

東京大学 海外留学・国際交流プログラム報告書(超短期プログラム用)

2017年 2月 27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:	インドネシア大学ウインタープログラム	派遣先大学:	インドネシア大学
卒業・修了後の就職(希望)先:			
<input checked="" type="checkbox"/>	1. 研究職	<input type="checkbox"/>	2. 専門職(医師・法曹・会計士等)
<input type="checkbox"/>	3. 公務員	<input type="checkbox"/>	4. 非営利団体
<input type="checkbox"/>	5. 民間企業(業界:)	<input type="checkbox"/>	6. 起業
<input type="checkbox"/>	7. その他()		

派遣先大学の概要

ジャカルタの近郊、デポックにある総合大学。インドネシア最高峰の大学で社会系の科目が強い。他国の学生向けに2週間と3週間のプログラムを開催している。

参加した動機

インドネシアでムスリムが多数派を占める社会を体感し、多様性がある社会で人々がどのように暮らしているのかを学ぼうと思い応募した。また、様々な国の学生と英語でコミュニケーションをとることで英語力の向上と異文化交流をしたいと思って応募した。

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)

東大に応募し、書類選考のみで決定した。

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

ビザは不要

③医療関係の準備(出発前の健康診断、常備薬、予防接種等)

虫よけとかゆみ止めを持って行った。

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)

OSSMAと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)

海外渡航届を提出した。

⑥語学関係の準備(出発前の語学レベル・語学学習等)

TOEFLを受験した。軽くインドネシア語を学習した。

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

虫よけスプレー、うちわ、虫刺され用の薬。胃腸を鍛えておくとよい。

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)

英語のレクチャーと、様々なところへの訪問。英語のレクチャーは一講義2時間で、インドネシアの外交政策について学んだ。他に質問をする時間もあった。特に予習復習はしていない。地下鉄の建設現場への訪問が特に印象に残った。ASEANやUNといった国際機関も訪問し、国際機関の活動やインドネシアの外交政策について学んだ。

②学習・研究面でのアドバイス

インドネシアやその他の国の外交政策についての事前知識があるととても講義を理解しやすい。

③語学面での苦勞・アドバイス等

現地では英語が通じない店が多いので現地語を覚えていくとよい。また、東南アジアなまりの英語は聞き取りにくく感じた。

生活について

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

インドネシア大学が手配してくれ、費用負担はなかった。大学のホテルでベットメイクや掃除を毎日行ってくれてとても快適だった。

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)

つねに30℃前後で時々スコールが降る。基本移動は大学のバスで、渋滞がひどい。食事は朝と昼は出て、夜は自分で頼む。お金は日本円を現地でルピアに変えて利用。使った額は3万円程度。

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

生ものは食べないようにした。なるべくスパイスをとるように気を付け、食中毒にならないようにした。

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)

合計で11万円強。航空賃65000円、保険10000円、ホテル6000円、食費、交通費、娯楽費30000円

⑤奨学金(受給していた場合は、支給機関・支給額・見つけた方法など)

JASSOの奨学金7万円。留学の募集要項に書かれていた。

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

休日は観光、モスクなどの宗教施設や博物館を中心に廻った。フィールドワークでは、ASEANやUN、警察署や地下鉄の工事現場に訪問した。大学内で伝統的な音楽や踊り、現地語の学習をした。また、体験施設で伝統的なお菓子作りを行った。

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)

現地の学生が手厚くサポートしてくれた。ただ、行き先がよくわからないままバスに乗ることがあった。

②大学の設備(図書館・スポーツ施設・食堂・PC環境等)

図書館はきれいで十分大きかった。その他は使用していない。

プログラムを振り返って

①プログラムの意義、参加を通じて成長したこと、その他留学を通じての所感

プログラムに参加して、インドネシアの外交政策について学べた。特にどの大国にも近づきすぎずに独立を維持するという基本理念は日本とは完全に異なるものであり、日本の外交政策についても考え直すきっかけとなった。インドネシアの文化に触れて、時間にルーズな文化にストレスを感じる部分がありながらも、経済の発展とは無関係にのんびり楽しく暮らす人々を見て、それはそれで幸せなのかもしれないと思った。さらに、分野・学年の違う人々と触れ合うことで視野が広がった。

②参加後の予定

博士課程での海外留学を目指している。

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

お金と時間があれば参加してみるといいと思います。なんだかんだで楽しめ、成長できると思います。

その他

①準備段階や留学中に役に立ったウェブサイト・出版物

特にない。

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。

適した写真がありません。

東京大学 海外留学・国際交流プログラム報告書（超短期プログラム用）

2017年 3月 3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：	インドネシア大学ウインタープログラム	派遣先大学：	インドネシア大学
卒業・修了後の就職（希望）先：			
<input checked="" type="checkbox"/>	1. 研究職	<input type="checkbox"/>	2. 専門職（医師・法曹・会計士）
<input checked="" type="checkbox"/>	3. 公務員	<input type="checkbox"/>	4. 非営利団体
<input type="checkbox"/>	5. 民間企業（業界： ）	<input type="checkbox"/>	6. 起業
<input type="checkbox"/>	7. その他（ ）		

派遣先大学の概要

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

参加した動機

一つ目は、東南アジアの伝統的な文化に興味があったことである。日本とは材質、主題、手法も異なった文化が発展する東南アジアの中でも、バティックやワヤン・クリッなどの特徴的で多様な文化が発展するインドネシアの文化を直接感じたいと思ったからである。もう一つは語学力の向上である。私は、多国籍の同年代の人と英語でコミュニケーションをとるという経験がほとんどなく、英語のスピーキング力・リスニング力が低かったため、生で英語で会話をするという刺激的な経験をしたかったためである。

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）

たくさんの資料に目を通す必要があったり、提出物が複数存在します。国際交流課の方からはそれらの資料が時間に余裕を持って配布されるので、なるべく早く行動に移し期限も守ることが大切だと思います。そうすることで周囲に迷惑をかけることもなく直前に自分が焦って準備することにもならないと思います。

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

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

③医療関係の準備（出発前の健康診断、常備薬、予防接種等）

予防接種が自分に必要かどうかを確認し、常備薬もどのようなものが必要かを考えることが大切だと思います。私は予防接種は受けませんでした。整腸薬、ビタミン剤、漢方は持参しました。インドネシアの料理は大変美味しいですが、脂っこいもの多くあまり野菜は食べられないので、これらの薬を持参して良かったと思いました。

④保険関係の準備（加入した海外旅行傷害保険・留学保険等）

保険関係はきちんと期日どおりに提出物を出す必要があります。保険に入ることによって精神的な安心面も保障されるので大学の指示どおりにきちんと加入することが大切だと思います。また、プログラムに行く際も被保険証明書を忘れず持参することも気をつけたいと思います。

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）

本プログラムは春休みの期間中に行われるので通常の授業と重なることはありませんが、集中講義などと重ならないかどうかには気をつけました。

⑥語学関係の準備（出発前の語学レベル・語学学習等）

出発までにアイエルツとTOEICは受けましたが、決して高い点ではありませんでした。このプログラムを通して向上させようと意識しており、プログラム前の語学力は高くなかったです。

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

石鹸、クレジットカード、ドライヤー、変圧器・コンセントのプラグ変換器

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）

二週間のプログラムのうち1週目は午前中に講義、午後に伝統文化の体験をするという構成が基本でした。講義ではインドネシア大学の教授の方々にオムニバス形式でIndonesian Foreign Policyをテーマとした授業を受けました。伝統文化の体験ではインドネシアのダンスや歌、楽器演奏、バティック（蠟染め）などの体験をしました。特に翌日までの課題が出る、といったことはありませんでした。2週目はインターンシップとして学外の施設を訪問し、そこで働く方々のお話を聞きました。JICAやUNHCR、ASEANの期間などを訪れ、講義を受けたり実際の設備を見学することができました。最後の二日間はこのプログラムで学んだことをまとめたプレゼンテーションを行うことに充てられました。

②学習・研究面でのアドバイス

学習面では、講義の時間などに万全の体調で聞くことができるよう規則正しい生活をしておくことがお勧めです。私は英語が苦手な集中していないとほとんど聞き取れなくなってしまうため、授業のある前日は早めに寝て翌日の講義に備えました。

③語学面での苦労・アドバイス等

語学面では相手の貴重なお話が聞き取れなかったり、日常のコミュニケーションでも店員さんやインドネシア大学の学生とうまくコミュニケーションが取れないなど苦労しました。聞きたいことがあってもうまくそれを英語にできずにそのままにしてしまうなど、せっかくの機会を逃してしまうことが多々あったことは後悔していますし、英語の学習をしなければと強く感じました。

生活について

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

インドネシアの寮に宿泊することができ、代金はインドネシア大学側が持ってくれました。私は一人部屋だったのですが、部屋は広く掃除もしてもらえるのでとても快適でした。ただ、部屋によってはシャワーが使えなかったり、冷蔵庫が壊れていたり、虫が出たりすることもありましたが、寮の担当者に言うとお応じしてもらうことができました。

