2年後期以降は忙しくなることが分かっていたため。</p>
<p>■参加を決めるまでの経緯/How and why did you decide to participate?:</p> <p>留学を体験してみたいと思っており、多忙な医学部が始まる前に参加できるプログラムを探していた。英語が苦手でも参加できる、またホームスティが出来るプログラムであったので、このプログラムを選択した。</p>

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

<p>■概要/Overview:</p> <p>最初のクラス分けテストの結果 GE-6 に配属された。クラスは午前4時間の授業で、間に30分休憩があった。授業はアクティブラーニングで、リーディング、リスニングした内容を他の人と確かめたり、話し合った内容をライティングしたり、といった形式だった。授業の冒頭にスピーキングやボキャブラリーを復習するためのアクティビティーがあるので、クラスメイト全員と仲良くなり、また常に英語に触れ続ける事ができる。文法は習ったものの普段は使わないレベル、ボキャブラリーは聞いたことがないものが多く、学びづくしの授業であった。課題もかなり多いが、放課後遊びに行っても十分こなせる量である。午後はポスタープレゼンテーションに関する授業であった。ALESS に近い内容で、UQ の大学生にインタビューした内容を元にポスターを作り、発表するという内容であった。アクティビティやワークショップにも数回参加した。</p>
<p>■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:</p> <p>文化活動</p>
<p>■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:</p> <p>WASABI という、日本語を勉強するサークルの活動に参加した。</p>
<p>■週末の過ごし方/How did you spend your weekends?:</p> <p>友人と出かけた。泊まりで出かけたことも多かった。</p>

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

<p>■設備/Facilities:</p> <p>ジムは基本的な器具が揃っている。食堂も数カ所あり、椅子に座って食事をとることが出来る。</p>

■ サポート体制/Support for students :

レセプションに行けば、観光の際の割引チケットがもらえる。

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 :

ホームステイ

■ 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 :

大学からの紹介でホームステイをした。個室に加えて個人のバスルームがあった。シャワーは1日4分以内という指定だったが、その他は自由だった。

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

雨は殆ど降らず快適な気候であった。日差しが強いので日焼け止めが必須である。大学周辺には何もないので、バスを利用して街、ショッピングセンターなどで放課後を過ごした。基本はバス移動だが、歩く事も多い。週末などは電車やUberも利用することがある。公共交通機関はGo Cardを購入して利用する。時間は前後数分ずれることがほとんどなので、注意を要する。食事は問題なかった。

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

海外送金は日本の銀行口座から行った。現地ではカードでしかイベントの予約が出来ないことも多いので、クレジットの携帯は必須である。Visaは比較的使えるが、利用できない場合も多々ある。そのような場合を考慮して現金をある程度所持して置くのが無難である。

■ 治安、医療関係事情、心身の健康管理で気をつけたこと等、危機管理/Aspects of risk and safety management, local health care system, and any actions taken to maintain your health :

治安は良く、基本的に夜でも安心して一人で出歩くことが出来る。治安が悪い場所は見て分かるので、一人のときは避けることが可能である。

■ 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, 路面電車

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

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、提出書類は膨大なので、時間に余裕を持って着手すると良い。基本的にはプログラムの説明資料とガイダンスで配られるリスト通りに行えば良いが、メールで連絡が来る事も多いので頻りにチェックする必要がある。前期教養は別に提出書類があるので、ホームページの海外渡航に関する内容を確認するとよい。

■ ビザの手続き/Procedures to obtain visas :

観光ビザ(ETA)をインターネットで取得した。

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

健康診断、予防接種は特別に行っていない。常備薬は日本で準備し持ち込んだ。

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

資料に従い、東大指定の保険のみに入った。保険証が届くのに時間がかかるので、早めに申し込む必要

がある。

■ 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 :

OSSMA の登録、海外渡航届の提出

■ 語学関係の準備/Language preparation :

英語は苦手科目である事に加え大学に入ってから取り組んでいなかった。渡航前後で比較するために、渡航前に TOEFL を受けたが、芳しくない成績だった。特にスピーキングは簡単な内容ですら伝えられないレベルだった。

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	200,000 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.)	300,000 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	25,000 円/JPY
交通費	15,000 円/JPY
娯楽費	50,000 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 :

このプログラムに参加したことで、リスニングやリーディングの力は上がったと感じる。しかしそれ以上に、コミュニケーション能力、企画能力、発言力など英語に限らない根本的な部分の力は参加前と比べてかなり身についた。スピーキングは、日本に帰ってからどのように学習すれば良いか方針が立った。

■ 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 :

他国からの留学生が様々なバックグラウンドを持っているという事実を目の当たりにして、自分の興味があることを追求するというキャリア形成の方法も選択肢に入るようになった。

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

専門職(法曹・医師・会計士等) 医師

■ 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 :

UQ のプログラムは英語が苦手でも全く問題なく参加できます！ 悩んでいるようであれば、申し込むことをお勧めします。視野が広がると思います！

■ 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 :

国際交流課ホームページ

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: 2019/9/22

- 参加プログラム/Program: キーンズランド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-UQ.html>
- 派遣先大学/Host university: キーンズランド大学(UQ)
- プログラム期間/Program period: 8/19/2019~9/20/2019
- 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:

長期休み期間で、授業に影響を出さないから。また、留学の検討を始めたのが大学 1 年の終わりであったため、一番早く参加できる時期が夏休みであったから。

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

もともと短期留学に行ってみたく思っていたので、大学 1 年の終わり頃からサマープログラムへの参加を決めていた。参加する際には、一番期間が長かったことが、UQ のプログラムを選ぶ一番の理由となった。

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

■概要/Overview:

授業は午前だけ。宿題はさほど多くなく、困らなかった。午後の東大生向けの授業では、ポスターセッションをやったが、そのために campas survey をやったのが大変だった。

