

東京大学 海外留学・国際交流プログラム報告書(超短期プログラム用)

記入日: 8/30/2018

- 参加プログラム: ウォーリック大学サマープログラム
- プログラム情報: <https://www.u-tokyo.ac.jp/adm/go-global/ja/program-list-short-WAR.html>
- 派遣先大学: ウォーリック大学
- プログラム期間: 8/6/2018 ~ 8/31/2018
- 東京大学での所属学部・研究科等: 法学部
- 学年(プログラム開始時): 学部 4

■参加にあたってこの時期を選んだ理由:

学生最後の夏休みだから。

■参加を決めるまでの経緯:

学生最後の機会なので夏に短期で留学することは決めていた。

プログラムについて

■概要:

予習復習はほぼしていない。印象に残ってる授業はシェイクスピアの劇を演じた授業。

■学習・研究以外の活動で取り組んだもの:

取り組んでいない。

■学習・研究以外の活動で取り組んだものの内容、または取り組まなかった理由:

授業と観光で時間がなかった。

■週末の過ごし方:

近くの街に観光

派遣先大学の環境について

■設備:

図書館は 24 時間利用できた。スポーツ施設はあったが利用していない。食事は大学内のサンドイッチ屋さんでサラダを購入。PC は図書館にあるものが使えた。wi-fi は授業開始日に使えるように登録する時間がある。

■サポート体制:

大学でサポート体制が整っている。

プログラム期間中の生活について

■宿泊先の種類:

ホームステイ

■宿泊先の様子、どのように見つけたか:

派遣先大学がアレンジしたホームステイ。

学生は私 1 人で両親と 6 歳 3 歳 1 歳の子供の 5 人家族。1 人部屋でプライバシーも守られ、快適だった。

■ 気候、大学周辺の様子、交通機関、食事等：
夏でもとても寒い。日本の秋～初冬にかけての格好が適切。食事は思ったほど悪くない。基本的に味が薄いので、自分で塩胡椒やソースを追加すれば大丈夫。
■ お金の管理方法、現地の通貨事情：
クレジットカード 2 枚(VISA,Master)とポンド 3 万円分。カードと現金の使い分けは特に意識してなかった。カードと紙幣はリュックの鍵のかかるポケットで管理、5 ポンド以下の紙幣と硬貨は出しやすいポケットに入れていた。
■ 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：
治安は良い。しかしスリはあるので警戒すべき。
■ 自由時間に利用した交通手段：
列車、バス
■ プログラム期間中に利用したネット環境：
キャンパス Wifi

参加前の準備・手続きについて

■ プログラムへの参加手続き：
志望理由書、利用する交通機関とフライト情報
■ ビザの手続き：
入国時にショートタームスタディービザを申請
■ 医療関係の準備：
出発前の健康診断、予防接種→予防接種は薬の用意があるので早めに(採用決定後すぐ)大学の保健センターを予約した方がよい、常備薬→使わなかった。
■ 保険関係の準備：
大学指定の保険のみ。クレジットカードの付帯保険も確認しておくといいかも。
■ 東京大学の所属学部・研究科(教育部)で行った手続き：
法学部は留学理由書の提出
■ 語学関係の準備：
イギリスのテレビ番組をリスニングがてらたまに見ていたぐらい。出発前の語学力は TOIEC700 台前半

費用・奨学金に関すること

■ 参加するために要した費用：	
航空費	300,000 円
派遣先への支払い(授業料・施設利用料など)	350,000 円
教科書代・書籍代	0 円
海外留学保険料(東京大学指定のもの)	10,000 円
保険・社会保障料(留学先で必要だったもの)	0 円

■その他、補足等：

■留学先で費やした生活費：	
家賃	0 円
食費	30,000 円
交通費	10,000 円
娯楽費	50,000 円
■その他、補足等：	

■プログラム参加のための奨学金の受給有無：
受給しなかった。
■奨学金の支給機関・団体名等：
■受給金額(月額)：
円
■受給金額についての補足等：
■奨学金をどのように見つけたか：

プログラムを振り返って

■プログラムに参加したことの意義、その他所感：
英語を話すことへの抵抗がなくなったことが一番大きな収穫。使える単語と文法で伝えたいことを伝えることが重要だと認識した。
■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：
海外で働く選択肢も出てきた。
■進路・就職先(就職希望先)：
民間企業、IT
■今後参加を考えている学生へのメッセージ、アドバイス：
英語力の向上のためには十分な期間ではないけれど、日本以外の環境で生活することは良い経験になる。
■準備段階や留学中に役に立ったウェブサイト、出版物：
特になし

東京大学 海外留学・国際交流プログラム報告書(超短期プログラム用)

記入日: 9/1/2018

- 参加プログラム: ウォーリック大学サマープログラム
- プログラム情報: <https://www.u-tokyo.ac.jp/adm/go-global/ja/program-list-short-WAR.html>
- 派遣先大学: ウォーリック大学
- プログラム期間: 8/6/2018 ~ 8/31/2018
- 東京大学での所属学部・研究科等: 法学部
- 学年(プログラム開始時): 学部 4

■参加にあたってこの時期を選んだ理由:

4 年になってから参加したのは単純にこれまで留学を考えてこなかったから、夏のプログラムに応募したのは、仮に落選しても冬のプログラムに応募できると思ったから。あとはウォーリック大学のプログラムが気に入っていたから。

■参加を決めるまでの経緯:

一度就職してから海外の大学院に行きたいと思っていたので、4 年のうちに海外の大学を体験してみたかった。

プログラムについて

■概要:

シェイクスピアの演劇をする授業があり、非常に面白かった。

■学習・研究以外の活動で取り組んだもの:

取り組んでいない。

■学習・研究以外の活動で取り組んだものの内容、または取り組まなかった理由:

時間がなかったから。

■週末の過ごし方:

郊外へ出たり、ロンドンに旅行したりしました。

派遣先大学の環境について

■設備:

基本的な大学の設備は整っています。ジムがあるので行くとよいかもしれません。

■サポート体制:

個人的なサポートはあまりしてもらいませんでした。お願いしたらすぐしてくれそうな感じがしました。

プログラム期間中の生活について

■宿泊先の種類:

ホームステイ

■宿泊先の様子、どのように見つけたか:

大学から指定されます。非常に居心地がよい素晴らしいところでした。

■ 気候、大学周辺の様子、交通機関、食事等：
8 月の北半球なのにとても寒かったです。気温が朝夜だと 10 度くらいにもなるので、防寒具は必須です。
■ お金の管理方法、現地の通貨事情：
30,000 円のみ両替して、あとはクレジットカードを使いました。友達と割り勘すること多いので、現金はある程度必要だと思います。
■ 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：
スリには気をつけるようにしていましたが、危ない目には遭いませんでした。
■ 自由時間に利用した交通手段：
列車、バス
■ プログラム期間中に利用したネット環境：
SIM

参加前の準備・手続きについて

■ プログラムへの参加手続き：
ウォーリック大学への提出物はホームステイ先を決めるためのフォーム程度であったが、東大へ出す書類が数多くあって大変であった。
■ ビザの手続き：
ショートタームビザは入国審査時に取れます。親の所得証明等を持って行きましたが、チェックされませんでした。
■ 医療関係の準備：
常備薬を持って行った程度です。
■ 保険関係の準備：
大学に用意してもらった保険とクレジットカードの保険のみです。
■ 東京大学の所属学部・研究科(教育部)で行った手続き：
どのような授業を受けるのかを書く用紙を提出しました。
■ 語学関係の準備：
単語帳を読もうかと思っていたのですが、時間が足りず結局なにも準備できませんでした。出発前に受けた toEIC は 940 点でした。

費用・奨学金に関すること

■ 参加するために要した費用：		
航空費	200,000	円
派遣先への支払い(授業料・施設利用料など)	300,000	円
教科書代・書籍代	0	円
海外留学保険料(東京大学指定のもの)	10,000	円
保険・社会保障料(留学先で必要だったもの)	0	円
■ その他、補足等：		

--

■留学先で費やした生活費:	
家賃	0 円
食費	7,000 円
交通費	0 円
娯楽費	60,000 円
■その他、補足等:	
家賃や大学までの交通費、朝ごはんと夕ご飯代はプログラム費に含まれていました。僕はホストの好意で昼ごはんも作ってもらっていたので食費は安くなりました。	
■プログラム参加のための奨学金の受給有無:	
受給した。	
■奨学金の支給機関・団体名等:	
JASSO	
■受給金額(月額):	
80,000 円	
■受給金額についての補足等:	
■奨学金をどのように見つけたか:	
大学(本部国際交流課)からの案内	

プログラムを振り返って

■プログラムに参加したことの意義、その他所感:
個人的にはホームステイが一番意義があった。英語の発音等もここで少し鍛えてもらった。大学の授業は楽しかったが、英語学習というよりも英国の文化を学ぶ側面の方が強かった。
■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:
海外で暮らしてみたい(大学院、仕事共に)と思った。
■進路・就職先(就職希望先):
民間企業、商社
■今後参加を考えている学生へのメッセージ、アドバイス:
自分の目的に沿ったプログラムをきちんと選び、なおかつそれに積極的に参加するならば非常に有益であると思います。楽しみながら頑張ってください。
■準備段階や留学中に役に立ったウェブサイト、出版物:
地球の歩き方イギリス

東京大学 海外留学・国際交流プログラム報告書(超短期プログラム用)

記入日: 9/16/2018

- 参加プログラム: ウォーリック大学サマープログラム
- プログラム情報: <https://www.u-tokyo.ac.jp/adm/go-global/ja/program-list-short-WAR.html>
- 派遣先大学: ウォーリック大学
- プログラム期間: 8/6/2018 ~ 8/31/2018
- 東京大学での所属学部・研究科等: 法学部
- 学年(プログラム開始時): 学部 4

■参加にあたってこの時期を選んだ理由:
就職活動が終わり、時間ができたため。
■参加を決めるまでの経緯:
就活が終わり、夏休みに時間ができたので、少しでも有意義に過ごそうと思い応募した。

プログラムについて

■概要:
あまり宿題は出ない。最終日のプレゼンが主な宿題。授業のテーマは様々で、イギリスの文化、イデオロム、会話の練習、リーダーシップ、プレゼンスキルなど。何回かの授業を通して完結するというよりも、一回の授業でその授業が完結するものが多い。ロンドンやコッツウォルズなどへのショートトリップがある。印象に残っているのはシェイクスピアを題材にした演劇の授業。効果的な話し方が身についた。
■学習・研究以外の活動で取り組んだもの:
取り組んでいない。
■学習・研究以外の活動で取り組んだものの内容、または取り組まなかった理由:
観光したかったから。
■週末の過ごし方:
湖水地方やロンドンへ観光しに行った。

派遣先大学の環境について

■設備:
図書館は自由に使える。ジムはいくらか払えば利用できる(日本よりは安い)。大学建物内は Wi-Fi が飛んでいる。
■サポート体制:
サポートを必要とする場面にあまり遭遇しなかったが、何かあれば助けてくれる体制にはなっていた。

プログラム期間中の生活について

■宿泊先の種類:
ホームステイ

■宿泊先の様子、どのように見つけたか：
ホストファミリーは派遣先大学が事前に用意してくれた。もう一人の同じプログラム参加者と二人でホームステイをした。自分のホストファミリーはとても優しく、ホストの経験も豊富で、過ごしやすかった。
■気候、大学周辺の様子、交通機関、食事等：
曇りや小雨の天気が多い。大雨の日は少ない。夏だが気温は 10～25℃くらい。上着が必要。大学周辺は閑静な住宅街で、治安は良い。1 か月の定期券をもらいバスで通学した。ホームステイ先での食事はとてもおいしい。インディカ米だがカレーは食べれる。外食すると価格が高く感じる。
■お金の管理方法、現地の通貨事情：
VISA、マスターカード、アメリカンエクスプレスのクレジットカードとキャッシュカード 1 枚を用意した。ほとんどカードで払えるが、駅の有料トイレなど小銭を使う場面も多いので現金も常に持っているようにした。
■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：
大学近くは治安がいい。ロンドンや観光地ではスリが多い。今回のプログラム中でもほかの参加者がパブで 2 万円ほどの現金を置き引きされた。お金やカード、パスポートはスキミングできない財布に入れて常に身に付け、紐で服にくくりつけていた。カバンは常に南京錠でファスナーにカギをかけた。
■自由時間に利用した交通手段：
列車、バス、Uber
■プログラム期間中に利用したネット環境：
キャンパス Wifi、SIM

参加前の準備・手続きについて

■プログラムへの参加手続き：
本部国際交流課に提出するものと各学部提出するものがある。航空券やパスポートは自分で用意する。提出物の一覧をまとめた表があるので、準備しやすかった。
■ビザの手続き：
事前の申請等はいらないが、入国審査の際には、本部国際交流課から渡される留学先大学の受け入れ許可証が必要。財政証明は必要と言われていたが見せずに通過できた。
■医療関係の準備：
常備薬を持っていって。外務省海外安全ホームページのメリスに登録し、情報を得た。
■保険関係の準備：
自分はプログラム後に 2 週間ヨーロッパを旅行したので、本部国際交流課指定の保険のほかに民間の保険にも入った。
■東京大学の所属学部・研究科(教育部)で行った手続き：
留学許可申請のみ。
■語学関係の準備：
日常会話ができる程度。特に事前に語学学習はしなかった。

費用・奨学金に関すること

■参加するために要した費用：

航空費	220,000 円
派遣先への支払い(授業料・施設利用料など)	345,000 円
教科書代・書籍代	0 円
海外留学保険料(東京大学指定のもの)	13,050 円
保険・社会保障料(留学先で必要だったもの)	0 円
■その他、補足等:	
■留学先で費やした生活費:	
家賃	0 円
食費	50,000 円
交通費	10,000 円
娯楽費	20,000 円
■その他、補足等:	
ホームステイをした。	
■プログラム参加のための奨学金の受給有無:	
受給した。	
■奨学金の支給機関・団体名等:	
日本学生支援機構	
■受給金額(月額):	
80,000 円	
■受給金額についての補足等:	
■奨学金をどのように見つけたか:	
大学(本部国際交流課)からの案内	

プログラムを振り返って

■プログラムに参加したことの意義、その他所感:
海外旅行ではなかなか深く知りえない現地の文化や生活に触れることができた。英語を使うことに対する自信がついた。
■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:
参加前より海外で働くことへの興味が増えた。
■進路・就職先(就職希望先):
公的機関、政府系金融機関
■今後参加を考えている学生へのメッセージ、アドバイス:
特に英語に自信がない人にはとても良い経験になると思います。
■準備段階やプログラム参加中に役に立ったウェブサイト、出版物:
地球の歩き方。外務省ホームページ。

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)

記入日: 9/1/2018

- 参加プログラム: ウォーリック大学サマープログラム
- プログラム情報: <https://www.u-tokyo.ac.jp/adm/go-global/ja/program-list-short-WAR.html>
- 派遣先大学: ウォーリック大学
- プログラム期間: 8/6/2018 ~ 8/31/2018
- 東京大学での所属学部・研究科等: 工学部
- 学年(プログラム開始時): 学部 3

■参加にあたってこの時期を選んだ理由:
時間が空いていたため。
■参加を決めるまでの経緯:
費用が高かったので迷った。

プログラムについて

■概要:
予習や宿題はほとんどない。授業については英語メインというよりも、イギリスの文化の理解メインであった。週1回ほどある excursion はイギリスの文化の理解に役立った。
■学習・研究以外の活動で取り組んだもの:
スポーツ
■学習・研究以外の活動で取り組んだものの内容、または取り組まなかった理由:
ジムに行って筋トレ
■週末の過ごし方:
プログラム参加者と旅行、ジムへ行く。

派遣先大学の環境について

■設備:
学校ではそこそこの速度で Wifi が繋がる。しかし、SIM が思ったより安かったのである程度購入して行くと便利である。
■サポート体制:
先生方に聞けば懇意に教えてもらえる。

プログラム期間中の生活について

■宿泊先の種類:
ホームステイ
■宿泊先の様子、どのように見つけたか:
派遣先大学側がマッチングした。

■ 気候、大学周辺の様子、交通機関、食事等：
雨がよく降るので折り畳み傘を。食事は既製品を購入する場合は高価。交通機関はとても高価なので、様々な割引情報を仕入れておくが良い。
■ お金の管理方法、現地の通貨事情：
基本的にクレジットカード払い。学校での買い物は student card に現金でチャージして購入すると 10%割引がある。他にも現金で払うと割引を受けられる場合があるのである程度持つて行くと良い。おそらく 100 ポンドあれば十分だと思う。
■ 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：
熱が出たので授業を休んだ。
■ 自由時間に利用した交通手段：
列車、バス
■ プログラム期間中に利用したネット環境：
キャンパス Wifi

参加前の準備・手続きについて

■ プログラムへの参加手続き：
ネットで調べた。
■ ビザの手続き：
中国国籍の場合は、渡航前に予めビザの取得が必要である。ビザ発行までは通常 30 日以内に 15,000 円ほど。Priority にすると 7 日以内に 55,000 円ほどかかる。
■ 医療関係の準備：
なし
■ 保険関係の準備：
付帯海学
■ 東京大学の所属学部・研究科(教育部)で行った手続き：
事務室を訪問して渡航の連絡をした。
■ 語学関係の準備：
IELTS 6.5、TOEFL 76、点数が余りにも足りない場合は、授業に全然ついて行けない可能性が高い。自分は 8 割ほどの理解でついて行けたように思う。

費用・奨学金に関すること

■ 参加するために要した費用：	
航空費	120,000 円
派遣先への支払い(授業料・施設利用料など)	345,750 円
教科書代・書籍代	0 円
海外留学保険料(東京大学指定のもの)	2,000 円
保険・社会保障料(留学先で必要だったもの)	0 円

■その他、補足等：	
■留学先で費やした生活費：	
家賃	0 円
食費	30,000 円
交通費	0 円
娯楽費	40,000 円
■その他、補足等：	
娯楽費はジムの加入費用 + 旅行	
■プログラム参加のための奨学金の受給有無：	
受給した。	
■奨学金の支給機関・団体名等：	
JASSO	
■受給金額(月額)：	
80,000 円	
■受給金額についての補足等：	
■奨学金をどのように見つけたか：	
大学(本部国際交流課)からの案内	

プログラムを振り返って

■プログラムに参加したことの意義、その他所感：
学年の違う知り合いを作ることが出来た。人間関係の構築について少し理解することが出来た。
■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：
研究職をより強く希望するようになった。
■進路・就職先(就職希望先)：
研究職
■今後参加を考えている学生へのメッセージ、アドバイス：
ホームステイは当たり外れがあると思うので、頑張ってください。
■準備段階や留学中に役に立ったウェブサイト、出版物：
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)