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

気候は常に30度前後で湿度も高かったのですが、クーラーなどもあり、また雨季のため曇り空が多く直射日光に当てられなかったため特に不快に感じることはありませんでした。大学周辺の治安はよく食事とても美味しかった上、非常に安かったです。お金は日本から持参し、空港やモールの換金所にて換金しました。二週間で2万円ほどで過ごせました。交通は基本的にタクシーやバスを利用しました。ただし、金額は低いものの交通渋滞がひどいので目的地に着くまでに何時間もかかることがありました。

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

治安が特に悪いという印象は受けませんでしたが、夜に外出したり、人気のないところに行ったり、個人行動をとるなどの行為は避けるようにしました。健康面については、食品の衛生面は大丈夫ですが、全体的に脂っこい料理が多いので胃もたれなどになりやすいです。胃腸薬などを持参することがお勧めです。

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）

寮費、朝食代、昼食代、授業料は全て大学側が負担してくださいました。また、さらに七万円の奨学金も支給されるので、航空費や前乗りのホテル代も補うことができました。そのため、実際に自分が負担した費用は、夕食代や観光にかかったお金、お土産代など全て合わせても二週間で2万円でした。

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）

本プログラムから参加学生は全員が奨学金を受けることができ、私もJASSOから7万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）

自由行動の日にはジャカルタ市内やデポック市内を観光しました。独立記念塔や国立博物館、モスクなどに行き、多様な文化が混ざったインドネシア固有の文化に触れることができました。また、現地の美味しい料理・おやつも格安で食べることができ、充実した休暇を過ごすことができました。

派遣先大学の環境について

①参加学生へのサポート体制（語学面・学習面・生活面・精神面でのサポート等）

インドネシアの皆さんは本当に親身になってこのプログラムを支えてくれました。特に、インドネシア大学の学生の方は自分たちが行きたい場所を案内してくれたり、夕飯のデリバリーやタクシーの呼び出し、そして交通機関の使い方のレクチャーや通訳もしてくださり本当に助かりました。このような支えがあったからこそ、快適で充実した二週間で過ごせたのだと思います。

②大学の設備（図書館・スポーツ施設・食堂・PC環境等）

大学の設備はとても充実しており、図書館などの蔵書数は非常に多かったです。検索機能もあるので探しやすい、机のスペースも大きく数が多かったです。学内では大体の場所でWi-fiが通じているのでインターネット環境にも困りませんでした。

プログラムを振り返って

①プログラムの意義、参加を通じて成長したこと、その他留学を通じての所感

本プログラムを通じて、インドネシアの文化や外交政策などを学んだだけでなく、自分の学がいかに不足しているかということを感じました。現地の方とのコミュニケーションをするのに英語をうまく話せなかったり、日本史や世界史の基本的な知識がないために会話にうまく参加できなかったりということが多々あり、周囲の東大生やインドネシア大学生のレベルの高さ・教養の深さに強く刺激を受けました。また、周囲の人たちが将来の夢を持ってその進路に向けて進んでいく様子も自分にはないものであり、自分の将来について考える良い機会となりました。

②参加後の予定

特に海外へ行ったり、大きなプログラムに参加するということはありません。この残りの春休みの期間は、自分に不足している学を深め、そして将来の進路についてじっくり考えるために時間を充てたいと考えております。

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

私は、最初このプログラムに参加するかどうか迷っていましたし、行くことが決定した後も行きたいという強い希望はありましたが実際に現地では何をやるのかは具体的にはわからず不安な点もありました。しかし、現地ではインドネシア大学や東京大学の学生と交流し、本当に多くの経験を得ることができました。もし迷っているのならば絶対に応募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

インドネシア大学の公式ホームページ（留学前は大学の情報が得られましたし、留学中は本サイトにパスワードを打ち込むことで大学内と寮内ではWi-fiを使うことができました。）

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

東京大学の保険関連のページには具体的な内容や情報が記載されているのでとても使いやすかったです。

東京大学 海外留学・国際交流プログラム報告書(超短期プログラム用)

2017年3月3日

東京大学での所属学部・研究科等:	教養学部	学年(プログラム開始時):	学部2
参加プログラム:	インドネシア大学ウインタープログラム	派遣先大学:	インドネシア大学
卒業・修了後の就職(希望)先:			
	1. 研究職	<input checked="" type="checkbox"/>	2. 専門職(医師・法曹・会計士等)
	3. 公務員	<input type="checkbox"/>	4. 非営利団体
	5. 民間企業(業界:)	<input type="checkbox"/>	6. 起業
	7. その他()	<input type="checkbox"/>	

派遣先大学の概要

インドネシア大学。インドネシアで最も優れた大学とされており、UI-CREATESというプログラムを通じて定期的に海外学生と現地学生の交流やインドネシアについて学ぶ機会を提供している。

参加した動機

3年になり、本格的に専門の勉強に入る前に、教養学部生としての知見を深めたかったことが最も大きな動機である。

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)

学校に対する手続きや危機管理などについて、早めの準備が必要であると思う。

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)

③医療関係の準備(出発前の健康診断、常備薬、予防接種等)

インドネシアは衛生状態の関係から腹痛を起こすことがほぼ必至なので、自分に合った常備薬を持参することはとても重要。

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)

学校側の指定した付帯海外の保険に加入した。特に問題はなかった。

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)
⑥語学関係の準備(出発前の語学レベル・語学学習等)
語学レベルはさほど要求されなかった。これらのプログラム全体に対して言えることだが、語学テストの点数よりも、自分から積極的にしゃべる練習や心構えの方が必要だと実感した。また、英語学習がプログラムの目的ではないため、現地での英語力それ自体の向上を期待するのは厳しいと思われる。
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
ドライバー(今回の宿泊先になかったため)、日本食など食べるもの(インドネシア料理は日本人の口に合うとされているが、念のため)
学習・研究について
①プログラムの概要(授業・予習・復習のスタイル、印象に残っている内容等)
予習は特に要求されない。復習に関しては、最終日のプレゼンテーションでそれまでの知識が必要になることが多いので、しておく最後まで楽。座学はそこまで多くなく、校外でのフィールドトリップが多い。このフィールドトリップでは、MRT(地下鉄)見学や警察の活動の視察など、普段体験できない貴重な体験をし、印象に残っている。
②学習・研究面でのアドバイス
決して理解に苦しむような高度な内容ではないので、講義は英語でもわかりやすかった。教授と話をしたり、質問をする機会も積極的に利用すると思う。
③語学面での苦勞・アドバイス等
現地学生の方が日本人学生より多いこともあり、自分から行動しないと、そもそも日常で英語を発さないままプログラムが終わることもあったと感じた。文法の間違いにこだわらず、とにかく話すことが大事だと思う。
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)
印象としては寮に近いホテルが指定された。宿泊費は大学負担だった。
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)
雨季だったため、雨が多い。大学近くは少し離れた場所にショッピングモールがある程度。交通機関はバス、タクシー、電車が主流だが、いずれも安価。食事は比較的口に合うものが多い。お金の管理としては、貴重品は常に持ち歩き、お金を複数の財布に分けて持ち歩くことが(スリ対策として)おすすめ。

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がつけた点など)
食べ物について。とにかく衛生状態がよくないため、たとえショッピングモール等清潔に思える環境で作られたものでも気を付けるべき。特に最初の方は加熱したものをできるだけ選択したほうがいい。
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)
奨学金として7万円をもらった学生であれば、航空費はほぼまかなえる。宿泊費、朝食、昼食、授業料は大学負担だった。その他のお金としては、2万円を持参すれば十分だが、やりくりによっては1万円でも十分やっている程度。
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)
受給していなかった。
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)
フィールドトリップで多くの機関を訪れた(ASEAN基金やUN情報センター、MRTなど)。文化体験も多く行った。
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)
積極的に与えられるサポートは必要最低限だったが、こちらが質問したり希望すれば、真摯に対応してくれた。
②大学の設備(図書館・スポーツ施設・食堂・PC環境等)
図書館は使用でき、PCもそこにあるが、あまり使う機会はない。
プログラムを振り返って
①プログラムの意義、参加を通じて成長したこと、その他留学を通じての所感
知らない環境で2週間生活しながら、違うバックグラウンドを持つ人々と交流することは、人間的に自分を成長させてくれたと思う。また、東南アジアについてもより深く考えるきっかけになってよかった。
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

必要費用も少なく、長い春休みを有効に生かすうえでも、今回のプログラムは有意義だと思われる。インドネシア学生だけでなく、自分と同じような志や目標を持つ東大生の仲間ができることも良い点の一つだと思う。現状に行き詰まりを感じていた私にとってはとてもよい刺激になったので、是非ともお勧めする。

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)