■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:

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:

金曜日の午後にある、ICTE のスポーツアクティビティに参加した。テニスをしたが、貸出のテニスラケットはボロボロだったり軟式だったりして、使い勝手は良くなかった。

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

週末は毎週どこかに出かけた。飛行機を使った移動や宿泊はしなかった。

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

■設備/Facilities:

スポーツ施設はとても充実していた。wifi は、大学の wifi だけでなく、eduroam も利用することができた。

■サポート体制/Support for students:

ICTE のスタッフは時間があるときは丁寧に対応してくれた。最初の週など、話したいことがある人が多いときは、あまり丁寧に対応してくれなかった。また、メールが届かない不具合があり、何度も相談したが、結

局根本的な解決はしてもらえず、他の人にメールが届いていないか聞かないと何も情報がわからず苦労した。

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 :

ホームステイ

■ 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 :

大学の指定によりホームステイだった。家庭環境は家により様々であった。

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

朝晩が思ったよりも寒かった。バスは、次の駅のアナウンスも表示もなく、10分以上の遅延がよくあったり、場合によっては早く出発したりして、交通機関が不便であり、google map なしでは生活できなかった。

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

どこでも基本的にクレジットカードが利用できた。少額でも使えた。現金はあまり必要なかったように思う。

■ 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 :

治安はとても良かったが、家の周辺は街灯が少なく、夜に歩くのはかなり怖かった。

■ 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 :

提出書類が多く、大変だった。早めから準備したほうが良いと思った。

■ ビザの手続き/Procedures to obtain visas :

ETA をネットで申請。手続きはさほど時間がかからなかった。

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

オーストラリアの春に当たる時期だったので、花粉症の処方箋薬を持参した。オーストラリアでの税関は聞いていたほど厳しくなかった。

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

保険関係は、大学の指示に従った以外何もしなかった。

■ 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 :

前期教養学部の指示に従った。提出期限は渡航 10 日前などあまり厳しくなかった。

■ 語学関係の準備/Language preparation :

特にない。

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

124,410 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.)	310,000 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)	8,910 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 :	
教科書代は授業料に含まれていた。	

■留学先で費やした生活費/Overall expenses spent during the program :	
家賃	0 円/JPY
食費	35,000 円/JPY
交通費	11,000 円/JPY
娯楽費	30,000 円/JPY
■その他、補足等/Additional comments :	
家賃はホームステイ代が授業料に含まれていた。通信費は、SIM カードを変え、42 オーストラリアドルを使った。	

■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 :	
リスニング力は一時的ではあるかもしれないが、少し上がったと思う。また、文法的に正しく話せないが、即座に返答する力はついたと思う。様々な国の人と話すのは、いろんな考え方や制度の違いに触れられて面白かった。	
■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 :	
特にない。ただ、思っていたよりも現在の語学力で生活にはさほど困らないのだなと思った。	
■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 :

短期留学ではあまり語学力が向上しないというのは本当だなと感じましたが、それでもリスニング力などは多少の向上を感じられました。また、英語の勉強へのモチベーションは向上したので、行った意味はあったのではないかなと思います。

■ 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 :

特にはないです。

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: 2019/10/4

- 参加プログラム/Program: キーンズランド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-UQ.html>
- 派遣先大学/Host university: キーンズランド大学(UQ)
- プログラム期間/Program period: 8/19/2019~9/20/2019
- 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:
自由に使える最後の夏休みだと思ったから
■参加を決めるまでの経緯/How and why did you decide to participate?:
留学説明会で行こうと思った。ALESA の授業を通して英語力に不安を感じたため。

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

■概要/Overview:
少なめの宿題が出ます。会話が中心の授業で楽しかったです。
■学習・研究以外の活動で取り組んだもの/Activities you took part in other than study/research:
スポーツ, 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:
conversation club への参加、現地学生との交流
■週末の過ごし方/How did you spend your weekends?:
ゴールドコーストに旅行、映画、ショッピング

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

■設備/Facilities:
広くて充実しています。
■サポート体制/Support for students:
ホームステイ担当のお姉さんの愛想が悪かったです。

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:
ホームステイ
■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:
家庭によって QOL や楽しさが違うのだらうなと思いました。

■ 気候、大学周辺の様子、交通機関、食事等/Climate, environment around the institution, transportation, food, etc. :
昼は暑く夜は寒かったです。湿度が低いので快適でした。物価が高く、食事の味にも期待できません。
■ お金の管理方法、現地の通貨事情/Management of money and situation about local economy :
クレカをよく使いました。
■ 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 :
治安は良いと思います。
■ 自由時間に利用した交通手段/Means of transportation in your free time :
列車, バス, フェリー
■ プログラム期間中に利用したネット環境/Internet service usage during the program :
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 :
特にありませんでした。
■ ビザの手続き/Procedures to obtain visas :
観光ビザです。
■ 医療関係の準備/Preparations or actions taken to maintain your health :
特にありませんでした。
■ 保険関係の準備/Preparations/procedures for insurance :
指定のものに入りました
■ 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 :
特にありませんでした
■ 語学関係の準備/Language preparation :
特にしませんでした

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	110,000 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.)	320,000 円/JPY
教科書代・書籍代/Textbook / Book	10,000 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)	8,000 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)	8,000 円/JPY
■ その他、補足等/Additional comments :	
現地交通費 15,000 円、食費 10,000 円	

--

■ 留学先で費やした生活費/Overall expenses spent during the program :	
家賃	100,000 円/JPY
食費	10,000 円/JPY
交通費	15,000 円/JPY
娯楽費	40,000 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 :	
英語を喋ることに対して臆病ではなくなったと感じます。	
■ 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 :	
海外の生活スタイルに触れて、海外に住みたいと考えるようになった。	
■ 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 :	
自分が行きたい街に行きましょう。	
■ 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 :	
特にありません。	