記入日: 9/4/2018

- 参加プログラム: ウォーリック大学サマープログラム
- プログラム情報: <https://www.u-tokyo.ac.jp/adm/go-global/ja/program-list-short-WAR.html>
- 派遣先大学: ウォーリック大学
- プログラム期間: 8/6/2018 ~ 8/31/2018
- 東京大学での所属学部・研究科等: 文学部
- 学年(プログラム開始時): 学部 3

■参加にあたってこの時期を選んだ理由:

就職活動前に短期留学をする最後のチャンスだと考えたから。

■参加を決めるまでの経緯:

2 月ごろに決めました。大学でひとつのことをやりきった経験を増やしたいと思ったのがきっかけです。3 年の 8 月はインターンシップも始まる就活における重要な時期なので迷いましたが、思い切って参加してよかったです。

プログラムについて

■概要:

授業はイギリス文化、文化交流、コミュニケーションなど様々な分野で、二つのグループに分かれて行われました。個々の授業で特に宿題はなく、最終プレゼンが唯一の課題でした。シェイクスピアの戯曲をもとに、自分の声を効果的に使って人に伝えるトレーニングをする授業が死ぬほど面白かったです。平日にも土日にも cultural experience(研修旅行のようなもの)があり、フリーの土日には自主的に旅行もしたので、イングランドの主要な観光地はかなりまわりました。

■学習・研究以外の活動で取り組んだもの:

スポーツ、文化活動

■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:

ホストファミリーと庭でバドミントンをしたり、ゲームをしたりテレビを見たりしました。

■週末の過ごし方:

基本的に泊まりがけで旅行していました。湖水地方、ロンドンなどです。

派遣先大学の環境について

■設備:

学生証で利用できる図書館、有料の体育館がありました。カフェやパン屋(ブレッド・オーブンは安くおすすめです)、レストランやスーパーがキャンパス内にあります。wifi は学生アカウントで入れるものがあり、支障なく使えます。

■サポート体制:

自分は相談しませんでした。何でも相談できる担当の方がいて、何人かの学生は相談に乗ってもらっていたようです。

プログラム期間中の生活について

■宿泊先の種類:

ホームステイ

■宿泊先の様子、どのように見つけたか:

同じプログラムの学生が向こうの担当の方にメールで質問して、洗濯が週に 1、2 回してもらえることなどを確認していました。

■気候、大学周辺の様子、交通機関、食事等:

8 月の前半は日差しが強く半袖が必要な日が多かったのですが、後半から一気に日本でいう秋らしくなり、特に早朝の寒さが 10 度以下になりました。雨が降ると本当に寒いので、防水の上着があるといいと思います。大学内や近くには大きなスーパーやカフェなどがあり、日常品の買い物や食事には基本困らないと思います。通学はバスです。路線バスはバス停に立っていても止まってくれないので、手を道路に向けて伸ばしてアピールすると思います(通過される経験をしたので…)。食事は美味しいです。スーパーのサンドイッチなどはたまにはずれがありますが…。

■お金の管理方法、現地の通貨事情:

現地通貨を 200 ポンドほど持っていきましたが、ほとんどはデビット(クレジット)カードで支払いました。日本円で口座を作っていてもその場で為替取引してくれるのでとても手軽です。ただし盗まれると非常に困るので管理には気をつけましょう。

■治安、医療関係事情、心身の健康管理で気をつけたこと等、危機管理:

夜の行動は暗い&人気が本当にないため危険なのでできるだけ避けました。やむを得ない時も集団で行動していました。人ごみでもスリが怖いのでショルダーバックを前にかけて歩いていました。はじめのころはおなかを壊すのが怖かったので整腸剤を飲んでいましたが、飲まなくなった後も特に問題はありませんでした。

■自由時間に利用した交通手段:

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:

SIM

参加前の準備・手続きについて

■プログラムへの参加手続き:

成績証明書などの提出のほかに、ホームステイ先や授業内容を決めるためのアンケートの提出を派遣先大学から求められました。ホームステイ先はかなり重要なので、求めていることはできるだけアンケートに盛り込んでおいたほうがいいと思います。

■ビザの手続き:

国内での取得は不要でした。海外大学からの受入許可証があれば現地の入国審査は難なく通れました。

■医療関係の準備:

腹痛と頭痛の常備薬だけ用心のために持っていきました。向こうでは薬の種類などがわからないので、すぐに飲める薬は持っていくといいと思います。

■保険関係の準備:
学校側指定の付帯海学のほかに、クレジットカードに付属していた海外留学保険に加入しました。保険金が足し算で増えるので手持ちのカードに保険がもしあるなら加入しておくと思います。
■東京大学の所属学部・研究科(教育部)で行った手続き:
担当教員や主任教授の許可を受け、留学届を提出しました。
■語学関係の準備:
TOFEL を 2 か月ほど勉強してから受験しました。さほど高い点数を取らなくても大丈夫です(受けなくても応募を通過している人が多かったようです)。

費用・奨学金に関すること

■参加するために要した費用:	
航空費	270,000 円
派遣先への支払い(授業料・施設利用料など)	350,000 円
教科書代・書籍代	0 円
海外留学保険料(東京大学指定のもの)	9,000 円
保険・社会保障料(留学先で必要だったもの)	0 円
■その他、補足等:	
■留学先で費やした生活費:	
家賃	0 円
食費	40,000 円
交通費	10,000 円
娯楽費	60,000 円
■その他、補足等:	
■プログラム参加のための奨学金の受給有無:	
受給した。	
■奨学金の支給機関・団体名等:	
JASSO	
■受給金額(月額):	
80,000 円	
■受給金額についての補足等:	
■奨学金をどのように見つけたか:	
大学(本部国際交流課)からの案内	

プログラムを振り返って

■プログラムに参加したことの意義、その他所感:

自分が今までと違う場所にどうやって適応していけるのか、どんな力を発揮できるのか、知ることができたのは大きいと思うし、なによりイギリスに素晴らしい家族と先生、日本に尊敬できる友人が何人もできたのはこのプログラムのおかげです。

■今後のキャリアに対する考え方や就職活動に与えた影響:

自分が本当にやりたいと思っていることにむかって邁進する勇気と自信をもらいました。

■進路・就職先(就職希望先):

民間企業、エンターテインメントにかかわる職業

■今後参加を考えている学生へのメッセージ、アドバイス:

迷ったら参加するべきだと思います。学生時代にしか経験できないものがあります。

■準備段階や留学中に役に立ったウェブサイト、出版物:

地球の歩き方(イギリス)

東京大学 海外留学・国際交流プログラム報告書(超短期プログラム用)

記入日: 9/14/2018

- 参加プログラム: ウォーリック大学サマープログラム
- プログラム情報: <https://www.u-tokyo.ac.jp/adm/go-global/ja/program-list-short-WAR.html>
- 派遣先大学: ウォーリック大学
- プログラム期間: 8/6/2018 ~ 8/31/2018
- 東京大学での所属学部・研究科等: 理学部
- 学年(プログラム開始時): 学部 3

■参加にあたってこの時期を選んだ理由:
長い夏休みを有意義に使いたいと考えたから。
■参加を決めるまでの経緯:
学科の集中講義との兼ね合いもあり、5月下旬まで参加を迷っていた。学科での勉強を通して英語の必要性和自分の語学力の足りなさを強く感じるようになり、参加を決めた。今思うと、学部 1、2年の時期に参加していたらよかったと思う。

プログラムについて

■概要:
宿題は最終週にあるプレゼン発表の課題以外にはほとんどなく、予習・復習について大学から指示されることはほとんどない。シェイクスピアの劇の一場面を演じる授業が特に印象に残っている。
■学習・研究以外の活動で取り組んだもの:
文化活動
■学習・研究以外の活動で取り組んだものの内容、または取り組まなかった理由:
遺跡や博物館の訪問
■週末の過ごし方:
観光

派遣先大学の環境について

■設備:
wifi は弱い場所もあるが、敷地内全体で使える。食堂は色々あり、値段やメニューの種類も色々である。ジムもあるが、使用料が別途必要。図書館はいつでも利用できる。
■サポート体制:
いつでも相談できる大学の先生がいて安心

プログラム期間中の生活について

■宿泊先の種類:
ホームステイ
■宿泊先の様子、どのように見つけたか:
ホームステイ先は派遣先大学からの紹介だった。学生4人で滞在した。それぞれに個室が与えられ、清潔

感のある綺麗な部屋だった。シャワーは共同で、洗濯は週2回してくれた。また、wifi も使えて非常に便利だった。ホストマザーはとても親切な方で、一緒に滞在した学生も良い人だったのでとても快適だった。しかし、英語の上達という意味では、学生4人は多すぎるし、たまには1人になりたいと感じる時もあった。
■気候、大学周辺の様子、交通機関、食事等：
朝は10度を下回る日もあり、肌寒かった。日中は涼しくて過ごしやすかった。晴れた日は、乾燥していて紫外線も強いので暑く感じるときもあった。
■お金の管理方法、現地の通貨事情：
ほとんどクレジットカード(visa)を使った。jcb を使える場所はほとんどないが、visa はどこでも使える。
■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：
治安が悪いとは感じなかった。ただし、財布・パスポートはしっかり身につけておくべき。健康管理としては、十分な睡眠時間をとることがいちばんだと思う。
■自由時間に利用した交通手段：
列車、バス
■プログラム期間中に利用したネット環境：
キャンパス Wifi、SIM、ホームステイ先の wifi

参加前の準備・手続きについて

■プログラムへの参加手続き：
国際交流課から指示された提出物以外には特になく、手続きは複雑でなくわかりやすかった。
■ビザの手続き：
short-term study visa を取得した。現地空港で取得できるので、手続きの手間はほとんどない。
■医療関係の準備：
特に何もしていない。
■保険関係の準備：
保険期間が 9/1(現地空港出発日)までになっていたため、9/2(翌日の日本到着日)に預けたスーツケースが届かない事案が発生したにも関わらず保険が適用されなかった。保険期間は日本到着日までしておくべき。
■東京大学の所属学部・研究科(教育部)で行った手続き：
特に手続きはなかった。
■語学関係の準備：
出発前は、学科の勉強で忙しく、英語の勉強はしなかった。

費用・奨学金に関すること

■参加するために要した費用:	
航空費	200,000 円
派遣先への支払い(授業料・施設利用料など)	0 円
教科書代・書籍代	0 円
海外留学保険料(東京大学指定のもの)	8,550 円

保険・社会保障料(留学先で必要だったもの)	0 円
■その他、補足等:	
■留学先で費やした生活費:	
家賃	0 円
食費	300,000 円
交通費	20,000 円
娯楽費	50,000 円
■その他、補足等:	
■プログラム参加のための奨学金の受給有無:	
受給した。	
■奨学金の支給機関・団体名等:	
日本学生支援機構	
■受給金額(月額):	
80,000 円	
■受給金額についての補足等:	
■奨学金をどのように見つけたか:	
大学(本部国際交流課)からの案内	

プログラムを振り返って

■プログラムに参加したことの意義、その他所感:
1ヶ月の海外生活は単なる観光旅行とは違って、辛いと感じる時期もあり、その中で、普段意識することのない自分自身の性格や弱点を発見することができ、これからの自分に何が必要かを発見できた。 語学力という点では、自分の積極性の足りなさもあり、英語を十分に話して磨くことができず、少し後悔している。しかし、積極的な周囲の学生から多くの刺激を受け、これからの勉強の励みになった。
■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:
語学を身につける上で重要なのはモチベーションであって、海外にいるかどうかではないと感じた。英語ができない言い訳を取り繕うのではなく、日本でも継続して英語を使うようにして、自分の英語力をさらに高めていきたい。そして将来は、海外の学生や研究者と専門分野について対等に英語で議論できるようになりたい。
■進路・就職先(就職希望先):
研究職
■今後参加を考えている学生へのメッセージ、アドバイス:
失敗を恐れず、どんどん参加してみることをお勧めします。
■準備段階やプログラム参加中に役に立ったウェブサイト、出版物:
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)

記入日: 9/2/2018

- 参加プログラム: ウォーリック大学サマープログラム
- プログラム情報: <https://www.u-tokyo.ac.jp/adm/go-global/ja/program-list-short-WAR.html>
- 派遣先大学: ウォーリック大学
- プログラム期間: 8/6/2018 ~ 8/31/2018
- 東京大学での所属学部・研究科等: 理学部
- 学年(プログラム開始時): 学部 3

■参加にあたってこの時期を選んだ理由:
自身の語学力を上げるため、かつイギリスという国の文化に触れるため。
■参加を決めるまでの経緯:
ホームステイであり、1 か月と長期であり、語学力の向上に役立つと考えられたため。5 月の末に決定した。金額は懸念材料であった。

プログラムについて

■概要:
予習、復習は基本的になし。プレゼンソフトの授業や他の留学生とグループディスカッションする授業は印象に残っている。フィールドワークが多く、イギリスという国を学ぶプログラムであったという印象。
■学習・研究以外の活動で取り組んだもの:
文化活動
■学習・研究以外の活動で取り組んだものの内容、または取り組まなかった理由:
Tempest や les misérables などの観劇をした。
■週末の過ごし方:
基本的に遠出し、リバプールや湖水地方など著名な観光地に行っていた。旅行に行くのであれば早めに予約した方が良い。

派遣先大学の環境について

■設備:
図書館は混んではいるが綺麗で使いやすい。スポーツ施設は利用しておらず。食堂は 1 食 1,000 円程度で当たりはずれが存在していた。PC、WiFi 環境に関しては問題がないと思われる。
■サポート体制:
学習面、生活面に関しては予め何かあればメール若しくは向かう場所が用意されていた。自分は利用しなかった。

プログラム期間中の生活について

■宿泊先の種類:
ホームステイ
■宿泊先の様子、どのように見つけたか:

大学からの紹介。
■気候、大学周辺の様子、交通機関、食事等：
暑い暑いといわれていたが、実際に暑かったのは数日のみであとは基本的に最高気温は 20℃程度。上着は確実に持って行くべき。大学周辺には格安スーパーの TESCO があり、何か必要な場合ここに寄ればなんとかなる。交通機関はバスチケットが大学から渡され、それを利用して市街まで行くことが可能。電車で遠出する場合は予約しておくより安くなる。食事はステイ先で朝夜、外で昼を食べる生活であり、ステイ先での食事は美味しく栄養バランスも良かったので昼はあまり栄養バランスなどについて考慮せずに食事をとれた。金額は昼だと 600 円程度。
■お金の管理方法、現地の通貨事情：
現金に関しては、1 万円分成田でポンドに両替し現金しか使えない場面や割り勘の場面で用いた。クレジットカードを基本的に用いるようにし、上限を引き上げておいた。またカードは 2 種類用意した。
■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：
旅レジに登録した。
■自由時間に利用した交通手段：
列車、バス
■プログラム期間中に利用したネット環境：
キャンパス Wifi、SIM

参加前の準備・手続きについて

■プログラムへの参加手続き：
渡航情報届、奨学金用成績証明書、銀行のカードのコピー、誓約書、パスポートのコピー、ホームステイ先への自己紹介、大学側への英語力申請書。書く分量的にはそこまで多くないが種類が多いのでチェックリストを活用すべきだと思われる。
■ビザの手続き：
事前のビザは取得せず。ウォーリック大学からの受け入れレターを見せればすんなり入国管理所で発行される。
■医療関係の準備：
常備薬のみ。
■保険関係の準備：
大学指定のもののみ。
■東京大学の所属学部・研究科(教育部)で行った手続き：
留学申請書を書いたのみ。
■語学関係の準備：
軽い日常会話ならできる程度。TED を見ていた。リスニング力はないとかなり厳しいと思われる。

費用・奨学金に関すること

■参加するために要した費用:	
航空費	200,000 円

派遣先への支払い(授業料・施設利用料など)	350,000 円
教科書代・書籍代	0 円
海外留学保険料(東京大学指定のもの)	10,000 円
保険・社会保障料(留学先で必要だったもの)	0 円
■その他、補足等:	
奨学金 8 万円あり。	
■留学先で費やした生活費:	
家賃	14,000 円
食費	20,000 円
交通費	10,000 円
娯楽費	20,000 円
■その他、補足等:	
■プログラム参加のための奨学金の受給有無:	
受給した。	
■奨学金の支給機関・団体名等:	
JASSO	
■受給金額(月額):	
80,000 円	
■受給金額についての補足等:	
■奨学金をどのように見つけたか:	
大学(本部国際交流課)からの案内	

プログラムを振り返って

■プログラムに参加したことの意義、その他所感:
イギリス文化をホームステイというものを通して肌で感じられたことは満足している。また、ここでできた東大生や留学生とのコミュニティも意義を持つと考えられる。
■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:
イギリスの文化に触れてその考え方を学びつつ自分の国とは異なるような考え方を取り入れていければと思っている。
■進路・就職先(就職希望先):
研究職、民間企業、製薬会社
■今後参加を考えている学生へのメッセージ、アドバイス:
時間が空いていれば行くべきだと思います。金額的には厳しいかもしれませんが、貴重な経験になるはずです。
■準備段階や留学中に役に立ったウェブサイト、出版物:
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)

記入日: 9/9/2018

- 参加プログラム: ウォーリック大学サマープログラム
- プログラム情報: <https://www.u-tokyo.ac.jp/adm/go-global/ja/program-list-short-WAR.html>
- 派遣先大学: ウォーリック大学
- プログラム期間: 8/6/2018 ~ 8/31/2018
- 東京大学での所属学部・研究科等: 農学部
- 学年(プログラム開始時): 学部 3

■参加にあたってこの時期を選んだ理由:

ずっと留学のプログラム等には興味があったのですが、時期を逃してしまいこの時期になりました。もう少し早くに参加してればな、と少し思います。

■参加を決めるまでの経緯:

説明会での話を聞いて。インターン等に行く時間がなくなってしまうため少し迷いました。

プログラムについて

■概要:

高校の授業の時の英会話や、FLOW のクラスのようなイメージです。イギリスの文化について学ぶ授業も多かったです。また、週に一度くらいのペースで平日午後の半日か土曜日一日で遠足のような感じで色々な観光地にも連れて行ってもらえました。

■学習・研究以外の活動で取り組んだもの:

取り組んでいない。

■学習・研究以外の活動で取り組んだものの内容、または取り組まなかった理由:

探していなかったため。

■週末の過ごし方:

友達と旅行など遠出することが多かったです。

派遣先大学の環境について

■設備:

食事は基本的には大学内にあったサンドイッチ、サラダをカスタマイズできるお店を利用していました。あとは、大学内のスーパー、カフェ等も何度か利用しました。ほかにも食堂等いくつかあるようですが利用しませんでした。wifi 環境はとても良かったです。

■サポート体制:

先生たちはかなりフレンドリーな感じで一緒にパブに行ったりと仲良くしてもらえました。学習面でも楽しい授業をしてもらえました。

プログラム期間中の生活について

■宿泊先の種類:
ホームステイ
■宿泊先の様子、どのように見つけたか:
大学からの紹介。1つのホストファミリーにつき 1~4 人生徒がいて、私は2人で同じ家でした。自分の部屋が用意されていてかなり広かったです。食事、洗濯、お風呂等特に困ることはなく快適に過ごせました。食事は朝はシリアルやパンなど自分の好きなものを食べ、夜はホストファミリーがパイやラザニアなどを毎食作ってくれていました。
■気候、大学周辺の様子、交通機関、食事等:
最初の数日以外思っていたよりも寒く、上着が必要でした。後半は毎日最高気温 20 度前後で寒かったです。大学周辺はあまり栄えてはいなかったのですが、大きなスーパーマーケットがたくさんあり、またパブに何度か行きました。大学からバスの定期券のようなものをもらっていたので移動は基本的にバスを使っていました。
■お金の管理方法、現地の通貨事情:
基本的にどこもカードが使えるのでカードを使っていました。友達と割り勘にする時には現金を使いました。海外キャッシングができるデビットカードを持って行きましたがイギリスでは使いませんでした。
■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:
大学周辺は治安的な問題はほとんど感じなかった。ロンドン等旅行に行く際には荷物等気をつけました。
■自由時間に利用した交通手段:
バス、Uber
■プログラム期間中に利用したネット環境:
キャンパス Wifi、SIM、ホームステイ先の wifi

参加前の準備・手続きについて

■プログラムへの参加手続き:
大学の案内に従って手続きしました。
■ビザの手続き:
なし
■医療関係の準備:
なし
■保険関係の準備:
大学指定のものと、クレジットカード付帯のものです。
■東京大学の所属学部・研究科(教育部)で行った手続き:
とくになし
■語学関係の準備:
大学に入ってから英語に触れる機会がかなり減っていたので行く前にリスニング等少し勉強しましたが、もっと単語等覚え直してから行けばよかったな、と思っています。

費用・奨学金に関すること

■参加するために要した費用:	
航空費	30,000 円
派遣先への支払い(授業料・施設利用料など)	350,000 円
教科書代・書籍代	0 円
海外留学保険料(東京大学指定のもの)	10,000 円
保険・社会保障料(留学先で必要だったもの)	0 円
■その他、補足等:	
航空券はマイルージを利用しました。	
■留学先で費やした生活費:	
家賃	0 円
食費	25,000 円
交通費	10,000 円
娯楽費	25,000 円
■その他、補足等:	
■プログラム参加のための奨学金の受給有無:	
受給した。	
■奨学金の支給機関・団体名等:	
JASSO	
■受給金額(月額):	
80,000 円	
■受給金額についての補足等:	
■奨学金をどのように見つけたか:	
大学(本部国際交流課)からの案内	

プログラムを振り返って

■プログラムに参加したことの意義、その他所感:
多くのことに、関心をより持てるようになった。
■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:
海外に関わる仕事をしたいとより思うようになった。
■進路・就職先(就職希望先):
研究職、民間企業
■今後参加を考えている学生へのメッセージ、アドバイス:
ぜひ思い切って参加してみてください!
■準備段階やプログラム参加中に役に立ったウェブサイト、出版物:
留学の持ち物、ホームステイについてのウェブサイト

東京大学 海外留学・国際交流プログラム報告書(超短期プログラム用)

記入日: 9/4/2018

- 参加プログラム: ウォーリック大学サマープログラム
- プログラム情報: <https://www.u-tokyo.ac.jp/adm/go-global/ja/program-list-short-WAR.html>
- 派遣先大学: ウォーリック大学
- プログラム期間: 8/6/2018 ~ 8/31/2018
- 東京大学での所属学部・研究科等: 農学部
- 学年(プログラム開始時): 学部 3

■参加にあたってこの時期を選んだ理由:

大学院で長期の留学をする予定で、その前に短期の留学を経験してみようと思い、サークルの執行や卒論が始まらないうちに行けるのがこの時期だったから。

■参加を決めるまでの経緯:

生の英語に触れて慣れたかったため、決意しました。参加を決めたのはプログラム開始前の 3 ヶ月くらい前です。他のプログラムと迷いましたが、参加自体に迷いはなかったです。バイト先が許してくれるか位が不安でした。

プログラムについて

■概要:

基本的には宿題はないが、最終プレゼンをグループするので早めに準備に取り掛かった方がいいです!! 授業はシェイクスピアの劇を演じる授業や現地で別のプログラムで来てる中国人などの団体に一人ずつ割り振られて行ったプレセッションクラスが英語を楽しく勉強できるので良かったです。プレセッションでは外国人の友達もできます。

■学習・研究以外の活動で取り組んだもの:

スポーツ

■学習・研究以外の活動で取り組んだものの内容、または取り組まなかった理由:

バドミントン

■週末の過ごし方:

バドミントンとバイト

派遣先大学の環境について

■設備:

Wi-Fi 環境は割と整ってました。食堂はなく、ショップがあるが凄く高いので、Tescoやショッピングモール、大型スーパーで買う方がやすいです。

■サポート体制:

先生方は凄く聞き取りやすく話してくれるので、語学・学習面は問題ないと思います。生活面も一緒のプログラムの人と仲良くなれるので大丈夫だと思います。

プログラム期間中の生活について

■宿泊先の種類:

ホームステイ

■宿泊先の様子、どのように見つけたか:

派遣先大学側の紹介

■気候、大学周辺の様子、交通機関、食事等:

朝はとても寒くて大変です。長袖の重ね着がほとんどですが、たまに半袖の時があるくらいです。大学まではバスです。バスが充実してるので、放課後遊びに行く時はバスで行けます。バスは大学側で用意してもらえるバスで無料で使える区間があるので便利です。食事はレトルトのもの以外はとても美味しいです。

■お金の管理方法、現地の通貨事情:

海外送金よりは元々多めに口座に入れた方が楽だと思います。大体のお店はクレジットカードで払えるのですが、現地で友達と割り勘する際に一人が全員分クレカで払って、あとで現金で精算する事が多いので割と現金も多めに持っていった方がいいです。

■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:

ないです。治安は大学近辺は良いです。遊びに行く時は気をつけた方がいいと思います。あと寒いので長袖めっちゃ持っていく方がいいと思います。

■自由時間に利用した交通手段:

列車、バス、Uber

■プログラム期間中に利用したネット環境:

キャンパス Wifi、SIM

参加前の準備・手続きについて

■プログラムへの参加手続き:

口座残高証明書、クレジットカードなど、発行するのに日にちがかかるものがあるので事前に調べたほうがいいです。あと国際学生証は使える機会がないので、発行しなくていいと思います。

■ビザの手続き:

短期留学ビザで、残高証明書が見せなくて大丈夫な場合がほとんどですが必須になってます。銀行で一、二週間かかるので、早めに行く方がいいです。

■医療関係の準備:

健康診断は歯科だけしました。歯科は保険が効かないのできちんとした方がいいと思います

■保険関係の準備:

大学側で指定してくれたもので十分だと思います。

■東京大学の所属学部・研究科(教育部)で行った手続き:

単位の取得証明書を英語で発行するだけ(その日に機械でできる)なので、あまり準備で用心するものはないと思います。ただ、不可は数えないなどよく分からない所があるときは事務の方に聞くと親切に答えてくれるので、事務の方をめっちゃ頼るといいと思います。

■語学関係の準備:

出発前は東大で一年次にあった英語の授業以来一年半全く英語に触れていない状態でした。リスニングは伸びるので語彙やイディオムを増やした方が良いと感じました。そこは勉強しとけばもっと話せたと後悔したのでやった方がいいと思います。

費用・奨学金に関すること**■参加するために要した費用:**

航空費	230,000 円
派遣先への支払い(授業料・施設利用料など)	350,000 円
教科書代・書籍代	0 円
海外留学保険料(東京大学指定のもの)	3,500 円
保険・社会保障料(留学先で必要だったもの)	0 円

■その他、補足等:**■留学先で費やした生活費:**

家賃	0 円
食費	40,000 円
交通費	30,000 円
娯楽費	20,000 円

■その他、補足等:**■プログラム参加のための奨学金の受給有無:**

受給した。

■奨学金の支給機関・団体名等:

東京大学

■受給金額(月額):

80,000 円

■受給金額についての補足等:**■奨学金をどのように見つけたか:**

大学(本部国際交流課)からの案内

プログラムを振り返って**■プログラムに参加したことの意味、その他所感:**

新しいことにチャレンジする勇気が貰えた。英語で現地の人と会話ができるんだと自信にも繋がりました。

■今後のキャリアに対する考え方や就職活動に与えた影響:

現地の働いてる人の雰囲気を見て、とても楽しそうに働いてる人が多く、(実際労働者に優しいなと感じる場面がとても多かったです)海外で働きたいと思わされました。

■進路・就職先(就職希望先):
研究職、感染症の研究がしたいです。
■今後参加を考えている学生へのメッセージ、アドバイス:
迷っているなら、絶対にした方が良いでしょう。自分の人生にとって良い経験になることは間違いないです。
■準備段階や留学中に役に立ったウェブサイト、出版物:
Google map、national rail way(電車のチケットが前売りでクレカで買えるサイト)、現地のバス会社のアプリなど

東京大学 海外留学・国際交流プログラム報告書(超短期プログラム用)

記入日: 9/14/2018

- 参加プログラム: ウォーリック大学サマープログラム
- プログラム情報: <https://www.u-tokyo.ac.jp/adm/go-global/ja/program-list-short-WAR.html>
- 派遣先大学: ウォーリック大学
- プログラム期間: 8/6/2018 ~ 8/31/2018
- 東京大学での所属学部・研究科等: 経済学部
- 学年(プログラム開始時): 学部 4

■参加にあたってこの時期を選んだ理由:
交換留学の直前だったから
■参加を決めるまでの経緯:
秋から交換留学を控えていたので、日常会話と授業で使う英語をどちらも伸ばしたかった。

プログラムについて

■概要:
東大生向けの授業。はじめてのプログラムということもあり、完璧にオーガナイズされていた訳ではないが、先生は親切で熱意がある。来年はもっとスピーキング力向上にフォーカスされた内容になると更にいいと思う。とはいえ、スピーキング力を高めるには主体性が大事なので、授業が物足りなければ現地で友だちを作って話したりすると思う。
■学習・研究以外の活動で取り組んだもの:
文化活動
■学習・研究以外の活動で取り組んだものの内容、または取り組まなかった理由:
現地校で積極的に友だちを作って英語を話す機会を求めた。
■週末の過ごし方:
旅行、休息、英語学習

派遣先大学の環境について

■設備:
wifi は素晴らしい。食事もいくつかレストランがあるが、価格帯は様々なので安いところを選ぶとよい。
■サポート体制:
素晴らしいです。

プログラム期間中の生活について

■宿泊先の種類:
ホームステイ
■宿泊先の様子、どのように見つけたか:
派遣先大学が手配してくれました

■ 気候、大学周辺の様子、交通機関、食事等：
気候は 8 月と思えないほど寒い。大学周辺は治安はいい。住環境も良いが、ホームステイ先によってはバスの本数が少ないので少し苦労する。
■ お金の管理方法、現地の通貨事情：
クレジットがあれば十分かと思う。
■ 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：
繁華街ではスリを警戒し、持ち物に気を配った。
■ 自由時間に利用した交通手段：
列車、バス
■ プログラム期間中に利用したネット環境：
キャンパス Wifi、SIM

参加前の準備・手続きについて

■ プログラムへの参加手続き：
志望動機などを書き窓口に提出。
■ ビザの手続き：
大学からの指示に従い、書類を準備して入国審査の際に取得した。
■ 医療関係の準備：
薬を少し準備した。
■ 保険関係の準備：
大学からの指示に従った。
■ 東京大学の所属学部・研究科(教育部)で行った手続き：
海外渡航届の提出
■ 語学関係の準備：
数カ月オンライン英会話を継続していた

費用・奨学金に関すること

■参加するために要した費用：		
航空費	120,000	円
派遣先への支払い(授業料・施設利用料など)	280,000	円
教科書代・書籍代	0	円
海外留学保険料(東京大学指定のもの)	10,000	円
保険・社会保障料(留学先で必要だったもの)	0	円
■その他、補足等：		

■ 留学先で費やした生活費：

家賃	70000 円
食費	7,000 円
交通費	20,000 円
娯楽費	30,000 円
■その他、補足等：	
■プログラム参加のための奨学金の受給有無：	
受給した。	
■奨学金の支給機関・団体名等：	
大学	
■受給金額(月額)：	
80,000 円	
■受給金額についての補足等：	
■奨学金をどのように見つけたか：	
大学(本部国際交流課)からの案内	

プログラムを振り返って

■プログラムに参加したことの意味、その他所感：
イギリスにホームステイで一ヶ月住む経験は貴重だった。英語力が多面的に高まったのはもちろん、文化や社会に対する理解も深まった。
■今後のキャリアに対する考え方や就職活動に与えた影響：
長期的な考えにはあまり影響はない。
■進路・就職先(就職希望先)：
民間企業、起業
■今後参加を考えている学生へのメッセージ、アドバイス：
注意深く探すと色々なプログラムがあるので、比較して自分にあったプログラムを選ぶといい。英語力を高めたいなら今回のプログラムは選択肢のひとつになると思う。もし視野を広げたり新しい挑戦がしたい場合は、東大生に囲まれるこのプログラムよりも世界から集まる学生と交流できるプログラムの方が向いていると思います。
■準備段階やプログラム参加中に役に立ったウェブサイト、出版物：
VISA 関係のサイトは役立つ。あとは英語の会話表現を集めているサイトもよく利用した。

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)

記入日: 9/14/2018

- 参加プログラム: ウォーリック大学サマープログラム
- プログラム情報: <https://www.u-tokyo.ac.jp/adm/go-global/ja/program-list-short-WAR.html>
- 派遣先大学: ウォーリック大学
- プログラム期間: 8/6/2018 ~ 8/31/2018
- 東京大学での所属学部・研究科等: 教養学部
- 学年(プログラム開始時): 学部 5

■参加にあたってこの時期を選んだ理由:

就職活動が終わり時間があつたので。

■参加を決めるまでの経緯:

就職後、仕事で英語を使うことがあるので。締め切り直前。

プログラムについて

■概要:

宿題はない。午前は必ず授業が有り、午後は隔日で休み。時間に余裕がある

■学習・研究以外の活動で取り組んだもの:

スポーツ

■学習・研究以外の活動で取り組んだものの内容、または取り組まなかった理由:

大学のバレーボールアクティビティに参加した。

■週末の過ごし方:

旅行

派遣先大学の環境について

■設備:

ほとんど東大と変わらない。図書館の蔵書数は少なく、また文献へのアクセスは限られる。

■サポート体制:

非常に良い。

プログラム期間中の生活について

■宿泊先の種類:

ホームステイ

■宿泊先の様子、どのように見つけたか:

ホームステイのプログラムだった。

■気候、大学周辺の様子、交通機関、食事等:

少し寒め(12.3～23.4度くらい)。ホームステイ先によってまちまちだが全体的に交通の便は悪い、良くも悪くも田舎町。ホームステイ先のご飯はおいしかった。
■お金の管理方法、現地の通貨事情:
現金はほぼ使わない。100ポンドくらいあれば十分。日本のクレジットカードが反応しにくかったり、なくしたりする可能性を考えてクレジットカードは何枚か持って行った方がいい。
■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:
特になし。
■自由時間に利用した交通手段:
列車、バス、Uber
■プログラム期間中に利用したネット環境:
キャンパス Wifi、ホームステイ先の wifi

参加前の準備・手続きについて

■プログラムへの参加手続き:
五月末に志望書と成績証明などを提出するほかは特になし。
■ビザの手続き:
特になし。
■医療関係の準備:
風邪薬などは日本で買っていくと良いと思う。
■保険関係の準備:
大学の指示に従えば十分。
■東京大学の所属学部・研究科(教育部)で行った手続き:
特になし。
■語学関係の準備:
TOEIC900 以上、海外のドラマを見たり、外国語話者と交流する。

費用・奨学金に関すること

■参加するために要した費用：		
航空費	170,000	円
派遣先への支払い(授業料・施設利用料など)	345,000	円
教科書代・書籍代	0	円
海外留学保険料(東京大学指定のもの)	10,000	円
保険・社会保障料(留学先で必要だったもの)	0	円
■その他、補足等：		

■留学先で費やした生活費:	
家賃	0 円

食費	30,000 円
交通費	0 円
娯楽費	80,000 円
■その他、補足等：	
食費はホームステイのため昼のみ、娯楽費は週末の旅行費。	

■プログラム参加のための奨学金の受給有無：
受給した。
■奨学金の支給機関・団体名等：
東京大学海外派遣奨学事業奨学金
■受給金額(月額)：
80,000 円
■受給金額についての補足等：
■奨学金をどのように見つけたか：
大学(本部国際交流課)からの案内

プログラムを振り返って

■プログラムに参加したことの意義、その他所感：
イギリスの家庭で生活ができ、イギリス文化を体感できたこと。
■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：
改めて海外に関係する仕事につきたいと思った
■進路・就職先(就職希望先)：
公的機関、国際協力銀行
■今後参加を考えている学生へのメッセージ、アドバイス：
海外を最初に体験するプログラムとしては非常にいいものだと思います！自分なりに目標を持って頑張ってみてください。
■準備段階やプログラム参加中に役に立ったウェブサイト、出版物：
特に見ていない。

東京大学 海外留学・国際交流プログラム報告書(超短期プログラム用)

記入日: 9/9/2018

- 参加プログラム: ウォーリック大学サマープログラム
- プログラム情報: <https://www.u-tokyo.ac.jp/adm/go-global/ja/program-list-short-WAR.html>
- 派遣先大学: ウォーリック大学
- プログラム期間: 8/6/2018 ~ 8/31/2018
- 東京大学での所属学部・研究科等: 教養学部
- 学年(プログラム開始時): 学部 1

■参加にあたってこの時期を選んだ理由:
将来より長期の留学をするための事前の体験ととらえていたため、少しでも早いほうがいいと思ったから。
■参加を決めるまでの経緯:
5 月。説明会に参加して決定した。