29 年3 月 6 日

東京大学での所属学部・研究科等:	教養学部	学年(プログラム開始時):	学部2
参加プログラム:	国際本部ウインタープログラムインドネシア大学	派遣先大学:	インドネシア大学
卒業・修了後の就職(希望)先:			
<input checked="" type="checkbox"/>	1. 研究職	<input type="checkbox"/>	2. 専門職(医師・法曹・会計士等)
<input type="checkbox"/>	3. 公務員	<input type="checkbox"/>	4. 非営利団体
<input type="checkbox"/>	5. 民間企業(業界:)	<input type="checkbox"/>	6. 起業
<input type="checkbox"/>	7. その他()		

派遣先大学の概要

インドネシアで一番と評される大学でDepok にあるキャンパスは広大である。

参加した動機

インドネシアというこれから成長していく国の現状を見たかったから。

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)

先方は期限に関してルーズであったり、適当ではあるが、期限は守るほうが良い。

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

特に必要ではなかった。

③医療関係の準備(出発前の健康診断、常備薬、予防接種等)

A型肝炎の予防接種を受けた。

④保険関係の準備(加入した海外旅行傷害保険・留学保険等)

義務付けられた保険に入った。

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)

挨拶程度はインドネシア語でできるようになっておいた。

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

服は余分に持っていくほうが良い。もっとも、向こうで買ってしまえばいいのだが。

学習・研究について

①プログラムの概要(授業・予習・復習のスタイル、印象に残っている内容等)

インドネシアの外交政策について学ぶ。具体的には前半で大学の教授から、後半で国連などの大学外での講義を受ける。それとともにインドネシアの文化を学ぶ。具体的にはダンス、民族音楽、伝統的染物、伝統的生活などを学ぶ。

②学習・研究面でのアドバイス

積極的に参加すると得るものが大きいと思います。講義中の積極的な質問、議論が許されている環境です。

③語学面での苦勞・アドバイス等

街に出ると英語が通じない、通じないふりをする人にであう。そうするとお手上げだが、それでもいかに英語が大切か身にしみる。

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)

大学が用意してくれた。良い寮だった。

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)

空港で両替した。雨季は湿度が80%を切ることはほとんどない。

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)
治安はさほど悪くない。医療は世話になっていない。
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)
航空費が8万、娯楽費お土産代が2万
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7万円受給していました。
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)
とくになし
派遣先大学の環境について
①参加学生へのサポート体制(語学面・学習面・生活面・精神面でのサポート等)
インドネシア大学の学生がついてくれていました。学習面に関しては大学からはサポートがほぼないです。
②大学の設備(図書館・スポーツ施設・食堂・PC環境等)
図書館、PC環境ともに利用可能であった。しかし学生証がないうちはいずれも利用不可能でした。
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
日本という国、あるいは欧米の価値観も日本と重なる部分がある、そういう親和性の高い価値観に身を置いているとその価値観自体を相対化することは限りなく不可能に近い。それを可能とするのはその価値観に立脚していない環境に身を置くことのみである。相対化に何か意義があるのかと問われればそれは答えるのが難しい問題であるが、意義がないことを示せない以上相対化することが不要とは言えないのもまた事実である。それゆえに本プログラムに参加する意義が発生すると思われる。
②参加後の予定
特に計画は立てていない。専門に進んでいくにあたり、なにかしらに結びつけばいいと思う。

③今後参加を考えている学生へのメッセージ・アドバイス

このプログラムは不安になる瞬間もありますが、思っているよりはしっかりとしたプログラムです。この国にしても、適当に見えてしっかりとした国です。

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、インドネシア語初級

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

東京大学 海外留学・国際交流プログラム報告書(超短期プログラム用)

2017年3月8日

東京大学での所属学部・研究科等:	教養学部	学年(プログラム開始時):	学部1
参加プログラム:	UI-create	派遣先大学:	インドネシア国立大学
卒業・修了後の就職(希望)先:			
<input type="checkbox"/>	1. 研究職	<input type="checkbox"/>	2. 専門職(医師・法曹・会計士等)
<input type="checkbox"/>	3. 公務員	<input type="checkbox"/>	4. 非営利団体
<input checked="" type="checkbox"/>	5. 民間企業(業界: 金融)	<input type="checkbox"/>	6. 起業
<input type="checkbox"/>	7. その他()		

派遣先大学の概要

ジャカルタの隣のデポク市にある、インドネシア1の名門大学。インドネシアの東大と呼ばれている。広大な領地と豊かな自然を持ち、バスから見る風景はとても大学とは思えないような雄大な自然もあった。一方で図書館などの施設は名門大学らしくかなり充実しており、インドネシアにとってこれだけの手間とお金をかけるに値する重要な施設とされていることが伺えた。

参加した動機

インドネシアという世界最大のムスリムを抱えながらもイスラム教を国教に指定せず多様性を尊ぶ国に強い興味があった。この国でなら、日本という単一民族かつ単一言語では学べない多様性への付き合い方を生で学ぶことができると思った。

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)

自己アピールなどをESに書く。書いている内にそれまでの自分の活動や自分という存在がどういう強みを持っているのかを再発見することに繋がることもあった。このプログラムでは参加した人も本当に学部・専門という視点から見ると多様でみんなが何かしらの強みを持っていたことから、自分がどういう点で特別でこのプログラムにどう寄与できるのかを意識して書くといいと思う。

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)

インドネシアでは短期の場合旅行といえばビザが不要なので、手続きはいらなかった。

③医療関係の準備(出発前の健康診断、常備薬、予防接種等)

常備している薬はなかったが、念のため腹痛や酔い止めを持って行った。

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)

東大側が指定するOSSMAなどに加入した。

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)

窓口相談したが、単位は特に認められないと言われた。

⑥語学関係の準備(出発前の語学レベル・語学学習等)

TOEICやToeflを受けてスコアを提出する。Toeflは74点だったが通ったため、おそらく語学力はボーダーとして機能しているのではないかと現地で知り合った東大生と推察した。

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

絶対にかゆみ止めを持っていくべき。向こうは常に蚊で溢れている。部屋や出先、バスの中にも常にいる。であるから、それらを殲滅することで対処しようと思うのではなく(それは無理な話である)、むしろ刺された時にかゆみ止めをがんがん塗ることで対応すべき。

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)

何回かの講義を英語で受け、ダンスや音楽といった民族的体験に、さらには東大側のアレンジとしてMRTやJICA・東大OBの同窓会にも参加した。特に印象に残っているのは、3回のインターンの後のプレゼンだった。最初に大学で元学長の講義を受けた部屋でみんなで眠い目をこすりながらプレゼンしたのは、何日かを一緒に作業してやり遂げた達成感がありとてもいい思い出になった。

②学習・研究面でのアドバイス

講義ではメモを多めに取ったほうがいい。あとでプレゼンを作るときに仲間が詳細なメモを取っていたおかげで助かった。重要な情報がちりばめられているので、気を抜かずにメモを取ったほうがいい。

③語学面での苦勞・アドバイス等

インドネシアでは思ったより英語が通じないので、インドネシア語が重要。自分は渡航前からインドネシア語の勉強をしていたのでタクシーや店での購買で不自由はあまりなかった。最終日にはついにインドネシア語での値切りに成功し、とても嬉しかった。

生活について

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

インドネシア大学寮であるWisma Makaraに東大生と2人1部屋で宿泊した。家賃は取られなかった(本当は含まれているのであろうが今回は自分は負担しなくてよかった)。行く前に想像していたよりはるかに清潔で、毎日掃除をしていただいた。くわえて、寮内には洗濯してくれるところがあり、おかげでとても助かった。

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)

晩御飯は基本的に近隣にあるショッピングモールのマルゴシティーかあるいはマックやケンタッキーをデリバリーしたものを食べた。交通機関としては、プログラム中はバス、自分の移動はタクシー、ジャカルタに行く時だけは電車を使った。現地のタクシーは値段交渉が必要なため、最低でも数字をインドネシア語で覚えたほうが良い。クレジットカードは持っていったが一回も使わなかった。

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)

治安は概してよかったと思う。とはいえ油断は禁物で、リュックサックを体の前方で抱えるなどの対策は必要である。健康面でいえば、メンバーの中には腹痛を訴えるものも少なからず最終的にはいたものの、食事の衛生面に気をつけていればまずいことにはならないと思われる。

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)

航空費で6万5000円、授業料や教科書・支給される食事については請求されていない。晩御飯やプログラム中のバス以外の交通費・娯楽費やお土産代については自費で、合計4万円程度かかった。

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)

7万円支給された。このプログラムに対し東大から支給されるものだった。

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

週末はジャカルタに行って東南アジア最大のモスクであるイстикラル・モスクに行ったりオランダ植民地時代の雰囲気保存されているバタ地区に行ったりと観光を楽しんだ。観光と言っても、モスクの雰囲気や美術館で学ぶことは多かった。

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)

インドネシア大学の学生が外出時はついてくれたおかげで、インドネシア語が話せないために現地の人に伝えられないことも一旦彼らに英語で伝えて彼らがインドネシア語に翻訳して伝えてくれることで解決できた。サポートは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)