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: 2019/9/21

- 参加プログラム/Program: キーンズランド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-UQ.html>
- 派遣先大学/Host university: キーンズランド大学(UQ)
- プログラム期間/Program period: 8/19/2019~9/20/2019
- 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:
3年になったらインターンシップを始めた方がいいと思ったので、時間がなくなると思ったから。
■参加を決めるまでの経緯/How and why did you decide to participate?:
英語を学ぶコンテンツだったのと、ホームステイできるので、オーストラリアの文化を学べると思った。

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

■概要/Overview:
復習も授業内でしっかりやってくれます。午後の授業が意外と忙しく、聴講の制度をあまり活用できなかったのが残念です。
■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:
思ったよりも時間がなかった。
■週末の過ごし方/How did you spend your weekends?:
遠出して観光

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

■設備/Facilities:
フードコートが少し高かったです。
■サポート体制/Support for students:
しっかりしています。

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:
ホームステイ
■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:

大学からの紹介です。

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

天気はずっと晴れです！冬は暖かいと思いきや意外と寒いので、長袖メインに持っていくことをおすすめします！

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

基本クレジットカード支払いでした。

■ 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 :

治安は結構いいです。

■ 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 :

海外渡航届、留学先や保険会社に対する振込やその証明書、事後報告書など色々書いていて途中で意味が分からなくなるかもしれませんが、本当に提出するものはわずかです笑。

■ ビザの手続き/Procedures to obtain visas :

オーストラリア政府に対して登録する必要がありますが、ネットで一瞬で終わります。

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

特にしてません。

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

前期教養は OSSMA が義務づけられています。(最初知りませんでした。)海外渡航用の学生保険を大学側から指定されたのでそれに入りました。

■ 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 :

前期教養の方に海外渡航届を提出しました。

■ 語学関係の準備/Language preparation :

特にしてません。

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	120,000 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.)	350,000 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	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	10,500 円/JPY
交通費	30,000 円/JPY
娯楽費	7,000 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 :	
交通機関が不便だったので、あまり遅くまで出歩けず、そこまで交友関係を広げられなかった。	
■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 :	
自分の英語力不足を再認識した。また語学力の重要性も再認識できた。	
■進路・就職先(就職希望先)/Career/Occupation (planned) :	
公的機関	
■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 :	
何か問題があればスタッフや友人が助けてくれるので、あまり気を張らないで楽しめると思います！	
■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 :	
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: 2019/10/12

- 参加プログラム/Program: キーンズランド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-UQ.html>
- 派遣先大学/Host university: キーンズランド大学(UQ)
- プログラム期間/Program period: 8/19/2019~9/20/2019
- 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:
学生生活に慣れ、余裕が出てきたから。
■参加を決めるまでの経緯/How and why did you decide to participate?:
前年度サマープログラムに参加した友人が楽しそうだったので。特に迷いなく決めた。

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

■概要/Overview:
授業は会話やアクティビティが非常に多くとても楽しく学習できた。
■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:
IELTS の勉強と授業の予復習がかなり忙しかった。授業後の時間は vygo というアプリでかなり有意義に過ごせたので他のアクティビティの必要性をあまり感じなかった。
■週末の過ごし方/How did you spend your weekends?:
周辺に旅行

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

■設備/Facilities:
wifi が utokyowifi の比でないくらい強かった。学内のレストランがすべてめちゃくちゃ高いこと以外は完璧でした。
■サポート体制/Support for students:
語学面: 個別の面談なども利用でき、手厚いなという印象。授業もレベルに合わせて適切なものを選んでくれる。学習面: ちょっと日本人多すぎたこと以外は素晴らしかった。生活面: 全く不満がなかったので利用しなかったがサポートセンターは充実しているっぽい。精神面: 同上

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 :	
ホームステイ	
■ 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 :	
ホームステイをプログラムで斡旋してもらった。	

■ 気候、大学周辺の様子、交通機関、食事等/Climate, environment around the institution, transportation, food, etc. :	
8~9月のオーストラリアの気候は最高です。湿度が低いので乾燥しやすいことだけ注意。クイーンズランド大学のまわりはなんにもありませんが、少しバスで移動するとブリスベンの街があるので遊ぶには困りません。交通機関はバスです。高いです。食事は高いです。スーパーの食材は安いので昼食は自炊するのがよいと思います。	
■ お金の管理方法、現地の通貨事情/Management of money and situation about local economy :	
マルイで即日発行できるクレカを作って持っていきました。デビットも持っていきましたが基本クレカでした。	
■ 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 :	
快適だったのであまり健康管理は意識していませんでした。早寝早起きくらいですかね。	
■ 自由時間に利用した交通手段/Means 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 :	
だいたいすべての書類提出が web 上で可能だったので楽に進められた。ただし web ページは期限を過ぎるとアクセスできなくなってしまうのでごまかしはきかない。早めに準備するのがいい。	
■ ビザの手続き/Procedures to obtain visas :	
オーストラリアは web でビザがすぐ申請できた。五週間くらいの短期だったので観光ビザを申請した。	
■ 医療関係の準備/Preparations or actions taken to maintain your health :	
特に準備しなかった。オーストラリアの医療を信頼してのことだったが、常備薬くらいは準備したほうがよかったと思う。	
■ 保険関係の準備/Preparations/procedures for insurance :	
東大指定のものに入った。特に考えることはなかったと思う。	
■ 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 :	
前期教養では、追試を受けなければいけないとかそういう人以外は特に履修単位試験などに関して困ることはなかった。	
■ 語学関係の準備/Language preparation :	
サマープログラムは気軽に参加できる。特に気負わずに参加するのがよいと思う。	

