

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)

2016 年 8月 22 日

東京大学での所属学部・研究科等:	教養学部	学年(プログラム開始時):	学部2
参加プログラム:	2016年第2回東京大学国際本部担当奨学金付き夏季短期留学プログラム ④SHEF	派遣先大学:	The University of Sheffield
卒業・修了後の就職(希望)先:			
☒	1. 研究職	☐	2. 専門職(医師・法曹・会計士等)
☐	3. 公務員	☐	4. 非営利団体
☒	5. 民間企業(業界:)	☐	6. 起業
☐	7. その他()		

派遣先大学の概要

イギリス、イングランドの中部地方に位置するサウス・ヨークシャー州シェフィールド市にある国立大学。世界トップ100に数えられる大学であり、教育や研究において名高い。ノーベル賞受賞者を輩出しており、世界を先導している大学であるといえる。(以上大学公式サイトより)

参加した動機

海外留学が初であったため、二週間という期間が短い点と語学の授業があるという点でこのプログラムを選んだ。また、文系と理系で分かれて受ける講義を魅力的に感じたことも動機として挙げられる。シェフィールドという地名は聞いたことがなかったが、イギリス内でも治安がいいと耳にしたこと、またあまり雑然としていなさそうだと感じたことも理由の一つである。このプログラムに応募する資格として求められた英語のレベルがあまり高くなく、参加にあたって感じたハードルはそこまで高くなかった。

参加の準備

①プログラムの参加手続き(手続きにあたってのアドバイスなど)

参加することが決定してから、大学からの連絡の大部分はメールで行われた。必要事項はその連絡で確認でき、質問にも真摯に対応してもらえたので、手続きにおいてそこまで不安に思うことなく指示に従えばうまくいくと思う。

ただ、プログラム採択の連絡が来てからガイダンスがあるまでに時間が少しあったため、航空券や宿泊する寮についての情報などが得られず不安に感じた。特に航空券は早く手配するほど安くなるため気にかかっていたが、空港から寮までのタクシーを大学経由で予約できることやマンチェスター空港を使うのも便利なことなど、ガイダンスによって得られた情報も多かったため、そこまで経費を気にしないならガイダンス後に航空券を予約するのもいいと思う。

そのほかにも、連絡に沿って手続きを進めていても時期の関係で外部機関から連絡がなかなかこないこともあったが、他のプログラム参加者との連絡によって情報共有ができていたため、あまりナイーブにならずに済んだと思う。そういった観点からも、他の参加者と問題を共有できるなら積極的にしていくのが望ましいだろう。

②ビザの手続き(ビザの種類、申請先、手続きに要した時間、ビザ申請にあたってのアドバイスなど)

Short-Term Student Visaをロンドン・ヒースロー空港で入国審査の時に申請した。自分からShort-Term Student Visaの名前を口にできなかったが、大学からの入学許可証を見せるとそれを発行してもらえた。

入国審査にかかった時間は、もう一人他の参加者と一緒に手続きをして10分程度だった。

ビザ発行(入国審査も含めてだが)に提出を求められた書類は、パスポート、航空券、帰りの航空券の控え、大学からの入学許可証、被保険証(東大に加入を求められた保険)、飛行機内で記入した入国カードだった。

③医療関係の準備(出発前の健康診断、常備薬、予防接種等)

特に行わなかった。
日常的に利用している常備薬は念のため持って行った。

④保険関係の準備(加入した海外旅行傷害保険・留学保険等)

東大側から加入するよう求められた「学研災付帯 海外留学保険(付帯海学)」に加入した。

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

プログラム初日に必修科目の試験があったため、指導教員に連絡して試験の前倒しをしていただいた。その際教養学部の教務課にも相談し判断を仰いだ。

⑥語学関係の準備(出発前の語学レベル・語学学習等)

応募資格として求められたTOEFL iBTを受験し、82点であった。ListeningとSpeakingに不安があったため出発前に英語のニュース(BBCなど)を聞くべきであったが、試験前ということであまりそれに割く時間がなかった。参加後の感想としては、聞き取る能力も話す能力も寮までの移動の間に必要とされたので、もっとやっておくべきだったと感じている。

⑦日本から持参した方がよいもの、その他出発前にやっておくべきこと・アドバイスなど

トイレットペーパー(寮においていなかった)、箱のティッシュペーパー、洗濯用のハンガーや洗濯バサミなど。部屋の掃除用として掃除機は設置してあったが、粘着カーペットクリーナー(通称コロコロ)などがあると便利そうだった。
鉄道が事前に予約できるうえ早いほど安いので、予定が決まったら予約しておくとのちのち楽だと思う。

学習・研究について

①プログラムの概要(授業・予習・復習のスタイル、印象に残っている内容等)

大きく分けて①午前の語学の授業と②午後の文理別講義がある。

①午前の語学の授業:1コマ45分の講義が1日2コマずつ全10日間あった。Cambridge University Pressから発行されている英語学習用の教材にそって授業は進められた。メインの先生とセカンドの先生が曜日別で授業してくれる形だったため、学力で分けられたクラスごとの違いに加えて、先生ごとの授業の違いも感じた。私のクラスでの形式としては、メインの先生が語彙や文法の解説を丁寧にしてくれ、セカンドの先生は軽いディスカッション中心の授業をしてくれた。予習は不要であり、復習は週末に課されるオンライン上のテストがあった。印象に残っている内容は、全般的にメインの先生がしていた細かい単語の意味の解説である。

②午後の文理別講義:午前同様1コマ45分で、Preparatory Seminar, Lecture, Follow-up Seminarの順にそれぞれ1コマずつ全5回あった。Preparatory Seminarではその日行われるLectureに関連するディスカッション、重要な単語の意味の確認があった。Lectureでは毎回違う講演者から彼らの専門に関する話を聞きメモを取った。内容は回ごとにバリエーション豊かで、45分間すべてお話しなこともあれば途中から実際に手を動かすようなこともあった。メモの取り方についての指導もあった。Follow-up Seminarではその日あったLectureの内容を確認し、理解した内容に基づいた話し合いを行った。Seminarは3, 4人のグループで行われ、Lectureは大学で講義を聴くような横に並ぶスタイルで受けた。予習は前回授業終了時に課される宿題(単語を調べたり講義をまとめた文を読んだりなど)があり、復習は同様に宿題で短めの意見を書くものがあった。印象に残っている内容は、最終回につくった即興のプレゼンテーションと講義中に行ったレゴブロックの組み立てである。

②学習・研究面でのアドバイス

午前の語学の授業では、文法知識自体はそこまで難しいものではなかったので、積極的に発言して授業に参加していくのがいいと思う。リスニングなど私にとって難しいと感じるところも多かったが、周りにいる人と会話できるタイミングも多かったのそこでいろいろ聞いて理解を深めるのも一手だと思う。
午後の文理別の講義では、内容が専門的なものがほとんどで、全然理解できなかったものもあった。しかし前後に行われたSeminarでかなり補助してもらえたため、あまり不安には感じる必要はないと思う。専門性が高いからこそ知らなかったことも多く出てきて、新たな分野を知る手段ととらえるのもいいだろう。内容のみならず話し方のせいで聞き取れないものもあったが、自分のわかる単語やその講義でのキーワードをうまく拾えたら内容理解に役立つと感じた。

③語学面での苦労・アドバイス等

イギリス人の話す英語もそうだが、違う地域から来た人の話す英語は聞き取るのに苦労した。また大学から一歩外に出るとほかの人の話す英語は日常会話のスピードだったため、何度も聞き返してしまった。ただ、ほとんどの人は聞き返すと丁寧に話しなおしてくれたため、そこまで怖がらずに聞き直すというと思う。午前の語学の授業でメインの先生が面談を行ってくれたのだが、その面談において大学外で英語に触れているかという旨の質問があった。私自身はほかのことに手いっぱい、特に何もしていなかったのだが、その質問があったことを考慮に入れるともし余裕があれば現地においても積極的に英語の文章を読んだり聞いたりするべきなのかなと感じた。

生活について

①宿泊先(種類(寮・ホームステイ・ルームシェア等)、家賃、宿舎の様子、見つけた方法など)

参加者はみな大学側が提示してくれたAllen Courtに入寮した。家賃はプログラム参加費用に含まれていたため不明。

宿舎はきれいで新しく居心地が良かった。エレベーターも広く、大荷物を持って入っても余裕があった。洗濯機が何台も置いてある部屋、入寮者が利用できる卓球台やビリヤード台のある部屋が一階にあり、それ以上の階には入寮者たちの部屋があった。1フロアにフラットが3、4つあり、各フラットは4～6人の東大生で構成された。私の入ったフラットにはそれぞれ一人部屋と共有部屋があった。一人部屋は鍵も閉められる完全なプライベート空間であり、広い机といくつもの棚があった。バスタブはなくシャワー用の空間はお手洗いと洗面台と同じところにあった。共有部屋にはキッチンとテレビがついていたが、キッチンはコンロ4つに流しがちいさいもの1つしかなく、利用が多い時間帯は少し混み合っていたように思う。最低限の食器類と調理器具は一人ひとりに配られたが、洗剤やスポンジ、布巾などはなかった。

②生活環境(気候、大学周辺の様子、交通機関、食事、お金の管理方法(海外送金・クレジットカード)など)

・気候:乾燥していてかなり寒かった(最高気温20℃程度、最低気温12℃程度)。朝は特にとても冷え込み、夏とは思えない気温だった。服装は自分は日本の秋冬物でちょうどよかった。ただ日差しが強い日は汗ばむこともあったので、半袖を持って行って正解だった。また、日の入りが21時くらいとかなり遅く、夜でも明るかった。

・大学周辺の様子:

【治安、混雑について】朝晩は道は人通りが少なかったが、寮の近くの大通りは週末あたりは混雑していた。また、公共交通機関の一つであるtram(日本でいう路面電車)は、平日の夕方にはとても混み合っていた。ただ、全般的にはかなり落ち着いた雰囲気であり、治安の悪さは感じなかった。

【施設等について】寮から歩いて5分程度のところにスーパーマーケットがあり、とても安くで食料品や日用品を買うことができた。そこから10分程度歩くとCity Centreという市の中心部があり、そこでもいろいろな種類のものを買うことができた。大学施設の近くにはWeston Parkという大きな公園があり、その中の博物館ではシェフィールドの詳しい歴史を知ることができる。公園自体も自然に囲まれとても落ち着ける空間だったように感じる。買い物できる場所は多かったが、早くに店じまいするところも多かったように思う。

・交通機関:基本歩いて行ける場所が多かったが、少し離れたところにはtramを使うのが便利だった。駅の間隔は日本の首都圏のバスくらいで、歩いて5分程度ではないかと思う。寮の近く、市の中心部、シェフィールド駅(鉄道の駅)を通る線があり、30分くらい乗り続ければ大型ショッピングセンターやスケート場などにも行けた。運賃も近いところへなら片道£1.6程度であり、滞在中数回利用した。シェフィールド駅からは様々な大都市に行ける鉄道が通っており、長距離の移動をするのにはそれを使った。そのほか寮近くからシェフィールド駅まで行けるバスもあったようだが、停留所が分かりづらかったため利用しなかった。

・食事:寮の近くのスーパーマーケットで食料品を買い、自分でもしくはフラットの他の人たちと作ることが多かった。寮から歩いてすぐの大通りにはいろいろな食事場所があったため、夜にそこで外食することもあった。昼ごはんは自分で用意したものを持ってきている人もいたが、私は大学の売店で買って済ませていた。自分の口に合わないものが多いのではないかと心配していたが、自炊したりよく知ったファストフード店を利用したりできたので何の問題もなかった。

・お金の管理方法:現金(日本で事前に円からポンドに替えておいた)、キャッシュパスポート(プリペイドカードのように、一定額を換金しておいてクレジットカードのように利用できるもの)とクレジットカードを持って行った。現金はある程度分けて保管、携帯した。

③危機管理関係(留学先の治安、医療機関の事情、心身の健康管理で気をつけた点など)
シェフィールド周辺は治安が良かったと感じた。ただ念のため貴重品類はすぐに取りられないような場所に入れて持ち歩くことを心がけた。 水は私のフラットに開いていけばスーパーでミネラルウォーターを買って共有していた。しかし、水道水を沸かして飲んでいる人もいたため、手間を惜しまないのであれば健康上問題ないだろうと思う。 薬局が寮の近くにもあったので、何か体調が悪くなった際はそこで薬を買うことを考えていた。ただ、プログラム開始前に体調が万全ではなく処方箋を持って行っていたため、少し体調を崩したときはそれを利用することで回復することができた。
④要した費用について(航空賃、授業料、教科書代、家賃、食費、交通費、娯楽費などの概算)
プログラム参加費(授業料、教材費、宿泊費込): £781.43 航空賃(往復、羽田とロンドン・ヒースロー直行便、British Airways): 246,160円 食費: £80程度(授業のあった平日10日間)、£65程度(そのほか休日やプログラム前後の観光地での6日間) 交通費: £5程度(平日10日間)、£25程度(休日2日間)、£75程度(プログラム前後の4日間や長距離移動時) 娯楽費、お土産代など: £400程度
⑤奨学金(受給していた場合は、支給機関・支給額・見つけた方法など)
申請しなかったためなし。
⑥学習・研究以外の活動(スポーツ・文化活動、ボランティア・インターン、週末や長期休暇の過ごし方など)
大学のアクティビティとして開設されていたバドミントン、アイススケートに参加したほか、休日にヨークに行きヨークミンスターなどの観光をしたり、ショッピングモールやCity Centreに行って買い物したりした。 プログラム前後には個人的にオックスフォードやロンドンで観光をした。
派遣先大学の環境について
①参加学生へのサポート体制(語学面・学習面・生活面・精神面でのサポート等)
・語学面: 午前午後の授業いずれでも、教員の指導が丁寧であった。聞き返すともう一度話してくれるなど、不安を感じることはなかった。午後の講義では講演者や進行役の方々が意識的にはっきりと発音してくれたこともあり、聞き取りやすかった。 ・学習面: 午前の授業では先生による一対一の面談があり、不安に感じていることや困ったことがないかななどの質問をしてくれた。午後の授業では、講義の前後の丁寧な解説が講義の大まかな趣旨を把握するのに役立った。 ・生活面、精神面: 授業が本格的に開始する前に参加学生に向けての説明会があり、そこで警察や救急の制度についての説明、健康面の相談先の紹介などを聞いた。滞在中主に利用していたELTC(English Language Teaching Centre)に関してのハンドブックも配られ、教務に関することやアクティビティについてなど様々な情報を得ることができた。緊急連絡先や大学周辺地図なども載っており便利な冊子だと感じた。
②大学の設備(図書館・スポーツ施設・食堂・PC環境等)
大学で学生証を発行してもらい、図書館などを利用することができた。図書館は学部の特化したものもあれば総合的なものもあった。コンピュータも設置しており学生は自由に利用できるようだった。 大学の敷地のはずれの方にスポーツ施設があり、そこでバドミントンをした。事前登録制のものも多く、大学のメールで予約しておくことで参加できる形だった。水泳施設もあり、滞在期間が長ければ活用できるのではないかと感じた。 食堂はELTCにあるカフェの他、午後の講義が行われた建物の売店も利用できた。Student's Unionという施設にはもっとたくさんの食事場所や広い売店があったが、午後2時くらいにしまっているお店が多かったため、売店で買うことが多かった。 Wi-fi環境は整っており、アカウントを作ることで寮のWi-fiを使えたほか、学内では基本大学のアカウントでeduroamが利用できた。

プログラムを振り返って
①プログラムの意義、参加を通じて成長したこと、その他留学を通じての所感
プログラム参加前、初めての海外留学、ましてや初めての一人旅を控えて、2週間という期間でさえ長く感じるほど不安に思っていた。その一方で、事前にいろいろな手続きをして自分で多くのことを確認をしていくことで、準備期間でも少し自立できている実感がわいた。 実際に寮に到着して2週間住む部屋を眺め、不安もあったがどんな生活をしていくのだろうかという期待の気持ちもかなり強まっていった。午前の授業の開始時間が9時15分でありそれまでの自分の不規則な生活に比べかなりつらいものとなったが、朝からしっかりと一日をはじめる自律的な生活を送ることができたと思う。午前の授業においては自らの意見をはっきりと述べる大切さ、様々な文化的背景のある人々とのコミュニケーションの楽しさ、新たなことを学ぶ面白さを特に感じられた。午後の授業においてはいろいろな専門的な知識に触れ未知の領域を知っていく楽しさ、いろいろな人と意見を交わし話し合う難しさを体感できた。 英語を使う能力の向上を目的としてこのプログラムに参加したが、期間の短さもあり、それよりもむしろ疑似一人暮らしをすることで自立心がついたこと、いろいろな人と交流することのもつ可能性を実感できたことが大きな収穫だと感じている。プログラムが終了した今の心情としては、もっと英語に触れ、もっと様々な人と接触するために、より長く滞在したい気持ちが強い。イギリスという国に魅力を感じたこともあり、留学でも旅行でもまた訪れたいと思っている。
②参加後の予定
現在特に決まってはいるないが、院に進んだ後機会があればまた留学したいと思う。
③今後参加を考えている学生へのメッセージ・アドバイス
2週間という期間は、初めて海外に行く人にとってとてもちょうどいいと思う。少し物足りなく感じる人もいるかもしれないが、お試しで外国の雰囲気に触れてみたいという気持ちの人にはうってつけのプログラムだろう。午前午後どちらの授業に関しても得られることは多く、またあまり気負わずに受けられる内容であると思う。何か大きなプロジェクトを成し遂げなければならない類のプログラムではないので、興味を持った人は応募してみるといいと思う。
その他
①準備段階や留学中に役に立ったウェブサイト・出版物
http://360degreevirtualtours.group.shef.ac.uk/
②その他東京大学のホームページ・出版物等に掲載してよい留学中の写真があれば添付してください。

東京大学 海外留学・国際交流プログラム報告書(超短期プログラム用)

2016年 8月 20日

東京大学での所属学部・研究科等:	教養学部	学年(プログラム開始時):	学部2
参加プログラム:	シェフィールド大学サマープログラム (SHEF)	派遣先大学:	シェフィールド大学
卒業・修了後の就職(希望)先:			
	1. 研究職		2. 専門職(医師・法曹・会計士等)
	3. 公務員		4. 非営利団体
✓	5. 民間企業(業界: 化学)		6. 起業
	7. その他()		

派遣先大学の概要

シェフィールド大学はイングランド中部・シェフィールド市にある総合大学です。

参加した動機

もともと留学してみたいという気持ちはあったのですが、英語力に不安があったためそのような学生を対象としたシェフィールド大学のプログラムに参加しました。日本ではなかなか英語で話す機会が得られないため、海外で英語を使う環境に身を置いてみたいと考えました。

参加の準備

①プログラムの参加手続き(手続きにあたってのアドバイスなど)

6月の初めに応募締め切りがあり、20日頃に選考結果の通知が来ました。その後アプリケーションフォーム提出締切(6月30日)、オリエンテーション(7月5日)、海外渡航届等の書類の提出(渡航3週間前なので7月10日頃)、といった流れでした。海外渡航届には(提出後の変更はできるのですが)海外に滞在する期間や飛行機の便などの情報を記載しなければならないので、航空券の手配は選考結果が出た時点ですぐにとりかかった方がよいと思います。また、私はしなかったのですが、できるだけ迅速に行動した方がよいことを考えると、わからないことがあればオリエンテーション前でもメールで質問した方がよかったと思います。

②ビザの手続き(ビザの種類、申請先、手続きに要した時間、ビザ申請にあたってのアドバイスなど)

short term student visa というビザで、現地の空港の入国審査 (immigration) でパスポートとシェフィールド大学の受け入れ証を見せたらすぐにもらえました。

③医療関係の準備(出発前の健康診断、常備薬、予防接種等)

定期健康診断を受けていたので、出発前に特に準備はしませんでした。

④保険関係の準備(加入した海外旅行傷害保険・留学保険等)

プログラムで加入するように言われていたOSSMAと付帯海外に加入しました。

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

夏休み中だったので駒場キャンパスのアドミニストレーション棟の国際交流支援係に海外渡航届を提出しただけでした。

⑥語学関係の準備(出発前の語学レベル・語学学習等)

TOEFLは83点でした。出発前は英語を積極的に聞くようにはしていました。

⑦日本から持参した方がよいもの、その他出発前にやっておくべきこと・アドバイスなど
寮では自炊をしたので、基本的な調理器具はあるのですが、タッパーを持っていけばよかったと思いました。また、インスタントの日本食があると心強いです。最高気温が20度程度なので、春物のコートや長袖の服を持って行った方がいいです。湿度も日本よりかなり低いので、不安な人はマスクや風邪薬を持って行ってもいいかと思っています。
学習・研究について
①プログラムの概要(授業・予習・復習のスタイル、印象に残っている内容等)
午前は英語の授業、午後は文理に分かれて英語で学術的な講義を聞くという構成でした。 午前の授業はELTC(English Learning Teaching Center)で他国からの留学生と一緒に受けました。日本人の割合がかなり多かったのですが、私のクラスには他に韓国、中学、フランスからの生徒がいました。教科書の題材を基に話し合いながら問題を解いたり、ディスカッションをしました。当然ながらすべての会話が英語で、英語で会話をするまたとない機会となっただけでなく、同年代の外国の生徒と話すこと自体がとても楽しかったです。社会人で英語を学びに来ている人もいて、自分の今後の英語の勉強や留学について考える機会にもつながりました。 午後の授業は専門的な内容になるため難しいことも多かったのですが、前後に Preparatory Seminae と Follow-up Seminar があったことがかなり理解の助けになりました。Follow-up Seminar でもディスカッションを行い、英語で自分の考えを表現する良い練習となりました。
②学習・研究面でのアドバイス
とにかく積極的に話すことが一番だと思います。二週間は思ったより短いです。また、大抵テーブルごとにディスカッションをしていたのですが、日本人同士で固まるのではなくできるだけ他国からの生徒のいるテーブルに行った方が勉強になると思います。
③語学面での苦労・アドバイス等
語彙をもう少し増やしていけばよかったと思いました。知っているつもりでも発音が不安だったりすると発言をためらってしまったりするので、発音を含めて、単語帳を見るなどしていけばよかったと思います。
生活について
①宿泊先(種類(寮・ホームステイ・ルームシェア等)、家賃、宿舎の様子、見つけた方法など)
プログラムで初めから Allen Court というフラットタイプの寮に滞在することが決まっていました。
②生活環境(気候、大学周辺の様子、交通機関、食事、お金の管理方法(海外送金・クレジットカード)など)
大学は町の中心部からは少し離れていますが歩いていける距離です。大学の建物はひとところに固まっておらず、午前の授業の場所から午後の授業の場所までの移動が少し大変でした。Sheffield Station からは tram を使って大学や寮に行くことができました。 お金は現金のほかにクレジットカードを二枚と、現地のATMから引き出せる銀行口座を予備で用意しておきました。実際に使ったのは現金とメインのクレジットカードのみでした。現金を余裕を持って持って行っていたので、クレジットカードは洗濯に使うカードのチャージや鉄道の予約に主に使いました。
③危機管理関係(留学先の治安、医療機関の事情、心身の健康管理で気をつけた点など)
シェフィールドの治安はとてもいいです。場所によってはそうでないところもあると現地の先生には言われましたが、このプログラムで普通に生活する分には治安の悪い地域に行くことはまずないと思います。

④要した費用について(航空賃、授業料、教科書代、家賃、食費、交通費、娯楽費などの概算)
●航空賃:約30万 British Airways で渡航約20日前に直接取りました。早く取ればもっと安く抑えられたと思います。 ●授業料・教科書代・家賃: £781.43 シェフィールド大学からwebページのURLが送られてくるので、そこからクレジットカードを使って渡航前に支払いました。 ●食費:約£50 自炊もしましたが売られている食材の単位が大きいのでフラットのメンバーとシェアしたり工夫するとよいと思います。 ●交通費:ヒースローから寮までのタクシー £95(二人で割り勘)、寮からロンドン近くまでの鉄道 £39.80 ●娯楽費:約£110 土日を利用してヨーク、チェスターに行きました。ヨークは友人と鉄道を使っていきました。チェスターはELTCのSocial teamの企画のもので、バスでチェスターまで連れて行ってもらいました。
⑤奨学金(受給していた場合は、支給機関・支給額・見つけた方法など)
⑥学習・研究以外の活動(スポーツ・文化活動、ボランティア・インターン、週末や長期休暇の過ごし方など)
放課後や週末にはELTCのスポーツやトリップの企画があったので、近くにハイキングに行ったりチェスターに観光に行ったり、スケートやバドミントンに参加したりしました。
派遣先大学の環境について
①参加学生へのサポート体制(語学面・学習面・生活面・精神面でのサポート等)
サマープログラムに参加する学生はとて多く、サポート体制も非常に充実しています。
②大学の設備(図書館・スポーツ施設・食堂・PC環境等)
Allen Court のすぐそばにDiamondという24時間開館している図書館があり、レポート課題をするためにそこでパソコンを使うこともできました。ELTCのスポーツの企画は申し込みをすればだれでも参加でき、スポーツに必要な道具も貸してくれました。利用しませんでした。ジムも近くにありました。カフェはELTCにも午後の授業をする校舎にもありました。
プログラムを振り返って
①プログラムの意義、参加を通じて成長したこと、その他留学を通じての所感
日本人ばかりではなく、かつ英語がネイティブでない人たちと一緒に英語の授業はプレッシャーがなく、話す練習をともしやすい環境でした。また、外国の人と話すのが思っていた以上に楽しかったのも大きな発見でした。と同時に伝えたいことをうまく英語で表現できないもどかしさも感じ、コミュニケーションツールとしての英語をもっと向上させたいと思いました。
②参加後の予定
この留学をへて長期の留学への関心が増し、交換留学に向けて動き始めています。将来は化学系の企業で働くつもりですが、日本国内だけでなく海外と日本をつなげるような仕事をしたいと考えています。
③今後参加を考えている学生へのメッセージ・アドバイス
海外留学はたとえ短期でも語学以上のものが得られると思います。迷っているなら一歩踏み出してみてもいいのではないでしょうか。
その他
①準備段階や留学中に役に立ったウェブサイト・出版物
ロンドン留学センター http://www.london-ryugaku.com/ 実際にイギリスで生活している人のブログ http://england-shin.jp.net/
②その他東京大学のホームページ・出版物等に掲載してよい留学中の写真があれば添付してください。