図書館は広く、その蔵書数の多さを伺わせた。一方、食堂についてはあまり見学する機会はなかった。

プログラムを振り返って

①プログラムの意義、参加を通じて成長したこと、その他留学を通じての所感

このプログラムで、異文化に対する理解が深まり、発展途上国の今後に対しても知見を深めることができた。スカルノハッタ空港に着いた瞬間から、むわっとしたぬるい空気と微かなタバコの匂いを感じ、「ああ、これがインドネシアなのかな」と思った。その後の寮生活やインドネシアの文化体験を通じて、体験としての学びが大きかった。また、講義では今まで知らなかったインドネシアの外交について知ることができ、勉強としての学びも大きかった。

②参加後の予定

今年の全学交換留学に申し込みたい。また、今後は自分で東南アジアやヨーロッパを旅行して経験の幅を広げたいと思った。

③今後参加を考えている学生へのメッセージ・アドバイス

このプログラムに参加して得られるものならたくさんあるが、後悔したことは一つもありません。迷わずチャレンジしたほうが良いと思います！参加できるなら前の参加者である自分に連絡をとってくれば喜んでこのプログラムの参加者としてお話しします。

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

外務省website <http://www.mofa.go.jp/mofaj/area/indonesia/>

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



東京大学 海外留学・国際交流プログラム報告書(超短期プログラム用)

2017年3月8日

東京大学での所属学部・研究科等:	教養学部	学年(プログラム開始時):	学部2
参加プログラム:	インドネシア大学ウインタープログラム	派遣先大学:	インドネシア大学
卒業・修了後の就職(希望)先:			
<input type="checkbox"/>	1. 研究職	<input type="checkbox"/>	2. 専門職(医師・法曹・会計士等)
<input checked="" type="checkbox"/>	3. 公務員	<input type="checkbox"/>	4. 非営利団体
<input type="checkbox"/>	5. 民間企業(業界:)	<input type="checkbox"/>	6. 起業
<input type="checkbox"/>	7. その他()		

派遣先大学の概要

インドネシアのトップレベルの国立大学。総合大学であり、各分野のトップレベルの教授が集まる。自然が豊かなキャンパス。

参加した動機

春休みを利用して海外体験をしようと思っていたところ、国際本部主催の留学ガイダンスでこのプログラムを知り、費用が安かったため、応募した。全学交換留学に応募しており、長期留学前に海外生活を体験しておきたかったため。

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)

書類の記入、保険の申し込み、派遣先大学へのessayの提出

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)

インドネシアはビザ不要

③医療関係の準備(出発前の健康診断、常備薬、予防接種等)

健診、予防接種は特になし。アレルギー性鼻炎の薬と整腸剤を持参。

④保険関係の準備(加入した海外旅行傷害保険・留学保険等)

付帯海学

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

特になし

⑥語学関係の準備(出発前の語学レベル・語学学習等)

特になし。Toefl score 89を取得

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

蚊が多いため、なるべく虫よけを持参したほうがよい。スプレーよりもクリーム状のものやウェットティッシュ状のものが便利で、こまめに使うべき。

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)

午前中はインドネシア外交。午後は文化体験の授業。インターンシップと称してASEAN foundationなどに行き、職員に質問する機会があった。

②学習・研究面でのアドバイス

質問には丁寧に答えてくれるので、貪欲に質問すべき。

③語学面での苦労・アドバイス等

日本語なまりの英語は伝わりにくいので、発音に気をつけた。

生活について

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

大学の寮。もともと用意されていた。

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)

雨季。大学の近くにショッピングモールがあり、必要なものがそろう。白タクや電車を利用した。食事は朝昼は大学が用意してくれて、夜は外食した。お金は日本から現金を持参したのみ。2週間で15000円ほどしか使わなかった。

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)

整腸剤は毎日飲んでおいた。ヤクルトも毎日飲んだ。

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)

航空券とエアポートホテルを合わせて70000円ほど。他に食費、交通費、お土産など合わせて15000円ほど。

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)

東大の奨学金のみ。

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

休日はインドネシア大学の学生の案内のもと、植物園、モスク、大型ショッピングモールへ出かけた。

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)

不備があれば何でも助けてくれた。

②大学の設備(図書館・スポーツ施設・食堂・PC環境等)

図書館は大きかった。

プログラムを振り返って

①プログラムの意義、参加を通じて成長したこと、その他留学を通じての所感

インドネシア外交だけでなく、生活の様子を肌で体感することができてよかった。

②参加後の予定

全学交換留学の選考が通れば9月から留学します。

③今後参加を考えている学生へのメッセージ・アドバイス

自由なプログラムなので楽しいです。様々な人の話を聞けるところが魅力的です。

その他

①準備段階や留学中に役に立ったウェブサイト・出版物

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

東京大学 海外留学・国際交流プログラム報告書(超短期プログラム用)

2017 年 3月 10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:	インドネシア大学ウインタープログラム	派遣先大学:	インドネシア大学
卒業・修了後の就職(希望)先:			
<input type="checkbox"/>	1. 研究職	<input type="checkbox"/>	2. 専門職(医師・法曹・会計士等)
<input checked="" type="checkbox"/>	3. 公務員	<input type="checkbox"/>	4. 非営利団体
<input checked="" type="checkbox"/>	5. 民間企業(業界:)	<input type="checkbox"/>	6. 起業
<input type="checkbox"/>	7. その他()		

派遣先大学の概要

インドネシア大学は、首都ジャカルタの近郊のデポックにあり、広大な敷地のキャンパスをもっている。インドネシアのトップ大学であり、アジア内でも上位の大学である。インドネシア大学の学生と交流していて、感じたのが、まず、どの学生も英語が上手いと思った。また、自分の専攻している学問に対する知識もとても深いと感じた。

参加した動機

自分は将来、長期留学をしたいと考えており、海外の、特に東南アジアのトップ大学の雰囲気を感じたいと考え、このプログラムに参加を希望した。去年イギリスなどの、ヨーロッパ圏の大学へ、短期留学の経験はあるが、東南アジアの大学にはいった事がなかったので、行ってみたいと思った。

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)

東大に出す書類の他にインドネシア大学に提出する書類や登録も必要なので、それを忘れないように注意しなければいけないと思います。

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

ビザは空港で簡単にもらえるので、特に心配ないと思います。

③医療関係の準備(出発前の健康診断、常備薬、予防接種等)

おなかを壊した人が何人かいたので、胃腸薬系は持っておいた方がいいとおもいます。あと、野菜不足になりがちなので、野菜のサプリメント系を持っていったら重宝しました。

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)

プログラムの方で入るように言われていたので、東大の指定の保険に入りました。携行品保証と損害補償が入っていれば、クレジットカードの保険とかでも、自分がかまわないと思います。携行品損害は実際に自分も使いました。

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)

単位認定は自分ではしませんでした。事前に申請していけば、もらえる事もあるようです。その場合必ず事前に書類を提出しなければいけないみたいです。

⑥語学関係の準備(出発前の語学レベル・語学学習等)

英語はやはり必要だと思います。インドネシア語は、特に勉強する必要はありませんが、少しやっていたら、楽しいかもしれません。

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

日焼け止めは持っていった方がいいと思います。あとパソコンも出来るだけ持っていっ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)

講義の内容は、インドネシアの外交政策に関わる事で、どの教授もインドネシアは、他民族国家であり、色々な文化、宗教を受け入れ、そのバランスをとって成り立っている、そして、外交政策に関しても、色々な国と関係を持って、そのバランスをとる、という方向性になっている、ということ、授業で述べていた。今まで、インドネシアは、イスラム教色が非常に強い国家なのかと思っていたが、実際は、イスラム教徒が多いのは確かだが、他の宗教や文化に対しても非常に寛容であることが分かった。

②学習・研究面でのアドバイス

テーマが、インドネシアの外交政策、ということで、自分の専攻と引っかかりにくいところがあり、授業中は少し苦労した。質問を考えながら、授業を受けているといいかと思えます。

③語学面での苦労・アドバイス等

講義自体も、学生とのコミュニケーションも、英語でやり取りするので、英語が重要だと思います。自分は英語があまり出来ないで、他の日本人学生に頼ってしまった部分があってその所は少し残念でした。

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)

宿泊先は、インドネシアが大学が用意してくれたホテルでした。参加者がほぼ東大の学生で、部屋も東大の学生同士だったので、特に困った事はありませんでしたが、せっかくなら他の国の人とルームシェアしてみたかったなあとも思います。

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

クレジットカードは大きなスーパーなどで少し使いましたが、基本は現金だと思います。交通機関は電車、バス、タクシーで、運賃は日本に比べたら非常に安いです。インターネットが使えらるなら、Uberなどのアプリを入れていくといいと思います。

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)

水道水を飲まず、ペットボトルの水を飲むようにしていました。

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

朝と昼はプログラムと宿で出てきたので、晚ご飯代とお土産代と、少し観光するのにお金を使う程度なので、あまり両替する必要もないかと思います。自分は1万両替しましたが、それでも少し余りました。

⑤奨学金(受給していた場合は、支給機関・支給額・見つけた方法など)

プログラムについていた奨学金(7万)を頂きました。

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)