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.)	300,000 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	35,000 円/JPY
交通費	15,000 円/JPY
娯楽費	100,000 円/JPY
■その他、補足等/Additional comments :	
プログラム中、後に旅行に行った代金を娯楽費に含めています。	

■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 :	
英語をしゃべることに躊躇しなくなった。	
■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 :	
留学したいという気持ちがより強まった。	
■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 :	
有意義な夏にできます。	
■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

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: 2019/9/22

- 参加プログラム/Program: キーンズランド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-UQ.html>
- 派遣先大学/Host university: キーンズランド大学(UQ)
- プログラム期間/Program period: 8/19/2019~9/20/2019
- 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

<p>■参加にあたってこの時期を選んだ理由/Reason for choosing this period to participate:</p> <p>一番時間的に余裕があり、前期教養課程を終えたこの時期なら海外に出てものを多角的に見ることができると思ったから。</p>
<p>■参加を決めるまでの経緯/How and why did you decide to participate?:</p> <p>英語の学習に身が入らなかったので一回長期滞在して、動機付けを得ようと考えた。割と参加に関して迷いはなかった。</p>

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

<p>■概要/Overview:</p> <p>アカデミックプレゼンテーションの最終発表は他の参加者のレベルを知るいい機会になった。</p>
<p>■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:</p> <p>文化活動</p>
<p>■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:</p> <p>UQ のサークルに顔を出したり、ホームステイ先のルームメイトと喋ってた。</p>
<p>■週末の過ごし方/How did you spend your weekends?:</p> <p>他のプログラム参加者と出かけた、ルームメイトの留学生と出かけた。</p>

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

<p>■設備/Facilities:</p> <p>かなり良い。</p>
<p>■サポート体制/Support for students:</p> <p>窓口があり、しっかりとサポートしてくれた。</p>

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

<p>■宿泊先の種類/Type of accommodation:</p> <p>ホームステイ</p>

■ 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 :
クイーンズランド大学側からメールがきた。

■ 気候、大学周辺の様子、交通機関、食事等/Climate, environment around the institution, transportation, food, etc. :
乾燥が酷かった。日差しもかなり強い。

■ お金の管理方法、現地の通貨事情/Management of money and situation about local economy :
カード社会と言われるだけあってデビットカードを持っていくとかなり便利。

■ 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 :
治安はかなりよかった。風邪を引いた際は保険会社に電話して指定された医療機関を受診した。他大学の人で、英語がわからず日本円で 8 万円ほど請求された人がいたので、困った時は自分の英語力を過信せず、日本の保険会社を頼るべき。

■ 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 :
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 :
渡航情報の提出、保険の加入など少し煩雑な手続きを踏まなければならないが、東大側が準備してくれるチェック項目を見ながらやれば抜けがない。

■ ビザの手続き/Procedures to obtain visas :
国によって異なるが、オーストラリアはビザが必要だった。

■ 医療関係の準備/Preparations or actions taken to maintain your health :
出発前に一通り気になることがあれば医療機関で受診すべき。

■ 保険関係の準備/Preparations/procedures for insurance :
しっかり加入しておくべき。実際に保険を使用する機会があった。

■ 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 :
成績評価係数 2.3 を越しておくとかかなりの額の奨学金をもらえるので、しっかり手続きをした方がいい。

■ 語学関係の準備/Language preparation :
民間試験のスコアを保持しておいた方が、上級クラスに参入される

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	110,000 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.)	320,000 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)	9,000 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 :	
現地では 10 万円ほど使いました。	

■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	20,000 円/JPY
娯楽費	60,000 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 :	
学生支援機構	
■受給金額(月額)/Monthly stipend :	
140,000 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, 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 :
<p>英語に関して、実は中学生の頃から苦手意識があり、大学入試の時必要に応じてやった程度なので、実際の運用に関しては全くでした。(今話題のいわゆる、民間試験を一つも受けたことがないです笑) 正直 5 週間みっちりやって思いましたが、留学したからといって期待するほど伸びるわけではないということです。また、日本でできることが多いということにも気がつきました。特にインプットに関しては、多くのコンテンツを活かしきれなかったのもう少し鍛錬を積む必要性を感じました。ただ、毎日強制的に特に僕のように英語が好きではない人間にとっては、実践を積み、自信をつけるには非常に良い環境でした。また、自分の弱み、今後何をすればいいかという道筋は明らかになりました。こちらの方が自分的には色々学べた気がします。ホームステイ先にはコロンビア人留学生と、そしてホストファミリーはアフリカーナの移民でした。幸いにも皆喋るのが好きで、僕にとっては英語の練習にもなり、また南ア、コロンビア両国の話を毎晩聞くことができました。特に”腐敗”に関しては毎晩話題に上がり、事実としては知っていたことでしたが、より現実味を帯びた話題として、またいかに克服し難い問題であるかを感じることができました。また、今回は 4 回目の海外渡航でしたが、一つ大きく自分の中で覆ったことがあります。それは“globanize”されつつあるとは言えども、決して文化は同質化しないのでは? と思いました。確かにアメリカ資本のチェーン店ばかり見られ、さながら日本にいるような錯覚に襲われることもありましたが、しかし、それに反発する形でオースト</p>