東京大学 海外留学・国際交流プログラム報告書(超短期プログラム用)

2016年 8月 14日

東京大学での所属学部・研究科等:	教養学部	学年(プログラム開始時):	学部2
参加プログラム:	シェフィールドサマープログラム	派遣先大学:	シェフィールド大学
卒業・修了後の就職(希望)先:			
	1. 研究職		2. 専門職(医師・法曹・会計士等)
✓	3. 公務員		4. 非営利団体
✓	5. 民間企業(業界:)		6. 起業
	7. その他()		

派遣先大学の概要

イングランド中部のシェフィールド市にある大学。まとまってはいるものの街の中に大学の施設が点在している。

参加した動機

長期留学への準備。英語でどの程度専門的な授業が理解できるかの力試し。

参加の準備

①プログラムの参加手続き(手続きにあたってのアドバイスなど)

採択通知後数日連絡がなく不安だったが、その後は指示に従えば特に問題はなかった。

②ビザの手続き(ビザの種類、申請先、手続きに要した時間、ビザ申請にあたってのアドバイスなど)

ビザはシェフィールド大学から送られた書類を提示して留学目的や専門を答えるだけで取得できた。ただ数人手違いで取得できなかった人もいた模様。

③医療関係の準備(出発前の健康診断、常備薬、予防接種等)

日本の薬は一通り持って行った。数種類の予防接種は私は別の渡航時に受けていたが、特に必要ではないと思われる。

④保険関係の準備(加入した海外旅行傷害保険・留学保険等)

以前からクレジットカードの保険に入っていたが大学の指示に従い2重で入ることになった。

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

特になし。

⑥語学関係の準備(出発前の語学レベル・語学学習等)

出発直前はIELTS6.5だったがRLが高くWSが低いという典型的な点数分布だった。特に準備はしていないが、TOEFLの参考書を持参した。

⑦日本から持参した方がよいもの、その他出発前にやっておくべきこと・アドバイスなど
日本食(味噌汁やパックの米)、地球の歩き方、上着
学習・研究について
①プログラムの概要(授業・予習・復習のスタイル、印象に残っている内容等)
午前中は大学付属(?)の語学学校で英語のクラス。他にもアジア系やアラブ系の学生が団体で来ているようだった。日本人比率はクラスによるが私のクラスは東大生が大半を占めていた。授業自体の難易度は高くないが英語を”話す”のが前提。特に課題は出なかった。午後は文理別れての英語での授業。スピードやテーマによって理解度がバラバラだったが、事前のサポートクラスのおかげもあって全くわからないということはなかった。
②学習・研究面でのアドバイス
特になし。
③語学面での苦労・アドバイス等
自分から積極的に英語を話す機会を作るべき。
生活について
①宿泊先(種類(寮・ホームステイ・ルームシェア等)、家賃、宿舎の様子、見つけた方法など)
宿泊先は大学側に指定された。4人がそれぞれ個室でキッチンは共用のフラット。食器は一通りあったけれどボウルなど必要になりそうなものがなかったりする。スポンジや洗剤はないので買ってフラットで共有した。
②生活環境(気候、大学周辺の様子、交通機関、食事、お金の管理方法(海外送金・クレジットカード)など)
日によっては春先のコートが必要な気温。日本の夏と違って涼しくてじめじめしていない。大学は街中に点在していて慣れるまでは道に迷いがちだった。スーパーが近くにある。トラムという路上電車が通っているが街の中心部まで徒歩圏内なので基本的に使わなかった。外食は高いため食事は基本的に自炊。フラットによってはまとめて作っているところもあったが私たちは各自で作っていた。クレジットカードがほとんどどこでも使えるので現金はあまり必要ではなかった。
③危機管理関係(留学先の治安、医療機関の事情、心身の健康管理で気をつけた点など)
夜9時まで明るいので危険を感じたことはない。ただ週末の旅行中に財布を盗まれた人もいるので用心に越したことはないと思う。
④要した費用について(航空賃、授業料、教科書代、家賃、食費、交通費、娯楽費などの概算)
航空代2万(マイルージ使用)プログラム代11万(宿泊費+授業料)食事代2万弱 観光代2万強(プログラム前のロンドン+週末旅行)シェフィールドまでの列車1万弱 その他ロンドン滞在費、お土産代など
⑤奨学金(受給していた場合は、支給機関・支給額・見つけた方法など)

⑥学習・研究以外の活動(スポーツ・文化活動、ボランティア・インターン、週末や長期休暇の過ごし方など)
週末は何人かづつで近場の観光地(マンチェスター、リヴァプール、ヨークなど)に日帰りもしくは一泊旅行に行く人が多かった。街の西側には国立公園が広がっており、そこに行く人も多かった。
派遣先大学の環境について
①参加学生へのサポート体制(語学面・学習面・生活面・精神面でのサポート等)
サマープログラムで多くの学生を受け入れているらしくサポート体制は整っているようだった。
②大学の設備(図書館・スポーツ施設・食堂・PC環境等)
WiFiは大学の建物ならどこでも使える。学生証がもらえるので大学の施設は基本的に使える。
プログラムを振り返って
①プログラムの意義、参加を通じて成長したこと、その他留学を通じての所感
全学交換留学を考えているのでその準備として参加した。ヨーロッパに来ること自体が初めてだったので、イギリスの歴史や文化に触れられたことが大きかった。5回のみであったが、英語で行われる専門的な授業を受けることでどこまで理解できるのかを確認することができた。
②参加後の予定
長期留学に向けて英語、専門の学習を進める。
③今後参加を考えている学生へのメッセージ・アドバイス
少なくとも授業中は英語で話さざるを得ないので、英語を話すことに自信をつけるきっかけになうと思う。ただし英語の授業は日本人が多くかつ各自の言語圏で固まる傾向があり授業以外は大半を日本語で過ごすので、本格的な留学の短縮版を想像している人は注意。
その他
①準備段階や留学中に役に立ったウェブサイト・出版物
地球の歩き方(ただしシェフィールドは載ってない)
②その他東京大学のホームページ・出版物等に掲載してよい留学中の写真があれば添付してください。

東京大学 海外留学・国際交流プログラム報告書(超短期プログラム用)

2016 年 8月 23日

東京大学での所属学部・研究科等:	法学部	学年(プログラム開始時):	学部3
参加プログラム:	シェフィールド大学サマープログラム (SHEF)	派遣先大学:	シェフィールド大学
卒業・修了後の就職(希望)先:			
☐	1. 研究職	☐	2. 専門職(医師・法曹・会計士等)
☒	3. 公務員	☐	4. 非営利団体
☒	5. 民間企業(業界: デベロッパー)	☐	6. 起業
☐	7. その他()		

派遣先大学の概要

シェフィールド大学。イギリス、サウスヨークシャーにある大学。

参加した動機

常々留学したいと考えていたが自分の英語能力に自信がなく機会を得られなかったところ、英語を得意としないが長期留学を視野に入れる学生を対象とした本プログラムを見つけ、自分に変化を与えたいと思って参加した。

参加の準備

①プログラムの参加手続き(手続きにあたってのアドバイスなど)

早め早めの対応を心がけることが良いと思う。本プログラムの担当者の方々は質問には丁寧に答えてくださるので、自分で調べてもわからない疑問があればすぐに質問をした方がかえって手間取らないと思う。

②ビザの手続き(ビザの種類、申請先、手続きに要した時間、ビザ申請にあたってのアドバイスなど)

当初調べるといくつも書類が必要であるように思え混乱したが、渡航前にシェフィールド大学からもらえる受け入れレターさえあれば渡航先の空港でパスポートにShort term study のビザを押してもらえる。通常の観光などと同様入国審査の列に並び、パスポートと受け入れレターさえ見せれば十分だった。私は期末試験がやや忙しく準備をおろそかにしておりポンド建ての資金証明の書類などを揃えられず不安だったが何ら問題はなかった。空港はヒースロー空港を利用した。
ただし前年度までの体験記等にも書かれているように、いつ手続きに変化が生じるかはわからないので必要そうな書類は揃えていった方が安心だと思う。もし忘れても不安がらなくて欲しいといった程度のアドバイスです。一方で空港側の不手際か、Short term studyのビザを押してもらえなかったプログラム同期もいたようだ。その場合でもシェフィールドに待機している職員の方が対応してくださっていたので安心して大丈夫だと思う。

③医療関係の準備(出発前の健康診断、常備薬、予防接種等)

特に無し。粉末状のパブロンゴールドAを持っていた。自分が普段使う風邪薬を持っていけばいいと思う。

④保険関係の準備(加入した海外旅行傷害保険・留学保険等)

指示通りの保険に加入した。それで十分と思う。

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

2週間という短期プログラムなこともあり、法学部での手続きは特に大したことは行わなかった。指示されたとおりの書類を指示されたタイミングで提出した。ただ、法学部の締め切りが早すぎてオリエンテーションの一週間前だったので、提出締め切りはオリエンテーション後に変更してもらった。

⑥語学関係の準備(出発前の語学レベル・語学学習等)

TOEICを3月に受け、IELTSを7月に受けた。リスニングもスピーキングも正直自分のレベルが低すぎて不安になったがプログラム自体はなんとかこなすことができた。一部の学生は期末の試験やレポートで忙殺されていることも考えられるが、もし時間があるのであればある程度リスニングとスピーキングの練習をしてから参加した方がより効果が得られると思う。私は準備が全くできなかったのもその点でやや後悔した。

⑦日本から持参した方がよいもの、その他出発前にやっておくべきこと・アドバイスなど

当たり前に持参した方がいい物

- ・歯ブラシ、歯磨き粉、髭剃りなど普段の生活に必要な物。
- ・シャンプー、ボディソープ ←シャワールームは各自の部屋にあるがこれらは置いていないので注意。
- ・常備薬
- ・変換アダプタ ←当たり前だが日本のコンセントをイギリスで用いるにはアダプタが必要。
携帯の充電器や専用のドライヤーなどは変圧を行う必要はないのでアダプタだけで十分。
- ・ドライヤー ←寒いので、ないと地味に大変。海外用のやつが1500-2000円くらいで買えるので持っていくと良い。

あった方がよいもの

- ・タオル ←バスタオルが2枚だけ用意されているが、洗う頻度を考えるともう1枚くらいタオルがあればと思った。
- ・洗濯用ネット ←友達と一緒に洗ったりするときにごちゃごちゃになるのを防げる。
ただし中に入っている衣類は乾燥機で乾燥しにくくなるので注意。
- ・洗濯用洗剤 ←現地調達してもいいが使い捨てパックを持っていけば手間が省ける。
- ・くし ←硬水で髪がごわつくので、男でもあった方が割といいかもしれない。
- ・爪切り ←2週間以上滞在する場合想像よりかなり伸びる。あった方が不快にならない。
- ・サンダル ←フラット内で履くのにあった方が楽。

☆その他情報。必須なもの

- ・クレジットカード2枚以上 ←1枚だと盗難や紛失の際にかなり困る。
- ・現金(ポンド) ←なんだかんだ友達との割り勘でかなり使うし、クレカが使えない場面もある。
カードが使えない例としてはタクシー、バス、トラム(路面電車)、一部スーパーの自動レジ、マーケット等。

私は合計250ポンドほど用意したが使い切った。

- ・現金(円) ←現地にあるマシンでクレカを使ってポンドを下ろすこともできるが、
キャッシュ引き出しに対応していないカードもあるようなので日本円を予備で持って行った方がいいと思う。

手数料はややかかる。ロンドンであれば『Bureau de change』にて手数料無料で両替してくれるらしい。

私はロンドンの街中で適当に両替したら15%も手数料を取られ損したので注意してください。

- ・暖かい服 ←シェフィールドはかなり北にある。非常に寒い。8月頭でも15°C-19°Cがざら。
気温に適した服2着を持っていくことをお勧めする。
私は簡易マフラーも持っていき寝るときに巻いて喉を傷めないようにした。結構乾燥している

服の持っていくすぎは重くなって辛いので注意した方がいい。

思うに(男の場合)、下着靴下4日分。ズボン2枚。暖かい服2着。半袖2、3枚、があれば十分だったと思う。

Allen Courtの洗濯乾燥代が地味に高かったので大量の服を持って行ったが重すぎて後悔した。

洗濯代は友達と割れば普通に安くなる。後の観光など考えれば機動性の方を重視した方がいい。

学習・研究について

①プログラムの概要(授業・予習・復習のスタイル、印象に残っている内容等)

イギリスのサウスヨークシャー州、シェフィールドにあるシェフィールド大学で2週間の語学学習を行った。午前中はクラスごとの語学学習を行った。初日にクラス振り分けをする簡易なテスト(PCで行うリーディングとリスニング)を行い、その成績に応じて10人前後から構成されるクラスに振り分けられる。このクラスは専ら東大生で構成されることもあれば、中国人、韓国人、その他様々な人が混ざって構成されることもある。授業内容は、最高レベルのクラスであっても初歩的な文法を学ぶこととなり内容としては比較的平易だった。ここでの授業はためらいなく英語を話す練習をすることに焦点が置かれていた。午後の授業は外部の生徒とは異なり、東大生に特別に用意された講義を受けた。ここでは文系理系に分けて授業を受けた。内容は日本語で受けても理解が難しそうなものもあり骨のある授業内容だった。これは長期的な留学に向けた、講義の実践的な予行演習だったと思う。

②学習・研究面でのアドバイス

午後に行われる授業は、屋下がりの時間だということもあって頭が働きの悪い。授業の前日はできるだけしっかり睡眠をとって臨むことをお勧めする。また、同フラットの友達などと適度に英語で会話したり、一人では英語でひとりごとを言ったりしてみるのも英語への抵抗を無くすのに役立つかもしれない。

③語学面での苦労・アドバイス等

私は日本での準備期間の間にあらかじめ英語を勉強していく余裕がなかったので幾分不都合を感じた。日常生活における単語や文章などある程度頭に入れていってからイギリスでの生活を送った方が2週間でも身につくものがあると思う。

生活について

①宿泊先(種類(寮・ホームステイ・ルームシェア等)、家賃、宿舎の様子、見つけた方法など)

Allen Courtに滞在した。今年度における大学側から提供されたフラットであった。鍵を受け取り、そのキーホルダーに含まれるセンサーをタッチして扉を開いていくシステムになる。今回我々が止まったF棟では、Laundryと書かれた扉の中に部屋への通路と洗濯機があるので最初混乱しないよう注意してほしい。Laundryは専用のカードをもらい、そこにトップアップする形で支払いを行う。洗濯と乾燥で一回£4~5かかるので、友達と一緒に選択することをお勧めする。

各自にはそれぞれ皿や調理器具、コップなどが与えられる。各部屋にそれぞれシャワーとトイレがある。共用のラウンジには冷蔵庫二つとコンロ、流し台、テレビ、掃除機など一通りそろっている。

②生活環境(気候、大学周辺の様子、交通機関、食事、お金の管理方法(海外送金・クレジットカード)など)

曇りのち雨が続き気候だった。夏とはいえシェフィールドは極めて涼しい。雨も大降りになることはほとんどなく、折り畳み傘を使う機会もほとんどなかった。シェフィールド在住の人はシェフィールドは天候が悪いとネタにしていたが、こちらからすれば日本の夏を体験してみろといった感じで極めて日本人にとって過ごしやすい環境だった。ただし平均気温が17~21度ほどなので秋口の長袖の服を忘れないようにしてほしい。空気はそこそこ乾燥しているので、喉が弱い人はマスクも持っていくとよいと思う。

シェフィールド大学の建物自体は中心街からはいくらか離れた場所にある。大学周辺の治安は良くも悪くもなくといった感じだ。昼間はもちろん非常に治安が良い。夜の一人歩きはやや気を付けて控えた方がいいだろうと思う。食事に関してはTESCOがみんなの味方になってくれる。午前の拠点となるELTCの近くにはTESCOもあり、フィッシュ&チップスの店もある。TESCOはイギリス各地に展開するスーパーで、品ぞろえもよく値段も安い。外食すれば一食£10近くかかるとしても、自炊すれば£3~4で済む。

交通機関としてはトラムと呼ばれる路面電車がある。一見とつづきにくいですが簡単に乗れて便利である。運賃は乗車後車掌らしき人がすぐにやってくる。行き先を尋ねられるのでそれを告げて、求められた賃金を支払えばよい。ただしできるだけコインで用意すること。駅⇄宿舎近辺間は£1.8であった。

③危機管理関係(留学先の治安、医療機関の事情、心身の健康管理で気をつけた点など)

治安は良かった。夜の一人歩きは気を付けた方がいいと思う。ちゃんと話せる友人を作れば精神的につらいことは何一つないと思う。個人的にはむしろ友人たちと別れてシェフィールドの生活を終えることが寂しかった。医療機関についてはシェフィールド最初のレクリエーションで説明されるので、不安があればそれをよく聞いておけばよいと思う。

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

航空費 = 往復110000円(タイ航空 片道:成田⇄バンコク 6時間、バンコク⇄ロンドンヒースロー 12時間)
トランジットでの待機時間はそれぞれ2~3時間ほど。格安だし安全面も問題ないと思うのでお勧めする。

タイのスワンナプーム空港は中心地から離れているのでテロなども流石に起こらないだろうと思う。
他の人の多くはエミレーツ航空を使ってドバイで乗り換えて13~15万ほどかかっていたようである。

プログラム費 = 約110000円 = 教科書代、家賃含む
(例年15万円ほどの模様。今年はプログラム費の免除の選考をしない代わりに全体に対して均等に値下げをしたようである。)

食費 = おそらく一日1000円程度。外食時は一日2000円ほどだったと思う。

交通費 = 娯楽費に含めることとする。娯楽以外に通学にかかる交通費は存在しなかった。
ヒースローからシェフィールドへは、キングスクロス=セントパンクラス駅から電車で12000円したが後述。

娯楽費 = 100000円

合計=約360000

⑤奨学金(受給していた場合は、支給機関・支給額・見つけた方法など)

学生支援機構から8万円もらった。

⑥学習・研究以外の活動(スポーツ・文化活動、ボランティア・インターン、週末や長期休暇の過ごし方など)

プログラム中の活動について述べておく。

週末はもっぱら観光に全てを使った。私はヨーク、湖水地方、チャッツワース(ピークディストリクト内にある)、ケンブリッジに行った。シェフィールド大学が提供するプログラムはチェスターであったが、大学側の手違いで日程が合わなくなり行かなかった。

ヨーク、湖水地方共に電車で行ける。湖水地方は片道3時間かかるのでやや大変だった。

電車は当日券でも買えるが、よほどお金に余裕がない限りは絶対に予約した方がいい。特に長距離の場合は、早めに予約するか否かで運賃が倍ほど変わる。例えば、キングスクロス=セントパンクラス駅⇄シェフィールド間のチケットは、あらかじめ買っておけば£40-50程度で済むが、当日券で買ったところ£83もして大きく損をした。日本滞在中に予約した方がいい。

予約は日本のサイトを介さず、直接英語のサイトで買った方が手数料がかからない。サイトは検索すればすぐわかるはずだ。

予約したチケットは、予約に用いたクレジットカードと、メールで送られてくるリファレンス番号を用いて駅の機械で発券する。

備考としてヒースロー空港⇄キングスクロス=セントパンクラス駅⇄シェフィールド駅の行き方について書いておく。

ヒースローからキングスクロス駅までは、Piccadilly Line で一本で行ける。安くおすすめ。£6~7程度である。キングスクロス駅はセントパンクラス駅と隣接して立っている。シェフィールドに行くために使う駅は基本的にはセントパンクラスのはずである。あとは乗車先を探して、3時間電車に乗ればシェフィールドである。セントパンクラスではなかなか強力なWi-fiが入っているの、困ったらそれを利用して情報を探せばいいと思う。私は当初迷って焦ったので気を付けて欲しい。

また、プログラムの前後にロンドンなどの観光を入れることもお勧めする。プログラム後であれば友人たちと一緒に回ることもできると思う。私はケンブリッジ、ロンドンをそれぞれ一日ずつ友人と回ったのち、二日間ロンドンを一人で回った。宿はホルボーン駅周辺の大学寮をホテルとして借りた。一泊7000円だった。

ロンドンの移動はoysterカードをまず空港で買う方がいい。ロンドン市内の電車はカードかチケットかで大きく値段が変わる。

派遣先大学の環境について

①参加学生へのサポート体制(語学面・学習面・生活面・精神面でのサポート等)

2週間足らずであったので詳しく把握はしていないが、留学生向けに様々な企画がなされている他、スポーツ活動なども盛んに行われているようで、サポート体制は割と充実していたと思う。

②大学の設備(図書館・スポーツ施設・食堂・PC環境等)
図書館はつい最近新築されたばかりで非常にきれいだった。その他設備も整えられていた。
プログラムを振り返って
①プログラムの意義、参加を通じて成長したこと、その他留学を通じての所感
自分一人で初のヨーロッパへと飛行機に20時間乗って向かうという経験が、まず大きなもので、自分の行動範囲の広がりを感じられる良い機会となった。このプログラムではフラットでの生活を通して共同生活とはどんなものかを体感できることにも意味があったと思う。そして、2週間とはいえ初めての異国生活であり、多くの物が日本と異なる環境は、言葉に尽くしがたい感覚として強い影響を持つと思う。人生観などと大それたことを言えるほどの期間ではなかったが、漠然と考えていた長期留学についての決心がついたし、今後の就職活動なども考慮したうえでどうしたいかの方向性を考えることができた。
②参加後の予定
理想としてはIELTSを2回受けて全学交換留学に応募可能なスコアを出したうえで、4年のAセメスターから翌年の四月までの間カナダのいずれかの大学に留学したいと考えている。まだ詳しくは調べていないが、4月までであれば就職活動に響く影響も少ないだろうと期待している。そして4年の前学期までに国総の資格を取っておければなおよいと思う。
③今後参加を考えている学生へのメッセージ・アドバイス
実際に踏み出してみれば何の問題もなく終わってしまった留学だった。むしろあまりに良い経験であったので終わるのが惜しいくらいだった。今後の長期留学を考えつつもためらっているような学生には、ぜひこのプログラムに参加してもらって自分の方向性を定める助けにしてほしいと思う。
その他
①準備段階や留学中に役に立ったウェブサイト・出版物
特に思い当たらない。出版物ではないが電子辞書が役に立った。電子辞書内の一言会話辞典なども一部地味に使える。
②その他東京大学のホームページ・出版物等に掲載してよい留学中の写真があれば添付してください。

東京大学 海外留学・国際交流プログラム報告書(超短期プログラム用)

2016年8月20日

東京大学での所属学部・研究科等:	教養学部	学年(プログラム開始時):	学部2
参加プログラム:	SHEF	派遣先大学:	シェフィールド大学
卒業・修了後の就職(希望)先:			
☐	1. 研究職	☒	2. 専門職(医師・法曹・会計士等)
☐	3. 公務員	☐	4. 非営利団体
☐	5. 民間企業(業界:)	☐	6. 起業
☐	7. その他()		

派遣先大学の概要

派遣先のシェフィールド大学は、大学関係者から4人のノーベル賞受賞者を始め、国際社会をリードする優れた人材を輩出しているイギリス屈指の総合大学です。ヨーロッパにおける日本研究のパイオニアとしても知られており、大学院留学生への奨学金制度も設けています。また、英語学習のコースも開講しています。研究の中ではMBAレジャー・マネジメントや、国際学・東アジア研究などがさかんに行われています。

参加した動機

将来的に海外で留学することを検討していたので、時間のある大学生のうちに海外で英語を勉強する・英語で授業を受ける・授業の中で英語で発言するといった機会があればいいなと元々思っていて、何かいい留学プログラムはないかな〜と探していたのがこのプログラムでした。実際に英語で外国人とコミュニケーションを取るという機会はそうそう得られるものではないと思うので、少しでも興味を抱いた方はこのプログラムに参加してみることを強くおすすめします。

参加の準備

①プログラムの参加手続き(手続きにあたってのアドバイスなど)

提出する書類の数が多いので、早め早めに準備するよう心がけておきましょう。

②ビザの手続き(ビザの種類、申請先、手続きに要した時間、ビザ申請にあたってのアドバイスなど)