プログラムについて

■概要:
午前中は英語でのディスカッションやレクチャーなどの授業を行い、午後は授業のある日が半分ぐらいで、残りは自習やエクスカージョンであった。最終日にプレゼンテーションを行った。
■学習・研究以外の活動で取り組んだもの:
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:
シェイクスピアのテンペストを観に行った。
■週末の過ごし方:
主に観光や小旅行。

派遣先大学の環境について

■設備:
図書館と図書館内の PC が自由に使える、ホームステイ先、大学ともに Wifi 完備、しかしスポーツ施設の利用料は高額で、食堂は当たり外れが大きい。
■サポート体制:
現地大学の Teacher や Asistant の方たちが親身に色々な面でアドバイスしてくれた。

プログラム期間中の生活について

■宿泊先の種類:
ホームステイ
■宿泊先の様子、どのように見つけたか:
プログラムに含まれており、派遣先大学が手配した。大学近くの家でのホームステイでホストファーザー、ホストマザーの家に個室を一つ与えられた。それなりの広さで、ダブルベッド一台、クローゼット、ドライヤ

一付き、トイレとシャワーは共用、朝食、夕食付であった。

■気候、大学周辺の様子、交通機関、食事等：

気候は初めの数日を除き八月だというのに寒かった。大学はコヴェントリーという小さな市の郊外にあり、コヴェントリー、ケニルワース、バーミンガムなどへアクセスのしやすい立地であった。市と大学の間の路線はバスの本数も多いが、それ以外の場所へ行くバスは本数が非常に少ない(うちのホームステイ先から大学へは一時間に一本だった)。また、バスの時間が早くなったり、遅れたり、キャンセルされたりするので注意。

■お金の管理方法、現地の通貨事情：

現地はキャッシュレス化が進んでいたため、バスなど一部の場合を除きカード払いが便利。

■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：

大学周辺は治安が良かったが、お金や持ち物の管理には気を付けた。

■自由時間に利用した交通手段：

タクシー、列車、バス

■プログラム期間中に利用したネット環境：

キャンパス Wifi、SIM

参加前の準備・手続きについて

■プログラムへの参加手続き：

渡航情報届や、プログラム、ホストファミリーに関する希望調査があった。

■ビザの手続き：

現地で短期留学用のものを取得した。必要書類をきちんと用意すれば何とかなるはず。

■医療関係の準備：

事前に A 型肝炎の予防接種を打ち、歯科に診てもらった。風邪薬、整腸剤など常備薬を多めに持って行った。

■保険関係の準備：

学校に指定されたものに加入した。

■東京大学の所属学部・研究科(教育部)で行った手続き：

海外渡航届などの必要書類を提出した。ターム期間中ではなかったため、履修などへの影響はなし。

■語学関係の準備：

数日前から英単語帳を少し読んだ。

費用・奨学金に関すること

■参加するために要した費用：

航空費	200,000 円
派遣先への支払い(授業料・施設利用料など)	350,000 円
教科書代・書籍代	0 円
海外留学保険料(東京大学指定のもの)	5,000 円

保険・社会保障料(留学先で必要だったもの)	0 円
■その他、補足等:	
航空券は少しでも早く取った方が良いです。	
■留学先で費やした生活費:	
家賃	0 円
食費	50,000 円
交通費	25,000 円
娯楽費	50,000 円
■その他、補足等:	
プログラム料金にホームステイが含まれているため、家賃と普段の朝食、夕食もそれに含まれています。	
■プログラム参加のための奨学金の受給有無:	
受給した。	
■奨学金の支給機関・団体名等:	
JASSO	
■受給金額(月額):	
80,000 円	
■受給金額についての補足等:	
■奨学金をどのように見つけたか:	
大学(本部国際交流課)からの案内	

プログラムを振り返って

■プログラムに参加したことの意義、その他所感:
初めて海外に出て、その中で 1 か月過ごしたことで、英語でコミュニケーションをとることへの抵抗感が軽減され、また、日本で当然と思っていたことがそうではない環境で生活したことで、これまでの自分の価値観を相対化し、広い視野を持って物事を考えられるようになった。
■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:
プログラムに参加する中で、今後の長期留学や、海外でのキャリアへのモチベーションが高まったほか、普段かかわりの少ない3、4、5年生とフラットな関係を築けたことで、将来へのビジョンがよりはっきりと見えるようになった。
■進路・就職先(就職希望先):
公的機関、民間企業、未定
■今後参加を考えている学生へのメッセージ、アドバイス:
もし参加するか迷っているのなら、絶対早めに参加した方がいいです。必ず将来の自分にとってプラスになると思うので。
■準備段階やプログラム参加中に役に立ったウェブサイト、出版物:
現地の観光用ガイドブック

東京大学 海外留学・国際交流プログラム報告書(超短期プログラム用)

記入日: 8/30/2018

- 参加プログラム: ウォーリック大学サマープログラム
- プログラム情報: <https://www.u-tokyo.ac.jp/adm/go-global/ja/program-list-short-WAR.html>
- 派遣先大学: ウォーリック大学
- プログラム期間: 8/6/2018 ~ 8/31/2018
- 東京大学での所属学部・研究科等: 教養学部
- 学年(プログラム開始時): 学部1

■参加にあたってこの時期を選んだ理由:

1 年の夏に行くことで 2 年以降長期留学を考えたときに様々な不安を解消でき多くの選択肢を持てると思った。また自分の英語力がどれほど通用するか体験してみたかった。

■参加を決めるまでの経緯:

自分は高校時代に野球部中心の生活をしていて留学出来なかったので大学合格後すぐに留学を検討していました。なので大学の留学フェア等に参加してこのプログラムを知り応募しました。

プログラムについて

■概要:

英語のスキルを学び、観光をし、ホームステイをした。

■学習・研究以外の活動で取り組んだもの:

観光

■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:

観光した。

■週末の過ごし方:

観光

派遣先大学の環境について

■設備:

図書館・食堂・WIFI 環境は良かったです。スポーツ施設はあったけど使って無いです。

■サポート体制:

存在はしたけど利用していません。

プログラム期間中の生活について

■宿泊先の種類:

ホームステイ

■宿泊先の様子、どのように見つけたか:

ちゃんと日本人に配慮して頂けました。

■ 気候、大学周辺の様子、交通機関、食事等：
北海道の夏よりは寒いです。大学周辺は治安がいいです。交通機関はよく遅れますがなんとかなってます。食事は思ったより悪くありませんでした。
■ お金の管理方法、現地の通貨事情：
1 ポンド 100 円みたいな感覚でお金を使ってしまうので危ないです。
■ 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：
ウエストポーチに貴重品を入れておいたのは良かったです。
■ 自由時間に利用した交通手段：
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：
キャンパス Wifi、SIM

参加前の準備・手続きについて

■ プログラムへの参加手続き：
ホームページとメールさえ確認出来れば大丈夫です、ただちゃんと確認しないと見逃す可能性があるの で注意が必要です。
■ ビザの手続き：
入国時に短期留学用のビザの手続きが必要でしたが、財政証明書さえ用意出来れば問題なかったです。
■ 医療関係の準備：
海外なので食あたりが不安で新ビオフォルミン S だけ持っていきました。
■ 保険関係の準備：
大学に従ったまでです。
■ 東京大学の所属学部・研究科(教育部)で行った手続き：
事務で渡された書類に記入したまでです。
■ 語学関係の準備：
特になし。

費用・奨学金に関すること

■参加するために要した費用：		
航空費	200,000	円
派遣先への支払い(授業料・施設利用料など)	350,000	円
教科書代・書籍代	0	円
海外留学保険料(東京大学指定のもの)	10,000	円
保険・社会保障料(留学先で必要だったもの)	0	円
■その他、補足等：		
結構旅行でお金かかりました。		

■ 留学先で費やした生活費：

家賃	0 円
食費	30,000 円
交通費	10,000 円
娯楽費	150,000 円
■その他、補足等:	

■プログラム参加のための奨学金の受給有無:
受給した。
■奨学金の支給機関・団体名等:
日本学生支援機構(JASSO)
■受給金額(月額):
80,000 円
■受給金額についての補足等:
■奨学金をどのように見つけたか:
大学(本部国際交流課)からの案内

プログラムを振り返って

■プログラムに参加したことの意義、その他所感:
今後の長期留学を検討する上でとても良い経験になったし、これから英語を勉強しようというモチベーションに繋がりました。
■今後のキャリアに対する考え方や就職活動に与えた影響:
上記の通りです。
■進路・就職先(就職希望先):
公的機関、民間企業、国家公務員か外資系企業
■今後参加を考えている学生へのメッセージ、アドバイス:
留学したい人にはオススメです。
■準備段階や留学中に役に立ったウェブサイト、出版物:
留学系のサイトやアルク出版の本

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)

記入日: 9/3/2018

- 参加プログラム: ウォーリック大学サマープログラム
- プログラム情報: <https://www.u-tokyo.ac.jp/adm/go-global/ja/program-list-short-WAR.html>
- 派遣先大学: ウォーリック大学
- プログラム期間: 8/6/2018 ~ 8/31/2018
- 東京大学での所属学部・研究科等: 薬学部
- 学年(プログラム開始時): 学部 3

■参加にあたってこの時期を選んだ理由:
他に行ける時期がないと判断したため
■参加を決めるまでの経緯:
部活に入っており、大会等の関係上行けないと思っていたが相手の都合により大会に出れないことがわかったので参加すると決めた。

プログラムについて

■概要:
宿題はほぼない。授業を通してイギリスのことを学べる。劇の授業が特に印象的。
■学習・研究以外の活動で取り組んだもの:
スポーツ
■学習・研究以外の活動で取り組んだものの内容、または取り組まなかった理由:
トレーニング
■週末の過ごし方:
旅行

派遣先大学の環境について

■設備:
トレーニング体育館(有料)、図書館、カフェ、Wifi あり
■サポート体制:
先生は基本何でも相談に乗ってくれる。

プログラム期間中の生活について

■宿泊先の種類:
ホームステイ
■宿泊先の様子、どのように見つけたか:
大学が用意してくれている。距離・ホームステイ先の人数は人によってまちまち。一人一部屋は与えられる。

■ 気候、大学周辺の様子、交通機関、食事等：
最初の三日だけ暑かったが、その後は涼しくなった。すっきりと晴れる日は少なかった。交通機関はやや不便。食事は朝晩はホームステイ先で、昼は学校の施設で食べた。
■ お金の管理方法、現地の通貨事情：
クレジットと現金。ロンドン滞在中はオイスターカード(ロンドンですぐに取得できる)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：
海外にいるという意識を持つ程度で十分。
■ 自由時間に利用した交通手段：
タクシー、列車、バス、飛行機
■ プログラム期間中に利用したネット環境：
キャンパス Wifi、SIM、ホームステイ先の Wifi

参加前の準備・手続きについて

■ プログラムへの参加手続き：
学内手続きチェックリストに記載のもの、ホームステイ希望調査。
■ ビザの手続き：
イギリスの空港にて申請、派遣先大学の受入許可書を見せただけで秒でビザ取得できました。
■ 医療関係の準備：
特になし
■ 保険関係の準備：
クレジットカードでもともと入っていたものと付帯海学
■ 東京大学の所属学部・研究科(教育部)で行った手続き：
特になし
■ 語学関係の準備：
TOEIC:810

費用・奨学金に関すること

■参加するために要した費用:		
航空費	200,000	円
派遣先への支払い(授業料・施設利用料など)	350,000	円
教科書代・書籍代	0	円
海外留学保険料(東京大学指定のもの)	10,000	円
保険・社会保障料(留学先で必要だったもの)	0	円
■その他、補足等:		

■留学先で費やした生活費:	
家賃	0 円

食費	30,000 円
交通費	30,000 円
娯楽費	60,000 円
■その他、補足等:	

■プログラム参加のための奨学金の受給有無:
受給しなかった。
■奨学金の支給機関・団体名等:
■受給金額(月額):
円
■受給金額についての補足等:
■奨学金をどのように見つけたか:

プログラムを振り返って

■プログラムに参加したことの意義、その他所感:
このプログラムに参加したことで学習意欲が高まった。
■今後のキャリアに対する考え方や就職活動に与えた影響:
海外に出ることへの躊躇いの意識が薄くなった。
■進路・就職先(就職希望先):
■今後参加を考えている学生へのメッセージ、アドバイス:
■準備段階や留学中に役に立ったウェブサイト、出版物:

東京大学 海外留学・国際交流プログラム報告書(超短期プログラム用)

記入日: 9/2/2018

- 参加プログラム: ウォーリック大学サマープログラム
- プログラム情報: <https://www.u-tokyo.ac.jp/adm/go-global/ja/program-list-short-WAR.html>
- 派遣先大学: ウォーリック大学
- プログラム期間: 8/6/2018 ~ 8/31/2018
- 東京大学での所属学部・研究科等: 教養学部
- 学年(プログラム開始時): 学部 2

■参加にあたってこの時期を選んだ理由:
二年生かつ夏季休業で時間があつた。
■参加を決めるまでの経緯:
交換留学を考えているが海外に行ったこともなく語学力も不安だったためとりあえず行っとくかぐらいの気持ちで参加を決めた。900 番講堂での大きな説明会のあとに参加を決めた。シェフィールドのほうはかなり安かったなのでその点で迷ったが、内容・期間の点でウォーリックを選んだ。

プログラムについて

■概要:
プログラム前のウォーリック大学からのアンケートの結果と、入学直後の英語力を判断材料に 2 グループに分けられて1ヶ月過ごした。予習の必要はないし、基本的に宿題が出ることもない。授業内容はイギリスの文化、効果的なプレゼンテーションのスキル、パワーポイント以外のソフトウェア、いかに自信を持つことが大切か、イディオム、ジョークなどが印象に残っている。他にも、実際に自分たちが企業の一員になったとして交渉のシミュレーションをしてビジネス英語を学んだりするものなどもあった。授業内容は東京大学では聞けないような実践的で興味深いものが多いので復習すると良いと思う(強要はされない)。授業スタイルは座学というよりは先生対生徒、生徒対生徒の対話形式が多い。ウォーリックキャッスル、オックスフォード大学、ロンドン、ナショナルトラスト登録の家に行くなど、たくさんのエクスカージョンが用意されていてプログラムの半分は観光なのではないかという気分さえしてくる充実度だった。
■学習・研究以外の活動で取り組んだもの:
取り組んでいない。
■学習・研究以外の活動で取り組んだものの内容、または取り組まなかった理由:
1ヶ月しかなかったので、学校生活に慣れてきた頃には時間がなかった。
■週末の過ごし方:
学校のエクスカージョンであったり、友達と周辺地域やイギリス観光に行ったりした。

派遣先大学の環境について

■設備:
しっかりした図書館があるが自分はあまり利用していない。スポーツセンターが存在するが会費制だったと思う。リーズナブルなサンドイッチ屋からしっかりしたレストランまでいくつもある。Wifi 環境は整っている。

屋内にいれば基本的に強い wifi がある。
■サポート体制:
ディベートする時間や発表する機会がたくさん設けられているし、先生方も積極的に生徒に関わろうとしてくれるし、学外でも先生方とパブに何度か行かせていただいたので、熱意と積極性さえあればたくさん英語に触れることができる。英語力に卓越したたくさんの院生の中国人や数人の英語圏の学生と触れ合う機会も設けられており、語学力はやる気次第でかなり伸びると思う。学べるのは英語だけではない。イギリスの文化、効果的なプレゼンテーションのスキル、パワーポイント以外のソフトウェア、いかに自信を持つことが大切か、など授業内容も多義に渡っており興味深いものであった。何より、先生方の心からの優しさと施しに感動した。このプログラムを本当に楽しんでほしいと仰っていたし、ことあるごとに何か不安や不満はないかと尋ねてくれるので生活面、精神面のサポートもばっちりだった。食堂にいと、大学の精神ケア担当の方が話しかけてくださることもあった。

プログラム期間中の生活について

■宿泊先の種類:
ホームステイ
■宿泊先の様子、どのように見つけたか:
ステイ人数は 1 人～4 人と様々であった。複数人の家は、同じ飛行機で来た人が選ばれていた。自分たちは 4 人でステイした。それぞれに個室が与えられ快適に生活できたが、冷房暖房という概念はなかった。洗濯は週 2 回と決められていた。ホスト人数も様々であった。大家族のところもあったが、自分のホストは 1 人だった。それゆえ英語圏の人同士の会話を聴く機会は少なかった。ホームステイはウォーリック大学が探すものであるが、到着するまでステイ先の情報が一切入って来ないので不安ではある。ゲスト複数人は想定外であった。ホスト 1 人に対してゲスト日本人 4 人であったので日本語を使って生活してしまうこともあって残念だった(英語だけで生活してみたかったが結局誰かが諦めて日本語を使い始めてしまう)。
■気候、大学周辺の様子、交通機関、食事等:
思ったより寒い。8 度～25 度くらいであったと思う。日差しは強いのでサングラスがいる。灼熱の日本から出た急な温度変化で咳喘息を発症した。大学は想定外の広さで、学内にはカフェやレストラン、パブ、グローサリーストア等色々ある。大学から渡されるバスカードを用いて周辺の栄えている街へいくだけでも繰り出せる。基本的にはバスカードを用いることになるが、ロンドンなど大学から離れた街に行こうと思うと電車や予約制のバスを用いることになるが、東京の電車の感覚よりはかなり高い。(ロンドンまではおよそ 4,500 円)。食事は美味しいとも美味しくないとも言い難い。たくさんのじゃが芋を食べることになる。外で食べる食事は基本高い。一食 1,500 円ぐらいかかるのはざら。
■お金の管理方法、現地の通貨事情:
どこでもカードで支払うことができるのでカードは最強。だが、5 ポンド以下は現金で支払えと言われることもあったし、気づかぬ間にカードの額がとんでもないことになっていたのも、あまり現金を持って来なかったことを後悔した。とはいえ 150 ポンドの現金を失くした人もいたので、個人的には現金は 5 万円分ぐらい持ってきた上で持ち歩く額は少なくするというのが良いと思う。そこら中でキャッシング(クレジットカードを ATM に入れたら現金出てくる)できるのでそれを活用するのも良いと思う。
■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:
大学周辺は治安に関して怖いと思うことはほとんどなかったが、現地の友達から、複数人に囲まれて財布

を取られたという話を聞いた。ロンドンでも特に治安が悪いと感じることはなかったが、人が多いのでスリは怖かった。
■自由時間に利用した交通手段:
列車、バス
■プログラム期間中に利用したネット環境:
キャンパス Wifi、SIM、ステイ先の wifi、店にある wifi、バスや列車にある wifi