ラリア“らしい”(それが一体どういうものはよくわかりませんが)ものを守ろうというきらいを何となく感じ、またブリスベン市内にも民族ごとのコミュニティが形成されており(アラブコミュニティ内の近親相姦問題)各自が出身国の文化を想像以上に維持しようと試み、十分同質化に抗えるだけの固有性、多様性を維持できている気がしました。オーストラリアへの訪問は実は今回が2回目でした。なので、特にカルチャーショックのようなこともなくすんなりと馴染むことができました。ただ、これはアジア人が多いブリスベンだからできることなのでは?と思うこともあります。白豪主義から脱却し、多文化社会の実現に舵を切ったこの国の実情を見てやろうと思い、都市部から離れて、北の SunshineCoast に2泊3日で旅行をしました。やはり田舎には“白人”しかいませんでした。また、何度か差別的なものを感じることもあり、都市とそれ以外ではすこし事情が異なるのかな?と思いました。ただ、ブリスベンは本当に multicultural でめちゃくちゃ過ごしやすかったです。また、オーストラリア人についても色々思うことがありました。元々英領だったこともあり、想像以上にオーストラリア人は日本人と同様に、秩序を重んじ、時間に正確ですがは先進国!といった感じでした。しかし、オーストラリア人の働きぶりを見ると日本人より適当だったり、17時にモールが閉まったりと日本と大きく異なる(時には不便さを感じる)点が多く見られました。確かに煩わしく、日本の方が良いサービスだと感じることも多くありましたが、働く人がさながら友達のように笑いかけてくる Aussie Style のサービスは、僕は好きでした。顧客側が雑な仕事た多少の不便さにいらいらすることなく、そこまで高い水準の利便性を求めているが故に、フレンドリーなサービスを行える心の余裕が生まれていると思います。

■ 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 :

日本で就職して日本で働くという今まで当たり前感じていたことがあくまでも選択肢の一つに過ぎないと痛感した。

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

民間企業政府系金融機関

■ 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 :

迷うくらいなら思い切って参加してみてください。正直最初はめちゃくちゃ緊張しましたが、最後は笑って終えることができます。他の参加者を見ていると皆”何か”を得て帰っています。

■ 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 :

ケンブリッジ大学のオンライン辞書

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: 2019/9/30

- 参加プログラム/Program: キーンズランド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-UQ.html>
- 派遣先大学/Host university: キーンズランド大学(UQ)
- プログラム期間/Program period: 8/19/2019～9/20/2019
- 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

<p>■参加にあたってこの時期を選んだ理由/Reason for choosing this period to participate:</p> <p>1 年生の時はまだ海外研修について考える余裕がなかったが、3 年生以降はインターンなどで忙しくなると感じ、2 年生のうちに参加したいと思った。</p> <p>■参加を決めるまでの経緯/How and why did you decide to participate?:</p> <p>留学フェアで決めた。期間が長く、一般の授業を聴講できるのが魅力だった。</p>

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

<p>■概要/Overview:</p> <p>宿題がほぼ毎週出された。</p> <p>■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:</p> <p>文化活動</p> <p>■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:</p> <p>ネイティブの学生とキリスト教の集会に参加した。</p> <p>■週末の過ごし方/How did you spend your weekends?:</p> <p>ゴールドコースト・サンシャインコーストの観光、ホストマザーと過ごす。</p>

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

<p>■設備/Facilities:</p> <p>wifi はよく使った。カフェテリアは複数有るが高いため、昼食を持参した。</p> <p>■サポート体制/Support for students:</p> <p>何か分からないことがあればレセプションにいけば何とかしてもらえるので安心だった。</p>
--

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

<p>■宿泊先の種類/Type of accommodation:</p> <p>ホームステイ</p> <p>■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:</p>

クイーンズランド大学からの指定

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

気候はとても快適だった。ほぼ毎日晴れ。日差しが強く乾燥している。大学はとても広く、緑も多い。交通の便は場所によって異なる。バスが中心だが、私のホームステイ先から大学へ行くバスは1時間に1本しかなかった。ホストマザーの食事は満足できるものだった。外食はとても高いので昼食はサンドイッチなどを作って持参すると良い。

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

クレジットカードでの支払いがほとんどだが、現金だと割引があったり、割り勘するときなどにも現金があった方がよい。

■ 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 :

治安は良いが、街灯が少ないので、なるべく日没までに帰宅するようにした。

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

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 :

クイーンズランド大学からの支払いの指示がなかなか来ず、参加者同士で不安がっていたが、遅めに案内が来たので、すぐに支払えるようにしておいた方がよい。

■ ビザの手続き/Procedures to obtain visas :

観光ビザを取得した。インターネットで簡単に取得できた。

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

花粉や埃などで軽いアレルギー(くしゃみや鼻水)を起こしやすかったので、花粉症の薬は毎日分持参した。その他、風邪薬・頭痛薬・目薬などを持参した。

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

大学からの指示通りに行った。

■ 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 :

単位にはならなかった。

■ 語学関係の準備/Language preparation :

リスニングができないとついて行けないと感じたので、2週間前くらいからリスニング教材のオーストラリア英語を選んで聞くようにした。

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	120,090 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.)	330,000 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)	8,910 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	15,000 円/JPY
娯楽費	20,000 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 :
自分の英会話力への自信が高まった。語彙が圧倒的に足りていないことを痛感した。
■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 :
公務員志望なので、国際的な場面でも活躍できるようになりたいと思った。
■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 :
今自分の英語力に自信が無い人にお勧めです！
■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 :
https://activewoman.jp/aw/joshi_seikatsu/joshi_seikatsu_index.php

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: 2019/9/26

- 参加プログラム/Program: キーンズランド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-UQ.html>
- 派遣先大学/Host university: キーンズランド大学(UQ)
- プログラム期間/Program period: 8/19/2019～9/20/2019
- 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:

英語を勉強するにあたり、長期休暇を利用していくことのできる程度でできるだけ長く留学できるプログラムに参加したかったため。また、2年の夏休みが最も時間の融通が利きやすいタイミングだと思ったから。