シェフィールド大学に留学するためには、Short-term student visaを取得する必要がありました。僕たちが東京大学から渡された書類にはいろいろ書いてありましたが、結局のところは、パスポート・シェフィールド大学の入学許可証(発行が出発直前までずれこみました)・クレカだけで大丈夫でした。

③医療関係の準備(出発前の健康診断、常備薬、予防接種等)

特に準備はしませんでした。風邪薬・胃腸の薬あたりは持って行っておけばよかったなと(体調を崩して)強く実感しました。

④保険関係の準備(加入した海外旅行傷害保険・留学保険等)

東大側からの指示に従ってOSSMAと海外留学保険に加入しました。

⑤プログラム参加にあたって東京大学の所属学部・研究科(教育部)で行った手続きなど(履修・単位・試験・論文提出等に関して)
特に手続きなどは必要ありませんでした。
⑥語学関係の準備(出発前の語学レベル・語学学習等)
IELTSで6.5をとる程度の英語力でした。イギリスに行く直前に何かした方がいいかなと思いつつ、結局何もやりませんでした。
⑦日本から持参した方がよいもの、その他出発前にやっておくべきこと・アドバイスなど
シェフィールドは夏でもかなり涼しいので、薄手の長袖の服を持って行っておいた方がいいと思います。あと、イギリスの水は硬水なので、せっけんは日本で売っているものを持っていくよりも、イギリスで調達した方がいいと思います。
学習・研究について
①プログラムの概要(授業・予習・復習のスタイル、印象に残っている内容等)
午前中は英語の授業で、英語でトークしたり文法やったりって感じでした。先生の当たりはずれがひどかったです。本来は予復習をやっておくべきだと思うのですが、やっていなくても何とかできました。午後の授業は理系の話題について、1コマ目に準備の授業、2コマ目にその話題についてのプレゼンと質問、3コマ目にその話題に関するディベートって感じでした。こっちでは感想を書いてメールで提出せよという課題が出ていました。
②学習・研究面でのアドバイス
思ったことはなんでも積極的に発言していった方がいいと思います。
③語学面での苦労・アドバイス等
授業にはついていけましたが、シェフィールドの地元出身の人はかなりなまりの強い英語を話すので、宿の人とのやりとりで大変苦労しました。
生活について
①宿泊先(種類(寮・ホームステイ・ルームシェア等)、家賃、宿舎の様子、見つけた方法など)
シェフィールド大学留学プログラムの参加者にはAllen courtという寮が自動的に割り当てられ、僕たちはその寮のシングルの部屋に泊まりました。シャワー室やトイレは各部屋にありましたが、キッチン・ダイニング・リビングは5~6個の部屋を1まとめにしたフラットで共同でした。 洗濯に関しては、宿舎のground floor(要するに1F)にコインランドリーがあり、洗濯と乾燥1回につき4.1ポンドでした。あと洗剤が備え付けられていなかったので近くのスーパーマーケットに買いにいきました。 食事に関しては、数人分で作った方が作りやすくコストも安く抑えられるのでフラットのメンバーで合同で料理を作っていました。僕は作ってもらってばかりでしたが。笑 住まいに関しては、1人で暮らすのには十分な広さで、ベッドも寝心地は悪くありませんでした。ところが、トイレトーパーやハンガーが備え付けられておらず近くのTescoというスーパーマーケットまで買いに行く必要がありました。 あとは窓が日本の建物にはあまりないタイプの窓で開け閉めが難しかったのと、僕の部屋のドアがカギをかけても閉まらなかったのが宿舎に関して苦労した点でした。

②生活環境(気候、大学周辺の様子、交通機関、食事、お金の管理方法(海外送金・クレジットカード)など)
夏にしてはとても涼しく、外出するときにはいつも長袖の服を1枚着ることにしていました。大学周辺にはTescoというスーパーマーケットがあってそこでよく買い物をしていました。朝晩は自炊、昼は授業のあるETLCという場所で食事をしていました。お金に関しては、現金を6万円程度をポンドに交換しましたが僕があまりお金を使わないタイプの人間だったことも手伝って3万円くらいしか使いませんでした。あと、クレジットカードは使うときには使う必要が出てくるので、普段使う用となくした時用の計2枚を持っていくことを強くおすすめします。
③危機管理関係(留学先の治安、医療機関の事情、心身の健康管理で気をつけた点など)
シェフィールドはとても治安が良いところなので日本同様安心して暮らせました。あと、これは僕自身の失敗なのですが、普段は食べない夜食を食べておなかを壊してアクティビティーに参加できずとても残念な思いをしたので普段日本でやらないことはイギリスでもやらない方がいいと思います。
④要した費用について(航空賃、授業料、教科書代、家賃、食費、交通費、娯楽費などの概算)
・航空代:37万円(説明会の後に羽田-ヒースロー間の直行便を取ろうとしたら席がなくなっていてこの価格になりました、早めにとっておけば25万円程度で抑えられたはず) ・プログラムの参加費用10万円 ・移動・ロンドン観光(2日)など2万円 ・生活費など3万円 合計で52万円くらいでした
⑤奨学金(受給していた場合は、支給機関・支給額・見つけた方法など)
受給しませんでした
⑥学習・研究以外の活動(スポーツ・文化活動、ボランティア・インターン、週末や長期休暇の過ごし方など)
土日のチェスター旅行(バスでチェスターまで連れて行ってくれるだけ)にオンラインストアから申し込み、シェフィールド大学のメールアドレスに届いたメール(プログラムが始まって3日目あたりに使えるようになります)からバドミントンのアクティビティーにsign upしました。
派遣先大学の環境について
①参加学生へのサポート体制(語学面・学習面・生活面・精神面でのサポート等)
各授業で教えてくださった先生方、それにアシスタントの方は僕らにとっても親切な対応をしてくださりました。メールアドレスの作り方、英語の試験の受け方などもすごくわかりやすく、そりゃあシェフィールド大学に多くの海外の学生が留学するわけだ、と思いました。本当にサポートには恵まれていたと思います。一つうまくいってなかった点を挙げるとすれば、日曜日のチェスター旅行に予約したら「土曜日のチェスター旅行に予約しました」というメールが返ってきたことくらいかな...
②大学の設備(図書館・スポーツ施設・食堂・PC環境等)
いっぱいお金をかけているんだろうな～っていう感じですがすごく充実していました。ETLCのカフェはいまいちでしたが、笑
プログラムを振り返って
①プログラムの意義、参加を通じて成長したこと、その他留学を通じての所感
シェフィールドに留学したことで海外での学生生活を体験して、海外に行ってみたいなという気持ちがますます強まりました。また日本語が通じない状況でも何とかできるという自信ができました。

②参加後の予定
学部在学中に海外に行く予定は今のところないですが、海外でも働ける資格をゲットして、将来的には海外でも稼げる医者になりたいと思っています。
③今後参加を考えている学生へのメッセージ・アドバイス
ここに書ききれないくらいほど楽しいことばかりだったので、とりあえず参加してみましょう!
その他
①準備段階や留学中に役に立ったウェブサイト・出版物
②その他東京大学のホームページ・出版物等に掲載してよい留学中の写真があれば添付してください。

東京大学 海外留学・国際交流プログラム報告書(超短期プログラム用)

2016 年 8 月 23 日

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
参加プログラム:	シェフィールド大学サマースクール	派遣先大学:	シェフィールド大学
卒業・修了後の就職(希望)先:			
☒	1. 研究職	☐	2. 専門職(医師・法曹・会計士等)
☐	3. 公務員	☐	4. 非営利団体
☐	5. 民間企業(業界:)	☐	6. 起業
☐	7. その他()		

派遣先大学の概要

シェフィールド大学は、シェフィールドの街の中心部から1kmあまり離れた場所にキャンパスを持っています。世紀に及ぶ拡張、改革、国際化を経て、英国国内でも屈指の大学に成長しました。これまで、大学関係者から4人のノーベル賞受賞者を始め、国際社会をリードする優れた人材を輩出しています。

参加した動機

イギリスの大学院に進学したいと考えているので、今回のプログラムで英語力を磨きたいと思いました。

参加の準備

①プログラムの参加手続き(手続きにあたってのアドバイスなど)

ちゃんと締め切りを確認した上で提出資料を準備すること

②ビザの手続き(ビザの種類、申請先、手続きに要した時間、ビザ申請にあたってのアドバイスなど)

外国人なので、事前に英国のビザセンターにVISA申請しました

③医療関係の準備(出発前の健康診断、常備薬、予防接種等)

風薬などの常備薬くらい用意しました

④保険関係の準備(加入した海外旅行傷害保険・留学保険等)

東京大学のOSSMAと推奨した旅行保険に加入しました

⑤留学にあたって東京大学の所属学部・研究科で行った手続きなど(履修・単位・試験・論文提出等に関して)

事前の資料と学部・学科の承認サイン

⑥語学関係の準備(出発前の語学レベル・語学学習等)

オンライン英会話を一か月くらいで利用しました。

⑦日本から持参した方がよいもの、その他出発前にやっておくべきこと・アドバイスなど
イギリスの交通状況と鉄道システムを調べたほうがいいです
学習・研究について
①プログラムの概要(授業・予習・復習のスタイル、印象に残っている内容等)
午前はELTCという英語学習センターで語学の講義を受けました。レベル的にはあまり高くなかったけど、積極的に英語を使ってコミュニケーションを取ることが大切だと思います。私のクラスは日本人以外にドイツ人、コロンビア人、韓国人、シリア人、中国人も居て、グローバルなクラスでした。日本人のみのクラスもありました。午後の講義はアカデミックな講義でした。予習ゼミ、講義と復習ゼミに分かれて、ディスカッションタイムが大量にありました。
②学習・研究面でのアドバイス
事前に講義のテーマに関連する単語や知識を勉強しといたほうが良いと思います。
③語学面での苦労・アドバイス等
扱ってるテーマが哲学とかわかりにくい講義もあったので、最初から最後まで集中力を保つことが大事です
生活について
①宿泊先(種類(寮・ホームステイ・ルームシェア等)、家賃、宿舎の様子、見つけた方法など)
4-5人程度で一つのフラットをシェアすることになっていて、キッチンがかなり整備されているので、料理がとめて楽しかったです。
②生活環境(気候、大学周辺の様子、交通機関、食事、お金の管理方法(海外送金・クレジットカード)など)
平均気温が16度くらいで、ATMからいつでも手数料なしでキャッシュを引き出せます(なので、少額のポンド以外、日本で両替する必要ないと思います)。クレカや現金をまとめて財布に入れないほうがいい(ヨークに行ったときに、友人の財布がすられて、かなり大変だった)。学生証見せたら、バスは1ポンドで乗れます。
③危機管理関係(留学先の治安、医療機関の事情、心身の健康管理で気をつけた点など)
特になかった
④要した費用について(航空賃、授業料、教科書代、家賃、食費、交通費、娯楽費などの概算)
航空券16万円、授業料11万円、食事費1.7万円、交通費1.1万円、お土産代4000円、チケット6000円
⑤奨学金(受給していた場合は、支給機関・支給額・見つけた方法など)
東京大学から8万円の奨学金をいただきました
⑥学習・研究以外の活動(スポーツ・文化活動、ボランティア・インターン、週末や長期休暇の過ごし方など)
週末はチェスター旅行がありましたが、予約取れず、フラットメイトといっしょにヨークに行きました

派遣先大学の環境について
①参加学生へのサポート体制(語学面・学習面・生活面・精神面でのサポート等)
サポートはとても充実しています
②大学の設備(図書館・スポーツ施設・食堂・PC環境等)
図書館はすごく綺麗です
プログラムを振り返って
①プログラムの意義、参加を通じて成長したこと、その他留学を通じての所感
将来はイギリスの大学院に進学したいと考えているので、今回はある程度イギリスの大学の現状について知ることができました。また短期間のプログラムですが、午後の講義で大量なディスカッションタイムがあったので、よい経験になりました。
②参加後の予定
IELTSを受験する予定です
③今後参加を考えている学生へのメッセージ・アドバイス
午後講義の課題と復習をちゃんとする
その他
①準備段階や留学中に役に立ったウェブサイト・出版物
シェフィールド大学のホームページ
②その他東京大学のホームページ・出版物等に掲載してよい留学中の写真があれば添付してください。

東京大学 海外留学・国際交流プログラム報告書(超短期プログラム用)

2016 年 8 月 26 日

東京大学での所属学部・研究科等:	教養学部	学年(プログラム開始時):	学部2
参加プログラム:	国際本部奨学金付き夏季短期サマープログラムシェフィールド大学	派遣先大学:	シェフィールド大学
卒業・修了後の就職(希望)先:			
☐	1. 研究職	☐	2. 専門職(医師・法曹・会計士等)
☒	3. 公務員	☐	4. 非営利団体
☒	5. 民間企業(業界: 出版、芸能、演劇)	☐	6. 起業
☐	7. その他()		

派遣先大学の概要

イギリスのシェフィールド大学。ロンドンから二時間、マンチェスターから一時間ほど。

参加した動機

全学交換留学を考えていましたが、英語力には自信がなく、他の東大のプログラムは高い英語力を求められそうな場合が多くてしりごみしていたところ、このプログラムの趣旨がぴったりだと感じたため。また、他のサマープログラムに比して期間が短く、費用もかなり抑えられ、参加しやすかったため。

参加の準備

①プログラムの参加手続き(手続きにあたってのアドバイスなど)

他の参加者のメールに連絡をとって、準備段階で情報交換をしたのが私としては安心できました。一般的には、まめにメールや書類などをまめに読むこと。東大の(シェフィールド大学も)担当の方はとても親切なのでわからないことはぜひ質問しましょう。書類は印刷して確認すること。excelファイルはドライブやNumbersを通すと崩れたりするみたいなので注意。

②ビザの手続き(ビザの種類、申請先、手続きに要した時間、ビザ申請にあたってのアドバイスなど)

ビザもらえませんでした(!)。参加者二人で入国し、二人とも。入管にレターとパスポートを出して、英語のプログラムだよね?ときかれたのではいいと言ったのですが、はっきりとShort term student visaだよと言わなかったのがいけなかったのか、なにか妙なタイムラグのあとパスポート返されました。その場で確認しなかったのだから気づきました。大学の方のおかげでなにもすることなく問題なく過ごせてよかったです...

③医療関係の準備(出発前の健康診断、常備薬、予防接種等)

ネットで調べて予防接種がいらないようだったので何もしませんでした。本当は保健センターに行くべきです。テスト期間で忙しいので計画的に! 風邪薬など日本の薬を少し持っておくと安心です。目薬必須。

④保険関係の準備(加入した海外旅行傷害保険・留学保険等)

プログラムで加入必須だった付帯海外のみ。

⑤プログラム参加にあたって東京大学の所属学部・研究科(教育部)で行った手続きなど(履修・単位・試験・論文提出等に関して)
私はもう夏休みだったので特別なことは必要ありませんでした。私は教養学部二年でしたので海外渡航届というのをアドミニに出す必要があるようです。確認してください。
⑥語学関係の準備(出発前の語学レベル・語学学習等)
とくになし。(IELTSオーバーオール7.0でしたがスピーキング、ライティングが5.5)
⑦日本から持参した方がよいもの、その他出発前にやっておくべきこと・アドバイスなど
出発前の準備とテスト・レポート期間が重なります。早め早めに準備を計画した方がいいです。持ち物に関しては、トイレットペーパー(寮に消耗品が何もない)、洗濯用洗剤、洗濯ネット(出し入れが楽だし中も見えない)、雨具、サンダル・スリッパ(シャワー&トイレの部屋用と、部屋で靴を脱ぐために)、ウェットティッシュ、石けん、ビニール袋、チャック袋 調べれば出てきますが機内などで着圧ソックス、化粧水、目薬、ストールがほぼ必須です。寒い(秋口くらい)ので、薄手の長袖と上着がいいと思います。パソコンはなくても問題なかったです。現地ではなんでもスーパーなどで買えますが量が多かったり見つからないこともあるので。
学習・研究について
①プログラムの概要(授業・予習・復習のスタイル、印象に残っている内容等)
午前は、大学にある語学学校の授業です。レベル別の少人数で他の国の人や日本の他大の人と一緒に英語の授業を受けます。日本、韓国、中国の学生が多いですが私のクラスにはフランス人のおばさまがいたり中東の方がいるクラスも。東大のFLOWみたいな感じで、身近なトピックについてペアやグループで話したり、先生に当てられて何か言ったり、関連の表現を習ったりします(例えば丁寧に頼み事をする方法とか、感動的なことを描写する形容詞とか)。文法などは難しくはないけれどとにかくたくさん話す機会があるのでよいです。 午後は、東大生向けのレクチャー。45分(休憩15分)×3の真ん中がシェフィールド大教授のミニレクチャー。前後が英語教師の教授とスタッフさんたちによる予習復習セミナーで、文系は10人ちょっとなので3、4人に一人ついてくれることになるので手厚いです。レクチャーに関する語彙などの予備知識をつけるだけでなく、ここでも関連する質問について話し合ったりします。このセミナーの手厚さが素晴らしくて感動しました。レクチャーは話すのが速い教授もいて難しいですが、語学学校と比べてみて現地の授業に必要な英語レベルの見当がつくのでとてもいい機会です。とにかく学校のサポートが素晴らしいです。課題は最初少し出ただけでしたが、きっちりやろうとすると帰ってからも勉強ということになります。
②学習・研究面でのアドバイス
教授のレクチャーが難しい意外は全体的にはハードではないです。しかし、資料を読んでおいたり、課題をきちんとしたりノートをまとめたりした方が絶対に効果が出ます。自炊や旅行など色々あると思いますがよく考えて時間配分してください。
③語学面での苦労・アドバイス等
町の人やスタッフの人みなさん話を聞いてくれるので臆せず話せば大丈夫だと思います。一緒にいた先輩が積極的にスタッフさんを誘ってくれたことで、一緒にパブに連れて行って頂いたりできたので、チャンスを自分で広げてください！授業も積極的に発言・わからないことは馬鹿らしくても聞いた方が絶対にいいです。私はしなかったのですが、東大生同士でも英語の方がいいと思います。

生活について

①宿泊先(寮・ホームステイ・ルームシェア等)、家賃、宿舎の様子、見つけた方法など)

大学の寮です。個室が六個で一つのフラットになっていて、共用のキッチンとリビングがあります。最初からプログラムで決まっています。今回はすべて東大生で固められました。バスタブはないです。大体綺麗です。あらゆるキッチン用品が一人一人に支給されるので自炊も簡単です。音がよく聞こえるので夜に大騒ぎするのはやめましょう…。

②生活環境(気候、大学周辺の様子、交通機関、食事、お金の管理方法(海外送金・クレジットカード)など)

天気は変わりやすく、必ず雨が降ります(傘はあまり必要ないと思います)。秋口くらいの寒さです。手頃な大きさの街でスーパーにも街の中心にも歩いていけます。かなり安全ですが、場所によっては昼でも一人で歩くのはおすすめしません。日暮れが10時頃なので体力の使い過ぎに注意です。食事は量が多いですがなんでもあるのであまり心配いらないです。安心なのはキャッシュパスポートかと思いますが、たまにうまく使えません。クレジットカードは必須です。ほぼどこでも使えます。現金はバスやトラム、割り勘などで必ず必要です。(スーパーの野菜なども量が多いため割り勘が必要。)私はキャッシュパスポートに五万円(レートがいい中、チャージした日は少し悪かったので少し入れすぎたなと思いました。)、現金五千円分のポンド、クレジットカードと日本円(現地では両替しませんでした)を持っていきました。人の立て替えをして現金でもらっていたので現金は20ポンドATMで引き出したのみでした。私はかなり小旅行をして、現地で使った額は10万円いかない位だと思います。

③危機管理関係(留学先の治安、医療機関の事情、心身の健康管理で気をつけた点など)

共同生活なので何かとストレスは溜まるし相談相手の確保が難しいです。時差はありますが日本に気軽に連絡できる人がいると良いです。

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

エミレーツ航空18万円弱(快適)、プログラム参加費約11万円(教科書代家賃など込み)、上に書いた通りその他10万円程度

⑤奨学金(受給していた場合は、支給機関・支給額・見つけた方法など)

プログラムに付属する奨学金8万円

⑥学習・研究以外の活動(スポーツ・文化活動、ボランティア・インターン、週末や長期休暇の過ごし方など)

プログラム中の週末や午後を利用して、フラットの行きたい人などとかかなり小旅行をしました。シェフィールド大の企画で安く一日バス旅行に行けますが、他の留学生に日本人が多そうなら、満身に旅行することを優先したら勝手に行く方が良いかもしれません。私は金午後～日曜でリヴァプール・マンチェスター、午後にピークディストリクトのキャッスルトン、ヨークと帰りにロンドンに一泊して少しだけ観光しました。またプログラム前後に旅行をくっつけても問題ないようです。

派遣先大学の環境について

①参加学生へのサポート体制(語学面・学習面・生活面・精神面でのサポート等)

ものすごく手厚いです。

②大学の設備(図書館・スポーツ施設・食堂・PC環境等)

なんでもあります。イギリス1の生協だそうです。食堂というよりは売店が多いかと思います。図書館・PC使わなかったのですが学生証があるので使えると思います。

プログラムを振り返って

①プログラムの意義、参加を通じて成長したこと、その他留学を通じての所感

英語で話すことへの不安が解消され、今後留学などを目指す自信ができました。授業中話す機会が多かったため、英語で話す際に違和感を感じたり、身構えることがあまりなくなりました。伝えようと努力すれば話を聞いてもらえるという安心感を得られたし、リスニング力も向上しました。また、異なる出身地や出身国の人の英語を聞いて違いを肌で感じられました。語学学校や日常生活に必要なレベルの英語と大学の講義を理解するための英語レベルの差を体感することもできました。自分の英語力が前者をおおむね満たしていると感じたことは自信になりました。が、後者には達していないとはっきりわかったことが、今後の英語学習のモチベーションになりました。自分の興味のある学問分野から語彙を充実させることや、単語だけでなく熟語、日常表現を学ぶことなど、すぐに取りかかる目標もはっきりしました。

②参加後の予定

全学交換留学を考えています。イギリスを第一候補にしようと考えています。

③今後参加を考えている学生へのメッセージ・アドバイス

英語や留学に対して自信をつけるという趣旨に見合った素晴らしいプログラムだと思います。あまりハードではないですが、授業中話す機会も多く、語学学校と普通の授業がどちらも体験できることや、実際の寮の生活も具体的にイメージが掴めました。留学を考えている(特にイギリス)けれどもかなり一年は不安だという人やスコアに関わらず英語にどうも自信が持てない人におすすめです。

その他

①準備段階や留学中に役に立ったウェブサイト・出版物

地球の歩き方イギリス(ロンドンよりこちらがいいと思います)

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

東京大学 海外留学・国際交流プログラム報告書(超短期プログラム用)

2016 年 8 月 25 日

東京大学での所属学部・研究科等:	教養学部	学年(プログラム開始時):	学部2
参加プログラム:	2016年第2回奨学金付き夏季短期留学プログラム	派遣先大学:	シェフィールド大学
卒業・修了後の就職(希望)先:			
	1. 研究職		2. 専門職(医師・法曹・会計士等)
	3. 公務員		4. 非営利団体
	✓ 5. 民間企業(業界:)		6. 起業
	7. その他()		

派遣先大学の概要

イギリス中部の都市シェフィールドに位置する大学。世界大学ランクは80位(QS World University Rankings)。東大の全学交換留学の提携校で、東アジア研究が進んでいる。ノーベル賞学者も輩出している。

参加した動機

学部3年あるいは4年次での全学交換留学を検討しているため、その足がかりとなれればと思い応募した。自らの英語力では他のサマープログラムには参加が難しいが、「海外留学に興味があるものの英語力に不安のある学生をターゲット」(本プログラム募集要項より)とする本プログラムなら今の自分に適していると考えた。また自分同様に留学を志す東大生との出会い、今後情報交換等ができればという期待もあった。加えて昨年春にイギリスへ一人旅をして、イギリスという国への興味を抱くようになり、もう一度行きたいと考えたためでもある。

参加の準備

①プログラムの参加手続き(手続きにあたってのアドバイスなど)

募集要項は隅から隅まで読みましょう。提出方法が複雑なので締め切りの1日前には応募書類をすべて揃えているのが望ましいです。

②ビザの手続き(ビザの種類、申請先、手続きに要した時間、ビザ申請にあたってのアドバイスなど)

空港で入国審査時に審査官に大学の受け入れ許可書を見せてShort-term student visaで入国したい旨を伝えるだけで良いはずだったが、手違いで観光ビザでの入国となっていたため、派遣先の大学の事務所で対応してもらいました。

③医療関係の準備(出発前の健康診断、常備薬、予防接種等)

出発前の健康診断は受けていません。海外の薬は体の小さい日本人にとっては効果が強すぎて、副作用も伴うという話を聞いたので風邪薬と胃腸薬は日本で買って持って行きました。

④保険関係の準備(加入した海外旅行傷害保険・留学保険等)

大学側から指定された付帯海学とOSSMAに加入しました。

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

夏休みの2週間という超短期プログラムであったため特別な手続きはとっていません。

⑥語学関係の準備(出発前の語学レベル・語学学習等)