参加前の準備・手続きについて

■プログラムへの参加手続き:
渡航情報届を早く出せと催促されたがその時点で分からない情報も多く困った。教養学部は OSSMA の加入を義務づけているが、出発ギリギリにそのことを知り、急いで加入したという話を聞いた(本来は出発 1 ヶ月前に申し込まなければならない)。
■ビザの手続き:
short-term study visa. オリエンテーションで連絡された通りのものを用意しておけば困ることはほとんどない。財政証明書は要求されなかった。滞在先の詳細は、ウォーリック大学のホームステイだと言えば大丈夫。
■医療関係の準備:
指定の健康診断、予防接種はない。かなり歩く量が増えるので靴擦れすると面倒臭いから絆創膏はあったほうがいい。香辛料にお腹をやられた人がいたので腹痛薬。めっちゃめっちゃ蜂が多い(基本無害だがたまに刺すらしい)ので気になる人は殺虫剤と塗り薬(と蜂の針を抜くピンセット的な何か)。
■保険関係の準備:
東大指定の保険で個人的には問題なかった。2 万円ぐらいスられた人がいるが保険は降りない。
■東京大学の所属学部・研究科(教育部)で行った手続き:
短期のサマープログラムなので特筆することなし。
■語学関係の準備:
英検 2 級程度。特段勉強したわけではないが、空港や店で必要になる会話、普段の会話の英語、イギリスのアクセントやスラングなどは少し勉強した。

費用・奨学金に関すること

■参加するために要した費用:	
航空費	200000 円
派遣先への支払い(授業料・施設利用料など)	340,000 円
教科書代・書籍代	0 円
海外留学保険料(東京大学指定のもの)	10,000 円
保険・社会保障料(留学先で必要だったもの)	0 円
■その他、補足等:	
保険料には教養学部が加入を義務としている OSSMA を含めた。	

■留学先で費やした生活費:	
家賃	0 円
食費	50,000 円
交通費	15,000 円
娯楽費	65,000 円
■その他、補足等:	
■プログラム参加のための奨学金の受給有無:	
受給した。	
■奨学金の支給機関・団体名等:	
JASSO	
■受給金額(月額):	
80,000 円	
■受給金額についての補足等:	
■奨学金をどのように見つけたか:	
大学(本部国際交流課)からの案内	

プログラムを振り返って

■プログラムに参加したことの意義、その他所感:
ウォーリック大学の先生方、外国人の友達たちの優しさに人間としての成長を感じる。日本人は自分たちは polite だとか平気で言うが、いかに自分たちが自分たちのことしか考えていないかを実感させられる場面が多々ある。当初の目的は語学力であったが、それを超えた意義深いものがあった。一緒に参加したメンバーも素晴らしい人たちがばかりであった。人生の先生と呼びたい人たちとたくさん知り合え、関わられた。彼らを見てみると、自信がついたし、自信がどれほど大切かを学んだし、自信はどこから出てくるものなのか考えさせられた。イギリスでの全ての出会いが大切なものになったし全ての経験が絶対に忘れたくないものになった。
■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:
プログラム参加前は、このプログラムの参加が就職活動に有利になったりキャリアの幅を広げるのだと思っていた。プログラム終了して学んだことは、確かに上述のことは正しいのかもしれないけど、そんなことは今は分からないしどうでもいいということである。このようなプログラムに参加したりして、人生に積極的に向き合っそこで出会った人たちと一緒に成長していければいいと思う。
■進路・就職先(就職希望先):
■今後参加を考えている学生へのメッセージ、アドバイス:
初めての海外だったり、忙しかったり、長期留学のせいで留年したりするのが嫌な学生にとっては本当にいい機会だと思う。短期とは言え、たくさんの学びがある。やる気がなくなってしまって日本語でしか話さなくなってしまったような人も見たので、せっかくプログラムに参加するとなったらやる気は保持してほしい。

やる気が最後まで満ちていた友達たちは、例え拙い英語力でも臆さずに色々なものに立ち向かっていたので、その姿勢が目指すべきものと思う。

■準備段階や留学中に役に立ったウェブサイト、出版物:

google map は移動経路を調べるのに最強。

東京大学 海外留学・国際交流プログラム報告書(超短期プログラム用)

記入日: 9/3/2018

- 参加プログラム: ウォーリック大学サマープログラム
- プログラム情報: <https://www.u-tokyo.ac.jp/adm/go-global/ja/program-list-short-WAR.html>
- 派遣先大学: ウォーリック大学
- プログラム期間: 8/6/2018 ~ 8/31/2018
- 東京大学での所属学部・研究科等: 教養学部
- 学年(プログラム開始時): 学部 1

■参加にあたってこの時期を選んだ理由:

入学後に留学したいという思いが強かった。留学説明会において、英語が得意ではない人の語学力向上のためのプログラムだときき、応募しようと思った。

■参加を決めるまでの経緯:

留学説明会で説明を聞いたとき、初めての留学にふさわしいと思った。

プログラムについて

■概要:

基本授業完結型。宿題や予習はない。ドラマを演じる授業は、英語を用いる感覚があって非常に楽しかった。遠足が多かった。

■学習・研究以外の活動で取り組んだもの:

取り組んでいない。

■学習・研究以外の活動で取り組んだものの内容、または取り組まなかった理由:

ホストファミリーと時間を過ごしたほか、観光、プレゼンの準備に時間を使った。

■週末の過ごし方:

各地への観光。レミントン、バース、ロンドンなど。

派遣先大学の環境について

■設備:

図書館は 24 時間使える(長居したことはないが)。冷水機もあった。スポーツセンターは使う人が少しいた。レストランは高い。グロセリーストアでいたい済ませられる。サンドウィッチ屋さんは美味しかった。Wi-Fi は強かった。

■サポート体制:

職員室に行けば相談に乗ってくれる。不在のことも多いが。その他メールでも質問に答えてくれる。

プログラム期間中の生活について

■宿泊先の種類:

ホームステイ

■宿泊先の様子、どのように見つけたか:

派遣先大学が手配してくれた。
■気候、大学周辺の様子、交通機関、食事等：
非常に寒い。8月に行ったがジャンパーを持ってこなかったのを後悔した。景色は田舎。非常に美しい自然である。交通機関は主にバス。バスは乗るときに手を出さないと通り過ぎて行ってしまう。信号機は赤になるのが早すぎる。食事は美味しい。が、野菜が不足する。外食は高い。
■お金の管理方法、現地の通貨事情：
クレジットカードを作った。これでほとんどすべてのものを支払える。例外は一部のマーケットくらい。
■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：
観光に行く日は荷物は持たず、首から下げるやつに10紙幣とカードを入れ、それを服の内側に入れていた。手を洗わない人が多かったが、洗った。
■自由時間に利用した交通手段：
列車、バス
■プログラム期間中に利用したネット環境：
キャンパス Wifi、家の Wi-Fi

参加前の準備・手続きについて

■プログラムへの参加手続き：
パスポートの取得、航空券の取得、渡航情報届の提出、海外旅行保険への加入、OSSMA への加入など。どれもこれも早く済ませることが大事。国際交流課の人は相談に乗ってくれるので、わからないことがあったら直ちに行くと良い。航空券は早ければ早いほど安い。
■ビザの手続き：
Short-Term Student Visa を取ると聞いていた。財政証明書などが必要とされていたが、ウォーリック大学に留学するという旨を伝えてパスポートを見せたらすんなり通してくれた。
■医療関係の準備：
整腸剤を持って行ったが使わなかった。渡航前に歯医者に行った方が良さらしいのだから行き忘れた。
■保険関係の準備：
学校指定のものに素直に従った。
■東京大学の所属学部・研究科(教育部)で行った手続き：
なかった。
■語学関係の準備：
語学レベルを証明するものは昔とった英検3級しかなかった。語学力が高くはなかった。行く前に少し単語はやった。

費用・奨学金に関すること

■参加するために要した費用：	
航空費	209,000 円
派遣先への支払い(授業料・施設利用料など)	345,750 円
教科書代・書籍代	0 円

海外留学保険料(東京大学指定のもの)	12,000 円
保険・社会保障料(留学先で必要だったもの)	0 円
■その他、補足等:	
■留学先で費やした生活費:	
家賃	0 円
食費	20,700 円
交通費	16,700 円
娯楽費	15,000 円
■その他、補足等:	
お昼ご飯は週の初めに買い出しをしてサンドウィッチを作る生活をしていたため、ほかの人よりは安い。交通費は週末の電車やバスがメイン。	
■プログラム参加のための奨学金の受給有無:	
受給した	
■奨学金の支給機関・団体名等:	
JASSO	
■受給金額(月額):	
80,000 円	
■受給金額についての補足等:	
■奨学金をどのように見つけたか:	
大学(本部国際交流課)からの案内	

プログラムを振り返って

■プログラムに参加したことの意味、その他所感:
ホームステイをしたことにより現地の環境にどっぷりと浸ることができた。もっと日本語と無縁になりたかった。
■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:
再び留学したいと思った。
■進路・就職先(就職希望先):
未定
■今後参加を考えている学生へのメッセージ、アドバイス:
非常に充実した時間を過ごせます。やることは素早くやり、わからないことは質問す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:
東京大学の留学関係サイト

東京大学 海外留学・国際交流プログラム報告書(超短期プログラム用)

記入日：9/2/2018

- 参加プログラム：ウォーリック大学サマープログラム
- プログラム情報：<https://www.u-tokyo.ac.jp/adm/go-global/ja/program-list-short-WAR.html>
- 派遣先大学：ウォーリック大学
- プログラム期間：8/6/2018 ～ 8/31/2018
- 東京大学での所属学部・研究科等：教養学部
- 学年(プログラム開始時)：学部2

■参加にあたってこの時期を選んだ理由：

部活やサークルに属していなかったのととりあえずこの夏に何か行動を起こしてみようと思い、また理転する予定だったので今後忙しくなることを考えて、このような短期の留学をするならこの時期しかないと思い申し込んだ。

■参加を決めるまでの経緯：

2年生になってから部活やサークルに属さなくなり、このまま行けば夏休みに自堕落な生活を送ることは明らかだったので何かしらのプログラムに応募しようと思ったのが始まりだった。応募当時は文系だったが理転していつかは海外の大学院で学んでみたいという思いがあり、留学というものがどういうものなのか知るため、海外での生活がどのようなものなのか体感するため、自分の英語がどれくらい伝わるかを知るためにこのプログラムに応募した。理系に行けば忙しくなることは分かっていたため、夏休みの大半を海外で過ごすなんてことはしばらくできなくなると思ったこともその一因を担っている。

ただシェフィールドのプログラムが奨学金16万もらえるのに対し、こちらのプログラムは向こうのよりも高いのに奨学金の金額が少なかったのは少し不満だった。それ故金銭的な面では少し参加を迷った。

プログラムについて

■概要：

ほぼ全ての授業を同じプログラムの東大生と受ける形だったが、たまに中国人や台湾人と授業を受ける機会もあり彼らの英語力や熱意の高さに非常に刺激を受けた。予習は基本的になく、宿題も多くはなかった。ただし最終週のプレゼンのみ結構な量のタスクをこなす必要がある。文法を説明する時間は少なくFLOWのようなdiscussionを多くやらされた。熱い演技指導を受けながらシェイクスピアの劇をやる時間や、英国の歴史を学ぶ時間などもあり授業の内容は非常に多岐に渡っており飽きることはなかった。毎週どこかしらに行くイベントがあり、オックスフォードやロンドンに行くことができた。

■学習・研究以外の活動で取り組んだもの：

取り組んでいない。

■学習・研究以外の活動で取り組んだものの内容、または取り組まなかった理由：

プログラム期間が短くそのようなことに時間を割く余裕がなかったため。

■週末の過ごし方：

コッツウォルズ、オックスフォード、ウェールズ、ロンドンへ行った。

基本的に小旅行へ出かける人が多いと思う。旅先で一泊する人もいれば日帰りで帰って次の日は家で過ごす人もいた。サッカーの試合を見に行っている友人もいた。

派遣先大学の環境について

■設備:

図書館はあまり使っていないのでわからないが、いい図書館なんじゃないかと思う。windows がたくさん置いてあったと思う。スポーツ施設は存在するが使用料を取られるので、この施設でスポーツをしている人はプログラム参加者全体の 2 割くらいだったと思う。一ヶ月で 30 か 40 ポンドくらいだったと思う。東大という生協食堂のようなものはないが、カフェテリアがたくさんある。基本的にみんな昼ごはんはそこで済ましていた。時に 3G すら飛んでこないが学内 wifi は充実しており、駒場 13 号館のように電波ジリ貧状態になることはなかった。

■サポート体制:

大学の先生は学習面以外のことでかなり私たちをサポートしてくれた。あらゆる面でサポート体制は整っていた。パブで財布を落とし 150 ポンド抜かれた時も先生はかなり尽力してくれてとても助かった。

プログラム期間中の生活について

■宿泊先の種類:

ホームステイ

■宿泊先の様子、どのように見つけたか:

老夫婦の家にホームステイした。ホームステイ先は派遣先大学側で自動的に決められる。周りは 2 人のホームステイが多かったが、自分は 1 人だった。食事はとても美味しく部屋の設備も申し分なかった。洗濯は週に 3 回程度だった。

■気候、大学周辺の様子、交通機関、食事等:

はっきりいって寒い。最低気温 10 度前後最高気温 20 度弱のような日が永遠に続く。気候は安定せず、雨が降ることも多々あるが小雨がほとんどだった。大学周辺には TESCO というとても大きいスーパーがある。そして安い。僕は食費節約のためにここで 50 ペンスの食パンと 1 ポンドのジャムを買ってそれを一週間かけて食べていた。しかし最終週になり昼ごはんがジャムを塗った食パン 3 枚という現実には耐えられなくなり最終週のみ大学構内のカフェテリアで subway のような食事をした。3 ポンドちょいでおいしい具の入ったパンが食べられるのでおすすめです。東大のほとんどの生徒はここで昼食を食べていた。大学周辺には TESCO しかない。バスに 30 分くらい乗ると coventry という街の中心部に行くことができる。街の中心部はそこそこ栄えていて大型のショッピングセンターやスターバックス、IKEA などがある。また coventry 駅から 30 分ほど鉄道に乗ると大都会バーミンガムに行くことができる。しかしほとんどのことは coventry 内で済むのでバーミンガムに観光以外で行くことはほとんどないと思う。バスに関して言えば大学と街の中心部を結ぶバスは体感 20 分に 1 回くらい来てるので簡単に街へ行くことができる。観光の際は鉄道よりもバスの方が断然安いのでバスを使うことをおすすめする。ロンドンのバスはギリギリに予約すると露骨に高い料金を取られるので計画が決まり次第即予約するのが良い。また uber がとても便利で、コッツウォルズなど交通の便が悪いところに行く際はかなりお世話になった。イギリスの食事はまずいと言うが、基本的に美味しかった。ただし外食は値段が高く普通に食べると 10 ポンドちょいかかるので日本の牛丼が恋しくなる。

■お金の管理方法、現地の通貨事情:

ほとんどの場面でクレジットカードが使える。ロンドンのチャイナタウンでのみクレジットカードが使えなかつ

た。キャッシュは 35,000 円分ポンドに替えて持っていったがこんなに必要なかった。ただし友人と割り勘するときはキャッシュが必要だったので 20,000 円分くらいは持っていてもいいのではないかなと思う。

■ 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:

coventry は治安が良いので最低限注意をはらっていれば安全だと思う。ロンドンに観光で出かけた際は、リュックに鍵をつけて移動した。盗難対策としてバッグに南京錠をつけるのは我ながら良い案だと思う。もちろん日本のように落し物がそのまま返ってくることは少なく、僕はパブで財布を落とした際、発見することではできたが 150 ポンドほど抜かれていた。

■ 自由時間に利用した交通手段:

列車、バス、Uber

■ プログラム期間中に利用したネット環境:

キャンパス Wifi、SIM

参加前の準備・手続きについて

■ プログラムへの参加手続き:

プログラム自体は Go Global で自分で調べて知った。書類選考に通ると航空券を取る必要があるが、ギリギリになる程いい条件のフライトがなくなっていくので早めに手配したい。また渡航情報届を提出する必要があり、仕方のないことだがこれを書くのにかなり手間がかかった。とても面倒なので早め早めに提出するのが良い。

■ ビザの手続き:

Short-Term Student Visa を空港で取得した。入学許可証、英文財政証明書、帰りの鉄道のチケットを用意していたが入学許可証を見せるだけですぐもらえた。これは僕がプログラムの中で一番最後に到着した生徒だったからと言うのもあるかもしれない。英語の訛りが強すぎて聞き取りに苦労したバンコク空港の手荷物検査の方が時間がかかった。ビザは事前に取得することもできるらしいが余分に時間とお金がかかるので、よっぽどのがない限り現地の空港で発行してもらうのがいいと思う。

■ 医療関係の準備:

学校の定期健康診断を受診した。それ以外は特にやってない。新ビオフェルミン S とオロナインを持っていたがあまり使わなかった。

■ 保険関係の準備:

大学指定の保険と OSSMA(教養学部は必須)に加入した。幸いお世話になることはなかったが、保険に入っているという安心感を得ることができる。

■ 東京大学の所属学部・研究科(教育部)で行った手続き:

特になし。進学選択時に海外にいるので気をつけるようにと教務課の方に言われた。

■ 語学関係の準備:

TOEIC745 点

費用・奨学金に関すること

■ 参加するために要した費用:

航空費	130,000 円
-----	-----------

派遣先への支払い(授業料・施設利用料など)	330,000 円
教科書代・書籍代	0 円
海外留学保険料(東京大学指定のもの)	8,910 円
保険・社会保障料(留学先で必要だったもの)	0 円
■その他、補足等:	
東京大学から 8 万円の奨学金をいただきました。	
■留学先で費やした生活費:	
家賃	0 円
食費	7,000 円
交通費	20,000 円
娯楽費	25,000 円
■その他、補足等:	
■プログラム参加のための奨学金の受給有無:	
受給した。	
■奨学金の支給機関・団体名等:	
東京大学	
■受給金額(月額):	
80,000 円	
■受給金額についての補足等:	
■奨学金をどのように見つけたか:	
大学(本部国際交流課)からの案内	