ボゴールやジャカルタなどの、近くの観光地を回りました。ただジャカルタは、そこまで観光スポットがある訳ではないので、1日あれば十分だと思います。

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)

インドネシア大学の学生が、ずっとついていてくれて、どこに行くのにも付き添ってくれました。なので、観光に行くときに困ることはありませんでしたが、インドネシア大学の学生がついていないと、どこにも行ってはだめだと言われたので、好き勝手にどこでも行ける、というわけではありませんでした。

②大学の設備(図書館・スポーツ施設・食堂・PC環境等)

図書館は使えましたが、宿舎から遠いので、スクールバスに乗っていかなければ行けませんでした。PCは図書館等にしかないなので、持っていくといいと思います。

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

以前行ったイギリスの大学とはだいぶ雰囲気が違ったので、短期留学にしてもまた違った体験が出来たと思います。あと、交通があまり整備されていなかったり、物価が安かったり、雑然とした町中をあるいたり、まさに発展途上である、という雰囲気を今回のプログラムで感じる事が出来て、東南アジアの発展途上国が持つ可能性や課題に対して、より現実味をもってこれから取り組めるのではないかと思います。

②参加後の予定

とりあえず、院の間に長期留学が出来たりらいいと考えています。

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

どの講義でも、ディスカッションの時間はあると思うので、積極的に発言すると、よりプログラムが楽しくなると思っています。インドネシア大学の学生とも良くコミュニケーションを採って仲良くなると楽しいと思います。

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)

2017年 3月 18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:	2016年度国際本部ウインタープログラム	派遣先大学:	インドネシア大学
卒業・修了後の就職(希望)先:			
<input type="checkbox"/>	1. 研究職	<input type="checkbox"/>	2. 専門職(医師・法曹・会計士等)
<input checked="" type="checkbox"/>	3. 公務員	<input type="checkbox"/>	4. 非営利団体
<input checked="" type="checkbox"/>	5. 民間企業(業界: 金融)	<input type="checkbox"/>	6. 起業
<input type="checkbox"/>	7. その他()		

派遣先大学の概要

インドネシアの名門大学の1つに数えられる国立総合大学。ジャカルタの近郊デポックに位置し、学部数は13、学生は約5万人。

参加した動機

私は東南アジアへの渡航経験がなかったのですが、就職活動中のインターンシップでミャンマーの開発援助を扱ったことから東南アジアに興味を持ち、実際に行ってみたいと思ったため。奨学金が給付されること、インドネシア大学での授業料やゲストハウスの滞在費が無料だったことも大きな魅力でした。

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)

国際本部HPで指定されている書類を記入、提出。事前のオリエンテーション後に各自で航空券と前泊のホテルを予約しました。pre-program essayの提出の必要があります。

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

観光で1か月未満の滞在の場合、ビザは不要でした。

③医療関係の準備(出発前の健康診断、常備薬、予防接種等)

常備薬は持っていませんでしたが、念のためビオフェルミン、虫よけスプレー、虫刺されの薬を持って行きました。

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)

付帯留学、OSSMAと大学から指定されたもの加入了しました。

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)

法学部教務係に連絡して単位認定申請のための書類をもらいました。

⑥語学関係の準備(出発前の語学レベル・語学学習等)

特に無し。

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

日焼け止めは現地で買うと高いため日本から持っていくことをおすすめします。大学のwi-fiが使えるということは聞いていたのですが、私は日本でwi-fiをレンタルして持っていました。観光など大学外での行動に際してはあとと便利だと思います。また、コインランドリーや洗濯サービスはタイミングが合わない・高い・下着が出せないなどの理由で不便を感じるかもしれないので、気になる人は着替えを余分に持っていく、リセッシュを持参するなどではいかがでしょうか。

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)

プログラムの前半ではインドネシアの文化体験(楽器演奏、インドネシア語、ダンス、パティック染め)、英語でのインドネシアの外交政策に関する講義を受けました。後半ではInternshipということでASEAN財団、国際連合の機関の事務所などを訪問しお話を伺いました。プログラムの最後では4つのグループに分かれ、インドネシアの外交政策に関するプレゼンテーションを行いました。特に印象に残っているのはJICAのsite visitで、ジャカルタの地下鉄建設現場と市民警察署を訪れたことです。

②学習・研究面でのアドバイス

教授や、外部の機関の方の講義を受けて質問する機会が多いのですが、積極的に発言すると高く評価してもらえると思います。

③語学面での苦勞・アドバイス等

街中のお店の人にあまり英語が通じないな、という感じがしました。教授もインドネシア語訛りの英語を話されるので、インドネシア語の発音を少し勉強していくと聞き取りやすいかと思います。

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)

インドネシア大学内のゲストハウスに参加者は全員滞在しました。2人1部屋で、他大学からの参加者が少なかったためほとんどの人は東大生と相部屋でした。シャワーの使い方が若干わかりにくい、コンセントの差込口が少なく携帯の充電に苦勞するなどはありましたが概ね快適に過ごせたと思います。

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

気温は常に30度前後で、雨季にあたるため湿度が高いです。食事はナシゴレンが多く、唐辛子系の辛い料理も多いです。野菜があまり摂れないことを気にする人もいました。お金の管理については、到着した日に空港で2万円両替した分で2週間過ごせました。クレジットカードは前泊のホテルでの清算以外は使いませんでした。

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

治安は良いほうだと思います。盗難などは特に聞きませんでしたし私自身も遭いませんでした。ただ、不安だったので貴重品からは目を離さないようにしていました。当たり前ですが水道水は絶対に飲まないようにしていました。

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

航空賃は往復8万円ほどで奨学金で賄えます。朝昼の食事は出されるため、現地で必要となるのは夕食費とおやつ代、お土産代、観光の費用などです。人によって差があるとは思いますがだいたい1~3万円ほどで足りると思います。

⑤奨学金(受給していた場合は、支給機関・支給額・見つけた方法など)

プログラムに応募する際に、全員に奨学金を支給することだったのでその手続きに従いました。

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)

週末はデポックやジャカルタ市内の観光など、2-3グループに分かれて出かけていました。

派遣先大学の環境について

①参加学生へのサポート体制(語学面・学習面・生活面・精神面でのサポート等)

インドネシア大学の学生が6人ほどついてくれ、生活面でのサポートをしてくれます。

②大学の設備(図書館・スポーツ施設・食堂・PC環境等)

なんでもありますがあまり使う機会はないです。

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

JICAのsite visitという形で途上国(インドネシアをこのように表現するのが適切かはわかりませんが)支援の現場を見ることができたのが個人的には大きかったです。漠然と「国際的なこと」に興味があって「国際性」を就職活動の一つの軸にするつもりではあり、しかも政府系の機関への志向が強かったため、日本からの働きかけが実際にどのように行われているか、(都市部ではありますが)東南アジアでの生活はどういったものかを体験することができたのは将来を考えるうえでとても参考になりました。

②参加後の予定

東京大学での残り1年間の学習と就職活動。

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

このプログラムに参加したのは私が3年2月のときで、就職活動との兼ね合いからかなり不安はありましたが、今のところ行ってよかったと思っています。ただ、視野を広げるためにも1,2年生の早い段階でこのようなプログラムには参加することをおすすめしたいです。

その他

①準備段階や留学中に役に立ったウェブサイト・出版物

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

東京大学 海外留学・国際交流プログラム報告書(超短期プログラム用)

2017年 3月 17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:	インドネシア大学ウインタープログラム	派遣先大学:	インドネシア大学
卒業・修了後の就職(希望)先:			
<input checked="" type="checkbox"/>	1. 研究職	<input type="checkbox"/>	2. 専門職(医師・法曹・会計士等)
<input checked="" type="checkbox"/>	3. 公務員	<input type="checkbox"/>	4. 非営利団体
<input type="checkbox"/>	5. 民間企業(業界:)	<input type="checkbox"/>	6. 起業
<input type="checkbox"/>	7. その他()		

派遣先大学の概要

インドネシア大学は、インドネシア最大の総合大学で、東南アジアの中でもレベルの高い大学です。

参加した動機

私がこのプログラムへの参加を希望したのは以下の3つの理由からです。

- ① 多様な国、専攻分野を持つ学生との交流を望んでいる。
- ② 学部卒業後は大学院にすすみ、その間に海外へ研究留学をしたいと考えている。
- ③ 西洋とは異なる文化圏の、その独自性や西洋との係わりについて知る良い機会だと考えている。

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)

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)

30日以内の観光に関して、ビザが不要となったので、特に手続きはありません。

③医療関係の準備(出発前の健康診断、常備薬、予防接種等)

破傷風の予防接種は受けておいた方が良いでしょう。体調を崩しやすいので、体温計・冷えピタ・便秘薬・下痢止め・痛み止めはあっていいと思います。かゆみ止め・虫よけ・日焼け止め・絆創膏は必須です。

④保険関係の準備(加入した海外旅行傷害保険・留学保険等)

学校のとは別に、クレジットカード付帯の海外旅行保険に入っていました。

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)