ネイティブスピーカーの話す速度に慣れるよう洋楽や海外ドラマ等を視聴する程度しかしていません。

⑦日本から持参した方がよいもの、その他出発前にやっておくべきこと・アドバイスなど

基本的な持ち物はネットやガイドブックを参考にしてください。以下特筆したいものだけ挙げます。

- ・トイレトペーパー: 寮のトイレにトイレトペーパーがなくて驚きました。
- ・クロックス(サンダル): 靴文化の欧米で、入浴後にもう一度靴を履くのは日本人にとっては抵抗があると思うのでオススメです。また浴室が綺麗とは限らないのでそういったときにも使えると思います。
- ・ハンガー、洗濯紐: ホテルと違い大学寮の場合ハンガーがあるとは限らないので持って行くのが無難です。
- ・日本関連のもの: 扇子、着物、日本の食べ物などを持っていくと現地の方と交流がしやすいと思います。

学習・研究について

①プログラムの概要(授業・予習・復習のスタイル、印象に残っている内容等)

授業形式は午前は英語のレッスン、午後は教授によるレクチャーという形式でした。

午前の英語のレッスンは東大のFLOWの授業のような形態で、Oxfordの英語教材を使い、ディスカッション・リスニング・文法など幅広く学習しました。文法は大学受験基礎レベルで多くの東大生にとっては退屈だったと思います。クラスはプログラム初日に受けた英語のテストの結果によって12,3人のクラスに振り分けられました。クラスの内訳は東大生が7,8人、東大生以外の日本人が1~2人、その他留学生(全員アジア人、韓国人が多かった)が3,4人といった内訳でした。

午後の授業は45分×3回の3部構成で、初めの45分間でレクチャーに出てくる専門単語の確認や予備知識の導入、レクチャーに関連するトピックでのディスカッションを行いました。その後45分のレクチャーを受けたあと、最後の45分間でレクチャーの内容を振り返り、グループワーク(レクチャーの要約を作る等)を行いました。

②学習・研究面でのアドバイス

レクチャーの内容は日本語でも難しい内容で、教授によってはかなり早口の英語を話す方もいたので、クラス全体で授業の理解度が平均10%ということも多々ありました。その意味で初めの45分間のレクチャーへの準備をするセッションはレクチャーを理解するのにとても役立ちました。出国前に各レクチャーの概要が載っている紙が配られるので、それに目を通して、レクチャーに関わるトピックにあらかじめ触れておくといいと思います。

③語学面での苦労・アドバイス等

シェフィールドの現地住民の英語は訛りがひどく、大学の先生ですら彼らの英語を聞くのは難しいと言っていたので、聞き取れなくても落ち込まないようにしましょう。

本プログラムでは基本的に1日中東大生の参加者と行動を共にすることになるので、授業以外は英語を話さなくても乗り切れてしまいます。午前の英語の授業で知り合った留学生と交流するなど、意識して英語を話そうとしなければ英語力を強化するのは難しいと思います。

生活について

①宿泊先(種類(寮・ホームステイ・ルームシェア等)、家賃、宿舎の様子、見つけた方法など)

大学側に手配してもらい、本プログラム参加者は全員シェフィールド大学の学生寮(Allen Court)に宿泊しました。大学寮にしてはとても綺麗で、部屋はフラットという単位で区切られていて、フラット内にはベッド・シャワー・トイレがある個室(鍵付き)が5,6部屋と共用のキッチン・リビング(テレビ)がありました。料理用具が異常に充実していて、フライパン・皿・包丁からワインオープナー、ピーラーなどが一人一式与えられました。

②生活環境(気候、大学周辺の様子、交通機関、食事、お金の管理方法(海外送金・クレジットカード)など)
気候: 夏の2週間(8月上旬)の滞在でしたが、気温は体感では日本の11,12月といった感じでした。 物価: ロンドンに比べるとかなり安く、食費は自炊をすれば1日5ポンド以内に抑えられると思います 交通機関: 市内にはトラムと呼ばれる路面電車が走っていて、寮・大学から中心駅まではトラムを使えば10分程度でした。 食事: 基本的にフラットのみんなで料理をして食べました。近くにTESCOというスーパーがあったのでそこで材料を調達しました。向こうの食材はどれも量が多く2週間では使い切れないので、フラットのみんなで食材・調味料をシェアするのが無難だと思います。外食をしなければ食費は1日5ポンド以下に抑えられます。
③危機管理関係(留学先の治安、医療機関の事情、心身の健康管理で気をつけた点など)
大学のあるシェフィールドは地方部であるということもあり、かなり治安がよい地域でした。ただ留学期間中ロンドンや他のヨーロッパ諸国に行く際はスリやテロに気をつけましょう。医療施設は利用していません。
④要した費用について(航空賃、授業料、教科書代、家賃、食費、交通費、娯楽費などの概算)
授業料(家賃、教材費含む): 11万(8万の奨学金が大学から支給されたので実質負担は3万) 航空賃: 往復16万(エミレーツ航空、出発の3週間前に手配、乗り継ぎ1回)
⑤奨学金(受給していた場合は、支給機関・支給額・見つけた方法など)
東京大学海外派遣奨学事業 2016 年度 短期・超短期海外留学等奨学金: 月額8万円
⑥学習・研究以外の活動(スポーツ・文化活動、ボランティア・インターン、週末や長期休暇の過ごし方など)
2週間という短い滞在でしたが、滞在中にマンチェスター、リヴァプール、エディンバラ、ケンブリッジ、ロンドン、ヨークを訪れました。シェフィールド→マンチェスターは電車でおよそ90分です。イギリスの特急はチケット手配が早いほど安くなるので注意しましょう。(当日に購入すると前もって手配した場合の2~5倍の価格になります。)またRail Passを30ポンドで購入すれば1年間鉄道チケットを70%オフの価格で購入できるので経済的です。
派遣先大学の環境について
①参加学生へのサポート体制(語学面・学習面・生活面・精神面でのサポート等)
留学生へのサポートはかなり充実していると感じました。
②大学の設備(図書館・スポーツ施設・食堂・PC環境等)
図書館、大学生協の建物は新しく綺麗でした。寮を含む全ての大学施設内でWiFiが利用可能でした。(Utroamよりも速度も早くとても便利でした。)
プログラムを振り返って
①プログラムの意義、参加を通じて成長したこと、その他留学を通じての所感
このプログラムは期間が2週間ととても短い割に自由時間が多く、実質授業を受けることのできる時間がとても短く、また1日のほとんどを日本人と生活するため、英語力の極端な向上や十分な学問的な学びはあまり期待できないプログラムであると感じた。一方そういったある意味レベルの低いプログラムの中でも、英語力の低さ故に困難を伴うことが多々あり、改めて自分の英語力向上の必要性を強く感じさせられた。特にアカデミックな講義を受けたり、ディスカッションをするためには日常会話のレベルよりももう1段階上の英語力が求められていることを知れたことはとても良かった。また応募時から期待していたように、自分同様に在学中の留学を考える東大生と知り合うことができたのは非常に意義のあったことだと思う。

②参加後の予定

大学3年秋より1年間の全学交換留学を考えているが、就職活動や留学費用、帰国後の留年など考慮すべき点が多いため両親と交渉中。

③今後参加を考えている学生へのメッセージ・アドバイス

「英語に自信がないけど、海外留学を将来的に考えている・海外留学を経験してみたい」という人には最適なプログラムだと思います。他のプログラムと違い、英語がほとんど話せなくても参加することができるので興味があれば迷わずトライしたほうがいいと思います。

その他

①準備段階や留学中に役に立ったウェブサイト・出版物

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

東京大学 海外留学・国際交流プログラム報告書(超短期プログラム用)

2016 年 8 月 15 日

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
参加プログラム:	シェフィールド大学サマープログラム	派遣先大学:	University of Sheffield
卒業・修了後の就職(希望)先:			
☒	1. 研究職	☐	2. 専門職(医師・法曹・会計士等)
☐	3. 公務員	☐	4. 非営利団体
☐	5. 民間企業(業界:)	☐	6. 起業
☐	7. その他()		

派遣先大学の概要

シェフィールド大学はイギリス・イングランドの中部地方に位置するシェフィールド市を拠点とする国立大学であり、イギリスの大規模研究型大学24校で構成されるラッセル・グループのひとつ。ノーベル賞受賞者も輩出。

参加した動機

いままでに数週間以上日本の外で生活したこともないので、長期の海外留学に必要となることを英語面に限らず、生活面、学習面も含めて学ぶため。

参加の準備

①プログラムの参加手続き(手続きにあたってのアドバイスなど)

プログラムの存在を知ったのは5月ごろ。申し込むに当たってTOEIC, TOEFL等の点数が必要だったが、手元にあったスコアシートは2年前の春(およそ2年2ヶ月前)に団体受験で受けたものだった。正式なスコアではないかつ古いものなので受理されるか心配であったが、選考を通過することができた。

②ビザの手続き(ビザの種類、申請先、手続きに要した時間、ビザ申請にあたってのアドバイスなど)

ビザはイギリスのShort-term Student Visaなるものを入国審査において押してもらうだけ。Sheffield大学からの受け入れレターを持っていけば、簡単に受理される。日本のパスポートは強力だし、Sheffield大学はイギリス内でも有力大学なので、この辺りの信用というのは高いのだろう。プログラム開始前に個人旅行をしたため、Glasgow空港での入国となったが、こうした小さな空港でもしっかりハンコは用意されている。イギリスの留学先としての人気の高さが現れている。

③医療関係の準備(出発前の健康診断、常備薬、予防接種等)

とくになし

④保険関係の準備(加入した海外旅行傷害保険・留学保険等)

全員共通の付帯海学という東京海上の保険と留学サポートサービスであるOSSMAに加入。前後の個人旅行の期間についても一括で登録できた。

⑤プログラム参加にあたって東京大学の所属学部・研究科(教育部)で行った手続きなど(履修・単位・試験・論文提出等に関して)
指導教官がいなかったなので、学科長のサインをもらった。それ以外はとくになし。
⑥語学関係の準備(出発前の語学レベル・語学学習等)
BBCのポッドキャストを少し聞いたりしたが、直前まで期末試験だったのであまり十分な英語学習の時間は取れなかった。
⑦日本から持参した方がよいもの、その他出発前にやっておくべきこと・アドバイスなど
このプログラムはあくまで留学への入門という形なので、そこまでの準備は必要ない。生活必需品で足りないものはこちらで買えばいいので、そこまでの準備は必要ない。気候の面では20度前後と涼しめなので長袖があるほうがいい。
学習・研究について
①プログラムの概要(授業・予習・復習のスタイル、印象に残っている内容等)
午前はELTCでの語学学習のクラス。内容のレベルはあまり高くなく、また、ネイティブの先生と非ネイティブ学生12~16人のクラスなので、間違ってもいいからとりあえず英語を組み立てて話すことが大事。話さないでいれば話さないままで時間が過ぎてしまうので、注意した。午後のクラスは1時間弱のコマが3つあり、最初と最後はネイティブの先生、チューターの学生3人での授業。2つめの授業は実際に教授陣が講義をしてくれる。講義は内容にうといとほとんど聞き取れなく辛かった。講義の間はメモを取るという指示が出るが、ひたすらスライドを写すならいざ知らず、話を聞きながらメモも取るとなるとなかなか難しい。英語を聞き続けることは難しいと実感した。個人的に楽しかったのは前後の授業。欧米の授業スタイルなのかディスカッションがメイン。難しいことを言うよりも、ほとんど自明なことでも英語にして発言するスタイルでとりあえずやっていった。それでも、自分の英語はしどろもどろで、自分の語彙のなさを痛感した。
②学習・研究面でのアドバイス
このプログラムは語学研修としての面が強かったので、以下の語学面でのアドバイスにまとめます。
③語学面での苦労・アドバイス等
日本語だったらほとんど取るに足らないことでも、英語にする練習の場だと思うこと。授業での先生の話に限らず、街中の会話を聞いてると、イギリス人は擬音語、擬態語、ジェスチャーや'for example'を多用して、立て板に水を流すが如くペラペラと話している印象を受けた。コミュニケーション文化の違いなのかもしれないが、日本人がどちらかというと短い言葉で察しあうのを基調とする(と個人的に感じる)のに対し、イギリス人は細かく丁寧に説明する人が多いと感じた。話者の間の、言葉のバックグラウンドの共通性が自明でないグローバルな社会に参加していくには、後者のようなコミュニケーションスタイルをもたねばと感じた。
生活について
①宿泊先(種類(寮・ホームステイ・ルームシェア等)、家賃、宿舎の様子、見つけた方法など)
東大の手配する学生寮。Allen Court。家賃はプログラム参加費用に含まれる。
②生活環境(気候、大学周辺の様子、交通機関、食事、お金の管理方法(海外送金・クレジットカード)など)
涼しい。シェフィールドにたどり着いてしまえばあとは基本的に徒歩で済む。食事は自炊が多かった。

③危機管理関係(留学先の治安、医療機関の事情、心身の健康管理で気をつけた点など)
週末にYorkに出かけた際に、財布を紛失してしまった。おそらくすりだと思ふ。最後に開いてから10分ほどの間の出来事だった。幸い宿舎に予備のデビットカードや現金を置いてあり、パスポートも無事で、不正使用される前にカード類も停止できた。シェフィールドの警察に届け出ようとしたが、管轄外とのことで(YorkはNorth Yorkshire警察、SheffieldはSouth Yorkshire警察)メールにて警察に連絡した。ちなみにYorkからの帰路は同行していた友達からお金を借りなんとかしたので今回は大事に至らなかったが、単独行動するときは特に注意したほうがいいと思う。
④要した費用について(航空賃、授業料、教科書代、家賃、食費、交通費、娯楽費などの概算)
航空費:10万ほど、授業料+家賃:11万ほど(784ポンド)、食費:3万ほど、交通費:出かける回数によるが3万前後
⑤奨学金(受給していた場合は、支給機関・支給額・見つけた方法など)
大学の手配するJASSOの奨学金。一律8万
⑥学習・研究以外の活動(スポーツ・文化活動、ボランティア・インターン、週末や長期休暇の過ごし方など)
ELTCが用意するスポーツアクティビティ、ショートトリップなど。
派遣先大学の環境について
①参加学生へのサポート体制(語学面・学習面・生活面・精神面でのサポート等)
とくにサポートを利用することはなかった。
②大学の設備(図書館・スポーツ施設・食堂・PC環境等)
図書館は充実していた。食事はELTCのカフェはあまり使わなかった。Union内のGrill&Goというトルテヤが食べられるファストフードショップを多用した。
プログラムを振り返って
①プログラムの意義、参加を通じて成長したこと、その他留学を通じての所感
自分の英語力を相対化して何が足りないのかを理解することができた。財布をなくしてもなんとかなるという自信も得ることができ、海外で暮らすということの感覚がつかめた気がする。
②参加後の予定
まだ検討中であるが、全学交換留学への応募を考えようと思う。
③今後参加を考えている学生へのメッセージ・アドバイス
海外に興味がありかつ海外での生活や英語話者とのコミュニケーションに具体的なイメージがわからない人にはおすすめのプログラムです。

その他
①準備段階や留学中に役に立ったウェブサイト・出版物
東京大学 海外留学・国際交流のサイトGo Globalを頻繁にチェックした。
②その他東京大学のホームページ・出版物等に掲載してよい留学中の写真があれば添付してください。

東京大学 海外留学・国際交流プログラム報告書(超短期プログラム用)

2016年 9月 1日

東京大学での所属学部・研究科等:	農学部	学年(プログラム開始時):	学部2
参加プログラム:	第2回奨学金付サマープログラム	派遣先大学:	シェフィールド大学
卒業・修了後の就職(希望)先:			
☒	1. 研究職	☒	2. 専門職(医師・法曹・会計士等)
☒	3. 公務員		4. 非営利団体
☒	5. 民間企業(業界:)		6. 起業
	7. その他()		

派遣先大学の概要

参加した動機

英語力または英語勉強のモチベーションの向上のため

参加の準備

①プログラムの参加手続き(手続きにあたってのアドバイスなど)

プログラム開始直前に手続きをするので、予定をあけておいたほうがいいです。

②ビザの手続き(ビザの種類、申請先、手続きに要した時間、ビザ申請にあたってのアドバイスなど)

私はシェフィールド大学からの受け入れレターを家に忘れて来てしまったのですが、メールに添付してあったデータを見せたらステューデントビザをもらえました。かなり細かいところまで見ていたのでできとうではないと思いますが、紙でなくても大丈夫みたいです。

③医療関係の準備(出発前の健康診断、常備薬、予防接種等)

④保険関係の準備(加入した海外旅行傷害保険・留学保険等)

OSSMAのIDが来るのに意外と時間がかかったので、なるべく早めに手続きをしたほうがいいと思います。

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

⑥語学関係の準備(出発前の語学レベル・語学学習等)

英語はかなり忘れていて、何も準備をしないで行きました。語学テストで他の東大生よりレベルの低いクラスに割り振られたけれど、他国の留学生と楽しく話す経験を通して自信を得られました。

⑦日本から持参した方がよいもの、その他出発前にやっておくべきこと・アドバイスなど
ノートパソコンを持っていきましたが、なくても大丈夫です。宿題などに使えますが、私は図書館を積極的に利用したので必要ありませんでした。日本食を持ってきている人がいましたが、みんなあまり日本食が恋しくなることはなく、かえって最後に消費するのが大変なので持ってこないほうがいいと思います。また、クレジットカードはほとんどの店で使えますが、上限金額に達して何もできなくなってしまった人がいたので、現金も持っていたほうがいいです。
学習・研究について
①プログラムの概要(授業・予習・復習のスタイル、印象に残っている内容等)
午前中の語学の授業は、教科書にそってグループで話したりゲームをしました。週末にオンラインまたはワークブックの宿題が出ましたが、すぐに終わります。午後の東大生だけのレクチャーは、前後のディスカッションとプレゼンで構成されており、少し専門的で難しい内容でした。時々予習・復習の宿題が出ます。
②学習・研究面でのアドバイス
ふつうにやっていたら大丈夫です。アドバイスとしては、何か思いついたらすぐにそれを言うことです。黙っていると誰かに先に言われてしまうし、発言が少ないと自分が本当にわからないところであてられてしまうかもしれません。
③語学面での苦労・アドバイス等
私自身は、聞き取るのが苦手だったのですが、他には解決しませんでした。他の日本人を見ていて思ったことは、全然しゃべらない、ということです。とにかく何でもいいから外国人としゃべってください。
生活について
①宿泊先(種類(寮・ホームステイ・ルームシェア等)、家賃、宿舎の様子、見つけた方法など)
私達が宿泊したのはアレンコートという寮で、同じ敷地にいくつも棟がありました。1フロアに4つほどのフラット(一人部屋6室ほどと共用スペース)があります。部屋にはベッド、机、引き出し、トイレ、シャワーがあり、着いた日にはキッチン器具一式が置いてありました。棟、フラット、部屋に入るときすべてにルームキーが必要です。共用スペースにはコンロ、レンジ、オーブン、トースター、ポット、シンク、冷蔵庫2つ、ダイニングテーブル、テレビ、ソファがありました。冷蔵庫は共用と個人用で分けて使い、フラットのみんなで料理を作ったりしました。
②生活環境(気候、大学周辺の様子、交通機関、食事、お金の管理方法(海外送金・クレジットカード)など)
町中に大学の建物が点在している感じで、午前と午後のレクチャー間の徒歩移動はけっこう大変でした。食事は時々レストランで外食しましたが、基本的には寮で自炊していました。食材はウェストストリートにあるテスコというスーパーが一番近くて安かったです。量が多いほど安いので、フラット内や他のフラットの友人とシェアしていました。少し遠くのショッピングセンターやスケートリンクに行くときはトラム(路面電車)を使いました。また、向こうでは歩行者信号が赤でも車が来なければ渡っていました。青信号の時間も短いので注意してください。
③危機管理関係(留学先の治安、医療機関の事情、心身の健康管理で気をつけた点など)
サマータイムで21時くらいに日が沈むのでありがたいですが、特に土曜日の夜などは、ウェストストリートのバーやトラムなどで若者が大騒ぎしていたようです。

④要した費用について(航空賃、授業料、教科書代、家賃、食費、交通費、娯楽費などの概算)
出国前に払ったプログラム費用が781.43ポンド(約10万円)、航空費約27万円、その他約6万円現地で使ったので計約43万円です。
⑤奨学金(受給していた場合は、支給機関・支給額・見つけた方法など)
⑥学習・研究以外の活動(スポーツ・文化活動、ボランティア・インターン、週末や長期休暇の過ごし方など)
ELTC主催のアクティビティにいくつか参加しました。バドミントンやアイススケート、アドベンチャータイムでピークディストリクトという観光地にバスで連れて行ってもらったり、ナイトマーケットに行ったりしました。週末は、私は電車の予約が面倒くさくてシェフィールドにいましたが、どんどん色々な街に出かけたほうが楽しいと思います。
派遣先大学の環境について
①参加学生へのサポート体制(語学面・学習面・生活面・精神面でのサポート等)
留学制度が整っており、とても親切で慣れた対応でした。
②大学の設備(図書館・スポーツ施設・食堂・PC環境等)
図書館が2つあり、24時間開いているのでとても便利でした。
プログラムを振り返って
①プログラムの意義、参加を通じて成長したこと、その他留学を通じての所感
とても楽しかったです。ちょっと失敗することはあるけれど、心配していたほどではありませんでした。「英語」と「楽しい」が結びついたのは大きな一歩だと思います。
②参加後の予定
③今後参加を考えている学生へのメッセージ・アドバイス
精一杯楽しんでください。
その他
①準備段階や留学中に役に立ったウェブサイト・出版物
②その他東京大学のホームページ・出版物等に掲載してよい留学中の写真があれば添付してください。

東京大学 海外留学・国際交流プログラム報告書(超短期プログラム用)

2016 年 9 月 23 日

東京大学での所属学部・研究科等:	薬学部	学年(プログラム開始時):	学部3
参加プログラム:	夏季短期プログラム	派遣先大学:	シェフィールド大学
卒業・修了後の就職(希望)先:			
☒	1. 研究職	☐	2. 専門職(医師・法曹・会計士等)
☐	3. 公務員	☐	4. 非営利団体
☐	5. 民間企業(業界:)	☐	6. 起業
☐	7. その他()		

派遣先大学の概要

イギリスの大学で、ラッセルグループの1つ。

参加した動機

留学というものを体験してみたかったから。

参加の準備

①プログラムの参加手続き(手続きにあたってのアドバイスなど)

大学の指示の通り。

②ビザの手続き(ビザの種類、申請先、手続きに要した時間、ビザ申請にあたってのアドバイスなど)

日本国籍ではなかったためイギリスのビザ申請センターへ申請した。3週間はかかる。

③医療関係の準備(出発前の健康診断、常備薬、予防接種等)

特になし。

④保険関係の準備(加入した海外旅行傷害保険・留学保険等)

大学の指示の通り。

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

特になし。

⑥語学関係の準備(出発前の語学レベル・語学学習等)

TOEFLを受けた。英語の勉強は特になかった。

⑦日本から持参した方がよいもの、その他出発前にやっておくべきこと・アドバイスなど
パソコン。プレゼント用の小物。
学習・研究について
①プログラムの概要(授業・予習・復習のスタイル、印象に残っている内容等)
語学センターでの英語の授業と、大学教授を招いてのアカデミックな講義。フォローが充実している。
②学習・研究面でのアドバイス
積極的に発言すること。
③語学面での苦労・アドバイス等
英語はつたなくても案外通じるものだ。
生活について
①宿泊先(種類(寮・ホームステイ・ルームシェア等)、家賃、宿舎の様子、見つけた方法など)
大学指定の寮。きれいで住み心地が良い。
②生活環境(気候、大学周辺の様子、交通機関、食事、お金の管理方法(海外送金・クレジットカード)など)
夏、涼しいので快適。 大きなスーパーがあり買い物には苦労しない。 ほとんどの場所でクレジットカードが使える。
③危機管理関係(留学先の治安、医療機関の事情、心身の健康管理で気をつけた点など)
貴重品の扱いには気を付けた。
④要した費用について(航空賃、授業料、教科書代、家賃、食費、交通費、娯楽費などの概算)
航空賃17万円、授業料12万円、その他食費。
⑤奨学金(受給していた場合は、支給機関・支給額・見つけた方法など)
JASSOで8万円。大学の案内の通り。
⑥学習・研究以外の活動(スポーツ・文化活動、ボランティア・インターン、週末や長期休暇の過ごし方など)
週末は近くの都市に出かけた。

派遣先大学の環境について
①参加学生へのサポート体制(語学面・学習面・生活面・精神面でのサポート等)
非常に手厚い。
②大学の設備(図書館・スポーツ施設・食堂・PC環境等)
新しく、きれい。自由に使える。
プログラムを振り返って
①プログラムの意義、参加を通じて成長したこと、その他留学を通じての所感
英語、外国に対する恐怖感が薄れた。 異なる文化を感じ得た。 非常に暮らしやすく、そのまま長期滞在したいくらいだった。
②参加後の予定
特になし。
③今後参加を考えている学生へのメッセージ・アドバイス
とてもお勧めする。
その他
①準備段階や留学中に役に立ったウェブサイト・出版物
②その他東京大学のホームページ・出版物等に掲載してよい留学中の写真があれば添付してください。