プログラムを振り返って

■プログラムに参加したことの意義、その他所感:
英語に対するアレルギー反応がなくなり、自然に英語を受け止められるようになったと感じる。英語力が格段に成長したかと聞かれれば曖昧な返答になってしまうが、留学がどのようなものかを知るのにはとてもいい機会になった。また語学を学ぶだけでなく、海外で生活することで日本を相対的に見ることができ視野が広がった。中国人や台湾人との交流の際も、彼らからいい刺激を受けることができた。
■今後のキャリアに対する考え方や就職活動に与えた影響:
まだ 2 年生なので先のことはわからないが、大学院あたりで一度長期の留学に行きたいと思う。
■進路・就職先(就職希望先):
研究職、公的機関、非営利団体、民間企業
■今後参加を考えている学生へのメッセージ、アドバイス:
変化の大きい時代だからこそ色々なことにチャレンジすることが大切だと思います。短期留学では語学以外にも様々なことを学べ、思いもよらない体験ができたりするので迷っているなら参加してみてください。

■準備段階や留学中に役に立ったウェブサイト、出版物:

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)

記入日: 10/4/2018

- 参加プログラム: ウォーリック大学サマープログラム
- プログラム情報: <https://www.u-tokyo.ac.jp/adm/go-global/ja/program-list-short-WAR.html>
- 派遣先大学: ウォーリック大学
- プログラム期間: 8/6/2018 ~ 8/31/2018
- 東京大学での所属学部・研究科等: 教養学部
- 学年(プログラム開始時): 学部 2

■参加にあたってこの時期を選んだ理由:
二年生の夏に何をするかを決めていなかったため。
■参加を決めるまでの経緯:
二年生の夏に何をしようかと思っていた時、前から強く希望していた留学を考えたため。一年生の夏に留学をしないと決めた時に来年行こうと決めていました。

プログラムについて

■概要:
月曜日と火曜日は午前午後共に授業をおこない、それ以外の曜日は午前だけおこなって午後はエクスカッションや自由行動でした。授業はただ英語を学ぶだけでなく、実際にシェイクスピアの劇を練習してみたりワークショップのような形式でみんなで話し合ったりするなど内容が幅広く面白かったです。最後の授業では各班で自分たちで決めたテーマに沿ったプレゼンを行いました。自由行動を観光にあててしまっていたせいでなかなか準備が追いつかず大変でした。
■学習・研究以外の活動で取り組んだもの:
取り組んでいない。
■学習・研究以外の活動で取り組んだものの内容、または取り組まなかった理由:
取り組む余裕がありませんでした。
■週末の過ごし方:
週末は疲れているときはホームステイ先でゆっくりしたり、少し離れた観光地まで遊びに行ったりしました。

派遣先大学の環境について

■設備:
キャンパス内はとても広く、食事がとれる場所はいくつもあって非常に良かったです。スーパーやジムもありました。
■サポート体制:
プログラム担当の先生方はとても優しく気軽に話してくださるので相談しやすいと思います。ホームステイ先で何か問題があった時もすぐ相談できる人がいました。

プログラム期間中の生活について

■宿泊先の種類:
ホームステイ
■宿泊先の様子、どのように見つけたか:
同じプログラム参加者の女の子と二人でホームステイをしました。特に生活に困ることはなく、自由に過ごせました。ホームステイ場所はウォーリック大学側の采配で決められました。
■気候、大学周辺の様子、交通機関、食事等:
日本の夏と比べ涼しく、時には凍えるほど寒い時もありました。ウォーリック大学は田舎の方に位置していたので大学周辺は特に何もなくバスを使わないと観光地までは行きづらかったです。バスは日本とは違い、次のバス停をアナウンスしてくれなかったのが慣れないうちは降りる場所がわからず大変でした。電車は事前予約でチケットを買わないと値段が倍以上になるので予約して行きました。食事に関しては、イギリスの食事はおいしくないという評判でしたがホームステイ先で出るご飯はどれもおいしく、学食もおいしく感じました。
■お金の管理方法、現地の通貨事情:
現金を4万円分持って行きましたが、すぐなくなりそうだったのでカードで払っていました。カードはJCBはあまり使えないです。
■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:
日本と比べて街灯が少なく感じたので夜道はあまり歩かない方がいいです。
■自由時間に利用した交通手段:
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:
SIM

参加前の準備・手続きについて

■プログラムへの参加手続き:
プログラムへの参加理由や成績などの情報を提出する必要がありました。特に書くのに困ったことはありませんでした。
■ビザの手続き:
こちらでビザの申請を一からする必要はなく、プログラムで行く大学の受入許可証を事前にもらうのみでした。あとは、入国時にビザを発行してもらうだけでした。
■医療関係の準備:
特に何もしていません。
■保険関係の準備:
プログラムで指定されていた付帯海学保険に入りました。また、前期教養学部生だったので OSSMA にも入りました。
■東京大学の所属学部・研究科(教育部)で行った手続き:
特に何もしていません。
■語学関係の準備:
リスニングに不安があったのでスピードラーニングなどを活用して耳を慣れさせようとしていました。

費用・奨学金に関すること

■参加するために要した費用:

航空費	270,000 円
派遣先への支払い(授業料・施設利用料など)	350,000 円
教科書代・書籍代	0 円
海外留学保険料(東京大学指定のもの)	3,000 円
保険・社会保障料(留学先で必要だったもの)	8,000 円

■その他、補足等:

■留学先で費やした生活費:

家賃	100,000 円
食費	20,000 円
交通費	20,000 円
娯楽費	40,000 円

■その他、補足等:

■プログラム参加のための奨学金の受給有無:

受給した。

■奨学金の支給機関・団体名等:

東京大学海外派遣奨学事業奨学金

■受給金額(月額):

80,000 円

■受給金額についての補足等:

■奨学金をどのように見つけたか:

大学(本部国際交流課)からの案内

プログラムを振り返って

■プログラムに参加したことの意義、その他所感:

初めて一ヶ月間海外で過ごしたのですが、現地の風土に馴染むことができましたと思います。日本とは全く違う食生活、交通機関、価値観に戸惑いながらも最終的には順応していました。自由行動で行った観光先では、助けてくれる人はいないので自分の言葉で伝わるかが不安でしたが、話していくうちに語法のミスを恐れずに話すことが大切だと学びました。プログラム中に意外と自由行動が多くて自分でどこにいくかなどを決めなくてはいけないことが少し大変でしたが、そこまでの交通手段を試行錯誤しながら調べてたどり着けるととても嬉しかったです。この一ヶ月で海外に対する恐れ、プレッシャーなどはほとんどなくなったと思います。自信ができました。

■今後のキャリアに対する考え方や就職活動に与えた影響:

具体的にはわかりませんが、英語を将来も使っていきたいという思いは強くなりました。
■進路・就職先(就職希望先):
公的機関、民間企業
■今後参加を考えている学生へのメッセージ、アドバイス:
短期派遣プログラムは、海外初心者の人にとってもオススメです。困ったときはお互いに助け合えるしサポートもしっかりしているので安心していけると思います！
■準備段階やプログラム参加中に役に立ったウェブサイト、出版物:
会話表現で困ったときは DMM 英会話を参考にしていました。

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)

記入日: 9/4/2018

- 参加プログラム: ウォーリック大学サマープログラム
- プログラム情報: <https://www.u-tokyo.ac.jp/adm/go-global/ja/program-list-short-WAR.html>
- 派遣先大学: ウォーリック大学
- プログラム期間: 8/6/2018 ~ 8/31/2018
- 東京大学での所属学部・研究科等: 教養学部
- 学年(プログラム開始時): 学部 1

■参加にあたってこの時期を選んだ理由:

部活を辞め、夏休みに非常に長い時間が空いた。来年以降はバイトやサークルなどで忙しくなる可能性もあり、今しか留学のタイミングはないと思った。

■参加を決めるまでの経緯:

参加を決めたのは申し込み締め切り日の前日。部活を辞め、夏休みに非常に長い時間が取れたため。

プログラムについて

■概要:

授業は講義、ディスカッションが中心。シェイクスピアの寸劇をやる授業が面白かった。

■学習・研究以外の活動で取り組んだもの:

スポーツ

■学習・研究以外の活動で取り組んだものの内容、または取り組まなかった理由:

ジムで運動した。

■週末の過ごし方:

オックスフォード、コッツウォルズ、バース、ロンドン(2泊3日)旅行

派遣先大学の環境について

■設備:

図書館、スポーツセンターあり、ジムの一ヶ月会員になることができ、利用する参加者が多かった。食堂はない。Wifiを利用できるが、設定するためには自分のスマートフォンのデータ通信が可能であることが必要なので注意。

■サポート体制:

教員の部屋に行き話すことができた。

プログラム期間中の生活について

■宿泊先の種類:

ホームステイ

■宿泊先の様子、どのように見つけたか:

宿泊先はホームステイ。事前に知ることはできず、大学に集合した際に時に初めてステイ先がわかった。

自分を含め、東大生 4 人が同じステイ先になった。それぞれに個室が割り当てられた。ベッド、小さな机、椅子、クローゼットが使えた。4 人共用のシャワーがあったが調子が悪く修理してもらった。食事はリビングルームで摂った。キッチンはもちろんあるが使用許可は降りなかった。
■気候、大学周辺の様子、交通機関、食事等：
気候：到着して数日は非常に暑かったが、それ以降は 20℃前後の涼しい気候だった。ただし、朝晩の冷え込みは厳しく、朝方は気温が一桁になることもあった。 大学周辺：大学周辺に大きなスーパーマーケット(TESCO)があり利用するものが多かった。大学内にもスーパーがあった。 交通機関：大学までのバス路線が使い放題だったので、コベントリー(大学のある町の名前)内は大学から支給されたバスの定期券を使った。それ以外は主に Uber、電車、Uber は事前に登録しておくが良い。電車はネットから購入すると良い。私はコベントリーからバースの往復を購入したが、片道料金と往復料金が同じだった(この辺りは要確認)。ロンドンでの移動は、オイスターカードを利用した。電車に関しては、「地球の歩き方」というガイドブックに詳しく載っている。総じて、日本よりも交通機関は使い勝手が悪いのでよく準備されると良い。 食事：朝食はトースト、シリアル。昼食は主に大学構内のサンドイッチ屋で済ませた。3 ポンド程度で非常に美味しいサンドイッチが食べられた。夕食はステイ先で食べることが多かったが、外食もした。外食は主にパブなど。日本より割高な印象。
■お金の管理方法、現地の通貨事情：
少量の現金とクレジットカードを持ち歩いていた。現金が必要になるのは、自分の路線以外のバスを使用する時とパブでドリンクを注文する時(5 ポンド以上でないカードを使えない場合が多かった)。
■治安、医療関係事情、心身の健康管理で気をつけたこと等、危機管理：
治安は良いと感じたが、ホストマザーは去年空き巣に入られたそう。体調が良かったので医療関係の事情はわからない。体調管理は十分な睡眠、食事、そして気候に合った服を着ること。イメージ的には、秋服：夏服＝8：2 の割合で準備されると良い。
■自由時間に利用した交通手段：
列車、バス、Uber
■プログラム期間中に利用したネット環境：
SIM

参加前の準備・手続きについて

■プログラムへの参加手続き：
渡航情報届、口座情報。国際交流課からのメールをチェックして、早め早めの対応をすることを勧める。特に一年生はテストなどで忙しいと思うので。
■ビザの手続き：
入国審査の際に滞在目的を問われ、留学でありウォーリック大学に行く予定だと伝えるとビザをもらえた。インビテーションレターは不要だった。
■医療関係の準備：
歯科治療をした。持って行った薬は、頭痛薬、咳止め、整腸剤、のど飴など(薬ではないが)のど飴は持って行った方がよい。喉の調子が良くない参加者がいたので。

■保険関係の準備:
本部国際交流課の指示通り。
■東京大学の所属学部・研究科(教育部)で行った手続き:
特になし。
■語学関係の準備:
特になし。

費用・奨学金に関すること

■参加するために要した費用:	
航空費	220,000 円
派遣先への支払い(授業料・施設利用料など)	345,750 円
教科書代・書籍代	0 円
海外留学保険料(東京大学指定のもの)	0 円
保険・社会保障料(留学先で必要だったもの)	0 円
■その他、補足等:	
■留学先で費やした生活費:	
家賃	0 円
食費	80,000 円
交通費	15,000 円
娯楽費	50,000 円
■その他、補足等:	
■プログラム参加のための奨学金の受給有無:	
受給した。	
■奨学金の支給機関・団体名等:	
JASSO	
■受給金額(月額):	
80,000 円	
■受給金額についての補足等:	
■奨学金をどのように見つけたか:	
大学(本部国際交流課)からの案内	

プログラムを振り返って

■プログラムに参加したことの意義、その他所感:
英語を話す際の恐怖心が消え、自信を持って話せるようになった。
■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:

まだわからない。
■進路・就職先(就職希望先):
未定
■今後参加を考えている学生へのメッセージ、アドバイス:
興味があるなら、体験者の話を聞くと良い。
■準備段階や留学中に役に立ったウェブサイト、出版物:
地球の歩き方

東京大学 海外留学・国際交流プログラム報告書(超短期プログラム用)

記入日: 9/3/2018

- 参加プログラム: ウォーリック大学サマープログラム
- プログラム情報: <https://www.u-tokyo.ac.jp/adm/go-global/ja/program-list-short-WAR.html>
- 派遣先大学: ウォーリック大学
- プログラム期間: 8/6/2018 ~ 8/31/2018
- 東京大学での所属学部・研究科等: 教養学部
- 学年(プログラム開始時): 学部 2

■参加にあたってこの時期を選んだ理由:

昨年度(一年)の夏季休暇は、国内体験活動プログラムで種子島へ行っていた。同年の春季休暇は、インドネシア大学への超短期留学プログラムに応募していたのだが、採用されなかった。自分は理系で、工学部の中でも忙しいといわれる学科に進学しようとしていたので、院試などのことも考えると、二年の長期休暇が短期留学の最後のチャンスだと思った。前の春季休暇でプログラム不採用になった経験から、機会を掴むためにはできるだけ多くのプログラムに応募したほうがいいと思い、直近の夏季に実施されている本プログラムに応募した。

■参加を決めるまでの経緯:

自分は前々から留学に憧れがあった。しかし、語学力は IELTS5.5、海外経験一切なしと、留学に必要な能力・経験は備わっていなかった。そこで、東大が主催する一ヶ月未満の留学プログラムに参加することで、これを長期留学への第一歩にしようと考えた。昨年冬のインドネシア大学のプログラムは不採用だった。前述の通り、自分は工学部に進学するので、学部 3, 4 年は忙しくなる。この夏が最後の機会と思い、サマープログラムへの応募を決意した。本プログラムは第二志望で、第一志望はシェフィールド大学のものであった。本プログラムの参加費用は高額で、あまり奨学金も出ないので、第二志望にするかどうか迷ったが、人生において貴重な大学の夏季休暇を有意義に過ごしたく、何より英語圏の大学で学んでみたいので、背に腹は変えられないの精神で志望することにした。

プログラムについて

■概要:

授業の負担はほとんどなく、予習・復習・宿題などは皆無に等しかった。唯一印象に残っているのは、シェイクスピアの演劇をするという授業である。担当教員が非常に熱心で、自分が主体的に参加するのでエンターテイメントとして面白いのに加え、英語で感情を豊かに表現するなど、東大では学びにくい側面の英語力を鍛えることができた。本プログラムは、自分にとって初の海外体験であった。教務課のサポートにより手続きの多くは省力化されていた。同じく留学を志す東大の仲間に出会い、良いコミュニティを形成できた。これらの点に於いて、本プログラムは有意義だった。週末や金曜の午後には、Cultural Experience ということで、大学引率でイギリス各地に小旅行した。自分で交通手段を調べて手配するのは時間がかかるので、大学がバスをチャーターしてくれるこの制度はありがたかった。

行き先やそこでの感想については、他の参加者がたくさん書いていると思うので省略する。

■学習・研究以外の活動で取り組んだもの:

スポーツ

■学習・研究以外の活動で取り組んだものの内容、または取り組まなかった理由：
ジムで筋トレをした。メチャクチャ体のデカイ中国人男性と知り合った。彼の背中が広がった。世界の広さを知った。もっとトレーニングに励まなければというモチベーションになった。
■週末の過ごし方：
友人と旅行に行った。詳細や感想は他の参加者と同じだと思うので任せる。

派遣先大学の環境について

■設備：
図書館は自習スペースが広い。西洋らしく 24 時間 365 日開いている。ただ、蔵書数は東大ほどではない。ウォーリック大学が比較的新しい大学というもあり、綺麗。日本とは違い、おしゃべりしてもいいゾーンとだめなゾーンに分かれている。スポーツ施設は、前述したとおり、課金してジムを利用した。設備・建物は新しいが、御殿下ほど器具の数が多くない。ベンチプレス台は二台しかなく、いつも混み合っていた。スクワットラックは 6 つ、デッドリフト用スペースは 3 つあった。ランニングマシンなどの有酸素系の器具は充実していた。設備利用料が東大御殿下の 10 倍ほどするので、割高。バドミントンやバスケットなどもできるようにしているが、利用するたびに課金が必要。金銭面にはシビアだなと思った。
■サポート体制：
そもそも授業自体が非常に簡単なので、語学・学習面でのサポートは必要なかった。生活面・精神面でのサポートも、自分は特に必要とする機会がなかったので、サポートが充実しているかは計りかねる。

プログラム期間中の生活について

■宿泊先の種類：
ホームステイ
■宿泊先の様子、どのように見つけたか：
自分ともうひとりの東大生の二人で、派遣先大学指定の家庭でホームステイをした。ホストは優しいおばあちゃんといった感じ。部屋は個室で、快適に wifi が使えた。大学からはバスで 20 分程度。いかにも英国といった感じの家で、広い庭を備えていた。朝食と夕食はホストが用意してくれる。朝食はコーンフレークとトースト、牛乳、たまに何らかの卵料理。人生で初めてエッグスタンドを使ってゆで卵を食べた。夕食は日によってまちまちで、中華料理、パスタ、よくわからないイギリスっぽいプレートなどが出た。じゃがいもの出現率が非常に高い。ホストは独り身であるが、友達が多く、週に二回は人を招いて一緒に夕食を食べた。いろいろな人と会話ができたので、これは非常にいい機会だった。健康上の問題なのか、ホストは自分たちと一緒に食事をするとはなかった。自分はイギリスの平均的な家庭がどういうものかわからないので断言できないが、料理は普通に美味しかったと思う。自分にはなかったが、他の参加者の一部は平日の昼食用にサンドイッチを作ってもらっていた。イギリスで外食するのは大学構内でも高く(1000 円以上)、売っているサンドウィッチなども美味しくないの、非常に羨ましかった。ただ、チキンハート故に自分は最後までホストに昼食を作ってもらおうようお願いすることができなかった。事前に配布されていたウォーリック大学からのプログラムパンフレットに、ホームステイ先の大体の条件(wifi がある、朝夜の食事有り、バスタオルはホストが用意など)が記載されていた。ただし、ホストの名前、家族構成など一切の個人情報、イギリスに到着するまで教えてもらえなかった。総じて、ホームステイには満足したが、もっと積極的にお願いなどをしていけば、より良い生活だったのかなとは思ふ。ホームステイ先のお土産にはキットカットを持って