文学部では、国際本部での留学に関して、専修課程長(研究室長)と学科長のハンコが必要です。学科長のハンコをもらうには、研究室長からの推薦が必要となるので最低3日かかります。

⑥語学関係の準備(出発前の語学レベル・語学学習等)

特に何もしていませんが、少しはインドネシア語を勉強しておいた方が良かったかもしれません。

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

薬関係はあって損しません。個人的にはフリーズドライの味噌汁を持って行ったので、脂っこい食事に疲れた時重宝しました。

学習・研究について

①プログラムの概要(授業・予習・復習のスタイル、印象に残っている内容等)

最初の一週間は基本的に午前中座学・午後文化体験でした。土曜日と二週目は国際機関や研究機関、日本のODAなどを見学し、最終日には授業と見学から学んだことを発表しました。

②学習・研究面でのアドバイス

③語学面での苦勞・アドバイス等

現地の学生は英語を話せますが、一般の人はほとんど話せません。インドネシア語で数字と挨拶は最低限わからないと厳しいです。

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)

学生寮でしたが、ホテルのようなところで大変良かったです。ただ虫が出ます。

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)

雨がほぼ毎日降りました。折り畳み傘とタオルは必須です。

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

治安はあまりよくないです。現地学生の言うことには従った方が良いです。

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)

物価がかなり安いので、日本円に換算するとほとんど使っていません。(1万5千円と20米ドル)
日本でのレートと空港でのレートはとても悪いので、現地のショッピングモールで替えることをお勧めします。

⑤奨学金(受給していた場合は、支給機関・支給額・見つけた方法など)

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)

UIの学生と必ず行動しなければならなかったのが、遠出はできませんでしたが、その分多く交流ができたと思います。

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)

日本人スタッフが途中で0人になったのはきつかったです。

②大学の設備(図書館・スポーツ施設・食堂・PC環境等)

図書館はかなり大きく自由に使えましたが、何分キャンパスが広く自由に移動ができなかったのが結局ほとんど使ってません。

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

インドネシア大学のプログラムのメインテーマは、「世界の多様性を知る」でした。
多民族・多宗教国家であり、第二次世界大戦後に成立したインドネシアは日本とは同じアジアでありながらまったく異なる価値観を持つ国です。
抱えている問題は複雑であり、日本や他の先進国と比べて遅れているなど感じる面も多くありました。
一方で、日本で受ける授業では全く気付かない・気付けないことに気付けるプログラムでもありますし、インドネシアを通して日本の抱える問題点に自覚することができました。
日本にいてもどうしても日本よりも進んでいると考えられている国に目が行きがちで、発展途上国には観光や文化的興味でしか目を向けられない人が多いと思います。
このプログラムを通じてその見方がいかに上から目線で、本質を捉えていなかったか気付くことができました。

②参加後の予定

留学の予定は今すぐにはありませんが、今後5年以内には長期留学を考えています、。

③今後参加を考えている学生へのメッセージ・アドバイス

行ったばかりはマイナス面ばかり目につくと思いますが、そこから抜け出せるかは自分次第です。自分のいる環境全方向にアンテナを伸ばしてみてください。

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

インドネシア駐在者のブログはおすすめです。

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)

2017年3月12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:	ウィンタープログラム	派遣先大学:	インドネシア大学
卒業・修了後の就職(希望)先:			
<input type="checkbox"/>	1. 研究職	<input type="checkbox"/>	2. 専門職(医師・法曹・会計士等)
<input type="checkbox"/>	3. 公務員	<input type="checkbox"/>	4. 非営利団体
<input checked="" type="checkbox"/>	5. 民間企業(業界:)	<input type="checkbox"/>	6. 起業
<input type="checkbox"/>	7. その他()		

派遣先大学の概要

インドネシアの国立大学。ジャカルタ市郊外のデポックという町に位置する。

参加した動機

8月に控える全学交換留学に向けて、どういった準備が必要かを見極めるため。

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)

言われた通りに進めればよかった。

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)

現地の学生がやってくれた。

③医療関係の準備(出発前の健康診断、常備薬、予防接種等)

常備薬を持って行ったほかは特に何もしていない。

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)

言われた通りに進めた。

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)

海外渡航届を提出した。

⑥語学関係の準備(出発前の語学レベル・語学学習等)

特別な準備はしなかった。

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

特にないが、薬に関してはしっかり準備したほうが良い。

学習・研究について

①プログラムの概要(授業・予習・復習のスタイル、印象に残っている内容等)

インドネシアの外交政策を学んだり、伝統文化体験をしたりした。
どれも印象的だったが、インドネシアの伝統的なダンスの授業は楽しかったので特に思い出に残っている。

②学習・研究面でのアドバイス

特に心配する必要はなかった。

③語学面での苦勞・アドバイス等

リスニング能力が高くないと、インドネシアなまりの英語は聞き取れないと思う。

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)

大学が用意したゲストハウスに泊まり、何不自由なく暮らした。

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)

季節柄雨が多かった。湿気が多く、蒸し暑い。食事は、気をつけていれば特に腹痛を起こしたりもしない。

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)

治安は日本に比べて良くないが、危ない目には合わなかった。

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)

10万程度。そのうち7万円が奨学金として支給された。

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)

7万円。大学の斡旋でJASSOのものを支給していただいた。

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

現地学生と大学近郊やジャカルタを観光して回った。

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)

現地学生が親身になってサポートしてくれた。

②大学の設備(図書館・スポーツ施設・食堂・PC環境等)

あまり使う機会がなかったのでわからない。

プログラムを振り返って

①プログラムの意義、参加を通じて成長したこと、その他留学を通じての所感

異国の地でたくましく生きることを学んだように思う。英語が通じない中、身振り手振りを頑張ったりしたのも成長だったと思う。

②参加後の予定

8月にNUSに留学する。

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

垣根はかなり低いと思うので、ぜひ参加して欲しいと思う。

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。

特にない。携帯電話の故障により写真が残っていない。

東京大学 海外留学・国際交流プログラム報告書(超短期プログラム用)

2017年3月4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:	インドネシア大学ウインタープログラム	派遣先大学:	インドネシア大学
卒業・修了後の就職(希望)先:			
<input type="checkbox"/>	1. 研究職	<input type="checkbox"/>	2. 専門職(医師・法曹・会計士等)
<input checked="" type="checkbox"/>	3. 公務員	<input type="checkbox"/>	4. 非営利団体
<input type="checkbox"/>	5. 民間企業(業界:)	<input type="checkbox"/>	6. 起業
<input type="checkbox"/>	7. その他()		

派遣先大学の概要

インドネシア大学はインドネシアの中で最もレベルの高い大学であり東大以外にも早稲田大学などと提携している。

参加した動機

1年間交換留学に行くことを考えており今回のウインタープログラムに参加することで海外で生活するということがどのようなものなのか、二週間という短い期間ではあるけれども少しは体験できると思い応募しました。

参加の準備

①プログラムの参加手続き(手続きにあたってのアドバイスなど)

必要な書類が多いので募集要項が発表されたらすぐに準備を始めたほうが良いと思います。プログラムの期間中に有効なパスポートが必要なので特にパスポートに関しては早めに用意したほうが良い。紙媒体とデータ両方で提出する必要のある書類もあるので注意。

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)

インドネシアのプログラムはビザが必要なかったのが楽でした。

③医療関係の準備(出発前の健康診断、常備薬、予防接種等)

常備薬、特に胃薬は持って行って損することは絶対にはないと思います。整腸剤を飲んでいればお腹を壊すリスクも減ると思います。

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)

東大側から指定されていた保険に入りました。

⑤プログラム参加にあたって東京大学の所属学部・研究科(教育部)で行った手続きなど(履修・単位・試験・論文提出等に関して)
特にしていません。
⑥語学関係の準備(出発前の語学レベル・語学学習等)
もともと筆記はそれほど苦手ではなかったのでウインタープログラムに向けて何か特別に準備するといったことはなかったです。
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
常備薬、ハンドソープ、シャンプー、リンス、下着(多めに)
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)
基本的にはインドネシア大学でインドネシアの外交政策について学ぶというのが主な内容でした。授業は全部で2時間で最初の2/3で教授が授業し、残りの時間は質疑応答でした。課題が出ることはなかったです。インドネシアがアメリカと中国どちらにも依存しないようにしていると教わったのを強烈に覚えています。
②学習・研究面でのアドバイス
きれいなアメリカ英語を話す先生もいらっしゃいましたが、インドネシアなまりの強い先生も多かったので聞き取りは少し苦労するのではないかと思います。日本にいるうちにある程度インドネシアの外交政策について調べておけばもっと授業の理解度も上がったのかなと反省しています。
③語学面での苦労・アドバイス等
聞き取りが大変だった。
生活について
①宿泊先(種類(寮・ホームステイ・ルームシェア等)、家賃、宿舎の様子、見つけた方法など)
インドネシア大学が手配してくれたゲストハウスに泊まっていました。虫は多少は出ましたが部屋は割ときれいでした。
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)
熱帯はうだるような暑さが毎日続くと思っていましたが、室内にいる時間が長かったことと雨季だったこともあり体調を崩すほどしんどいということはありませんでした。インドネシア大学のキャンパスはとても広いのでキャンパス内の移動はバスか車でした。ジャカルタなどの都市に行くときは電車かバスを使っていました。電車は日本で使われているものと全く同じなので乗り心地も一緒です。ジャカルタへの道は常に混んでいるので、バスに乗る前に必ずお手洗いにいったほうがいいです。お金は現金で持って行きました。2週間で3万円あれば十分でした。