東京大学 海外留学・国際交流プログラム報告書(超短期プログラム用)

2016 年 8 月 26 日

東京大学での所属学部・研究科等:	教養学部	学年(プログラム開始時):	学部2
参加プログラム:	シェフィールド大学サマープログラム	派遣先大学:	シェフィールド大学
卒業・修了後の就職(希望)先:			
☐	1. 研究職	☒	2. 専門職(医師・法曹・会計士等)
☒	3. 公務員	☐	4. 非営利団体
☒	5. 民間企業(業界:)	☐	6. 起業
☐	7. その他()		

派遣先大学の概要

イギリスの大規模研究型大学24校で構成されるラッセル・グループの一員であり、赤レンガ大学群(Red brick universities)と呼ばれる事がある。2012年にQS社(Quacquarelli Symonds)が発行したQS・ワールド・ユニバーシティ・ランキング(QS World University Rankings)によるとイギリス11位、欧州20位、世界66位と評価されている。大学関係者から4人のノーベル賞受賞者を輩出している。

参加した動機

英語力の向上のため、また海外で暮らす経験を少しでもしてみたかったため。将来1年間などの長期留学を検討しているため足掛かりとしても、できるなら進学振分け前の比較的忙しくないうちに行ってしまいたいと思いました。夏季短期の4つのプログラムの中でも、このプログラムは「海外留学に興味があるものの語学力に不安がある学部学生をターゲットと」しているという点が自分の英語力の実態と自分の目的に合っていると感じ、応募することになりました。

参加の準備

①プログラムの参加手続き(手続きにあたってのアドバイスなど)

参加を思い立ったらまず「英語能力の証明」の書類を用意するためには何が必要かチェックしましょう。私はTOEFLの受験がギリギリになり、スコアが手に入ったのが締め切りの前日でした。しかもS1タームの試験にかぶってしまったので4~5月に受けておくべきだったと後悔しました。

②ビザの手続き(ビザの種類、申請先、手続きに要した時間、ビザ申請にあたってのアドバイスなど)

入国審査の際には短期学生ビザ(Short-Term Study Visa)を取るように指示されました。日本で大使館などに行く必要はなく、書類を何点か用意するだけで大丈夫です。私の場合はシェフィールド大からのビザレターを見せるだけでVisaのハンコがもらえましたが、入国審査官の個性によって見せなければいけない書類の数が違うようなので、下記のURLなどを見て持っていけるものは持っていくと安心だと思います。

③医療関係の準備(出発前の健康診断、常備薬、予防接種等)

酔い止め、ビタミン剤など常備薬を持参しました。

④保険関係の準備(加入した海外旅行傷害保険・留学保険等)

OSSMA、付帯海学に加入しました(東大からの指示により)

⑤プログラム参加にあたって東京大学の所属学部・研究科(教育部)で行った手続きなど(履修・単位・試験・論文提出等に関して)
前期教養学部属していたため、駒場のアドミニストレーション棟で教務課の方から、プログラムが試験期間と被る可能性があるかどうかなどの説明を受けました。(幸い私の場合は被らなかったのですが特に手続きはありませんでした)
⑥語学関係の準備(出発前の語学レベル・語学学習等)
6月に受けたTOEFLは83点で、リーディング・リスニングに比べスピーキング・ライティングが明らかに劣るという結果でした。【理想としては】、出発前にBBCポッドキャストを聴いてイギリス英語に慣れたり、単語帳を見て語彙を補強したりして英語に触れたかったのですが、実のところサークルで忙しく何もできませんでした。出発前日に急に不安になって旅行英会話の本を購入しましたが、結局あまり開きませんでした。
⑦日本から持参した方がよいもの、その他出発前にやっておくべきこと・アドバイスなど
・スニーカー:放課後にバドミントンなど運動する機会があり、普段履いていたパンプスのままでは不都合だったので現地で安いものを買いました。そもそも肌寒い上、週末の小旅行などで道の悪いところを歩く可能性があることも考えると、そもそも普段からスニーカーが楽かもしれません。 ・トイレトペーパー、ティッシュペーパー:寮には備え付けがないため(現地で買っていいのですが余裕があれば…)
学習・研究について
①プログラムの概要(授業・予習・復習のスタイル、印象に残っている内容等)
プログラムは大きく2種類に分けられました ①午前のELTC(英語学校) 90分×2コマ。東大生だけでなく各国から生徒が集まっていた(中・韓など、他大も含めて日本人が最大勢力だったが…)、初日に受けたプレースメントテストに基づいて15人前後のクラスに振り分けられました。扱う文法は簡単でしたが、クラスメイトとのペアワークや簡単なディスカッションによりスピーキングが鍛えられました。宿題はほぼ無く、予習もありませんでした。 ②午後の東大生向けプログラム 午後は大体45分×3コマ。文理に分かれ、シェフィールド大学からの講師の講義を受けるための予習→実際の講義→フォローアップ といった授業構成でした。予習復習のコマは講義に関連した専門用語を学んだり、関連テーマでディスカッションをしたりが主で、話す練習ができかなり有意義だったと思います。現地の院生?など学生ヘルパーもディスカッションを手助けしてくれたりしました。実際の講義ではノートをとる練習もでき、将来実際に大学留学をするときの予行演習といった感じでした。
②学習・研究面でのアドバイス
プログラムの性質上授業以外の時間は東大生と話す時間ばかりなので、午前のELTCで中国や韓国の友達と積極的に雑談したりすると学習の助けになりそうです。
③語学面での苦勞・アドバイス等
プログラムの性質上授業以外の時間は東大生と話す時間ばかりなので、午前のELTCで中国や韓国の友達と積極的に雑談したりすると学習の助けになりそうです。「文法の崩れを気にせずとにかく話そう」とはよく言われますが、私の場合気にしなすぎてあまりに文法が消失してしまったのが反省点です。
生活について
①宿泊先(種類(寮・ホームステイ・ルームシェア等)、家賃、宿舎の様子、見つけた方法など)
シェフィールド大学の管轄下にあるアレンコートという寮に滞在しました。一人一部屋で専用の風呂やトイレが使えますが、キッチンが6部屋のflatという単位で共有でした。同じflatの仲間は全員東大生で、一緒にスーパーで買った食材で自炊したりとプチ共同生活を体験しました。

②生活環境(気候、大学周辺の様子、交通機関、食事、お金の管理方法(海外送金・クレジットカード)など)
・気温は20度前後で、朝などはだいぶ冷え込み日本の晩秋といった雰囲気です。日がでているときも湿度は低いので大変過ごしやすいです。厚手のパーカーや春コートなどがあると安心かと思います。
③危機管理関係(留学先の治安、医療機関の事情、心身の健康管理で気をつけた点など)
・最もイギリスで治安の良い町と宣伝されていたこともあり、シェフィールドの大学周辺は平和な雰囲気でした。午前1時2時になるとさすがに少し危ないと現地の方がおっしゃっていましたが逆にそれまではあまり警戒しないでいい雰囲気なのかもしれません？個人的には暗くなってからは一人では出歩きませんでした。 ・健康管理について:意識して野菜を摂りました。
④要した費用について(航空賃、授業料、教科書代、家賃、食費、交通費、娯楽費などの概算)
・クレジットカードを1枚と現金を400ポンド持っていきました。しかし実際はカードがほぼどこでも使えることもあり、100～150ポンドで十分だった印象です。(現金に限定される場面はレストランでの割り勘・パブでの少額の会計ぐらいですし、街中でクレジットカードから現金をおろせます) ・諸事情で直行便一択だったので航空券約28万円でした
⑤奨学金(受給していた場合は、支給機関・支給額・見つけた方法など)
特になし
⑥学習・研究以外の活動(スポーツ・文化活動、ボランティア・インターン、週末や長期休暇の過ごし方など)
週末はELTC主催のdaytripでチェスターに、また、友人同士で日帰りでヨークに行くなど遠出を楽しめました。放課後にもELTCがsocial activityを企画していて、バドミントンやアイススケート、ナイトマーケット歩きに参加しました。
派遣先大学の環境について
①参加学生へのサポート体制(語学面・学習面・生活面・精神面でのサポート等)
初日のオリエンテーションで、シェフィールド大の福祉面でのサポーターへの連絡方法など細かく教えてくれます。普段教わる先生もとても親身でした。
②大学の設備(図書館・スポーツ施設・食堂・PC環境等)
シェフィールド大学は各学科の建物が町に散在しているのですが、どこの設備も比較的新しく、清潔で過ごしやすいです。図書館は(東大のように)学生証をかざして入場する形で24時間使えます。パソコンを持って行かなくても宿題や調べ物はここのパソコンを使ってできるようです。大学のスポーツ施設も徒歩圏内にあります。私はバドミントンで体育館に入りました。大学の施設ではないものの、トラムで15分ほど離れたところにあるスケートリンクにも一度行く機会がありました。
プログラムを振り返って
①プログラムの意義、参加を通じて成長したこと、その他留学を通じての所感
東大生と行動することが多く「英語漬け」とは行きませんでした。が、せっかく海外に行ったのだからできるだけ英語を使えるときに使う・できるだけ「恥をかく」ことを目標にしていました。達成できたかはわかりませんが、2週間大変貴重な体験になったことは確かです。ELTCで知り合った中・韓の友達と帰国後もlineで連絡を取り合ったりして少し世界が広がったと感じます。(ほぼ)初めての海外ということで、純粋に街歩きや遠出など観光のように楽しめた面もありました。何より英語で講義を受けるための足掛かりとなる勉強ができて長期留学への抵抗が減ったこと、英語をもっと使い物になるようにするために勉強しなければという危機感を実体を伴って持てたことが収穫と感じます。

②参加後の予定

英語を使えるようにするため、日ごろから読み・書き・聞くに加えて話す機会も作れたらいいと思っています。国際交流系のサークルには入っていないので今のところどう作るかは考え中なのですが、東大の中で昼休みなどに留学生と話せる場所に行って仲良くなりたいです。

③今後参加を考えている学生へのメッセージ・アドバイス

(私のように)旅行でも海外に行ったことがほぼ無い、英語力にあまり自信がないという方にとって、初めて参加する留学プログラムとして最適だと思います。ただ、普段から英語を使う機会をお持ちだったり、あえて困難な状況に身を置いて自分を試したい、という方には物足りない面もあるかもしれません。他の体験記などから自分に合うプログラムを選ぶことができればいいかと思います。

その他

①準備段階や留学中に役に立ったウェブサイト・出版物

地球の歩き方「イギリス」

<https://www.london-ryugaku.com/svv/> (short term study visaについてなど)

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

東京大学 海外留学・国際交流プログラム報告書(超短期プログラム用)

2016 年 8 月 21 日

東京大学での所属学部・研究科等:	教養学部	学年(プログラム開始時):	学部2
参加プログラム:	奨学金付き夏季短期留学プログラム	派遣先大学:	シェフィールド大学
卒業・修了後の就職(希望)先:			
	1. 研究職		2. 専門職(医師・法曹・会計士等)
	3. 公務員		4. 非営利団体
	✓ 5. 民間企業(業界: 未定)		6. 起業
	7. その他()		

派遣先大学の概要

シェフィールド大学はイングランド中部に位置し、日本に関する研究も盛んな大学である。世界大学ランキングでも69位(2014年)であり、生協は数年間生徒により一位の評価を受けている。

参加した動機

後期教養学部に進学予定であり、将来留学を検討していたがあまり海外に滞在経験がないことや海外の大学で講義を受けることに不安があったため、その体験と英語力の向上を期待して参加を決意した。

参加の準備

①プログラムの参加手続き(手続きにあたってのアドバイスなど)

7月終わりから8月にかけて非常に手続き、提出物が多くなるため、試験が多い学生はかなり忙しくなると思う。国際交流課からくるメールを頻繁にチェックし、自らリストなどを作って一つずつ正確に作業をこなさねばならないと思う。特に奨学金を希望する学生は手続きが多い。何か書類で不明点があればすぐにメールで確認すべきだと思う。メールへの対応は大変迅速だった。保険についての作業などは遅れがちなので、プログラムのメンバーが集まったガイダンスで作られたLINEグループでそれぞれ作業についての不明点を確認し合い、代表して誰かが聞くという形を取れたことで、全員が安心して作業を終えられたと思う。

②ビザの手続き(ビザの種類、申請先、手続きに要した時間、ビザ申請にあたってのアドバイスなど)

特に事前準備は必要なかった。シェフィールド大学から送られてきたビザレターを入国審査官にみせ、short term student visaをもらえばよい。だが、シェフィールド大学からの連絡が遅れたことで、29日出発だった私は東大にビザレターを受け取りにいく余裕がなく、データをコピーしたものを持参した。また、ビザレターにもらうべきビザについて書いてあったのと入国審査官がビザレターを読みこんでいたのでつきり正しいビザがもらえたと思っていたが、シェフィールドに着いてから観光ビザだったことが判明した。他にも間違えられた人が2, 3人いたが30日以内の滞在なら問題ないということだった。ビザが間違っているにもかかわらず、東大の担当者にメールしておいてシェフィールドについてから生徒としての登録の時に話せば問題ない。

③医療関係の準備(出発前の健康診断、常備薬、予防接種等)

飛行機やロンドンからの電車で備え酔い止め、また胃腸薬を持参した。おかげで特に問題なく過ごせたが、一時皮膚炎になりかけたので、軟膏の化膿止めなど持ってくればよかったかと思った。しかし、シェフィールドにも中心街にはチェーンの薬局があるので、特に心配ない。

④保険関係の準備(加入した海外旅行傷害保険・留学保険等)

プログラムで参加必須となっていたもののみ加入した。手続きに時間がかかり、連絡が遅れるため、随時確認すべきだと思う。

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

渡航情報届を提出し、窓口で説明を受けた。単位認定はなかったため、そこまで煩雑な手続きはなかった。

⑥語学関係の準備(出発前の語学レベル・語学学習等)

授業を全くしていなかったため、英語を思い出すためにも本郷のSEL(スペシャルイングリッシュレッスン)のアゴスジャパンの週2回のTOEFL対策コースに通っていた。BBCなどを聞いてイギリス英語に慣れる時間がもっとあればよかったと思うが、試験がなくても8月後半は手続きと渡航準備で忙しかったので準備をするなら早めにした方がよい。しかし、文法などの授業ではそんなに難しい内容はやらなかったため、リスニングを鍛えておいた方が授業を有意義に受けられるかと思う。

⑦日本から持参した方がよいもの、その他出発前にやっておくべきこと・アドバイスなど

思った以上に生活、授業で役立ったのはハサミだった。携帯型のペンタイプのものがあるとよかった。ロンドンに到着する人はシェフィールドへの電車の切符を事前に取っておくと安く買えると思う。また、カードで購入した場合、限度額が少なくなってしまうので直前に購入した分を支払いに行き、限度額いっぱい残した状態で渡航した。一時、クレジットカードの磁気飛んで使えないことが直前で判明し、代わりのカードを臨時に発行してもらうトラブルがあったため、本当にカードが使えるか確認しておくことと安全だと思う。プログラム中にもカードが使えなくなるハプニングがあったため、現金は多めに持って行くべきである。

学習・研究について

①プログラムの概要(授業・予習・復習のスタイル、印象に残っている内容等)

初日は午前の英語学校のクラスを分ける簡単なテストがあった。リーディングとリスニングからなっており、パソコンで行うものだったが、クラス変更も可能ということでそんなに重く受け止める必要はなかった。初日の午後はガイダンスを他の日本人学生と共に聞いた。次の日以降は午前は英語学校での英語の授業であり、簡単なテキストとノートをもって文法を学びつつ、3人くらいの簡単なグループディスカッションをしながら授業が進んでいった。(クラスにより進め方が違う) 一クラスにつき二人の教師がついており、2週目にはメインの教師から一人ずつ面談が行われた。私は東大生が自分を含め2人しかいないクラスに入り、サウジアラビアやヨルダン、カザフスタンや中国、韓国の学生がいる国際色豊かなクラスだった。最初は緊張したが、日本人が多かった他のクラスの人たちからは羨ましがられたので、いい経験ができたと思う。それぞれのなまりを聞き取るのは苦労したが、日本文化などについて外国の人と語るのは初めての体験で楽しかった。午後は東大生専用の講義が文理分かれて用意されており、講義の前後に内容をより理解するための簡単な授業があった。そこでは大体隣の席の人と、もしくは4人ほどのグループで与えられた講義に関連しているテーマについて議論した。哲学や政治など難しいテーマも多かったが、グループに一人ほどチューターが付いてくれ、議論を進めてくれるのでやりやすかった。講義は5つあったが宿題は任意の物が多く、対して負担にならなかった。(一度youtubeで映画を鑑賞する宿題が出て、それは時間がかかった) 午前のクラスでは私は宿題は出なかったが、クラスによってはパソコンを使用する宿題が出たところもあり、パソコンを持参していなかった人は大学の施設を利用したようだ。

②学習・研究面でのアドバイス

講義では難しいテーマを扱ったものが多いが、前後の学習時間ではより自分たちに近いテーマでディスカッションするので心配することは無い。またチューターの人たちがアドバイスをくれるのと、理解するために沢山資料をくれるのでそれを読めばより深く学習できるようになっている。宿題もやっていたら添削してくれる。休み時間なども他国の学生やチューターと会話すれば非常に勉強になると思う。私はスピーキングに自信がなかったが、他国の学生と話すことの楽しさに気づき、自分から話しかけられるようになった。特に自分たちより前からシェフィールドに来ている学生やチューターにはおススメのスポットなどを聞くと話が弾んだ。お互いの国への偏見について語るのも楽しかったため、慣れてきたら交流を持つようにすると留学の練習としてもいい効果が得られるのではないだろうか。

③語学面での苦労・アドバイス等

当初ヒースロー空港についたときに国際色豊かな職員のなまった早い英語が聞き取れず苦労したが、午前の英語学校で様々な地域からきた生徒たちの個性の強い英語をひたすら聞いたおかげでうまく説明できないが、慣れたように思う。(実際、帰りの行程では英語が聞き取れず困ることは無かった)午後の講義の前後のディスカッションでもそうだが、拙い英語でも皆真剣に聞いてくれるので、焦らず自分の考えを安心して伝えられるようになった。2週目に入れば、余裕が出てきてただ自分の意見を述べるだけでなく、ほかの生徒の意見にコメントできるようになると思う。

生活について

①宿泊先(種類(寮・ホームステイ・ルームシェア等)、家賃、宿舎の様子、見つけた方法など)

大学が用意してくれたAllen Courtというところに宿泊し、リビングを共有する4から6人のflatに分かれて生活した。調理器具などは一人ずつ一式段ボールで部屋に置いてあった。ひとり一部屋にそれぞれシャワーとトイレがついているが、トイレトーパーはなく、食器を洗う用品や洗濯用品は置いていない。トイレトーパーは特に持参すべきと思った。スポンジや洗剤はフラットで共有して購入した。シャワーカーテンが付いていなかった人もいたようで、1ポンドショップで購入した人もいたらしい。英語学校までは坂を下って10分ほどであり、午後の授業を受ける建物までは15分ほどだった。スーパーがあるメインの通りまでも10分前後であり、シティセンターまでも15分前後でいける場所だった。路面電車の駅が近いので、シェフィールド駅からは路面電車で行った。

②生活環境(気候、大学周辺の様子、交通機関、食事、お金の管理方法(海外送金・クレジットカード)など)

日本と比べ大変涼しく、朝は17℃から昼間22℃ほどが平均で、寒い日は13℃の時もあった。冷房が効き過ぎていたり、ELTCの英語学校から午後の授業を受ける建物まで20分ほど坂を昼間に上り続けると汗を書いたりもしたので、パーカーやセーターなど調節できる服が必要だと思う。交通機関は路面電車が大変便利だが、シティセンターに行くだけなら歩いていける距離である。お金はできるだけ分けるようにしていた。一度だけキャッシングしたが、道のキャッシングマシンの上限が250ポンドだったのでそれしか引き出せなかった。

③危機管理関係(留学先の治安、医療機関の事情、心身の健康管理で気をつけた点など)

基本的には安全な都市だが、ATMは日本と違い、個室ではなく道にむき出しの状態でおいてあるので聊か怖い。キャッシングの際は誰かと一緒に行くと安心である。また日が落ちるのが遅く、20時頃だが、あまり遅くまで外出するのは危険である。

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

航空費18万(片道。早くとるほど安い)教科書代などはプログラム代110846円に含まれていた。保険代がかなりかかった。1万円近くではなかったかと思う。食費は基本自炊していたためにかなり安くすみ、娯楽費と合わせてもシェフィールドにいる間は2万5000円以下だったと思う。洗濯機を使おうとするとプリペイドカードを作る時などにお金がかかる。またロンドンとシェフィールドの間の電車代も事前に予約していた行きは19ポンドだったが帰りは着いてから予約したため26ポンドほどかかった。プログラム終了後はロンドンに3日ほど滞在したため、その時は自炊できず、食費がかかった。

⑤奨学金(受給していた場合は、支給機関・支給額・見つけた方法など)

奨学金付きのプログラムだったので、案内に従って手続きをする、8万ほど支給された。

⑥学習・研究以外の活動(スポーツ・文化活動、ボランティア・インターン、週末や長期休暇の過ごし方など)

英語学校であるELTCが様々なアクティビティを用意していた。私はナイトマーケットに行くアクティビティに参加した。

派遣先大学の環境について

①参加学生へのサポート体制(語学面・学習面・生活面・精神面でのサポート等)

ELTCでの面談もあり、最初のガイダンスで相談したい内容ごとに連絡先がかかれた冊子をもらえるのでサポートが充実していたと思う。

②大学の設備(図書館・スポーツ施設・食堂・PC環境等)

あまり使用していないが、図書館や去年建てられたDiamond という建物にはパソコンが多数準備してあり使いやすいと聞いた。食堂、カフェも生協や各ビルにあるが、カフェは学生証が無ければビルに入れないため使用できず、特に生協は到着したときはvacationのため臨時スケジュールであり、閉まっていたこともあり食事はスーパーに買いに行くか、日本から持って行ったもので済ませなければならなかった。

プログラムを振り返って

①プログラムの意義、参加を通じて成長したこと、その他留学を通じての所感

留学に関して興味はあったものの、外国に滞在した経験が少ないので不安が多かったが、一人でロンドンに前泊してシェフィールドまで行き、フラットのメンバーと協力しながら自炊して生活できたことは自信になった。午前の授業は文法などの内容はさほど難しくなく、ディスカッションも大勢の前でしゃべられるようなことは無く、お互いの意見を数人で聞き合うスタイルだったので気楽に話す練習ができたと思う。午後の講義は難しいものが多かったがみんなで聞き取れたところを補完し合う作業も楽しかった。特に、プログラムのメンバーと話す時間が有意義だった。学年や専攻も様々で、留学を計画している人から刺激を受けたのも大きかった。留学中は予期せぬトラブルに多く見舞われたが(ビザの間違いや電車のチケットがうまく受け取れなかったり寮のシャワーが温水が出なかったり)慣れない英語で状況を説明してなんとか切り抜けられたことは自信につながったと思う。1週目は大変長く感じたが、2週目は本当にあっという間だった。振り返ると内容は濃いがとても短い期間なので、できるだけ海外の大学の雰囲気になれるようにできたことはよかったと思っている。

②参加後の予定

後期教養学部に進学し、より長期の留学を検討してみたいと思っている。

③今後参加を考えている学生へのメッセージ・アドバイス

それほど語学に自信がなくても気軽に受けられる大変良いプログラムだと思う。2週間は初めて海外に一人で行く私には最初長く感じたが、終わってみれば一瞬だった。他の日本の大学から来ている人から留学事情を聞いても、このプログラムは非常にリーズナブルなのだった。奨学金もうまく活用して自炊をすれば(もちろん向こうの食事を楽しむべきだが)かなり安く留学体験ができるプログラムだと思う。レベル的にも無理のない範囲で参加しやすいので、スケジュールが合うのならぜひ参加してみるべきだと思う。

その他

①準備段階や留学中に役に立ったウェブサイト・出版物

東大のGo globalの留学体験記、地球の歩き方のイギリス、ロンドン

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

東京大学 海外留学・国際交流プログラム報告書(超短期プログラム用)

2016 年 8月 27日

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
参加プログラム:	シェフィールド大学サマープログラム	派遣先大学:	シェフィールド大学
卒業・修了後の就職(希望)先:			
	1. 研究職		2. 専門職(医師・法曹・会計士等)
	3. 公務員		4. 非営利団体
	✓ 5. 民間企業(業界: 商社・海運)		6. 起業
	7. その他()		

派遣先大学の概要

シェフィールド大学は世界ランキング66位で、ノーベル賞を5人輩出しているイギリスの名門大学の一つです。街はイングランド中部に位置し、白人比率が高いですが、実際には中国人による投資が盛んらしく、留学生も中国系が多い印象を受けます。そのためか街でも英語と中国語による二言語表記が多くみられます。ロンドンからは鉄道で2時間半ほどです。街中に大学の施設が点在し、まさに学園都市といった様相です、図書館やStudents' Unionなど新しい建物が多いです。