いったが、イギリスのスーパーでも売られているのを見て愕然とした。また、ホストが糖質の摂取を制限しているらしく、きっと一生食べられることは無いだろうと思った。基本的にホームステイ先は、過去に何年もホストを経験している。自分たちが思いつくようなものは大抵、すでにお土産として持っている。他の参加者からも、ホストの家に緑茶のパックが山積みになっている、下駄が大量にある、未開封の扇子が置いてあったなどの話を聞いた。ホームステイ先とうまく行かなくても、大学に相談すればホストを変えてもらえるそうなので、ホストとの関係はあまり心配せずに、積極的に自己主張するといいと思う。自分のホストは本当に優しくった。一度、他のプログラム参加者がバスの終電を逃したとき、彼を家に連れて行ったら、夕食を別に用意し、泊めてくれた。日常生活で困ったことは大抵、ホストに相談すれば何とかなる。ただ一つ、困ったことがあった。ホストは猫を5匹飼っているのだが、週に1度は、部屋に猫のゲロやうんちが転がっていた。英語で相手が不快にならないように猫のうんちを片付けてくださいと言えるだけの語学力はなかったので、自分で片付けた。後に、現地で知り合った女性に質問したところ、「Do you know one of your cats left a mess in my room ?」というのが適切な表現らしい。満足度を高く生活するには、他のホストと比較しないのが大切だと思う。

■ 気候、大学周辺の様子、交通機関、食事等：

イギリスは想像以上に寒かった。シェフィールド大学のプログラム体験記には、現地は寒いので長袖を持っていこうといったことが書いてあった。しかしウォーリックはシェフィールドより南に位置している。また、大学にメールで質問したとき、現地は warm なので light clothes を持ってくるといいと言われた。そこで、自分は T シャツを 10 着、長ズボンを 3 着、パンツを 10 着持っていって。ところが、現地の最高気温は 25 度程度で、warm というのは例年に比べて暑いというだけだった。第三週以降は普通に寒く、T シャツの上にオックスフォードで買ったパーカーを着て生活していた。例えば現地人に light clothes でいいと言われても、必ず長袖の服を持って行ったほうがいい。また、しとしとした雨がよく降るので、折り畳み傘があると良い。ウォーリック大学はコヴェントリーにある。コヴェントリー市は自分の地元である愛知県豊田市に似て、自動車産業で有名である。特にスポーツカーを製造しているらしい。市の中心にはトランスポートミュージアム(入館無料)なる施設がある。キャンパスは広い。しかし、授業の大半は同一の建物で行われるので、移動で困ることは特になかった。町並みはイギリスらしく、自然豊かで建物が綺麗。同じような外見の建物がならんでいる。イギリスのバスは、殆どが2階建て(double-decker)だった。一つのバス停を複数の路線のバスが利用するため、バスが近づいたら手を挙げないと停まってくれない。また、バス内では次のバス停に関するアナウンスメントや表示が一切ない。自分はいつもグーグルマップでバスの現在位置を確認して、目的地が近づいたらブザーを鳴らすようにしていた。スマホで GPS が使えなければ、周りの風景からバスが今どこにいるか推察するしかない。現地人もよく、イギリスのバスに関して自虐的なジョークを言っていた。イギリスの高速鉄道は、日本の新幹線と異なり、早く予約すれば予約するほど安くなる。また、通勤ラッシュの時間か否か、ホリデーか否かで飛行機のように値段が大きく変動する。値段が倍以上違うこともあるので、遠方に旅行に行くなら、早めに調べてチケットを取ったほうが良い。Virgin trains は発車時刻の 2 分前にドアが閉まるので注意。ロンドンの地下鉄以外は、バスと同じく、次の停車駅に関するアナウンスメントや表示がなかったりする。イギリスの夕食は高いし不味い。休日にリヴァプールへ旅行したとき、£15 のサンデーローストプレートを頼んだが、肉が固くて噛み切れない代物だった。あまり期待しないほうがいい。ホストでの家庭料理は美味しかった。平日の大学での昼食は、近くにある tesco という巨大スーパーで事前に買う人、ホストに作ってもらう人、大学で買う人(自分)、自分でサンドウィッチを作る人など、それぞれだった。イギリスの食料品店の多くは、メイン(サンドイッチや

サラダなど)とスナック、ドリンクをまとめて買うと安くなる Meal deal という制度を採用している。これを利用すれば比較のお得にお昼を済ませられる。自分は Student Union 内にある Bread Oven というサンドイッチ屋を利用していた。大学の grocery のダンボールと評されるサンドウィッチとは違い、自分で具材やソースなどを選ぶことができ、subway のようで美味しかった。Student Union 内にはビリヤード台がたくさんあり、食後に他の参加者と遊んでいた。
■お金の管理方法、現地の通貨事情:
自分は Visa デビットカードを一枚だけ所有していた。クレジットカードを二枚以上持つことを推奨する人が多かったのもう一枚カードを作ろうとしたのだが、プログラム開始には間に合わなかったのもう一枚だけで挑んだ。事前に、海外での利用限度額や紛失時の対応などを確認した。現地での決済はほとんどデビットカードで行った。羽田空港で出発前に、¥100(15000 円ぐらい)だけ両替して持っていった。確かにイギリスはほとんどの場面でカードが使える。普通に生活する分にはキャッシュは¥100 あれば事足りると思うが自分は友達にホテルや列車をまとめて予約して貰い、その分をキャッシュで払うなどしていたので、途中で枯渇した。キャッシュが枯渇しても、visa/master カードが一枚あれば、現金引き出し用の ATM がいたるところにあるので、特に問題はない。ただ、有料トイレや中華料理屋、一部のバスなど、キャッシュでしか支払えないところも存在するので、最低限は持っていたい。また、ロンドンのバスはオイスターカード(Suica のロンドン版)か非接触決済対応のクレジットカードでしか支払えないので注意。オイスターカードは、チケットを購入するよりも割引される、一日の引き落とし限度額があり、それ以上は利用料がとられないなど、特典が多い。ロンドンに着いたら真っ先にオイスターカードを買ったほうがいいと思う。
■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:
治安に関して、明るいうちなら大学周辺は特に問題なかった。同大学に留学中の中国人女性によると、留学生が集まる寮の周りには、怖いお兄さんたちが徘徊していて、恐喝してくるとのことだったが、自分はホームステイなので特に問題はなかった。一度、ロンドンでホワイトチャペルという街に二泊した。そこが一泊 2,000 円で中心地にも近く安いということで、友人がまとめて Airbnb で予約してくれ、4 人で宿泊した。ホワイトチャペルという地名から、きれいな街かと思っていたが、実際はアラブ系の移民が集まる街で、夜は街灯が光らず非常に暗く、大変怖かった。近くに切り裂きジャック記念博物館があり、どうやらジャック・ザ・リッパーの聖地らしい。観光で宿泊地を予約するときは、宿泊費用だけでなく、現地の治安も調べたほうがいい。体調を崩すことは一度もなかった。ふと日本食が恋しくなることはあったが、精神的にも安定して過ごせた。同じ東大生と毎日顔を合わせることができるので、心は平穏そのものだった。
■自由時間に利用した交通手段:
列車、バス
■プログラム期間中に利用したネット環境:
キャンパス Wifi、SIM

参加前の準備・手続きについて

■プログラムへの参加手続き:
プログラム内定前に、プログラムの参加希望申請書を書いた。プログラム内定後は、提出する書類が多くある。Student homestay questionnaire と The needs analysis for students をウォーリック大学に直接メールで送った。OSSMA と海外保険の申請、料金振込みをした。パスポートをスキャンした画像や、フライトの予定情報を本部国際交流課に送った

■ビザの手続き:

Short term student visa を取得した。このビザを取得するのに、日本国内で大使館に行くなどの事前準備は必要ない。イギリスの空港で入国審査を受ける際に「short term student visa, please」と言えば、パスポートに visa の効力を持つスタンプを押して貰える。事前に大学から指示されたとおり、パスポートと帰りの航空券、ウォーリック大学からのインビテーションレターを審査官に渡した。審査官は、プログラム料金はすでに払ったのか、誰が払ったのか、両親の仕事は何なのかを質問した。自分が答えると、スタンプを押してくれた。入国審査官が不機嫌そうなのはデフォなので、特に気にする必要はないと思う。大学で事前に準備するように言われていた、銀行の残高証明(英語)は必要なかった。審査の列にそこそこ並んでいたもので、並び始めてから審査を抜けるまでにだいたい 30 分ほどかかった。

■医療関係の準備:

シェフィールド大学のプログラム体験記を読んでいて(ウォーリック大学でのプログラムは今回が初なので体験記がない!)、留学先で風邪になってしまったという話を見つけた。イギリスに行っても寝込んでしまっただけでは時間とお金の無駄なので、体調には万全を期すべく、出発前、滞在中は早寝早起きを心がけた。出発 2 週間ほど前に、歯医者で検診を受けた。一つ虫歯が見つかったので、治療してもらった。本プログラムはホームステイなので、風邪を引いてもホストに頼ることができると思い、常備薬等は特に持っていかなかった。予防接種など特に受けなかった。

■保険関係の準備:

大学指定の2つのサービスに加入した。1つは OSSMA で、海外でパスポート紛失や医療機関受診などのトラブルに遭遇したとき、いつでも電話相談できるというものだった。幸いにもこれを使う機会は一度もなかった。自分はスーツケース2つとリュックサックを持ってイギリスに行ったのだが、荷物紛失など万が一に備えて、それぞれの荷物に OSSMA の電話番号のメモを忍ばせておいた。もう1つ、東京海上日動の海外留学保険に加入した。保険料金は安くないが、保証内容は手厚いらしい。大学の指示に従っておけば間違いない。大学主催のプログラムで留学する利点として、保険や留学生支援サービスなど、留学の主目的でない手続きに煩わされないというのは大きいと感じた。

■東京大学の所属学部・研究科(教育部)で行った手続き:

自分は教養学部二年で、S セメスターの追試とプログラムの日程が重複していた。絶対に落単(追試)にしないという強い決意を胸に、試験に臨んだ。前期教養学部生は、追試にしなければ基本的に学業への影響は一切ないと思う。

■語学関係の準備:

一年の冬に取得した IELTS(一回目)のスコアは 5.5 だった。プログラム開始まで、それ以外の語学試験は受けなかった。プログラムのために何か新しく語学学習をするということにはなかった。強いて挙げるならば、行きのフライトで映画を英語でみたこと。ただし、途中でストーリーが追えなくなったので、音声を日本語に戻した。IELTS でリスニング 6.0 程度のレベルでは、飛行機や電車の機内放送を聞き取ることはできない。それでも、周りの人に積極的に援助希求すればどうにかになった。

費用・奨学金に関すること

■参加するために要した費用:

航空費	180,000 円
派遣先への支払い(授業料・施設利用料など)	350,000 円

教科書代・書籍代	0 円
海外留学保険料(東京大学指定のもの)	20,000 円
保険・社会保障料(留学先で必要だったもの)	0 円
■その他、補足等:	
見ての通り、授業料が非常に高い。シェフィールド大学など、他プログラムと比較しても圧倒的に高かった。航空券ももちろん高い。奨学金は 80,000 円のみだったので、正直なところ懐が厳しかった。両親にお金を借りる形でプログラム費用を支払ったので、プログラム前半はずっと節約することを考えていた。自分は筋トレをするために Sport Centre 利用費を払った。これは一ヶ月 10,000 円程度だった。ジムの掲示には 3 ヶ月の利用券が 30,000 円で購入できるとあったが、友人がジムの係員と交渉したところ、1 ヶ月分だけで買うことができた。日本と違い(？)現場の係員の裁量が大きいので、特に金銭面など、疑問に感じる事があれば積極的に交渉に持ち込むと、いろいろと納得行く結果になると思う。	

■留学先で費やした生活費:	
家賃	0 円
食費	25,000 円
交通費	30,000 円
娯楽費	50,000 円
■その他、補足等:	
イギリスは全体的に物価が高い。日本のような外食文化がなく、外食は高くつく。大学に付属しているレストランでも、ハンバーガーとチップスで 1,000 円はする。スーパーマーケットでサンドウィッチを買っても、日本よりは高いし、あまり味に関しては期待できない(大学附属の grocery で販売されていたサンドウィッチは、ダンボールという愛称でプログラム参加者に親しまれていた)。	
■プログラム参加のための奨学金の受給有無:	
受給した。	
■奨学金の支給機関・団体名等:	
JASSO	
■受給金額(月額):	
80,000 円	
■受給金額についての補足等:	
奨学金を頂いておいてこのようなことを言うのは大変僥越かもしれないが、受給金額には大いに不満がある。同じくイギリスのシェフィールド大学で実施されるプログラムでは、本プログラムの三分の一ほどのプログラム費用しかかからないにもかかわらず、本プログラムの倍以上の奨学金が受給されている。これはひどく不公平に感じる。他の参加者も時折愚痴をこぼしていたので、これは共通認識であると思う。自分は本来の奨学金に加えて、「日本学生支援機構(JASSO)平成 30 年度海外留学支援制度(協定派遣)奨学金」を大学から紹介された。この制度では、世帯の年間収入額が 300 万円以下等を満たした学生に追加で渡航支援金 16 万円を支給されるというものだった。自分の父は今年の春に転職して所得が大幅に減少したので、今年度の世帯収入は基準を満たすはずだった。しかし、この制度の査定は昨年度の収入に基づいて行われるため、自分は受給することができなかった。大学側で、JASSO の網に引っかからない人を救済するような奨学金制度を用意していただけたら、後の参加者にとってありがたいと思う。	

■奨学金をどのように見つけたか：
大学(本部国際交流課)からの案内

プログラムを振り返って

■プログラムに参加したことの意義、その他所感：
ほとんどがこれまでに記述した内容と重複するが...プログラムを通して、海外での生活・大学教育の実際を肌身で感じる事ができた。自分は海外に幻想を抱きがちだったので、幻想を抱かずに大学教育を捉え直すことができるようになった。英語を使わざるを得ない状況に身をおくことで、スピーキング能力が明らかに向上した。日本にいては身につきにくい、現地での自然な日常会話やジョークを学ぶことができた。東京大学のサポートにより、海外経験のない自分でもトラブルなく留学することができた。民間の留学エージェントに依頼
■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：
前述の通り、プログラム中に様々な志を持つ同級生・先輩と交流する過程で、またウォーリック大学で授業を受ける過程で、自分が進学選択で志望する学科が変わった。プログラム前は、東大の授業を軽視していたので、できるだけ拘束時間の少ない学科に進学してインターンシップの時間を増やそうとしていた。だが、プログラムを通して、大学での講義は広く深い知識をつける貴重な機会であると分かった。専門性を持たない状態でリーダーシップなどについてディスカッションしても、議論は平行線をたどるだけだと理解した。そこで、高い専門性を獲得すべく、講義や実験がハードだが充実していると言われている学科に志望を変更した。
■進路・就職先(就職希望先)：
民間企業、起業
■今後参加を考えている学生へのメッセージ、アドバイス：
迷ってるなら参加したほうがいいです。これまでさんざんプログラム費用が高すぎると文句を言いましたが、自分はこのプログラムを通して専攻する学問まで変わりました。 特に 1, 2 年の進路に悩んでいる人は、何かヒントが見つかるかもしれないので、参加するといいと思います
■準備段階や留学中に役に立ったウェブサイト、出版物：
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)

記入日: 9/7/2018

- 参加プログラム: ウォーリック大学サマープログラム
- プログラム情報: <https://www.u-tokyo.ac.jp/adm/go-global/ja/program-list-short-WAR.html>
- 派遣先大学: ウォーリック大学
- プログラム期間: 8/6/2018 ~ 8/31/2018
- 東京大学での所属学部・研究科等: 教養学部
- 学年(プログラム開始時): 学部 2

■参加にあたってこの時期を選んだ理由:

2年生夏という教養最後の時期に当たり、比較的時間が取れると考えたため。

■参加を決めるまでの経緯:

去年から英国語学研修をしたいと思っていたのですが、今年 Sheffield 以外の選択肢ができたのがわかったので応募しようと思いました。コストは少し気になりましたが英国への興味が勝りました。

プログラムについて

■概要:

授業は英語を使って議論したり、あるいは Shakespeare を演じてみたりという能動的なものもありましたし、英国政治や地理・文化についてのレクチャーもありました。予復習はほとんど課されませんでした(午後や週末はみんな観光に遊び歩いていました)が、最終日にプレゼンをするのでその準備だけはきっちりする必要があります。週に1回ほど、大型バスでどこか観光地に行くということがありました。午後を使って行くのが3回(Warwick 城、Stratford-upon-Avon、National Trust 管理の中世の邸宅)、一日行くのが2回(Oxford, London)。ほとんど自由行動となります。どれも大変楽しかったです。

■学習・研究以外の活動で取り組んだもの:

取り組んでいない。

■学習・研究以外の活動で取り組んだものの内容、または取り組まなかった理由:

ずっと観光に出ていました…

■週末の過ごし方:

友人とともにいろいろなところを回りました。Cambridge, Dublin, London など。

派遣先大学の環境について

■設備:

図書館があり、たまに内部の部屋で授業があります。パソコンとプリンタがあり、何か印刷するときはそこを使うしかありません。スポーツジムやプールもあるそうですが僕は使いませんでした。食堂を使うのは最初と最後のビュッフェの時だけで、ほかの昼食は生協的な Grocery store か、その近くの Subway 的サンドイッチ屋さんを使います。お金を節約したいなら TESCO という、コストコ的な巨大スーパーでパンを買うのがよいでしょう。WiFi は快適で、全く問題なく使えました。

■サポート体制:
授業で先生方と会うほかにも、何か困ったら相談してほしいというチューター的な人がいました。日曜日にみんなで観光したいからバスをチャーターしてくれないか、といった相談にも応じてくれました。