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)
インドネシア大学のキャンパス内ではすりなどの心配をしなくてすみましたが、ジャカルタなどの都市に行くときは気を付ける必要があります。(例えばリュックは前にかける)常備薬を持って行けば医療機関にかからなければいけない事態にはまずならないと思います。
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)
航空費が11万、食費(夜だけ)、交通費、娯楽費合わせて3万でした。
⑤奨学金(受給していた場合は、支給機関・支給額・見つけた方法など)
JASSOから7万円もらいました。(プログラム参加者は全員もらえる)
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)
派遣先大学の環境について
①参加学生へのサポート体制(語学面・学習面・生活面・精神面でのサポート等)
インドネシア大学の学生が生活面での面倒をかなりみてくれました。
②大学の設備(図書館・スポーツ施設・食堂・PC環境等)
図書館は2、3回使用する機会がありました。駒場図書館ほど蔵書数が多いとは思いませんでした。
プログラムを振り返って
①プログラムの意義、参加を通じて成長したこと、その他留学を通じての所感
このプログラムを通じてインドネシアの文化を肌で感じる事が出来ました。例えば、普段夜ご飯を食べるのに使用していたマルゴシティ(日本でいう百貨店のようなもので物価も日本とそんなに変わらない)の中には富裕層らしき人たちが集まっているのに対し、その真ん前にある歩道橋では物乞いをしている人を見て、インドネシアの経済格差の深刻さを痛感しました。このような経験は実際に現地に行かないと出来ないことだと思います。プログラム中に、環境への適応力は多少はついたのかなと感じています。シャワーのお湯があまり出ないといったことも2週間滞在するうちに自然に慣れました。ただスピーキング能力はあまり伸びなかったので、英語力を伸ばしたいなら1年間日本人と関わりなく留学しないと効果がなさそうだなと思いました。
②参加後の予定
まだ留学に行くかどうか決めきれないので、とりあえずはTOEFLなど英語の資格試験を受けて可能性を広げようと思います。

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

2週間のプログラムなら困ったことがあってもなんとかなるので迷っているなら行ったほうがいいと思います。少なくとも一緒に行く東大生とはかなり仲良くなれますし、周りのレベルが高いので勉強に対するモチベーションが上がると思います。

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

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

東京大学 海外留学・国際交流プログラム報告書(超短期プログラム用)

2017年3月15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:	ウィンタープログラム	派遣先大学:	インドネシア大学
卒業・修了後の就職(希望)先:			
<input type="checkbox"/>	1. 研究職	<input type="checkbox"/>	2. 専門職(医師・法曹・会計士等)
<input checked="" type="checkbox"/>	3. 公務員	<input type="checkbox"/>	4. 非営利団体
<input checked="" type="checkbox"/>	5. 民間企業(業界:)	<input type="checkbox"/>	6. 起業
<input type="checkbox"/>	7. その他()		

派遣先大学の概要

面積に関しては、1つのキャンパスが東京大学よりも広く(本郷キャンパスと駒場キャンパスを合わせた面積よりも広く、その面積の25%しか大学施設として使われておらず残りの75%は自然)、学生も非常に多く(約47000人)、生徒の男女比も53:47とほぼ1対1のマンモス大学です。インドネシア大学は世界大学ランキングにおいて約800位ですが、創立は1849年で、1877年創立の東大よりも歴史があります。また、多様性を重んじる国民性からか、インドネシア大学も多様性を非常に重んじます。

参加した動機

国際関係論コースに進学して国際関係に関する授業を受ける中でインドネシアという発展途上国に興味を抱くようになり、インドネシアへの日本の経済的援助がどのような効果をあげているのか、自分の目で直接見たいと思うようになりました。また、ASEANの一国として、親日国として、貿易相手国としてなど、日本と大変関係が深いインドネシアについて深く理解するためにも、実際に現地を訪れてみないことにはわからないことも多いと思いました。その意味でも、大学生活に慣れてきたこの時期に、先進国では決して味わうことのできないであろう刺激を受けることは今後の大学生活を送る上で大変大きな経験になると思い、参加を決意しました。

参加の準備

①プログラムの参加手続き(手続きにあたってのアドバイスなど)

相手の迷惑にならないように早め早めに準備することが大事だと思います。特に書類の提出期限などには目を通して、必要書類の提出が遅れないように注意しましょう。

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

なし

③医療関係の準備(出発前の健康診断、常備薬、予防接種等)

胃薬や目薬を準備しました。あと歯医者にも行きました。酔い止めなど各自必要な薬も忘れずにしましょう。

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)

OSSMAと付帯海学に加入しました。大学側から指示があると思います。

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)
留学届の提出。
⑥語学関係の準備(出発前の語学レベル・語学学習等)
TOEIC960、IELTS7.5、英検準一級、国連英検A級
⑦日本から持参した方がよいもの、その他出発前にやっておくべきこと・アドバイスなど
・虫よけスプレーとムヒは必ず持って行った方がいいと思います。 ・現地の言語を先に学習しておく、現地の人と早く仲良くなれるのでお勧めです。
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)
二週間のうち、初めの一週間は午前授業を受け、午後から文化体験をしました。後の一週間はアセアン基金の施設、大統領博物館、MRTの建設現場、国連支部などでインターンシップを行いました。そして最後の二日間のうち初日がプレゼンの準備の時間として与えられ、二日目に英語でグループプレゼンをしました。以上が二週間の大まかな流れです。最初の一週間の授業ではインドネシアという国について、インドネシア語、そして、インドネシアの外交政策について学びました。文化体験では現地のダンスを踊ったり、伝統楽器を演奏したり、バクティ文様と呼ばれるインドネシアの伝統文様を布に書くなどしました。アセアン基金の施設では担当者からアセアン基金の重要性について、大統領博物館では歴代の大統領について、MRTの建設現場では日本のプロジェクトについて、国連支部ではインドネシアにおける国連の活動について、それぞれ説明がありました。僕は特に大学での授業が印象に残っています。教養学部長の方がわざわざインドネシアの外交政策についての講義をしてくださり、大変有意義な時間となりました。
②学習・研究面でのアドバイス
授業はしっかりと聞き、疑問点などはメモして、授業の終わりにまとめて質問すると思います。どの教授も授業の終わりに質問タイムを設けてくださるので、積極的に質問して理解を深めるといいですね。インドネシア大学の教授に直接質問できる機会は生涯通してほとんどないので。あとは、最終日にプレゼンをするのでできるだけ授業をまじめにきくことをお勧めします。その方がプレゼン準備に入りやすいですし、資料を探すのも楽になると思います。
③語学面での苦勞・アドバイス等
英語が思っていた以上に通じなかったのが、逆に英語が苦手な人は気が楽かもしれません。しかし、授業やプレゼンは全て英語なのでできることに越したことはありません。また、出発前のアドバイスの欄でも言及しましたが、現地の言語、例えば、インドネシア語をある程度(日常会話くらい)できるようになると現地の学生や市民とすぐに仲良くなれると思います。
生活について
①宿泊先(種類(寮・ホームステイ・ルームシェア等)、家賃、宿舎の様子、見つけた方法など)
宿舎はもとから決まっていた大学の施設でしたが(政府の支援により宿泊費用はかかりませんでした)、比較的広く(2人で相部屋)、プールもありました。ただ、虫(ゴキブリや蟻)などが多く出没したので、お菓子などは袋をあけたら全部消費した方がいいと思います。

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

雨季ということもあり、毎日のようにスコールに遭いました。スコールは相当ひどい雷雨なので覚悟してください。ただ、すぐ(20~30分)やみます。大学周辺にマルゴというモールがあり、ほとんどの自由時間をそこで過ごすことになると思います。交通機関としては①タクシー②電車③バスの順に利用頻度が高くなると思いますが、どれも運賃がかなり安いので、心配はありません。あと食事はモールで摂ることをお勧めします(300円~400円と少し高いですが)。お金は二つの財布に分け、日頃はダミーの財布を使用するといいです。結局一度も使用しませんでした、クレジットカードがあると安心です。

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

OSSMAがあるので最悪電話一本で相談することができますが、その必要はほとんどないと思います。現地にも勿論病院などがありますが、必要ないのであればいかに越したことはありませんので、虫歯や持病などの薬は日本で調達しておいた方が絶対いいです。現地の薬だと効果も値段も不安です。

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

- ・航空運賃:約65000円
- ・授業料、家賃及び食事(朝食と昼食のみ)は政府の支援により無料
- ・夜の食事は食の安全を考えて毎晩モールで済ませていたため一食あたり300円から400円ほどかかりました(屋台であれば100円ほどで済みますがお勧めしません。)
- ・交通費:タクシー、バス、電車どれも非常に安いです。(目的地にもよりますが100円で十分であることが多いです)