参加した動機

私は2017年1月から5か月間、フィンランドのヘルシンキ大学へ留学する予定なので、その前に英語を使って海外で暮らす経験を少しでも積んでおこうと考え、参加しました。もちろん英語力、とくに弱点であるスピーキング力とライティング力の向上も動機の一つでした。

参加の準備

①プログラムの参加手続き(手続きにあたってのアドバイスなど)

試験やレポートなどで忙しい7月に主な手続きを進めることになると思いますが、7月上旬の余裕のあるうちから早めに準備をしておくことが非常に大切です。私は7月末に急いで準備をしたので、レポートなどに支障が出ました。

②ビザの手続き(ビザの種類、申請先、手続きに要した時間、ビザ申請にあたってのアドバイスなど)

短期留学に必要なビザの証明用紙は、シェフィールド大学から送られたものを、東大の国際交流課へ取りに行きます。それをイギリスの入国窓口で提示するとショートターム・ビザの判がパスポートに押されます。何も複雑な手続きは必要ありません。

③医療関係の準備(出発前の健康診断、常備薬、予防接種等)

特にしていませんが、体温計と風邪薬くらいは持参したほうが良いでしょう。

④保険関係の準備(加入した海外旅行傷害保険・留学保険等)

大学から指定された第一成和事務所の保険に加入したのみです。

⑤プログラム参加にあたって東京大学の所属学部・研究科(教育部)で行った手続きなど(履修・単位・試験・論文提出等に関して)
私は文学部の学部生ですが、参加にあたり研究室の指導教員にプログラムの概要を説明したのち、印を頂く必要がありました。留学にかかる書類の手続きは文学部生は大学院係を通して行います。
⑥語学関係の準備(出発前の語学レベル・語学学習等)
全学交換留学に応募するために、参加前にTOEFL83(R27L21S17W18)IELTS6.0(R7.5L6.0S5.0W5.0)を取得していました。またSセメスターに工学部で開講されるスペシャル・イングリッシュ・レッスン(SEL)を受講していました。
⑦日本から持参した方がよいもの、その他出発前にやっておくべきこと・アドバイスなど
クレジットカードのPINコードについてはしっかりと確認してから渡航するべきでしょう。私は普段サインで決済しているので、それがイギリスでは通じないことで大変困りました。また簡単な会話表現については軽くさらってから渡航したほうが、現地での飲食店などにおけるコミュニケーションは円滑に進むでしょう。
学習・研究について
①プログラムの概要(授業・予習・復習のスタイル、印象に残っている内容等)
午前の授業は各国からの留学生とともにテキストを使って、高校内容程度の英語の文法事項を、イギリス人教師から英語で学びます。私のクラスには東大生二人のほかに、中国や韓国、サウジアラビア、ヨルダン、カザフスタンなどから学生が集まっていました。その日に習った文法事項に沿った問題を解くときもありますが、どちらかというと二人組やグループで文法を意識しながら会話するように求められることが多いです。ただテキストを進めるだけでなく、ユーモアのきいたコメディや宣伝などを見ることもあったので、単調に感じることはあまりありませんでした。ウィットを備えた教師が授業を刺激的にする工夫をしてくれるはずです。午後は東大生だけのクラスで、幸福論や温暖化など毎日異なるテーマに沿った講演を聞き、それに沿った内容をディスカッションするという流れです。私としては、イギリスの文学作品や映画において、北部地域/スコットランドが貧困や退廃的なイメージとともに描かれてきたことを論じる講演が非常に興味深かったです。どの講演者の方もみな親切に対応して下さるので、積極的に質問することをお勧めします。
②学習・研究面でのアドバイス
午後の授業ではかなりの量の事前予習課題が課されることもあり、夕方から夜にかけてかなりの時間を割かれると思うので、同じフラットのメンバーで食事係を交代制にするなどして、誰かがいつも食事を作っているなどの状況を作り出さないことが肝要かと思います。どうしても終わらないときには無理をするのではなく、早めに床について明日に備えましょう。海外生活では自覚している以上にストレスが溜まっているものです。出される課題はみな同じものなので、一通り読み終わった後で各々の意見を持ち寄ってフラット内で意見交換してみるのも面白いかもしれません。
③語学面での苦労・アドバイス等
やはり東大生は自分も含め、ほかの学生よりも英語がスラスラとでてこない人が多いです。ただほかの学生の英語を聞いてみると、それほど英語として整っているものではなかったりするので、彼らの前に出ていく姿勢を見習って、間違いを恐れずに積極的に話すことがやはり私たちに最も求められていることではないでしょうか。
生活について
①宿泊先(種類(寮・ホームステイ・ルームシェア等)、家賃、宿舎の様子、見つけた方法など)
このプログラムに参加する東大生は大学寮の一つであるアレンコートに泊まります。アレンコートでは、6畳ほどの個室に加え、6室で1つのフラットが構成されており、フラットごとにキッチンやテレビを備えた共用スペースが1つあります。私はイギリス到着後にスマホの充電が切れ、アレンコートまでたどり着くのに一苦労したので、一応寮の住所は紙などにメモしておくのが良いかもしれません。

②生活環境(気候、大学周辺の様子、交通機関、食事、お金の管理方法(海外送金・クレジットカード)など)

シェフィールドの8月は長袖シャツで快適なくらいの気候です。数々のアクティビティに参加する機会があるので、履きやすい靴と動きやすい服装一式をもっていくと困りません。またよく言われるようにイギリスは雨が多いので傘を忘れないように、防水仕様のパーカーがあるとよいでしょう。街中の移動は1.6ポンド一律のトラムが便利です。ただしスーパーやレストランは徒歩圏内のものを利用していました。自炊対外食の比率は6:4ほどでした。料理を作らない人は食器洗いやゴミ捨てをするなどして、仕事を分担しましょう。

③危機管理関係(留学先の治安、医療機関の事情、心身の健康管理で気をつけた点など)

大学のオリエンテーションで地元警察が制作した、危機管理意識の喚起に向けたビデオを見なければいけなかったのですが、治安はそれほど良くないのかもしれませんが。しかし私はシェフィールドの街中では被害に遭うことも、その話を耳にすることはありませんでした。ただし、私の友人が近郊にある観光地のヨークで盗難にあったので、観光地まで出かけるときは身の回り品の管理に細心の注意を払ったほうが良いでしょう。

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

滞在日数は半月ほどでロンドンでの滞を含め、費用は35万円ほどで足りたと思います、土産等を多く買う予定の人はプラス5万円ほどが妥当でしょう。

⑤奨学金(受給していた場合は、支給機関・支給額・見つけた方法など)

8万円の奨学金付き短期留学プログラムだったので参加費788.26ポンドの7割ほどは奨学金によって賄われています。

⑥学習・研究以外の活動(スポーツ・文化活動、ボランティア・インターン、週末や長期休暇の過ごし方など)

午前中の授業が行われるELTCという施設が毎日学生向けのアクティビティを催してくれます。ハイキングやアイススケート、バスケットボールなどがあり、参加には事前の予約が必要なものもあります。私は休日にはヨークや湖水地方にも足を延ばしましたが、そこまでの交通費が思ったより高くついたかなという印象です。ただし湖水地方ではまさにパストラルな風景が臨めたので、多少遠いですが、雄大な自然を肌で感じたいという方には訪れることを強くお勧めします。

派遣先大学の環境について

①参加学生へのサポート体制(語学面・学習面・生活面・精神面でのサポート等)

プログラム開始後すぐのオリエンテーションで、各種相談の窓口について詳しい説明があるので、そこでの説明を聞き逃さないようにしていれば、指定された窓口を訪れるだけで満足なサポートを受けることができるはずです。寮でのトラブルについてはレセプションに伝えたとすぐに解決してくれます。また、解決策のわからない問題が生じたときは、東大の担当者に連絡することで解決の糸口がつかめることでしょう。

②大学の設備(図書館・スポーツ施設・食堂・PC環境等)

図書館は大学から支給されるICカードを使うことで24時間自由に出入りができます。午前の授業を受けるELTCのラウンジは受講者全員が収まるほど広くはないので、昼食は外で食べてもいいかもしれません。ラウンジのサンドイッチの味はそこそこです。PCも支給されるIDとパスワードを入力すると簡単に利用できますが、持参したノートPCなどを利用したほうが勝手は良いかもしれません。

プログラムを振り返って
①プログラムの意義、参加を通じて成長したこと、その他留学を通じての所感
このプログラムを通じて、自分の英語力の欠点を見つけ出すことができたのは大きな収穫でしょう。その欠点とはずばり「話す」力なのですが、ただ「話す」力といっても、自分の言いたいことをただ正しい英語で伝えるだけでなく、いかに人の話を聞きだし、相手の意見と自分の理解が相違ないことを確認し、それにあわせて自分の意見を発信するという一連の流れを円滑に進めることが苦手であることを自覚したという意味です。そしてそれを踏まえて、長期留学に乗り出すまでの半年間、どのような方向性で英語の勉強を進めていくべきかという道筋を照らしてくれたのが、この短期留学であるといえます。
②参加後の予定
2017年1月から全学交換留学制度を利用して、ヘルシンキ大学への5か月間の留学を予定しています。またそれが終わり次第、同制度でジュネーブ大学において半年ほどフランス語とその文化を学ぼうと考えています。将来的には学部卒業後、商社や海運といった業界で人々の暮らしを物資の面から支えていきたいと考えています、国際的な視座が必要な業界なのでこの経験をその視座を養う第一歩と位置付けたいと思います。
③今後参加を考えている学生へのメッセージ・アドバイス
このプログラムにはただ英語を本場で学ぶ以上の価値があります。実際参加して何よりも感じたのは2週間ものあいだ、慣れた日本での生活を離れて自活して生きることがかなりタフな経験であるということです。少しずつ自分を見知らぬ土地に適合化させていく経験はめったに得られるものではないので、それによる精神的成長も大いに期待できます。迷っているなら参加してみてもいいのではないでしょうか。
その他
①準備段階や留学中に役に立ったウェブサイト・出版物
鉄道を予約できるサイトは必ずチェックしておきましょう、事前予約することで割引になります。空港からシェフィールドまではもちろん、休日に近郊の観光地へ赴く際も非常に役に立ちます。ガイドブックは出発前いくら忙しかったとしても必ず持参しましょう、観光を楽しめる度合いが天と地ほど変わる上に、やはり日本語のガイドブックは心強いものです。「地球の歩き方」が情報量が多いため、お勧めです。
②その他東京大学のホームページ・出版物等に掲載してよい留学中の写真があれば添付してください。

東京大学 海外留学・国際交流プログラム報告書(超短期プログラム用)

2016年 9月 1日

東京大学での所属学部・研究科等:	教養学部	学年(プログラム開始時):	学部2
参加プログラム:	シェフィールドサマープログラム	派遣先大学:	シェフィールド大学
卒業・修了後の就職(希望)先:			
☒	1. 研究職	☐	2. 専門職(医師・法曹・会計士等)
☐	3. 公務員	☐	4. 非営利団体
☐	5. 民間企業(業界:)	☐	6. 起業
☐	7. その他()		

派遣先大学の概要

シェフィールド大学のサマープログラムに参加。午前は英会話の授業。午後は東大生のみで、文理に分かれ英語でレクチャーを受ける。

参加した動機

英語力の向上。将来の留学を考えるうえで、短い期間の留学での下見。

参加の準備

①プログラムの参加手続き(手続きにあたってのアドバイスなど)

パスポート申請などには案外時間かかるので、早め早めに行動するに越したことはない。

②ビザの手続き(ビザの種類、申請先、手続きに要した時間、ビザ申請にあたってのアドバイスなど)

ビザは、入国審査にてシェフィールド大学から受け取った書類を見せたら、短期留学ビザがもらえた。特に難しい処理はなかった。

③医療関係の準備(出発前の健康診断、常備薬、予防接種等)

特に大きな準備はしなかった。

④保険関係の準備(加入した海外旅行傷害保険・留学保険等)

大学から指定された海外保険に加入した。OSSMAIにも加入した。

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

TOIECスコアと書類を提出する以外特になかった。特殊なことはしていない。

⑥語学関係の準備(出発前の語学レベル・語学学習等)

入試から1年間経ちかなり英語力は入学時と比べ落ちていた。受験のとき使った単語帳や参考書をひっぱりだし勉強した。

⑦日本から持参した方がよいもの、その他出発前にやっておくべきこと・アドバイスなど

調味料を日本から持参したほうが良いと思った。その他、お茶やカップラーメンなどがあると便利であるかも。食は案外合わない場合もあるし、Allen Courtに泊まるなら自炊が便利だから。

学習・研究について

①プログラムの概要(授業・予習・復習のスタイル、印象に残っている内容等)

午前中は英会話。各国(主にアジア圏)から集まった生徒たちの7~8人の少人数クラス。英国人の先生が一週間通したトピック(勧めるなど)に基づき授業をする。テキストが初日にもらえ、8割くらいはテキストによる授業。午後はレクチャー。東大生のためのクラスで、最初にレクチャーを受けるまえの前提知識(単語やトピックへの導入など)がインプットされ、その後レクチャー。レクチャーは各回で先生が変わり、全5回あった。課題は午前は週1、レクチャーは毎回あるが、提出必須でないうえ、そんなに量も多くなく、負担になるという印象は受けなかった(逆に少なかった。)

②学習・研究面でのアドバイス

正直ゆるいので楽しそうと思えばいくらでも楽できる。自分で出発前に定量的な目標を定め甘えないことが大事。授業があんまり身にならないと思ったら思ったなりで、金曜の午後、土日でイギリスのいろんなところを回るとか、現地の学生と交流するなど、必ずしも授業に目標を絞らなくてもいいとは思った。なんにせよ、2週間しかないのではPDCAを回す時間的余裕はなく、最初から自分なりの目標をきっちりと意識することが重要だと思う。

③語学面での苦労・アドバイス等

シェフィールドではなまりが強く、大学関係者の人はそこまでなまっていなかったが、寮の警備員など人によっては英語が本当に聞き取りづらいときがあった。

生活について

①宿泊先(種類(寮・ホームステイ・ルームシェア等)、家賃、宿舎の様子、見つけた方法など)

Allen Court という大学の寮。大半はアジア人。東大生は東大生同士で固められる。シェアキッチンごとに4~6人単位でfalcというものが作られる。男女比は適当。All男子や男子1対女子3という場合もある。正直、falc内は東大生しかいないので日本語を使ってた。英語学習には向いてない。法政大学や明治大学の学生はホームステイだったので東大もホームステイにしてほしかった。

②生活環境(気候、大学周辺の様子、交通機関、食事、お金の管理方法(海外送金・クレジットカード)など)

留学生の町なんだという印象。留学生がとても多い。West street というところに行けば飲食店がありそこで外食が可能。近くに大きなスーパーマーケットtescoもある。歩いて20分、トラムで10分のシティーセンターの方に行けば、本屋、靴やなどある程度の店はある。ただし、19時くらいで飲食以外の大半の店が閉まり、日曜はもっと早く閉まるので注意が必要。土曜日は人で活気づいているので町の中心地に繰り出すとシェフィールドの人たちのライフスタイルが垣間見えて楽しいかもしれない。

③危機管理関係(留学先の治安、医療機関の事情、心身の健康管理で気をつけた点など)

治安は良いと聞いていたが、やはり夜でかけるのは怖かった。日の入りがだいたい21時以降なのでそれ以降はあまり外に出ない方が賢明かもしれない。毎日授業があり、外国語で生活するのは思ったよりストレスなので、授業から帰ってから疲れた日にはそのまま朝まで寝ていた日などもあり、体力には気を使っていた。

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

航空費 21万 プログラム費11万。 保険費1万。 雑費 10万円。

⑤奨学金(受給していた場合は、支給機関・支給額・見つけた方法など)
プログラムがもともと短期奨学金付きだった。JASSOから。
⑥学習・研究以外の活動(スポーツ・文化活動、ボランティア・インターン、週末や長期休暇の過ごし方など)
週末はシェフィールド市内を回ったりした。また大学のプログラムで、追加料金を払えば、観光地に土日バスで連れていってくれるプランがあり、それを利用してチェスターなどに行った。
派遣先大学の環境について
①参加学生へのサポート体制(語学面・学習面・生活面・精神面でのサポート等)
初日にサポートの受け方に関する説明があった。利用はしなかったが充実していたと思う。
②大学の設備(図書館・スポーツ施設・食堂・PC環境等)
図書館は自由に利用できた。スポーツ施設も予約すれば使用可能。食堂は使わなかった。設備に関しては新しく目立った不満点はなかった
プログラムを振り返って
①プログラムの意義、参加を通じて成長したこと、その他留学を通じての所感
留学はとても短く感じた。2週間はやはりtoo shortと大学の講師の人にも言われたように短いらしい。ただ逆に短くてよかったとも思う。留学だからといって特殊なことをしたり、なにか英語が魔法のように流暢になるわけではないというのはわかった。午前の授業も高いお金を払えば、日本で受けられないこともない内容である。逆に言えば、日本でもそれだけ英語を学ぶ機会は満ち溢れているということだ。日本でどのように英語を学んでいけばよいか。次の留学(アウトプット)までどのような勉強(インプット)をすればいいかぼんやりと道筋がたった。
②参加後の予定
IELTSを10月に受験予定。
③今後参加を考えている学生へのメッセージ・アドバイス
留学したからって何か変わるわけではない。ただし、なにもしないでただ座っていたって何も変わらない。行くなるとにかくストイックに生きること。
その他
①準備段階や留学中に役に立ったウェブサイト・出版物
地球の歩き方イギリスは分厚すぎるので、地球の歩き方ぶらっとロンドンが便利。

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



東京大学 海外留学・国際交流プログラム報告書(超短期プログラム用)

2016年 9月 2日

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4
参加プログラム:	SHEF	派遣先大学:	シェフィールド大学
卒業・修了後の就職(希望)先:			
☒	1. 研究職	☐	2. 専門職(医師・法曹・会計士等)
☒	3. 公務員	☐	4. 非営利団体
☐	5. 民間企業(業界:)	☐	6. 起業
☐	7. その他()		

派遣先大学の概要

英国はイングランド中部、シェフィールド市にある同国内15位の大学です。シェフィールド市中心街の西部に大学の建物が点在し、日本の様にキャンパスの中に大学が有るという感じでは無く、街全体が大学でした。また、母国語が英語でない人向けの英語教室を開いている大学であり、その英語教室で英語を学べる為、英語教育のクオリティは非常に高いと感じました。

参加した動機

今まで海外はあまり行った事が無かったのですが、将来どのような職に就くとしても海外と戦わなければならない現状で、海外での経験は必須であると考えた事に加え、来たる院試に備えての英語力の補強をしたいと考え、参加しました。また、私は東大で化学システム工学科という学科でシステム工学を専攻しており、留学先のシェフィールド大はそのシステム工学で世界的に優れた大学だという事を知り、世界のトップレベルを体験できるという点でも今回の留学は私にとってはまたとないチャンスでした。

参加の準備

①プログラムの参加手続き(手続きにあたってのアドバイスなど)

パスポートは発行に一週間強かかるのでもし持っていない方が居たらプログラム当選が分かってすぐ申請しましょう。また、航空券はこのプログラムにおいては各自で取る事になっており、取るのが後の方になればなるほど高くなり路線も限られてくる為、飛行機もなるべく早く取った方がいいでしょう。私は取るのが遅くて出発2週間前に取ったのですが成田発ヘルシンキ経由マンチェスター行で往復21万くらいでした。そのことを両親に伝えるとプログラム当選が決まったらすぐに取ればフランクフルト経由で往復13万という安い航空券もあったそうで、その分イギリスで使えるお金が減ってしまったと後悔しました。シェフィールドのプログラムであれば使用空港は最寄空港のマンチェスターか多くの路線が就航しているロンドン、ヒースローが自然かと思いますが、ヒースロー空港では入国審査が厳しい上に入国審査に並ぶのに1時間以上平気でかかる事、海外で人の多く集まる場所はテロの危険性がある事、目的地のシェフィールドまで遠い事、などの観点から海外初めてだという方には私はマンチェスター空港をオススメします。もちろんヒースローも見どころが多い、直行便があるなどの利点がありますがそこは自由です。入国審査の際に帰りの航空券の提示も求められるので、そちらの購入も忘れずに。基本は往復で購入しましょう。更に、空港からプログラム中の住居である寮までのタクシーも事前にシェフィールド大学公式のオンラインショッピングという形で予約できますので、こちらも航空券決まり次第予約すると良いと思います。タクシー代は£65で、3人で相乗りしても同じ額なので事前に他の参加メンバーと相談出来れば安く済む可能性が有ります。タクシーの乗り方は、空港で到着ロビーに降りた際に「Sheffield University ○○○○(予約者の名前)」と書いた紙を持ってる方がいらっしゃるの、その方を探して話しかけ、タクシーに乗せてもらいます。タクシーの乗り方がシェフィールド大のホームページにも前年度の体験記にも記載されていなかった為、ここに書き留めておきます。以上の様な事を参加者名簿が配られたら他の参加者とLINEやメールで連絡を取りつつ決めて行くと良いでしょう。

②ビザの手続き(ビザの種類、申請先、手続きに要した時間、ビザ申請にあたってのアドバイスなど)

観光と異なり、今回は短期の留学で入国する為、ショートターム・スチューデントビザというものが必要になります。これは入国の際に入国審査官に申し伝えてパスポートにそのスタンプを押してもらうのですが、観光と異なりいつまで滞在するのか、どこの大学に留学に来たのか、その大学に滞在する証明書はあるか、など事細かに訊かれます。イギリスは世界でも入国審査がかなり厳しい国である事に加え、私達が行った時期はヨーロッパで相次いでテロが起っていた時で、イギリスではまだ起こっていなかっただけに非常に厳しい厳戒態勢が敷かれていたと聞きました。私達の前の代でもショートタームスチューデントビザを貰えなくて観光で入国してその後大学側に何とかしてもらった方も居たと聞きます。その為私はインターネットなどで事前調査をし、留学体験のブログなどを読み漁り万全を期して1.シェフィールド大からの受入状 2.帰りの航空券 3.十分な資金を持っている事を証明する資金証明書 4.国際学生証 5.ジャケットを着用するなど出来るだけカジュアルでない格好 の以上5点を準備して入国審査に行きました。しかしいざ行ってみると1と2だけでビザを貰えたので慎重過ぎたかもしれません。人が比較的少ないマンチェスター空港だったから簡単に貰えたのかと思いきや、ロンドンから入った他の皆も1と2だけで貰えていたので心配し過ぎだった様です。マンチェスター空港は人も少なく、飛行機から降りて30分ほどで入国審査を並び終わり、審査自体も2分ほどでした。

③医療関係の準備(出発前の健康診断、常備薬、予防接種等)

高校時代山岳部であり、大学でも日頃ジムに行き鍛えていた事もあり体力、健康には自信がありましたが、念のために市販の風邪薬を1つ持っていきました。また、念には念を入れてシェフィールドでの薬局の有無も調べておきました。結果から言うと、全く病気にはならず、薬局もコンビニ感覚で点在し、コンビニにも見慣れた薬が売っており、極めつけに大学側の保健センターを24時間365日タダで利用できました(実際に利用しては居ませんが、初日のオリエンテーションでその様に説明を受けました)ので、特別な準備は必要ないでしょう。予防注射なども一切していません。

④保険関係の準備(加入した海外旅行傷害保険・留学保険等)

最初はクレジットカードの保険でいいかなと考えていたのですが、東大側が第一成和事務所という保険代理店を斡旋してくれ、かつこの保険に入るのが必須だったのでこの保険に入りました。結局何も無く掛け捨てでしたが、病気だけでなく盗難、事故、破損、災害など非常に手厚い良い保険でしたので、入らない手は無いと思います。

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

私は工学部の4年生で研究室に所属していた為、研究室の先生方に知らせるのは勿論、学科の事務室にも知らせました。(しかし、2週間だったら何も手続する必要は無いとも言われました) 単位が認められるタイプの留学では無かった為、そちらの申請は一切触れていません。

⑥語学関係の準備(出発前の語学レベル・語学学習等)

このプログラムの応募必要英語レベルがTOEFL iBT65~85で、私は65点だったので間違いなく留学メンバーの中では総合的な英語力は最下位です。それも1年前に取った成績で、研究室に入ってから英語はあまり触れていなかった為、英語力には不安しかありませんでした。その状態の私がイギリスに行きどうなったかは後程説明します。どちらにせよ、TOEFLは応募締め切りの5月までには要求条件の65以上取らなければならないので、本郷の方はSpecial English Lessonなど適宜活用すると良いと思います。