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

大学に入ってから自分の英語に対して自信が持てずある種のコンプレックスとなっていた。加えて、学問を続けていく上で留学する可能性があることも意識し始めるようになった。自分の英語に一定の自信を得ること、留学のイメージをつかむことを目的として参加を決めた。サマープログラムの存在自体は入学当初から知っていたが、1年時は予定が合わなかったこともあり参加を見送った。2年では参加したいという思いも強く、UQのサマープログラムが発表されてすぐのタイミングで参加を検討していた。参加にかかる費用が決して安くはないことで、少し参加を迷う気持ちもあったが、5週間の留学ならばそれに見合う成果が得られそうな予感があり、奨学金が得られることが後押しとなって、参加申請を行った。

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

■概要/Overview:

基本的には授業を中心として課題を行うことで復習をした。語学を学ぶことももちろん大切だが、街に出て様々な活動をするを勧めるような雰囲気も感じられ、授業後には観光したり映画を見たり、現地大学の提供するイベントに参加したりと、机に向かう勉強以外のことをしている時間の方が多かった。人によってはプログラム中に別の都市に観光する者もいて、自由度が高いのはプログラムの最大の魅力だったように思われる。提供される授業は一般的な4技能を鍛えるようなものであったが、リスニングの難度が適切であったりスピーキングの機会が十分にあったりと満足できる内容だった。

■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:

ブリスベンの主要観光地に足を運んだり、美術館を訪れるなど現地ならではの文化活動をしたり、同じクラスの友人とご飯を食べに行ったりと多岐にわたる活動をしていた。

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

ゴールドコーストまで足を運んで観光をしたり、ホストファミリーとともに映画を見たり出かけたりした。まとまった時間を見つけて授業の復習も行ってた。

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

■設備/Facilities:

かなり充実した図書館があり、短期留学生でも本の貸し出しなどのサービスを受けられる。スポーツ施設もジムなど充実しているようだが利用していないためよくわからない。食堂は 2 か所ほどあり、席数も十分にある。ただし前述したよう値段は少し高めに設定されている。学内の WiFi も問題なく利用できるが、場所によっては電波が弱い。

■サポート体制/Support for students:

窓口で気軽に問い合わせることができるため、設備等は問題なく利用することができた。学習については、語学の先生に尋ねれば満足のいく回答が得られた。生活・精神面については問題がなかったため特にサポートを利用しなかったが、説明を聞く限り十分な体制は敷かれているようだった。

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:

ホームステイ

■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:

現地の大学の斡旋でホームステイを利用した。事前に提出する書類に、多少意向を伝えられる欄があり（語学力、子供/犬/猫が好きか、食事・宗教に関して特別な配慮を必要とする理由があるか）、自分の場合には希望が通っていたと思われる。

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

現地では冬から春の季節に当たるが、朝晩はかなり冷え込む。厚手のパジャマで時に一枚羽織りたくなるくらいの寒さだった。しかし昼は一転して、長袖シャツ一枚で快適に過ごせるほど暖かく、日によっては半袖の方が快適だった。半袖と長袖を両方持っていき、重ね着で暑さを調整するのが良いと思う。大学周辺は市街地からバスで 10 分もかからないほどであり、自然豊かで閑静な地域だった。バス、電車、フェリーなどの交通機関が発達しており、現地で購入できる Go Card(交通系 IC カード)を利用してかなり自由に行き来することができた。このカードが必須とも言えるが現地でかなり容易に購入できる。食事についても大学内だけでケバブ、日本食、Subway、インド料理などかなり多様なメニューが揃っている。しかし、学食でも 10ドル前後で日本より比較的高い。

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

授業料の支払いについては TransferWise を利用した。オンラインで海外送金をした経験はなく不安だったが、案内に従ってしかるべき手続きをすれば問題なく送金が完了した。かなりキャッシュレス化が進んでいるので、Visa か Mastercard があればたとえ現金がなくてもほとんど不自由なく生活ができると思う。自分は、JCB クレジットしか持っていないので、利用できる店舗がかなり限られていたので現金を使用していたが、市街地で簡単に両替することができることもあり、さほど面倒さは感じなかった。レートや手数料を考えると、クレカでの支払いが得なので余裕があれば用意していった方がよいと思う。

■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:

海外にいる以上、最低限の防犯意識は持っていたが、かなり治安はいいと思う。日本にいるのとそれほど変わらない安心感で生活していた。スリ、置き引きに気を付ける意識さえあれば、過度に不安になる必要はないと思う。医療機関は利用していないのでわからないが、薬局は比較的多く存在する。しかし、常備薬は当然のことながら日本から持参するのが良いと思う。

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

列車, バス, フェリー

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

キャンパス Wifi, レンタルしたルーター, ホームステイ先の 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 :

はじめに UTAS のフォームで情報を登録した。特に不明点はなかったが、志望理由については熟慮し、自分自身プログラムに参加する上での心構えの確認をした。参加決定後は、航空券の準備と、本部国際交流課の指示に従いながら先方に提出する書類の作成を行った。クラスやホームステイに関する希望もここである程度伝えることができた。プログラム開始数週間前に先方への送金手続きを行い、Letter of Acceptance の受領をもって全ての事前準備を終えた。

■ビザの手続き/Procedures to obtain visas :

3 か月以内の滞在なので Visitor 用のビザ申請を行った。ネットでの情報を参照しながら公式のサイトを利用して手続きを行った。さほど複雑な手順ではなく時間もかからなかった。代理店などを選べば料金を安く抑えられるそうだが、公式でも 20 ドル(およそ 1500 円)なので、勝手の良いものを利用すればよいと思う。

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

常備薬については念を入れて多数準備した。風邪薬や胃腸薬、アレルギー用の薬などで、使用することはなかったものの現地で薬を購入するのはなかなか勇気が必要なので用意しておいてよかったと思っている。思った以上に乾燥しており、リップクリームを持っていかなかったことは少し後悔している。