プログラム期間中の生活について

■宿泊先の種類:
ホームステイ
■宿泊先の様子、どのように見つけたか:
僕のところはもう1人東大生と同居でしたが、それぞれ個室が与えられました。人によって1人での滞在だったり、4人で滞在したりと違いがあるようです。洗濯は週に3回ほど、洗濯袋にたまとやってくれました（これもところによって違いがありそうです）。バスタブはありませんでしたが、シャワールームがありました。
■気候、大学周辺の様子、交通機関、食事等:
着いてから3日ほどは日本とそう変わらない暑さでしたが、異常気象だったそうです。その後は落ち着き、最高気温が15度というような日もありました。その3日以外で半袖を着ることは一度もありませんでしたし、お土産代わりに買ったパーカーをよく使いました。特に朝晩は一桁台になるので現地の人はマフラーなんかも出しています。遠出するときの交通機関については、ホストファミリーと相談しつつ予約するとよいでしょう。日本にいたときに手続きをすると、青春18きっぷ的なものでかなり割安になるというわさも聞いたのでそれもありですね。ですが、予約した鉄道が当日突然キャンセルされることがあります。ケンブリッジに行った帰りにこれに遭遇して、困りました。慌てず周りの人や駅員に様子を聞かないです。 大学や Coventry 市内へのバスは、フリーパスが支給されます。ただし Coventry 市内と逆方向、Kenilworth や Leamington といった町に行こうとすると、場合によってお金をとられます。少々不公平な話ですが、ホストの家が Kenilworth にある人は Coventry にも Kenilworth にもタダで行けますが Coventry にある人は Kenilworth に行くときはお金を払わなければならないそうです。英国の食事はまずいとよく言われますが、僕がこちらに来てまずいと思ったことはほとんどなかったです。ホストファミリーの食事もレストランも。そのうち日本食が恋しくなるとは思います。WASABI とか WAGAMAMA とかいう日本食チェーンがあるのでそれを使うのも手です（さすがに期待通りの味とまではいきませんが）。
■お金の管理方法、現地の通貨事情:
ほとんどクレジットカードでなんとかなるようですが、食事の割り勘だったりバス代を払ったりなど、現金がないと困る場面もありました。僕は豊富に両替して持って行ったので現金に困ることはありませんでしたが、途中足りなくなった人もちらほら見かけました。郵便局や市内の両替商は 160 円とかのレートを付けているので、使うと大損です。
■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:
時差があるので眠くなったら寝るといいと思います。疲れたら観光せずに家でゆっくりするのもありかもです。
■自由時間に利用した交通手段:
タクシー、列車、バス
■プログラム期間中に利用したネット環境:
キャンパス Wifi、SIM、ステイ先の WiFi 環境

参加前の準備・手続きについて

■プログラムへの参加手続き:

本部からのエクセルシートや大学からのアンケートに書きこみました。指示に忠実に従えばそれで大丈夫ですが、忘れないようにするとよいと思います。

■ビザの手続き:

特に取得しませんでした。

■医療関係の準備:

特に準備しませんでした。

■保険関係の準備:

必須の保険に加入し、また OSSMA に登録しました。

■東京大学の所属学部・研究科(教育部)で行った手続き:

特に行いませんでした。S セメスターの単位を落とすと少々厄介とのことでした。

■語学関係の準備:

英語については特に準備しませんでした。英国の歴史や文化に関する文庫を数冊読みました。

費用・奨学金に関すること

■参加するために要した費用:

航空費	220,000 円
派遣先への支払い(授業料・施設利用料など)	340,000 円
教科書代・書籍代	0 円
海外留学保険料(東京大学指定のもの)	8,000 円
保険・社会保障料(留学先で必要だったもの)	0 円

■その他、補足等:

■留学先で費やした生活費:

家賃	0 円
食費	10,000 円
交通費	70,000 円
娯楽費	100,000 円

■その他、補足等:

土日にダブリンまで飛行機で行ったりしたので交通費が高くなっていますが、通常であればそんなに高くないはずでした。

■プログラム参加のための奨学金の受給有無:

受給した。

■奨学金の支給機関・団体名等:

東大本部国際交流課

■受給金額(月額):

80,000 円
■ 受給金額についての補足等:
■ 奨学金をどのように見つけたか:
大学(本部国際交流課)からの案内、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

■ プログラムに参加したことの意義、その他所感:
語学力の向上もそうですが、むしろ日本文化とは違う西欧文化に身をもって触れるという体験が最も価値あるものでした。
■ 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:
異文化の中でも楽しんで生活できるという自信がついたため、将来英国に留学したり、働いたりなどぜひしたいなと思いました。
■ 進路・就職先(就職希望先):
研究職、民間企業
■ 今後参加を考えている学生へのメッセージ、アドバイス:
学生のうちにこのようなプログラムに参加させていただけたことは、大変良い経験になりました。本当におすすめします。
■ 準備段階やプログラム参加中に役に立ったウェブサイト、出版物:
『物語 イギリスの歴史』、BBC "Hollow Crown"シリーズ、地球の歩き方など

東京大学 海外留学・国際交流プログラム報告書(超短期プログラム用)

記入日: 9/4/2018

- 参加プログラム: ウォーリック大学サマープログラム
- プログラム情報: <https://www.u-tokyo.ac.jp/adm/go-global/ja/program-list-short-WAR.html>
- 派遣先大学: ウォーリック大学
- プログラム期間: 8/6/2018 ~ 8/31/2018
- 東京大学での所属学部・研究科等: 教養学部
- 学年(プログラム開始時): 学部 1

■参加にあたってこの時期を選んだ理由:

受験の前から留学を考えていたため、もっとも早い一年の夏に応募した。

■参加を決めるまでの経緯:

サマープログラムのうち英語が完璧でない自分が参加できるのはこのプログラムとシェフィールド大学のプログラムだけだったのでその二つに応募しました。

プログラムについて

■概要:

シェイクスピアの劇を演じるなど、普段日本で受けている授業よりも体を使った授業が多かったように思います。また、オックスフォードやロンドンなどへの小旅行もプログラムに含まれてとても楽しかったです。

■学習・研究以外の活動で取り組んだもの:

取り組んでいない。

■学習・研究以外の活動で取り組んだものの内容、または取り組まなかった理由:

1ヵ月の短期滞在だったため。

■週末の過ごし方:

バーミンガム、コヴェントリー、レミントンSPAなど近郊の都市に遊びに行きました。後半にはプレゼンに備えて家で作業をしていました。

派遣先大学の環境について

■設備:

図書館、Wifi、ダーツ、卓球などは無料で使えます。有料ですがジムを利用している人もいました。食堂は大学各所にあり、サンドイッチ屋、インドカレー屋、おしゃれなレストランなどバラエティーにも富んでいます。

■サポート体制:

このプログラムで最もよかったのは、この教員のサポートが手厚いことだと思います。授業外でも教員の部屋に行けばいつでも話を聞いてくれますし、なんと大学外のパブにも来てくれます。また、ホストマザーもどんな質問にも答えてくれました。

プログラム期間中の生活について

■宿泊先の種類:

ホームステイ
■宿泊先の様子、どのように見つけたか：
ホームステイ先はこちらが提出したアンケートをもとにウォーリック大学が決定します。私は大学からバスで 20 分、歩いて 20 分くらいの場所でホームステイをしていました。ホスト 1 人に対して日本人学生 4 人でした(これはレアケースで、他の家庭では日本人学生は 1 人か 2 人でした)。スーパーやパブもほど近く、またホストマザーも優しい方で快適だったと思います。
■気候、大学周辺の様子、交通機関、食事等：
今年のヨーロッパは暑いと聞いていたものの、東京と比べるとはるかに寒かったです。日中でも 20℃、朝は一桁℃まで冷え込みます。いつも長袖長ズボンにパーカーを羽織っていました。大学は郊外にあるのでバスで通学します。バス定期券を使えばコヴェントリーやレミントンSPAにも足を延ばせます。朝食と夕食はホームステイ先で食べ、昼食は大学で各自買います。
■お金の管理方法、現地の通貨事情：
空港で両替して£320(5 万円分)持っていきましたが、基本どんなお店でもクレジットカードは使えるので現金は£100 もあれば十分です。JCB や AMEX は使えない店が多いので、VISA か Master をおすすめします。
■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：
夜に外出することもありましたが、特に危険に思ったことはありませんでした。
■自由時間に利用した交通手段：
列車、バス
■プログラム期間中に利用したネット環境：
SIM

参加前の準備・手続きについて

■プログラムへの参加手続き：
東京大学のサイト上 (Go Global) に公開されている Excel シートに志望動機等を記入して提出し、あとは選考を待つのみです。
■ビザの手続き：
入国時にウォーリック大学からの受入許可証を見せるだけで学生ビザを取得できました。
■医療関係の準備：
頭痛薬と風邪薬を持っていきました。予防接種は特にしていません。
■保険関係の準備：
東京大学から入るよう指示された保険に加入しました。
■東京大学の所属学部・研究科(教育部)で行った手続き：
日程的に試験とは重複しませんでした。一年生は学部の成績が未発表なので成績提出ができませんが、それでも今年の一年生は全員奨学金を貰えたみたいです。
■語学関係の準備：
TED を聞いていましたが、それ以外特別なことはしていませんでした。

費用・奨学金に関すること

■参加するために要した費用:	
航空費	200,000 円
派遣先への支払い(授業料・施設利用料など)	300,000 円
教科書代・書籍代	0 円
海外留学保険料(東京大学指定のもの)	8,000 円
保険・社会保障料(留学先で必要だったもの)	0 円
■その他、補足等:	
■留学先で費やした生活費:	
家賃	0 円
食費	30,000 円
交通費	5,000 円
娯楽費	30,000 円
■その他、補足等:	
■プログラム参加のための奨学金の受給有無:	
受給した。	
■奨学金の支給機関・団体名等:	
東京大学	
■受給金額(月額):	
80,000 円	
■受給金額についての補足等:	
■奨学金をどのように見つけたか:	
大学(本部国際交流課)からの案内	

プログラムを振り返って

■プログラムに参加したことの意義、その他所感:
日常会話レベルなら現地の英国人や留学生とも問題なく会話でき、少し踏み込んだ内容でも根気よく相手を理解するよう努めればコミュニケーションできるのだと気づけました。
■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:
英語を使うことを障壁だと考えず、海外でも勉強・活動できるようになりたい、そして自分もなれるのだと自信を持てるようになりました。
■進路・就職先(就職希望先):
研究職、民間企業、化学系の職業、研究か就職かは全く想像できていません。
■今後参加を考えている学生へのメッセージ、アドバイス:
忘れられない夏休みになると思います。とにかく自由度の高いプログラムなので、観光したり現地学生と交流したり、思う存分楽しんでください!

■準備段階や留学中に役に立ったウェブサイト、出版物:
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)

記入日: 9/3/2018

- 参加プログラム: ウォーリック大学サマープログラム
- プログラム情報: <https://www.u-tokyo.ac.jp/adm/go-global/ja/program-list-short-WAR.html>
- 派遣先大学: ウォーリック大学
- プログラム期間: 8/6/2018 ~ 8/31/2018
- 東京大学での所属学部・研究科等: 教養学部
- 学年(プログラム開始時): 学部 1

■参加にあたってこの時期を選んだ理由:
約2ヶ月夏休みがあるので、比較的長めの留学が可能だから。
■参加を決めるまでの経緯:
5月頃に、大学生活にじっくりきていなかったの、海外で何かヒントを得られたらと思って応募しました。 料金がかなり高かったの、参加するか迷いました。

プログラムについて

■概要:
予習復習は特に必要ありませんでした。文化交流が中心の内容でした。平日と週末にエクスカージョンがありました。
■学習・研究以外の活動で取り組んだもの:
文化活動
■学習・研究以外の活動で取り組んだものの内容、または取り組まなかった理由:
パブに行って外国人に話しかけました。
■週末の過ごし方:
週末は疲れがたまっているので、遠出せずに近場を回っていました。

派遣先大学の環境について

■設備:
図書館、ジムはもちろんあります。また、多くのレストランやカフェが大学内にあるので、私はほぼ全部まわって食べ比べしました(個人的には University house のレストランがおすすめです)。
■サポート体制:
困ったときはすぐ先生に相談できたので安心でした。

プログラム期間中の生活について

■宿泊先の種類:
ホームステイ
■宿泊先の様子、どのように見つけたか:
ウォーリック大学が手配しました。

■ 気候、大学周辺の様子、交通機関、食事等：
気候は、かなり寒く感じました。息が白くなることもあったくらいです。大学内に何でも揃っていて便利でした。交通機関は、信号がなくて危険、バスを待ってもアピールしないとバスが通過する、電車が時々キャンセルされる、電車の切符は時間指定のものが多く乗り遅れたら新しい切符を買わなきゃいけない、といったことに注意してください。食事は、ポテトが多く野菜が少ないです。あと、日本より高く感じました。
■ お金の管理方法、現地の通貨事情：
基本的にクレジットカードがあれば大丈夫ですが、たまに現金のみのお店がありました。大学でお昼ご飯を食べましたが、現金をチャージした学生カードを使った方が安くなるので、そこでも現金が必要でした。
■ 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：
ロンドンやバーミンガムは多少治安の悪さを感じましたが、大学や家周辺の治安は良かったです。プログラム後半になるとかなり疲れがたまります。
■ 自由時間に利用した交通手段：
列車、バス、Uber
■ プログラム期間中に利用したネット環境：
キャンパス Wifi、SIM

参加前の準備・手続きについて

■ プログラムへの参加手続き：
東京大学に提出する書類が多数あるので、早めの準備が大切です。
■ ビザの手続き：
ウォーリック大学から届く書類があれば大丈夫でした。
■ 医療関係の準備：
常備薬は必要以上に多めに用意して、1つの入れ物にいれました。
■ 保険関係の準備：
前期教養課程の人は、OSSMA 加入が必須です(私はこれを見落としていて、渡航直前に大慌てで加入しました)。
■ 東京大学の所属学部・研究科(教育部)で行った手続き：
特にありません。
■ 語学関係の準備：
ホームステイで使える英語の勉強をしましたが、結構役に立ちました。

費用・奨学金に関すること

■ 参加するために要した費用：	
航空費	230,000 円
派遣先への支払い(授業料・施設利用料など)	350,000 円
教科書代・書籍代	0 円
海外留学保険料(東京大学指定のもの)	3,240 円

保険・社会保障料(留学先で必要だったもの)	10,000 円
■その他、補足等:	
■留学先で費やした生活費:	
家賃	0 円
食費	15,000 円
交通費	15,000 円
娯楽費	20,000 円
■その他、補足等:	
想像以上にお金がかかりました。物価や公共交通機関の料金が日本より高く感じました。	
■プログラム参加のための奨学金の受給有無:	
受給した。	
■奨学金の支給機関・団体名等:	
東京大学	
■受給金額(月額):	
80,000 円	
■受給金額についての補足等:	
■奨学金をどのように見つけたか:	
大学(本部国際交流課)からの案内	

プログラムを振り返って

■プログラムに参加したことの意義、その他所感:
ホームステイで、生活で使える英語を身につけることができた。ディスカッションへの抵抗がなくなった。いい意味で自分を受け入れられるようになった。刺激をもらえる同級生や先輩に出会えた。
■今後のキャリアに対する考え方や就職活動に与えた影響:
海外渡航に抵抗がなくなったので、海外で活躍したいという気持ちが強くなった。
■進路・就職先(就職希望先):
民間企業
■今後参加を考えている学生へのメッセージ、アドバイス:
1ヶ月の生活で本当に多くのことが学べました。料金は高いですが、高いだけの価値がありました。自分に自信がない人、ホームステイしたい人、イギリスを楽しみたい人にはもってこいです。
■準備段階や留学中に役に立ったウェブサイト、出版物:
DUO

東京大学 海外留学・国際交流プログラム報告書(超短期プログラム用)

記入日: 8/30/2018

- 参加プログラム: ウォーリック大学サマープログラム
- プログラム情報: <https://www.u-tokyo.ac.jp/adm/go-global/ja/program-list-short-WAR.html>
- 派遣先大学: ウォーリック大学
- プログラム期間: 8/6/2018 ~ 8/31/2018
- 東京大学での所属学部・研究科等: 教養学部
- 学年(プログラム開始時): 学部 1

■参加にあたってこの時期を選んだ理由:

ある程度長期で留学出来るから。

■参加を決めるまでの経緯:

入学前から留学したかったから。ホームステイをしたかったから。ただ値段が高くて迷った。

プログラムについて

■概要:

予習復習任意。授業は勉強って感じではない。

■学習・研究以外の活動で取り組んだもの:

取り組んでいない。

■学習・研究以外の活動で取り組んだものの内容、または取り組まなかった理由:

理由はない。

■週末の過ごし方:

友人とどこかへ出かける。コベントリーを散策する。

派遣先大学の環境について

■設備:

図書館でパソコン使える。大学内 Wi-Fi あり。レストラン高い。

■サポート体制:

特に無し。

プログラム期間中の生活について

■宿泊先の種類:

ホームステイ

■宿泊先の様子、どのように見つけたか:

ワスプが多い。刺されたことのある人は対策をするべき。

■気候、大学周辺の様子、交通機関、食事等:

問題なし。

■お金の管理方法、現地の通貨事情:
クレジットカードは必須。
■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:
危なそうなものは食べない。
■自由時間に利用した交通手段:
列車、バス
■プログラム期間中に利用したネット環境:
SIM

参加前の準備・手続きについて

■プログラムへの参加手続き:
期限は意外と早く来ます。
■ビザの手続き:
大学に従いましょう。
■医療関係の準備:
大学に従いましょう。
■保険関係の準備:
大学に従いましょう。
■東京大学の所属学部・研究科(教育部)で行った手続き:
大学に従いましょう。
■語学関係の準備:
特に無し

費用・奨学金に関すること

■参加するために要した費用:	
航空費	220,000 円
派遣先への支払い(授業料・施設利用料など)	350,000 円
教科書代・書籍代	0 円
海外留学保険料(東京大学指定のもの)	9,000 円
保険・社会保障料(留学先で必要だったもの)	0 円
■その他、補足等:	

■留学先で費やした生活費:	
家賃	0 円
食費	24,000 円
交通費	7,000 円
娯楽費	5,000 円

■その他、補足等：
■プログラム参加のための奨学金の受給有無：
受給した。
■奨学金の支給機関・団体名等：
JASSO
■受給金額(月額)：
80,000 円
■受給金額についての補足等：
■奨学金をどのように見つけたか：
大学(本部国際交流課)からの案内

プログラムを振り返って

■プログラムに参加したことの意義、その他所感：
友達が増えた。
■今後のキャリアに対する考え方や就職活動に与えた影響：
海外で働きたい。
■進路・就職先(就職希望先)：
研究職、公的機関
■今後参加を考えている学生へのメッセージ、アドバイス：
迷ってるなら行動すべき。
■準備段階や留学中に役に立ったウェブサイト、出版物：
特に無し。