⑦日本から持参した方がよいもの、その他出発前にやっておくべきこと・アドバイスなど

基本はイギリス旅行についてのサイトを見つつ、そこに書いてあった持ち物を軸に、留学なので電子辞書と筆箱、ノート、ノートパソコン、更に前の代が書いた体験記を基にトイレットペーパー、スリッパをプラスアルファで持っていきました。トイレットペーパーについては、我々は留学中はホームステイではなくAllen Courtという大学の寮で過ごすのですが、その寮のトイレにはトイレットペーパーが備え付けてありません。トイレットペーパーのホルダーだけがありません。イギリスで購入してもいいのですが高い事に加え2週間、1人では使いきれず、他のメンバーとシェアしようにも皆さん大概この体験記を読んでトイレットペーパー持参してらっしゃいます。そのためスペースがあれば積んでおくといでしょう。スリッパについては私はブーツを履いてイギリスに行ったので、飛行機の中での長時間フライトや、寮内での履き替えに重宝しました。他の物については、まず足ふきマットの代わりになるようなタオルが持って行った方がいい物として挙げられます。なぜなら、最後に写真を載せますが、寮の個室にトイレとシャワーがあり、その構造が「ユニットバスから浴槽を取り除いたもの」になっています。その為シャワーの水がシャワーカーテンからはみ出ると床が即びしょ濡れ、そのまま自室、寮内を歩き回る羽目になります。足ふきマットも前年度の体験談に書いてありましたが、私は必要な訳ないだろうと思い、持っていきませんでした。結果的にイギリスで£8.99(当時のレートでおおよそ¥1300)出してマットの代わりになる安いタオルを買いました。イギリスは物価が高いので£8.99でもそのスーパーに並ぶタオルの中で最安値でした。次にハンガーです。自室内にはクローゼットが有るのですがハンガーがありません。その為ハンガーも買いに行く羽目になり、3本セットで£10という凄まじい値段設定でしたが購入せざるを得なかったです。これも日本なら100均で済みます。総じて言える事ですが、イギリスは食品以外の物価は非常に高いです。(食品は日本と同じくらいです)イギリスは先進国ですし、寮の周りには多くのコンビニ、スーパーが点在していて買えない物は基本的に有りません。しかし100均で買える物も多いので他の人の体験談やネットを活用し、極力日本で揃えてから行くといいでしょう。

学習・研究について

①プログラムの概要(授業・予習・復習のスタイル、印象に残っている内容等)

このプログラムの授業は午前中が英語の授業、午後が東大専用の専門的な授業となっています。午前と午後の授業は完全に独立しており、宿題も別々、先生方も全く別の方々です。午前中の英語の授業は一番最初に少しだけ述べましたが、大学が母国語が英語でない人向けに英語教室の様な施設(English Language Teaching Centre、略してELTCと呼びます)を持っており、そこで行われます。午前の授業は他の国や他の大学から来た年齢も国籍も様々な方々と一緒に授業を受けます。まず初日に難易度も形式も日本のセンター試験の様な英語クラス分けテストが行われ、そこでリーディング、リスニング個別の能力を見られ、各々合ったクラスに翌日から分けられます。クラスは最後まで不変です。クラスでの授業は、他のクラスのメンバーの話を聞く限りどのクラスも同じような進め方だった様で、基本は1クラス10～15人に先生が1人のディスカッションが中心の授業です。授業初日に教科書を渡され、それに沿って進むのですが、一方通行の座学ではなく、「この問題はどう思う?」「この問いの答えはどう考える?」など答えが無い議題についてディスカスします。教科書や授業の難易度自体は日本の高校レベルなのですが、当然それを全て英語で行います。午前中は90分×2コマです。約1時間の昼休みの後午後の授業です。午後の授業は午前と打って変わって東大生が理系コース文系コースに分けられ、生徒は東大生だけの授業が行われます。こちらは3部構成になっており、1コマ目でその日の講義の予備知識、専門用語などを解説するディスカス式の準備講座が行われ、2コマ目にその日のメインとなるレクチャーをシェフィールド大の教授陣が直に講義してくださいます。これは完全にパワポや黒板を使った座学です。難易度・内容も日頃東大で扱われる様な難解なテーマから中学生レベルのものまで様々なテーマを日替わりで扱います。3コマ目に前のコマでのレクチャーをディスカス式で振り返ります。「どうだった? 難しかった? 聞き取れた?」など簡単な質問から始まり、ディスカスにより理解を深めていきます。1コマ目と3コマ目にはELTCの先生1人とシェフィールド大の研究生がチューターとして3人ほど付きます。先生もチューターも非常に分かりやすく、かつゴールに向かってどういう思考を取ればいいのか事細かに教えてくださいますので、心配する事はありません。午後は50分×3です。予習、宿題については午前、午後ともに出ます。午前の英語の授業は予習、宿題共にインターネット上にアップロードされた問題を解いていく方式で、午後はレポートを課されたり、次の日のレクチャーのトピックを読んで分からない単語を調べるなど様々です。

②学習・研究面でのアドバイス

午前・午後の授業問わずとにかく発言しまくる事です。海外の大学大半がそうだと思うのですが、発言しない=自分の意見が無いと見なされ、その時点で授業に参加していない扱いになってしまいます。先生方もその点分かっていると思うので皆を平等に指名し、発言の機会を与えてくれますが、最初に自ら切り出すとその後に続く生徒への例示にもなりますし、先生方への印象が上がります。何より自分の自信に繋がり、成長を実感できます。1分1秒を無駄にせず、発言を繰り返しましょう。間違いを気にせず、場を和ませるジョークでもいいので積極的に話しかけましょう。

③語学面での苦労・アドバイス等

先に述べた通り、恐らく私は東大のメンバーの中で英語力が最低クラスだと思います。その為最初はタクシーの運転手さんの言っている事や寮の受付の方の言っている事も理解できず、最初2日間ほどは苦労しました。イギリス人は皆さん優しい人ばかりなのでこちらが英語を理解できていなかったら何度も説明、または簡易な表現に言い換えてくれますし、こちらの言っている事も文法、発音が滅茶苦茶でも理解しようとしてくれます。その優しさに私は救われましたが、この様な苦労をしない為に少なくともリスニング力くらいは継続的に鍛えておくともいいかもしれません。

生活について

①宿泊先(寮・ホームステイ・ルームシェア等)、家賃、宿舎の様子、見つけた方法など)

宿泊先はAllen Courtという大学の寮であり、比較的新しい建物です。寮はフラット式であり、各フロアに扉がいくつかあり、そこを開けるとまた廊下があり、その廊下にフラットの共用スペースと各自の個室が並んでいます。詳しくは最後の写真を見てみてください。このフラットのメンバーで自炊すると食費が非常に安く済みますのでお勧めです。家賃はプログラム内に含まれていたもので詳しくは分かりません。1階部分受付には管理人さんが24時間常駐しており、その横にランドリールームと卓球台やビリヤード台のある談話室、そこにコーラやジュースの自販機があります。1階部分から中庭に出るとそこにゴミ集積所の様な場所があるのでそこにゴミを捨てに行きます。次に部屋についてですが、一般的なビジネスホテルの一人用の部屋よりは広いかなといった広さです。前回の体験談にはベッドはあれど布団が無いとの事でしたが、今回は使い捨ての簡素な布団がありました。しかし8月のイギリスは特別寒くも暑くもないので充分ではないかと思えます。それと1人にしては十分な大きさのクローゼットがあり、棚も3つあって収納場所には困りません。水回りはホテルのユニットバスのように一か所に纏めてあります。おおよそ1.5畳ほどのスペースにトイレと洗面台、シャワースペースがあります。温度調整は暖房しかありませんが、暖房も冷房も要らないなという気候だったので、あまり気になりませんでした。また、部屋に食器や調理器具一通りまとめたキットが置いてあったのですが、これは教会から寄付されたものだという事で、来年もあるかどうかは分かりませんので箸一膳くらいは持って行った方が良いでしょう。次に、フラットの談話室についてですが、テレビ、冷蔵庫2つ、オープン付きキッチン、電気ケトル、電子レンジなど一通りの調理器具が備え付けてあります。更には掃除機やアイロンまで完備してあります。総じて、料理関係では手ぶらで来ても何も困らないです。最後に寮にはWiFiが飛んでおり、皆が使いだす方頃からは重くなってきますが、朝などは30Mbpsほどあり、ネット環境に困った記憶はありません。

②生活環境(気候、大学周辺の様子、交通機関、食事、お金の管理方法(海外送金・クレジットカード)など)

イギリスの8月の気候はこちらの10月の様な気候です。しかし、「イギリスは一日の中に四季が存在する」と言われる通り、朝は秋物の上着を着ていても寒く、昼になると非常に強い日差しで半袖でも暑く、また夕立が1日の内になんども降ります。私は傘とレインコートを持って行っていました。それらを使うような強い雨には2週間で1度も遭遇しませんでした。しかし念の為持って行った方が良いでしょう。また前述の様に天気の良い日は朝と昼で気温がまるで違うので調整の出来る様上着を持って行った方が良いでしょう。交通機関ですが、市内は路面電車とバスでほぼどこにでも行けます。1週間路面電車とバス乗り放題のチケットなんか売っているのので調べてみましょう。乗り方も日本とはまるで違うのでこちらも調べておいた方がスムーズでしょう。食事に関しては、言われているほど不味くはないです。しかし、私はチェスターという所に行ったときにイギリス伝統料理の高級店に行ったのですが、そこでの料理は本当に私の口には合いませんでした。高級店に行くほど不味いとは聞いていましたが、それを実感しました。フィッシュアンドチップスはイギリス料理ですが美味しいです。いろんなお店のフィッシュアンドチップスを食べ歩きましたがどこも不味いとは思いませんでした。他にも中華やイタリアンなど様々なレストランがあり、イギリス人にとってもイギリス料理よりそちらの方がメジャーの様です。前年度の体験記に日本の味が恋しくなるからカップ麺を入れておくのと良いと書いてあったので5つほど入れていきましたが、ずっと自炊と外食をしていたので消費する機会が無く、結局寄付して帰ってきてしまいました。私は余程のことが無い限りカップ麺は要らないかなと思います。お金はクレジットカードを2枚、現金を£300持ってきており、有事に備えて常に持ち歩く財布にはクレジットは1枚のみと、現金を£30程にしていました。イギリスはほとんどがクレジットで精算できるため、現金はほぼほぼ必要ないのですが、念のために持ち歩いていました。2週間いてクレジットが使えなかった場所はとあるフィッシュアンドチップス店の1箇所のみでした。

③危機管理関係(留学先の治安、医療機関の事情、心身の健康管理で気をつけた点など)

シェフィールドはイギリスで最も安全な街と評されており、日本と同じ感覚で過ごす事が出来ましたが、それでも日本に比べればやはり危険らしく、大学初日のオリエンテーションでは地元警察による安全管理の説明がありました。人が多い街という訳でもないの海外では安全な方だとは思いますが、人の多く集まる場所は危険、夜一人で出歩かない、などの基本的な事は頭に入れておくべきだと思います。医療関係は前に少し説明しましたが薬局も豊富に点在し、かつ大学の保健センターを無料で使えるのであまり心配はいらないかと思えます。ただ、朝と昼の気温差が激しいので、そこで風邪をひかない様に温度調節には気を付けましょう。

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

航空券が成田発ヘルシンキ経由マンチェスター行で往復21万強、授業料と寮の家賃が合わせて800弱、事前に申し込んだマンチェスター空港からAllen Courtまでのタクシー代が65、あとは滞在中に使ったクレジットカードが合わせて12万、現金は300持っていきましたが全て使い切りました。これは私が自炊せず外食ばかりしていた事に加え、お土産を他のメンバーの倍ほど購入していたことに起因していると思います。他のメンバーでこんなに使っている方は居なかったように思います。現金を全て使い切ったと書きましたが、これは現金を使う場面無く、日本に持って帰っても手数料が取られるため、無理に使ったものなので、極論現金を一切持っていなくてもクレジットカードの上限さえ気を付ければ何とかかなりです。

⑤奨学金(受給していた場合は、支給機関・支給額・見つけた方法など)

私は奨学金を一切受けていません。

⑥学習・研究以外の活動(スポーツ・文化活動、ボランティア・インターン、週末や長期休暇の過ごし方など)

放課後にはバドミントンやサッカー、バスケットなど大学での様々なスポーツ活動が行われます。ラケットやシューズなどは貸出ししてくれるのでスポーツ向けの服装をしていだけで参加可能です。私はスポーツは1回参加したのみで、他はずっとシェフィールド市内や電車で出かけて他の都市を散策していました。土日は完全なオフなので、私はエディンバラとチェスターに行きました。エディンバラは一人で電車を予約して日帰りしましたが、チェスターは前述のELTCが主催するツアーでチェスターに連れて行ってもらいました。ELTCは英語教育だけでなく、課外活動にも力を入れていて、前述のスポーツというのもELTCが主催しています。エディンバラは遠いのも有りますが、往復電車代が117もかかったのに対し、ELTCのチェスターのツアーはたった5で送迎バスで連れて行ってくれるツアーだったので、是非申し込むべきだと思います。しかし人気なので、毎週土日にチェスターやリヴァプール、マンチェスターなどのツアーを行っています。水曜には予約で一杯になります。これらのツアーに参加するには予約が必須なので、早めに予約しておくのが良いでしょう。また、エディンバラは私一人、ノーブランで行ったのですがスコットランドの首都という事もあり、イングランドとは全く異なる文化、街並みが広がっていたので時間に余裕のある方は(片道2.5時間、往復5時間かかります)是非行ってみてください。お勧めです。

派遣先大学の環境について

①参加学生へのサポート体制(語学面・学習面・生活面・精神面でのサポート等)

授業方式は前の部分で述べた通りですが、先生方は皆本当に優しく、分かりやすく、綺麗な英語をゆっくりと話してくれますし、どんなに拙い英語でも聴いて理解しようとしてくれます。それは授業の先生方に限らず、寮の受付、図書館の受付、売店の店員、大学本部の事務員さんに至るまで皆そうです。おかげで間違いを恐れることなく、自由にのびのびと英語を扱えることが出来ました。また、私が日本のカード会社に急用で電話しなければならなくなった際にも、様々な案を提案して相談に乗ってくださいました。大学の先生方は基本皆さん優しく非常に協力的なので、困ったことが有れば相談してみると良いと思います。

②大学の設備(図書館・スポーツ施設・食堂・PC環境等)

図書館は2つあり、24時間使用可能な総合図書館と、22時ころまで使用可能な最近建てられた新しい図書館の2種類があります。どちらも東大の総合図書館の様に十分な自習スペースと十分なPCがあります。(プログラム中は大学のPCが使い放題です。)シェフィールド大には食堂と呼べる食堂が無いのですが、購買の様なお店が様々な建物に入っており、そこでお昼のサンドイッチなどを購入する事が出来ます。また、大学の建物ではどの建物でも共通して「eduroam」という東大でも飛んでいるWiFiが飛んでおり、これを東大に居るうちに申請しておくシェフィールド大でも使えます。

プログラムを振り返って

①プログラムの意義、参加を通じて成長したこと、その他留学を通じての所感

プログラム最初は相手の英語も満足に聞き取れない、返答にも少し考え込んでから発言するなど正直不安でした。しかしながら、(当然ですが)周りが英語しか話さない環境に置かれ続ける事で自然と英語が聞き取れるようになり、また、自分の意見や言いたい事もノータイムで相手に伝えられるまでに成長しました。これは積極的に話しかけ、積極的に自分の意見を発信し、積極的に英語を使おうとした結果であると考えています。私は前に述べた様に出発前の英語力は東大メンバー内で最低クラスでしたが、プログラムの修了証ではスピーキングの評価が最高評価、その他も良い評価で総じて良い成績を修められたと思っています。今回のこの経験を通して私は、積極的に発言する事の重要さを皆さんに訴えたいです。出発前はTOEFLのスピーキング13点、英語なんて話せないと不安に思っていたのですが、稚拙な英語でも積極的に意見を述べ、必死にもがいてもがいてもがいた結果、流暢ではありませんがほぼ英語がペラペラになったと思っています。この英語力の上昇は私に自信を与え、よりレベルの高い留学へのモチベーションに繋がりました。

②参加後の予定

大学院に進学するか就職するかは院試の結果次第ですが、院に進めたならばより留学の選択肢も広がるので、院に在籍している間に少なくとも一回は留学を経験したい、また、学部卒業でも卒業までにまた短期留学の機会があれば積極的に応募していきたいと考えています。英語試験の受験も積極的にいき、まだ結果は返ってきていませんが帰国後すぐにTOEFLを受け、間違いなく65点よりは点数アップしたと確信しています。

③今後参加を考えている学生へのメッセージ・アドバイス

留学はあなたにとってマイナスになる事は決してありません。英語が心配という方でも応募資格ギリギリの英語力しか持っていない私でも留学を成功させたので問題ありません。留学はタイミングが大事で、お金や海外の政情の問題で行きたいと思った時には行けないという事もあります。その為、少しでも留学しようかなという意思があれば応募してください。間違いなくあなたは一回り成長する事が出来ます。

その他

①準備段階や留学中に役に立ったウェブサイト・出版物

「地球の歩き方 イギリス 2016～17」ダイヤモンド社/「ロンドン留学センター」<http://www.london.ne.jp/> /「イギリス旅行の持ち物」<http://motimono-list.com/england/index.html>

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

部屋と水回り、クローゼットの写真を添付します。



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)

2016年 9月 4日

東京大学での所属学部・研究科等:	教育学部	学年(プログラム開始時):	学部3
参加プログラム:	2016 シェフィールド大学サマープログラム	派遣先大学:	シェフィールド大学
卒業・修了後の就職(希望)先:			
☒	1. 研究職	☐	2. 専門職(医師・法曹・会計士等)
☐	3. 公務員	☐	4. 非営利団体
☐	5. 民間企業(業界:)	☐	6. 起業
☐	7. その他()		

派遣先大学の概要

世界大学ランキングでは、70 位に位置づけられる。
 シェフィールド大学の生協(Students' Union)は、Times Higher Education Student Experience において、2009 年から2015 年まで連続して 1 位に選ばれている。

参加した動機

高校生の時に修学旅行でイギリスの大学を見学したことがあり、それ以来ずっとイギリスの大学で授業を受けてみたいという願いがありました。また課外活動の関係で英語のスピーキング力の向上が必要となっており、実際に海外に行って練習をしたいという思いもありました。

参加の準備

①プログラムの参加手続き(手続きにあたってのアドバイスなど)

できるだけ早く飛行機を取るべきです。またもしできるのであればマンチェスター空港を行きはお勧めします。(帰りだけはヒースローということもできますし、私もそうしました。)

②ビザの手続き(ビザの種類、申請先、手続きに要した時間、ビザ申請にあたってのアドバイスなど)

マンチェスター空港着でしたので、簡単に空港で短期留学のビザがもらえました。ヒースロー空港だとビザがもらえないケースもあったようです。

③医療関係の準備(出発前の健康診断、常備薬、予防接種等)

機内や現地での乾燥が気になっていたためのど飴を持っていきました。あとは頭痛薬と風邪薬を持っていきましたが十分だったと思います。

④保険関係の準備(加入した海外旅行傷害保険・留学保険等)

東京大学から義務とされたOSSMAと付帯海学だけ加入いたしました。

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

所属する学科の主任の先生に署名をもらわなければならなかったほかは志望書などを書くだけでした。

⑥語学関係の準備(出発前の語学レベル・語学学習等)

2年生の冬にIELTSを受けておりその成績を使いました。直前まで学期末レポートに追われていたこともあり、とくにシェフィールド大学のための英語の準備はできませんでした。

⑦日本から持参した方がよいもの、その他出発前にやっておくべきこと・アドバイスなど

もし自炊をするつもりがあるなら菜箸があると絶対に便利です。また意外と寒いのでコートやカーディガンは必須です。

寮にはトイレトペーパーがないので、1まき持っていくと現地で買いに行く手間が省けます。

過去の参加者の体験記を読んでなんとなく現地での生活を想像しているといいかもしれません。私は2015年度参加者の報告書をほとんど目を通していましたが、みなさん詳しく書いていらっやっためになりました。

①プログラムの概要(授業・予習・復習のスタイル、印象に残っている内容等)

午前中はELTCという建物において英会話、英語の授業を行いました。クラス分けは初日のテストで決まっています。文法自体は簡単なものですが、話すことに慣れていないと最初は戸惑うかもしれません。午後は東大のためのレクチャーが別の建物で行われました。最初の50分でその授業に必要な語彙などの確認、次の50分がレクチャー、そして最後の50分がレクチャーの内容確認や関連した話題のディスカッションです。最初の50分の助けのおかげでだいぶレクチャーがわかりやすくなりました。印象に残っているのは哲学の回です。内容が難しかったこと、私自身その分野の知識があまりなかったことなどから理解するのが難しく40%ぐらいしか理解できていなかったと思います。それでも印象に残っているのは先生の話すスピードや話の飛び方がまさに私たちが実際に東大で授業を受けているようなもので、実際に海外の授業を受けるとはこういうことなのかと感じたからです。これぐらいのレベルでも理解できるようになりたいと意欲が増しました。

②学習・研究面でのアドバイス

わからないことがあれば、適宜質問することが一番だと思います。またTAさん方は授業と直接的には関係なくとも相談に乗っていただけたり親身に接していただけたので自分からコミュニケーションをとることが必要だと思います。(私は大学のほかの授業で必要だった英語の自己紹介の文章の添削をお願いしましたが、快く引き受けてくださりました。)

あとはフラットにはテレビがありますが、リスニングの練習にもなるので見ることをお勧めします。だんだんとCNNのニュースのスピードがゆっくりに感じられるようになったのが嬉しかったです。

③語学面での苦労・アドバイス等

大学の先生やスタッフの方々はゆっくり話す、またははっきりと発音するなどの配慮をしてくださっており特に苦労は感じませんでした。しかしスーパーの店員さんや駅員さんなどシェフィールドの地元の方々は訛りが強く聞き取りにくいこともしばしばありました。

生活について

①宿泊先(種類(寮・ホームステイ・ルームシェア等)、家賃、宿舎の様子、見つけた方法など)

寮は6人で1フラットです。男女混合でランダムで振り分けられたという印象です。部屋は一人部屋でトイレ・バスを完備しています。6人で共用するのはキッチンですが、皿やフライパンなどの必要な道具は一人1セット用意されています。コンロが4口もあるので料理のし甲斐がありました。電子レンジ、オーブンも完備されています。

②生活環境(気候、大学周辺の様子、交通機関、食事、お金の管理方法(海外送金・クレジットカード)など)
気候は8月上旬で15度前後と寒いです。また夜10時近くまで外は明るいです。大学周辺には路面電車が走っており、町の中心の駅や町はずれの巨大なショッピングモールまでそれで行くことができます。食事は様々なレストランが存在していますが、イギリスは比較的外食が高めなので自炊すると安くつきます。 スーパーは大学周辺に1つ、寮の周辺に3つあり買い物に困ることはありません。お金は基本的にどんな少額でもクレジットカードが使えます。ただしJCBは使える場所がほぼないのでご注意を。
③危機管理関係(留学先の治安、医療機関の事情、心身の健康管理で気をつけた点など)
シェフィールド周辺の治安はあまり問題がないように感じます。道に迷って困っているとご老人が声をかけて方向を教えてくださいということも何度もありました。 気を付けていたのは、夜9時過ぎまで明るいので生活のリズムを崩さないようにすることです。暗くなってから寝るまでの時間はたいへん短く、明るさよりも時計を信頼して生活していました。
④要した費用について(航空賃、授業料、教科書代、家賃、食費、交通費、娯楽費などの概算)
航空費20万円弱、生活費その他10万円
⑤奨学金(受給していた場合は、支給機関・支給額・見つけた方法など)
東京大学からの案内に従い、JASSO から 80,000 円の支給を受けました
⑥学習・研究以外の活動(スポーツ・文化活動、ボランティア・インターン、週末や長期休暇の過ごし方など)
週末はフラットのメンバーを誘って金曜の夜から2泊3日でリヴァプール、マンチェスター旅行に行きました。また最終週の木曜午後、金曜午後はフリーだったため近隣の国立公園とヨークまで遠出もしました。放課後はさまざまなアクティビティがありましたが私は、同じクラスの韓国の生徒さんや午後のクラスのTAさんなどいろんな方とお茶をしたり夕飯を食べていたので参加していません。
派遣先大学の環境について
①参加学生へのサポート体制(語学面・学習面・生活面・精神面でのサポート等)
学生へのサポートが欠けていると思ったことは一度もありません。本当に手厚いサポート体制があります。2週間の滞在ではありましたが、1度個人面談もありました。
②大学の設備(図書館・スポーツ施設・食堂・PC環境等)
午前の授業で使うELTCという建物のカフェは小さく、行列もできるためほとんど利用しませんでした。そばにフィッシュアンドチップス屋さんや大型スーパーがあったので専らそちらを利用していました。
プログラムを振り返って
①プログラムの意義、参加を通じて成長したこと、その他留学を通じての所感
プログラムを振り返って感じたことは「海外で生活するだけならできる」ということです。授業などの複雑な英語や英作文はまだまだ努力しなければなりませんが、暮らすだけなら十分にできそうだということを感じました。またリスニング力と単語力の不足を感じました。この2つがあれば何を話しているのかより理解することができ、話していることの理解さえできていれば何かこちらから応答することは簡単だと思いました。海外で2週間過ごすということに最初はとても不安を感じていましたが、案外何とかなるということも感じましたし、自分で行きたい場所・やりたいことがあるのなら自分から調べ行動をすればそれをかなえることができるということも学びました。とりあえずやってみるという姿勢が身についたのがよかったと思っています。