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

東京大学の指定する OSSMA と付帯海学に加入した。提供される情報に従い登録を行い、特に不便を感じることはなかった。実際にはケガも病気もなく、保険を利用することはなくて済んだ。

■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 :

サマープログラムのため単位取得はできなかったのあまり手続きは必要としなかった。教養学部へ渡航の旨を伝えるための専用の用紙を記入し、教務課に提出した。

■語学関係の準備/Language preparation :

大学の授業を受けていた程度で特に語学学習の準備をしたこともなかったので、夏休みに入ってから、最低限単語を確認したり英語の文章を読んだり英語に触れていた。準備としては不十分だったかもしれないが、語学学習中心のプログラムだということもあって、特に問題なく授業に参加することができた。英語の資格を持っていないから、自信がないから、といった理由で参加を敬遠する理由は一切ないと考える。

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	180,000 円/JPY
派遣先への支払い(授業料・施設利用料など)/Payment	315,000 円/JPY

to host institution (tuition, facilities fee, etc.)	
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)	8,910 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 :	
教科書代は派遣先への支払いに含まれていました。また、教養学部前期課程に属しているため、加えてOSSMA 加入のための料金が発生しました。	

■留学先で費やした生活費/Overall expenses spent during the program :	
家賃	0 円/JPY
食費	5,000 円/JPY
交通費	15,000 円/JPY
娯楽費	30,000 円/JPY
■その他、補足等/Additional comments :	
ホストファミリーのご厚意で家にある食材を自由に使わせていただいたため、食費が安く済みました。	

■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, ネット上の情報や掲示物などから見つけた	

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 :
高校の頃から英語は徐々に、受験を突破するため、仕事や学業での力を磨くため、国際社会についていくため「やらなければならないこと」であるという意識になっていたように思う。英語を学ぶ重要性は理解していながらもなかなか前向きになれなかった理由の一つは、「英語を問題なく操れるようになるのは国際社会で生きる上で必須のスキルだ」という固定観念だったと思う。「やらなければならない」と強烈に意識してしまうからこそ、却ってそれが重荷になっていた。しかし、このプログラムに参加することで、「目の前のこの人に自分の考えをもっとわかりやすく伝えたい」「この話の輪に加われるようになりたい」などと、素朴ながらも実感の伴う英語学習のモチベーションを取り戻すことができたように思う。結局のところ、英語ができるようには日ごろから触れ続けることが必要で、それは日本でもできることかもしれない。しかし、「しなければならない」という呪縛から少し解放されたことは、海外に行ってまで手に入れる価値のある大きな意義だ

ったと考えている。

■ 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 :

自分にとってプログラム参加は一つの大きな挑戦で、自分は英語ができないと痛感させられたらどうしようという不安や、結局何も身に着けられなければお金が無駄になるかもしれないといったリスクはかなり直前まで頭の中にあった。でも、始まってみれば周囲は優しく、意外と何とかなるものなのだ気づいた。キャリアに対しても同じことで、自分はずいつい考え込みすぎてしまって、気づけば身動きがとれなくなっている傾向があると思う。飛び込んでみると意外と面白い景色がみれるのではないかと実感できたことは、自分の将来を考えていく上で大きな影響を持つと思う。語学を学んだこととは直接には関係していないけれど、見知らぬ土地でほとんど初対面の人たちの力を借りながら生活していくという経験があったからこそ、このような学びが得られたのだと思う。

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

研究職, 専門職(法曹・医師・会計士等), 民間企業詳細については未定です

■ 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 :

プログラム参加にあたり明確な目的意識を持ち、英語を上達させようという強い信念を持つのはよい姿勢だと思います。一方で、とりあえず飛び込んでみてそこから考えてみるのもまた、学びに溢れた時間をもたらすと考えます。その経験をするのに 5 週間の短期派遣プログラムというのは最適な長さだと思います。別に留学に興味ないから、5 週間かけても英語がうまくなると思えないから、ホームステイが不安だから、などと考えて参加をためらう気持ちもあるかもしれません。それでも参加したい理由が一つでもあるのなら、思い切ってやってみたらいいのではないのでしょうか。きっとそこには案外面白い世界が広がっていることと思います。

■ 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 :

Visit Brisbane: ブリスベンの観光情報についてまとめられたサイト

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: 2019/9/18

- 参加プログラム/Program: キーンズランド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-UQ.html>
- 派遣先大学/Host university: キーンズランド大学(UQ)
- プログラム期間/Program period: 8/19/2019~9/20/2019
- 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:
夏休み中だったから
■参加を決めるまでの経緯/How and why did you decide to participate?:
もともと別のプログラムを希望していて、このプログラムには間違っただけで応募してしまった(しかし結果的には良かったと思っている)。

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

■概要/Overview:
午前は語学の授業。ほぼほぼ日本での英会話スクールみたいな内容でした。午後はプレゼンテーションの授業。ALESS と同じような内容であまり有意義だとは思えなかった。
■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:
スポーツ, 文化活動, ボランティア
■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:
現地の学生との交流
■週末の過ごし方/How did you spend your weekends?:
旅行、遊園地

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

■設備/Facilities:
図書館、ジム、食堂、快適な wifi 環境
■サポート体制/Support for students:
お世話になってないので分からない。

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:
ホームステイ

■ 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 :

ベッドがキングサイズで快適だった。

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

ほぼ晴れが続いた。大学周辺は店があまりないが、繁華街まで近かったので不便は感じなかった。朝は交通渋滞がひどくバスの遅延は当たり前だった。お昼は外食すると高かったので毎日サンドイッチを作って持っていた。

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

クレジットカードを多用した。限度額の引き上げは必須。

■ 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 :

ブリズベンは治安が良いと思った。ただ、旅行でシドニーに行ったが、治安が悪かったので女性一人での旅行は危険かと思った。

■ 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, didi

■ 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 :

指示に従った。

■ ビザの手続き/Procedures to obtain visas :

ネット上で 15 分くらい要した。

■ 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 :

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 :

1ヶ月前からオンライン英会話を始めたがあまり意味があったとは思えない。

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	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.)	300,000 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)	8,000 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	30,000 円/JPY
交通費	20,000 円/JPY
娯楽費	50,000 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 :	
140,000 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 :	
海外に滞在することで新たなことに挑戦するのを躊躇わなくなった。	
■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 :	
あまり今後のキャリアに影響を与えたとは思わない。	
■進路・就職先(就職希望先)/Career/Occupation (planned) :	
研究職化学企業	
■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 :	
長期休暇中、日本にいてダラダラと過ごすよりは、このプログラムに参加すべきだと思う。わずか 5 週間で英語能力が格段に伸びることは無いと思うが、今後の英語学習へのモチベーションになった。	
■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 :	
あまり参考にしなかった。	

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)

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

記入日/Date: 2019/9/22

- 参加プログラム/Program: キーンズランド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-UQ.html>
- 派遣先大学/Host university: キーンズランド大学(UQ)
- プログラム期間/Program period: 8/19/2019~9/20/2019
- 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:
時間の余裕があったから
■参加を決めるまでの経緯/How and why did you decide to participate?:
海外留学フェアに参加。

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

■概要/Overview:
授業では知っている英語の知識をテーマに英語の運用能力を高めるもの。ほぼ毎回 30 分もかからない宿題が出た。
■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:
クラスメイトと時間を過ごしていたから。
■週末の過ごし方/How did you spend your weekends?:
少し遠くまで出かけていた。

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

■設備/Facilities:
wifi 環境がとても充実している。
■サポート体制/Support for students:
特になかったし、必要もなかった。

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:
ホームステイ
■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:

学校が指定

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

乾燥しているが、半袖～長袖で丁度。夜は少し冷え込む。学校に何種類かのフードショップがある。

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

ほぼクレジットカードのみ。日本でドルを用意して行ったが、現地の方が手数料が圧倒的に低い。

■ 治安、医療関係事情、心身の健康管理で気がつけたこと等、危機管理/Aspects of risk and safety management, local health care system, and any actions taken to maintain your health :

特に危険を感じなかった。

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

バス, フェリー

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

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 :

志望理由の提出。参加確定後は学校指定の保険や海外渡航届の提出。

■ ビザの手続き/Procedures to obtain visas :

観光用。JAL の代行サービスを利用(こちらの方がオーストラリア領事館より安い)。

■ 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 :

学校指定のものだけ。一切利用しなかった。

■ 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 :

海外渡航届

■ 語学関係の準備/Language preparation :

2ヶ月くらいリスニングの練習をしていた。

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	120,000 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.)	300,000 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	60,000 円/JPY
交通費	15,000 円/JPY
娯楽費	100,000 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 :	
海外での生活が身近になった。	
■ 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 :	
海外で働くことが現実的な選択肢になりうると感じている。	
■ 進路・就職先(就職希望先)/Career/Occupation (planned) :	
研究職, 起業そこまで決めていない。	
■ 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 :	
自分は英語の成績も悪く、海外で生活などできないと思っていたが、行ってみると意外とどうにかなる。最初の一步に丁度よかった。	
■ 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 :	
グーグルマップ	

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: 2019/9/23

- 参加プログラム/Program: キーンズランド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-UQ.html>
- 派遣先大学/Host university: キーンズランド大学(UQ)
- プログラム期間/Program period: 8/19/2019~9/20/2019
- 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:
大学二年生の夏休みで、就活などがなく時間的余裕があったから。
■参加を決めるまでの経緯/How and why did you decide to participate?:
駒場の留学フェアで存在を知った。かねてから海外に興味があり、また英語に不安を抱えていたので申し込んだ。

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

■概要/Overview:
テキストに沿ってリスニング、リーディング、スピーキング、ライティングを行なった。
■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:
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:
サッカーをした。
■週末の過ごし方/How did you spend your weekends?:
出かけた。

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

■設備/Facilities:
充実していた。
■サポート体制/Support for students:
利用しなかったが、窓口はあった。

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:
ホームステイ
■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:

指定されたホームステイ先に滞在した。個室が与えられ、プライバシーはしっかりとしていた。

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

安全で快適だった。

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

行きに成田空港で一万円分だけ両替した。キャッシュレス化が進んでいるためほぼ全ての支払いをカードで済ませた。

■ 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 :

睡眠をしっかりとった。

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

列車, バス

■ 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 :

チェックリストを確認し、提出漏れがないように注意した。

■ ビザの手続き/Procedures to obtain visas :

ビザの申請は必要なかったが、オンラインで渡航申請をする必要があった。

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

何もしていない。

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

大学に指定されたもののみ加入した。

■ 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 :

特にしていない。

■ 語学関係の準備/Language preparation :

5 月ごろ試しに IELTS を受けた。試験に向けた勉強をやった以外は何もしていない。

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	97,000 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.)	310,000 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)	13,000 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	30,000 円/JPY
交通費	20,000 円/JPY
娯楽費	100,000 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 :	
140,000 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 :
まだまだ自分が知らないことが世界にはたくさんあるということを痛感し、今後の学習におけるモチベーションが大いに上がった。大変満足している。
■ 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 :
海外留学、就職に積極的に挑戦したいと思うようになった。
■ 進路・就職先(就職希望先)/Career/Occupation (planned) :
民間企業海外に駐在したい。
■ 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 :
あまり深く考えず、気軽に参加してはいかがでしょうか。
■ 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