②参加後の予定
修士課程に進学予定ですが、その際期間は未定ですが海外の大学院に行くことができれと思っています。
③今後参加を考えている学生へのメッセージ・アドバイス
海外ということでハードルを高く感じているかもしれませんが、何とかあります。刺激的で素敵な2週間でもっと長く滞在したかったという思いでいっぱいです。行こうか悩んでいる、という状況でしたらぜひ参加することをお勧めします。
その他
①準備段階や留学中に役に立ったウェブサイト・出版物
地球の歩き方 イギリス
②その他東京大学のホームページ・出版物等に掲載してよい留学中の写真があれば添付してください。

東京大学 海外留学・国際交流プログラム報告書(超短期プログラム用)

2016 年 8 月 25 日

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
参加プログラム:	夏期超短期留学 シェフィールド大学	派遣先大学:	シェフィールド大学
卒業・修了後の就職(希望)先:			
☒	1. 研究職	☐	2. 専門職(医師・法曹・会計士等)
☐	3. 公務員	☐	4. 非営利団体
☐	5. 民間企業(業界:)	☐	6. 起業
☐	7. その他()		

派遣先大学の概要

シェフィールド大学はイギリスのシェフィールドにある大学で、大学生協などの評価も高い大学である。

参加した動機

自分の英語のスキル(特にスピーキング)が低いと感じており、短期留学でスキルアップを図ろうと思ったから。また、海外の大学の雰囲気をするこで、今後の留学などの計画に役立てようと思った。

参加の準備

①プログラムの参加手続き(手続きにあたってのアドバイスなど)

参加決定が6月末と遅かったので、航空券は急いだ方が良かったと思った。自分は早めに予約したつもりだったが、それでももっと早く行動していれば、もっと安いチケットもあったと思う。また、申請書類も余裕が無かったので、早めをこころがけるとよいと思う。

②ビザの手続き(ビザの種類、申請先、手続きに要した時間、ビザ申請にあたってのアドバイスなど)

ビザはロンドンの空港でシェフィールド大学の受け入れ証をみせてもらった。

③医療関係の準備(出発前の健康診断、常備薬、予防接種等)

特にしていない。

④保険関係の準備(加入した海外旅行傷害保険・留学保険等)

学校から斡旋された保険に加入した。

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

単位取得はしていないので、授業に支障がないかを確認するのみだった。

⑥語学関係の準備(出発前の語学レベル・語学学習等)
出発前の語学レベルはTOEIC600点と高くはなかった。IELTSなどは受けたことが無かった。
⑦日本から持参した方がよいもの、その他出発前にやっておくべきこと・アドバイスなど
洗剤、ハンガーは持っていくと洗濯が出来て便利だった。
学習・研究について
①プログラムの概要(授業・予習・復習のスタイル、印象に残っている内容等)
授業は午前中は英語の授業、午後は東大生向けの講義だった。午前の語学の授業はディスカッションの多い外国のスタイルの授業で、英語を話す訓練になったが、内容自体は大したことがないといった印象だった。午後の授業は、毎回違う講師がオムニバス形式で講義を行い、それに対してディスカッションを行ったりするものだった。講義自体の内容が難しめで、苦勞したが、面白かった。また、事前準備の講義をして実際の講義をして、その後ディスカッションという流れが、良かった。
②学習・研究面でのアドバイス
ネイティブはこちらの不完全な英語でも、大体読み取ってもらえるので、恐れずにはなしてよいと思う。
③語学面での苦勞・アドバイス等
講義の内容がちよっとでも難しくなると、英語で理解するのが途端に困難になり、自分の未熟さを身に染みて感じた。
生活について
①宿泊先(種類(寮・ホームステイ・ルームシェア等)、家賃、宿舎の様子、見つけた方法など)
プログラムに予め組み込まれていたアレン・コートという寮に宿泊。
②生活環境(気候、大学周辺の様子、交通機関、食事、お金の管理方法(海外送金・クレジットカード)など)
夏でも涼しく、長そでが必要なくらいだった。自分はロンドンからシェフィールドから長距離バスをつかい、シェフィールド駅からはトラムを使っていった。10ポンド程度しかかからなかったのが、これが恐らく最安ルートだと思われる。支払はほぼ全てクレジットカードで、現金は60ポンドほど両替したが、ほぼ使わなかった。食事はほぼ自炊した、夕食時などフラットの人が集まっている時は一緒に食事を作ったりした。
③危機管理関係(留学先の治安、医療機関の事情、心身の健康管理で気をつけた点など)
シェフィールドの治安は比較的良いように感じた。また、イギリス全体についても、ほかのヨーロッパ国に比べ良いのではないと思う。ロンドンで相部屋のユースに泊まったり、夜行バスにも乗ったが、自分は大丈夫だった。

④要した費用について(航空賃、授業料、教科書代、家賃、食費、交通費、娯楽費などの概算)
航空券は83000円程。授業料は12万ほど、食費は1万程度、交通費は、その後オランダに行ったこともあり、25000円程度。その他あわせて30万円程度かった。
⑤奨学金(受給していた場合は、支給機関・支給額・見つけた方法など)
大学の超短期夏期留学制度をつかい、JASSOから支給。
⑥学習・研究以外の活動(スポーツ・文化活動、ボランティア・インターン、週末や長期休暇の過ごし方など)
大学が開催している遠足のようなもので、近くの国立公園にいたり、週末にはリバプールに電車で日帰り旅行をした。
派遣先大学の環境について
①参加学生へのサポート体制(語学面・学習面・生活面・精神面でのサポート等)
イベントなどもあり、充実していたが、期間が短かったため、あまり活用は出来なかった。
②大学の設備(図書館・スポーツ施設・食堂・PC環境等)
きれいな図書館が自由に使えたのが良かった。寮のWiFiも安定していた。
プログラムを振り返って
①プログラムの意義、参加を通じて成長したこと、その他留学を通じての所感
語学能力にはまだまだ不足を感じるが、自力で海外に行って短い期間ながら生活したという経験を得ることが出来、生活することは難なく出来ることが分かり、長期留学に対し、積極的な姿勢になったと思う。
②参加後の予定
学部の中で長期留学は難しいので、学部でまた機会があれば短期留学に参加し、大学院で長期の留学で行けたらと思う。
③今後参加を考えている学生へのメッセージ・アドバイス
イギリスは本当にいい国だと実感したので、イギリスにいったことがない人は是非参加すると思います。
その他
①準備段階や留学中に役に立ったウェブサイト・出版物
national express:長距離バスの会社。 レイルヨーロッパ:電車の検索サイト。 Maps.me :オフラインで使える地図アプリ
②その他東京大学のホームページ・出版物等に掲載してよい留学中の写真があれば添付してください。

東京大学 海外留学・国際交流プログラム報告書(超短期プログラム用)

2016 年 8月 20日

東京大学での所属学部・研究科等:	教養学部	学年(プログラム開始時):	学部1
参加プログラム:	2016年第2回東京大学奨学金付き 夏季短期留学プログラム	派遣先大学:	シェフィールド大学
卒業・修了後の就職(希望)先:			
☐	1. 研究職	☐	2. 専門職(医師・法曹・会計士等)
☐	3. 公務員	☐	4. 非営利団体
☒	5. 民間企業(業界: 総合商社)	☐	6. 起業
☐	7. その他()		

派遣先大学の概要

シェフィールド大学はイングランド中部にある国立大学で、国内15位、世界80位に位置付けされている。大学があるシェフィールドの町は、そこまで大きくなく、かつその中にシェフィールド大学を含め2つの大学があるため大学と町が一体化しているような印象を受けた。留学生の受け入れに積極的で、特にアジア人が多く、学内でも多くの中国人や韓国人、そして日本人を見かけた。周りも英語が母国語ではない人たちが多く、先生もそれにある程度配慮してくれているので、英語力に自信がなく、ネイティブに気おくれしてしまうような人にはこの大学はぴったりだろう。

参加した動機

全学交換留学に向けた英語力の養成という目的のほかに、安くイギリスに行けるなんて最高じゃないかという気持ちがあったわけではない。ともかく、この先の大学生活の中で留学をする際の第一歩にできたらいいな、と思い参加を希望した。

参加の準備

①プログラムの参加手続き(手続きにあたってのアドバイスなど)

期末試験と諸々の書類を提出しなければいけない期間がかぶるため、面倒くさがらずに試験準備に本腰を入れなければならない時期になる前に提出できるものはさっさと提出しないとえらい目にあう。

②ビザの手続き(ビザの種類、申請先、手続きに要した時間、ビザ申請にあたってのアドバイスなど)

飛行機の中でもらえるカードに必要事項を書いて大学の受け入れ許可証を見せる準備だけして空港で申し出るだけでいいのでそこまでビザに対して身構える必要はない。

③医療関係の準備(出発前の健康診断、常備薬、予防接種等)

特になし。歯医者には行っておいた方が吉。

④保険関係の準備(加入した海外旅行傷害保険・留学保険等)

学校の指示に従って指定された保険に加入した。

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

特になし、海外渡航届を出した程度。

⑥語学関係の準備(出発前の語学レベル・語学学習等)
直前のTOEFLは86点程度。大学生の英語力ピークといわれる受験直後からそこまで時間がたっていないので何とかあった。
⑦日本から持参した方がよいもの、その他出発前にやっておくべきこと・アドバイスなど
8月でもイギリスは思っている以上に寒いので着るものは長袖を主体にして持っていった方がよい。
学習・研究について
①プログラムの概要(授業・予習・復習のスタイル、印象に残っている内容等)
時間割としては午前中が英語力養成クラスで、十数人のこじんまりとしたクラスでテキストブックを進めていくのだが、積極的に発言していかないと何にもならない。午後は東大生だけが理系文系に分かれて、45分ずつ、講義を理解するための事前準備、講義、講義に関する反省会、といった時間割になっている。割と早めの時間に終わった。
②学習・研究面でのアドバイス
正直なところ全体のレベルはそこまで高くない。午前の英語養成の授業は運が悪いと8割以上日本人しかいないクラスに放り込まれる。また積極的に発言していかないと、テキストの内容自体は中学レベルなので本当に何がしたくて来たのか分からない状態になる。午後の授業は本当に東大生しかいないためリスニングの授業と割り切ろう。
③語学面での苦労・アドバイス等
かなり積極的にクラスの外国人に話しかけに行かないと英語を話す機会が少ない。日本人と英語をしゃべってもいいのだけれど、日本人特有の英語の癖をお互い持ってるため外国人相手だと通じない表現がなんとなく理解しあえてしまい練習にならない。というかそもそもそれだと日本でやればいいという話になる。
生活について
①宿泊先(種類(寮・ホームステイ・ルームシェア等)、家賃、宿舎の様子、見つけた方法など)
宿泊したのは寮だった。ユニットバスが各部屋にあり、キッチンフラットで共有。洗濯機、乾燥機、wifiもあり、設備はかなり整っていた。しかしフラットが全員東大生なことこそ日本語主体の生活になってしまう最大の罠だった。
②生活環境(気候、大学周辺の様子、交通機関、食事、お金の管理方法(海外送金・クレジットカード)など)
気候は前述の通り肌寒い。大きなスーパーが歩いていける距離にあるため大変便利。食事はほぼ自炊だった。お金はカードを2、3枚をばらして保管して、現金はあまり持ち歩かないようにした。
③危機管理関係(留学先の治安、医療機関の事情、心身の健康管理で気をつけた点など)
治安はとてもよく、幸い周りの東大生に大きく体調を崩す人がいなかったため医療機関の実態は分からずじまいだが、説明を聞く限りはかなりしっかりしていると思われる。

④要した費用について(航空賃、授業料、教科書代、家賃、食費、交通費、娯楽費などの概算)
EU離脱によるポンド安の影響をもらにうけ、相当安く済んだ。プログラム参加費は12万円ほどで、奨学金をいただくので最終的に4, 5万円ほどか。ただ航空券を早くとらなかったため直行便しか残らず25万円ほどしてしまった。
⑤奨学金(受給していた場合は、支給機関・支給額・見つけた方法など)
大学側から提示されていた奨学金に申し込んだ。
⑥学習・研究以外の活動(スポーツ・文化活動、ボランティア・インターン、週末や長期休暇の過ごし方など)
近場への小旅行など。
派遣先大学の環境について
①参加学生へのサポート体制(語学面・学習面・生活面・精神面でのサポート等)
留学生を積極的に受け入れているだけあって、至れり尽くせりだった。各サポートのためのシステムは大体整っている。
②大学の設備(図書館・スポーツ施設・食堂・PC環境等)
最近できたという大きな図書館が印象的だった。食堂はほぼ使わずじまいで、PCも寮にwifiがあったので特に使用しなかった
プログラムを振り返って
①プログラムの意義、参加を通じて成長したこと、その他留学を通じての所感
何よりも留学に対して前向きになれたのが一番の収穫だった。周りの東大生の先輩方から留学に関して色々なことが聞け、今後の留学に関する見通しが立った。英語力の方も、地力がついたかはあやしいが、堂々と話すための自信がついたのはとても大きいと思う。ついでに自炊力も上がった。
②参加後の予定
幸運なことに次の全学交換留学の締め切りが遅いので、日本に帰ったらすぐに応募に必要なIELTS等の点数をとるための勉強をし、再びイギリスへ、今度は長期で来たいと思う。
③今後参加を考えている学生へのメッセージ・アドバイス
まだポンド安が続いていて、すばやく航空券を抑えられるのなら、英語圏への留学としては破格の値段になるのでは是非参加をお勧めする。ちなみに予算に余裕があるなら8月後半に開催されるオックスフォード大学のサマースクールに個人で応募し、(東大の留学プラン一覧にある)2つのサマースクールの間を安宿で過ごすことで夏をほぼイギリスで過ごすといういい感じのプランになる。
その他
①準備段階や留学中に役に立ったウェブサイト・出版物
東大の留学情報に関するページ
②その他東京大学のホームページ・出版物等に掲載してよい留学中の写真があれば添付してください。

東京大学 海外留学・国際交流プログラム報告書(超短期プログラム用)

2016年8月29日

東京大学での所属学部・研究科等:	農学部	学年(プログラム開始時):	学部4
参加プログラム:	シェフィールド大学サマープログラム(SHEF)	派遣先大学:	シェフィールド大学
卒業・修了後の就職(希望)先:			
☐	1. 研究職	☐	2. 専門職(医師・法曹・会計士等)
☐	3. 公務員	☐	4. 非営利団体
☒	5. 民間企業(業界:)	☐	6. 起業
☐	7. その他()		

派遣先大学の概要

教育水準の高さで知られるイギリスヨークシャー州の大学。

参加した動機

長期留学への足掛かりとして。

参加の準備

①プログラムの参加手続き(手続きにあたってのアドバイスなど)

難しい手続きはありませんでした。

②ビザの手続き(ビザの種類、申請先、手続きに要した時間、ビザ申請にあたってのアドバイスなど)

大学からの受け入れレターが発行に役立ちました。

③医療関係の準備(出発前の健康診断、常備薬、予防接種等)

特にしませんでした。

④保険関係の準備(加入した海外旅行傷害保険・留学保険等)

必須の保険に加入しました。

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

特にありませんでした。

⑥語学関係の準備(出発前の語学レベル・語学学習等)

⑦日本から持参した方がよいもの、その他出発前にやっておくべきこと・アドバイスなど
のど飴を持っていくとよいと思います。
学習・研究について
①プログラムの概要(授業・予習・復習のスタイル、印象に残っている内容等)
午前は英語の文法など、午後は講義を聞き学習しました。
②学習・研究面でのアドバイス
③語学面での苦労・アドバイス等
私にとってイギリス英語は聞きづらいものでした。
生活について
①宿泊先(種類(寮・ホームステイ・ルームシェア等)、家賃、宿舎の様子、見つけた方法など)
手配された大学寮で、6人で1つのキッチンシェアしました。みな素敵な人たちでした。
②生活環境(気候、大学周辺の様子、交通機関、食事、お金の管理方法(海外送金・クレジットカード)など)
寒いです。長袖が必須でした。
③危機管理関係(留学先の治安、医療機関の事情、心身の健康管理で気をつけた点など)
早朝や深夜を除けば治安が良いと思います。
④要した費用について(航空賃、授業料、教科書代、家賃、食費、交通費、娯楽費などの概算)
⑤奨学金(受給していた場合は、支給機関・支給額・見つけた方法など)
⑥学習・研究以外の活動(スポーツ・文化活動、ボランティア・インターン、週末や長期休暇の過ごし方など)
週末や、プログラム前後に、行きたい都市に観光しました。ロンドンピカデリーでのミュージカル鑑賞は特にお勧めです。

派遣先大学の環境について
①参加学生へのサポート体制(語学面・学習面・生活面・精神面でのサポート等)
オリエンテーションでわかるものでした。
②大学の設備(図書館・スポーツ施設・食堂・PC環境等)
24時間開いている図書館がありました。
プログラムを振り返って
①プログラムの意義、参加を通じて成長したこと、その他留学を通じての所感
普段の平穏な生活はたくさんの人々に支えられてのものなのだと、1人行動での失敗を通じて改めて実感しました。終わってみればよい社会経験でした。
②参加後の予定
③今後参加を考えている学生へのメッセージ・アドバイス
迷っているなら行くことをお勧めします。
その他
①準備段階や留学中に役に立ったウェブサイト・出版物
②その他東京大学のホームページ・出版物等に掲載してよい留学中の写真があれば添付してください。

東京大学 海外留学・国際交流プログラム報告書(超短期プログラム用)

2016年8月26日

東京大学での所属学部・研究科等:	薬学部	学年(プログラム開始時):	学部3
参加プログラム:	シェフィールド大学	派遣先大学:	シェフィールド大学
卒業・修了後の就職(希望)先:			
☒	1. 研究職	☐	2. 専門職(医師・法曹・会計士等)
☐	3. 公務員	☐	4. 非営利団体
☐	5. 民間企業(業界:)	☐	6. 起業
☐	7. その他()		

派遣先大学の概要

国際色豊かな大学でたくさんの留学生を受け入れている。東アジア研究が盛んな大学のせいか、アジア系の留学生は特に多かった

参加した動機

英語を将来日常的に使うことになるので、今のうちに英語苦手を克服したいと思ったから。

参加の準備

①プログラムの参加手続き(手続きにあたってのアドバイスなど)

学部ごとによって締切が異なっているので、国際関係の担当の人に早めに相談すべき。私の場合は相談した時はすでに締切を過ぎていたが、何とかお願いしたところうまくいったので、とりあえず相談してみるとよい

②ビザの手続き(ビザの種類、申請先、手続きに要した時間、ビザ申請にあたってのアドバイスなど)

はがき1ページくらいのサイズの用紙の必要事項を埋めて審査官に渡すだけでOK。特に日本人はけっこう大歓迎みたいで基本的にすごく親切。ただし、行列が長いので1時間以上はかかった。

③医療関係の準備(出発前の健康診断、常備薬、予防接種等)

特にしませんでした。

④保険関係の準備(加入した海外旅行傷害保険・留学保険等)

OSSMAと付帯海学に加入した。申請時期は留学関連で申請する人が殺到するので申請書類は早めに(1か月前とか)出さないといけない。お金の振り込みも早めに。忘れていると電話がかかってくるので大丈夫ではあるが。また、留学中に安否確認のメールが届くので、面倒がらず返信してあげましょう。でないと捜索が開始されてしまいます。

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

私の場合、国際関係の担当者に言われた通り、TOEFLのスコア、駒場、学部での成績、申請書類を提出した。すごく親切な対応をしてくださってとても仲良くなった。

⑥語学関係の準備(出発前の語学レベル・語学学習等)

留学の意思を決めたとき(前述したとおり、すでに締切は過ぎていたが)TOEFLのスコアを持っておらず、意思の決定から3日後に急きょTOEFLを受けることになった。もちろん対策している余裕はなかったのと、元々英語が苦手だったので酷い点数であった(55点くらい)。このプログラムの目標点数が65~85点くらいなのでそれより下回ってしまい非常に不安だったが出してみたら通ったので、応募してみるものだなと思った。昔CNN EXPRESSという月刊誌で英語を勉強していたので留学が決まってからは少しずつ聞いてみるようにした。また、留学が終わってもそれを継続している。

⑦日本から持参した方がよいもの、その他出発前にやっておくべきこと・アドバイスなど
お世話になった先生やスタッフへ送るプレゼント。日本らしいものだとおよい。非常に喜ばれた。
学習・研究について
①プログラムの概要(授業・予習・復習のスタイル、印象に残っている内容等)
初日に英語カテストが行われ、クラス分けされる。午前中はそれぞれの能力に合わせたクラスでEnglish skillを磨く。毎回宿題が出され、それをweb上で提出する(内容は東大生にとってはかなり簡単だと思う)。しかし、私の場合、初日の諸事情によりwebのアカウントを手に入れられなかったため、提出はできなかった。授業ではspeakingがメイン。間違ってもいいから積極的に発言していくことがおすすめ。ちゃんと先生も理解してくれるし、正しい英語に訂正してくれる。私のクラスでは韓国人、中国人、日本人がいた(他のクラスではアラブ人がいて、コーランをもらったとか)。日本人は東大生のほか、ICU、明治、法政、中央とかだったと思う。すぐ皆フレンドリーで楽しいクラスであった。最後の日にはみんなで写真をとった。午後の授業は東大生のための特別講義。理系、文系に分かれて様々なトピックスに関して講義を英語で聞く。講義を聞く前に専門用語のチェックや講義の話題の内容に関して英語でディスカッションをする。その後、講義を聞いて、その内容に関してディスカッションする。講義の内容は専門性が高いことが多く、自分の専門であったらわかりやすいが、それ以外だと結構レベルが高くてついていけないことも多い。しかし、ちゃんとアシスタントの人たちがフォローしてくれるのでご安心を。
②学習・研究面でのアドバイス
とにかく積極的に発言をすることが大事だと思う。普段は練習できないspeakingの良い練習になると思う
③語学面での苦労・アドバイス等
駅で電車の乗り方やチケットの買い方などを尋ねる場合や一般人に道を聞かれる場合もちろんすべて英語で苦労した。特に英語教師でないとゆっくりしゃべることになれておらず、ゆっくり話してとお願いしても結局何も変わらないことが多いので、耳を鍛えるつもりで頑張ろう
生活について
①宿泊先(種類(寮・ホームステイ・ルームシェア等)、家賃、宿舎の様子、見つけた方法など)
アレンコートという大学から歩いて10分のところにある寮にとまる。部屋は個室だが、近くの5~6人がフラッツというまとまりでキッチンやテレビを共有する。一緒に料理をしたり、週末に出かけたりと、一緒に生活を共にすることになるので、このフラッツメンバーとの親交を深めることが重要。
②生活環境(気候、大学周辺の様子、交通機関、食事、お金の管理方法(海外送金・クレジットカード)など)
非常に涼しかった。トラムやバスや電車で移動していた。電車は前日までに予約しておくのと安くなる。食事は基本的にフラッツメイトたちと料理していた。イギリス料理はまずいと言われがちだが、お店で食べてもひどくまずいということにはなかった。ただし日本食の方がおいしいとは思った。お金に関しては私は現金を持たずに行ったので不安だったが、ほとんどのお店でクレジットカードが使えるので困ることはあまりなかった。学生用のクレジットカードだと一か月に使える金額に上限があるので、カード会社をお願いして一時的に上限金額を上げてもらいましょう。
③危機管理関係(留学先の治安、医療機関の事情、心身の健康管理で気をつけた点など)
治安は日本よりは良くないので暗くなってからは一人で出かけないほうが良い。
④要した費用について(航空賃、授業料、教科書代、家賃、食費、交通費、娯楽費などの概算)
航空費(15万)、授業料(11万)、(生活費、娯楽費)15万円
⑤奨学金(受給していた場合は、支給機関・支給額・見つけた方法など)
東大から奨学金を8万円もらいました

⑥学習・研究以外の活動(スポーツ・文化活動、ボランティア・インターン、週末や長期休暇の過ごし方など)
午後の授業が終わった後に様々なアクティビティがあるので参加すると楽しいと思う。私はバドミントンに参加した。週末はいろいろな観光地へ行った。マンチェスター、リバプール、ヨーク、エディンバラ、ピークディストリクト、ロンドンなど。イギリスの観光をまとめた本を持っていくとよい
派遣先大学の環境について
①参加学生へのサポート体制(語学面・学習面・生活面・精神面でのサポート等)
アシスタントがついているので親切にサポートしてくれる。仲良くなって一緒に食事に行ったりした。
②大学の設備(図書館・スポーツ施設・食堂・PC環境等)
図書館、スポーツ施設があるので学生証を手に入れたら使える。ネットも通じている。
プログラムを振り返って
①プログラムの意義、参加を通じて成長したこと、その他留学を通じての所感
英語力に関しては2週間という短い間では劇的に伸びるということはないが、いろいろな国出身の人の英語をたくさん聞くことになるので、聞く力はかなりついたと思う。また、前よりはすらすらと英語をしゃべれるようになった。また、航空機チケットを取ったり、ホテルを予約したりという作業を全部一人でやることになるので良い経験になった。また海外で暮らす時の常識が身についたと思う。
②参加後の予定
そのまま薬学部を卒業して院進し、ドクターまで行くつもりです
③今後参加を考えている学生へのメッセージ・アドバイス
英語苦手を克服したい人、イギリスが好きな人おすすめのプログラムです。
その他
①準備段階や留学中に役に立ったウェブサイト・出版物
地球の歩き方
②その他東京大学のホームページ・出版物等に掲載してよい留学中の写真があれば添付してください。