⑤奨学金(支給していた場合は、支給機関・支給額・見つけた方法など)

学生支援機構から70000円奨学金をいただきました。大学から指示があると思います。

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)

現地の観光村に行き現地の文化(歌・楽器・人形制作・田植え・ダンス)を学んだほか、休日は隣町の植物園に行ったり、グレートインドネシアというジャカルタ最大のモールにも行きました。また、プログラムの一環として、アセアン基金の施設、大統領博物館、MRTの建設現場、国連支部などを訪問し、貴重な経験をしました。

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)

インドネシア大学の学生と職員のサポートがかなり手厚いです。グループ行動でも必ず1グループ1人担当者がいるように手配してくれます。学生や職員は英語が堪能なので英語が話せれば、全く問題はありません。なかには簡単な日本語が話せる人もいて会話が楽しいです。自由時間では一緒に人狼をしたり、会話したり、退屈しません。何かあったときもすぐに対応してくれるので現地での生活を不安視する必要は全くありません。宿にも一緒に泊まってくれるので安心です。

②大学の設備(図書館・スポーツ施設・食堂・PC環境等)

図書館が非常に大きく(東南アジアで最大)、情報教育棟のような施設もありました。また、大学の面積が非常に広いということもあり、学生は無料のバス(通称、イエローバス)が15分おきに通っていました。今回は食堂をみることはできませんでしたが、スタバや韓国料理屋、日本料理屋もあります。あとカフェのクレープはおすすめです。

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

欧米とは違った意味でインドネシアへの留学は良い経験になりました。水道水が飲めないことや治安が悪いことなど先進国では味わえない経験ができましたし、こうした経験を通して今の環境を当たり前と思てはいけないという意識が必要だと痛感しました。また、多くの日本企業がインドネシアに進出しているのを見て、日本にもまだ成長の可能性があることに気づかされました。一方で、英語があまり通じなかった経験から、同様に英語があまり通じない日本における問題点も見えました。また、もともとインドネシアについて知っているつもりでしたが、留学を経て自分がいかにインドネシアについて無知であるかに気づかされました。具体的には、インドネシアのバランスポリシーという外交政策について最も勉強になりました。この外交政策は、同盟をどの国とも結ばず、対立する国同士でバランスをとるという政策です。確かに日本とアメリカの同盟関係は日本の外交政策上なくてはならないですが、一国に従属すること無く他国にも依存関係を広げることが重要であると学びました。

②参加後の予定

もともと外交官になりたいと思っていたのですが、今回の留学でその思いが強まりました。それもあり、公務員試験の勉強に取り掛かり始めようと思えるようになりました。プログラム前までは、外交官になりたいという思いはあったものの、公務員試験の勉強に着手するまでの強い気持ちまではなかったのです。勉強以外の面ではとにかく新しいことに挑戦していきたいと思うようになりました。勉強に限らず、就活・遊びにおいても新しいことにチャレンジしたいです。

③今後参加を考えている学生へのメッセージ・アドバイス

インドネシアという国では、公用語がインドネシア語ということもあって、英語力を伸ばすことに特化したプログラムとは言えませんが、現地の学生や教授とは英語で会話するので、結局どのプログラムにしる、留学先にしる、自分の語学力を上達させるのは最終的に自分の気持ちの問題です。そうであればこそ、日本や欧米のような先進国では決して味わえない貴重な経験ができるという意味で、インドネシア大学への留学が非常によい機会になると思います。

その他

①準備段階や留学中に役に立ったウェブサイト・出版物

<http://backpackergciapan.jp/blog/2016/05/25/%E3%82%A4%E3%83%B3%E3%83%89%E3%83%8D%E3%82%B7%E3%82%A2%E5%A4%A7%E5%AD%A6%E3%82%92%E5%BE%B9%E5%BA%95%E8%A7%A3%E8%AA%AC%E5%BC%9A%E8%A8%AA%E5%95%8F%E5%89%8D%E3%83%BB%E7%95%99%E5%AD%A6%E5%89%8D%E3%81%AB/>

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

東京大学 海外留学・国際交流プログラム報告書(超短期プログラム用)

2017年3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:	UI creates	派遣先大学:	インドネシア大学
卒業・修了後の就職(希望)先:			
<input checked="" type="checkbox"/>	1. 研究職	<input type="checkbox"/>	2. 専門職(医師・法曹・会計士等)
<input type="checkbox"/>	3. 公務員	<input type="checkbox"/>	4. 非営利団体
<input checked="" type="checkbox"/>	5. 民間企業(業界:)	<input type="checkbox"/>	6. 起業
<input type="checkbox"/>	7. その他()		

派遣先大学の概要

インドネシア大学。ムスリムの学生が多い総合大学。現在学部の分化が進んでいるようで学内のシステム整備が行われている途中。

参加した動機

イスラム教について詳しく知るためにはムスリムの多い国へ行かなくてはならないと考えていたから。

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)

Gmailのスパム案件で大事な書類が添付されたメールが届かないことがあったため、今までスパム案件がなかったとしても注意するように。

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)

ビザなし

③医療関係の準備(出発前の健康診断、常備薬、予防接種等)

初の海外渡航なら飲みなれた薬を持参の方がよい。保険があるとはいえ、病院にいつている暇は惜しい。

④保険関係の準備(加入した海外旅行傷害保険・留学保険等)

大学の用意したものにはしか加入していない。

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)

後期教養学部で単位認定されるのかはいまだ不明。

⑥語学関係の準備(出発前の語学レベル・語学学習等)

非英語圏の国に行くため、ある程度のインドネシア語の知識は必要である。インドネシア大学の学生がついてるとはいえ、一通りの日常会話に目を通しておくことは必要であると思う。

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

インドネシア語の会話帳などはあると役に立つ。

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)

プログラムは学生の参加があって初めて完成するものだ、という印象を強く受けるプログラムであった。特にインターンシップ先では現地視察ではなく質疑応答がメインなので、積極的に質問していくとよい。

②学習・研究面でのアドバイス

積極的に質問していくとよい。

③語学面での苦勞・アドバイス等

インドネシア語の会話帳などが必要である。

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)

トイレトペーパーは備え付けではないところが多いので、トイレトペーパー代わりのティッシュを多めに持っていく必要がある。ティッシュはスーツケースのパッキングにも使えるため重宝すると思う。

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)

クレジットカードは使えないと思っていた方がよい。換金は大学近くのモールでできるため空港の高いレートで換金する必要はない。

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)
露店で売っている食品を食べる場合はその露店で食材がどのように扱われているかを確認してから試すとよい。
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)
往復航空費70000円、前泊費5000円、交通費食費お土産代32000円
⑤奨学金(受給していた場合は、支給機関・支給額・見つけた方法など)
JASSOの奨学金を利用。
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)
モスクを訪問したりモールに行って現地の人々の生活にまじる努力をした。
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)
インドネシア大学の学生がプログラム中付きっきりでサポートしてくれるため不安を抱かずに生活できる。
②大学の設備(図書館・スポーツ施設・食堂・PC環境等)
学生証を獲得したあとは図書館を利用することができるが、本の貸し出しを利用できないため不便である。
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
インドネシアのイスラム教の人々の暮らしは自分の想像と変わらなかったが、宗教的寛容さは現地に赴かないと理解できないものであった。
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

20人の東大生が2週間も寝食を共にするという機会は後にも先にも少ないと思う。ここで培った人間関係は後々にもつながってくると思うので留学ということを抜きにしてもおすすめのプログラムである。

その他

①準備段階や留学中に役に立ったウェブサイト・出版物

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

東京大学 海外留学・国際交流プログラム報告書(超短期プログラム用)

2017年3月15日

東京大学での所属学部・研究科等:	教養学部総合社会科学分科	学年(プログラム開始時):	0002年
参加プログラム:	国際本部ウインタープログラム	派遣先大学:	インドネシア大学

卒業・修了後の就職(希望)先:

<input type="checkbox"/>	1. 研究職	<input type="checkbox"/>	2. 専門職(医師・法曹・会計士等)
<input type="checkbox"/>	3. 公務員	<input type="checkbox"/>	4. 非営利団体
<input checked="" type="checkbox"/>	5. 民間企業(業界:)	<input type="checkbox"/>	6. 起業
<input type="checkbox"/>	7. その他()		

派遣先大学の概要

インドネシア、デポックにある大学

参加した動機

過去にシンガポールに住んでいた時、小中学校の長期休暇で東南アジアへ旅行によく行っていた。発展しきつてはいないが着実に成長を遂げている東南アジア諸国に小さい頃から魅力を感じていた。訪問したことがあるのは、マレーシア、タイ、ベトナムのみで、インドネシアはバリ島しか訪問したことがなく、バリ島は一風違うものであるため、今回ジャカルタ、デポックに行く機会が作れるため参加した。

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)

特になし

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

特になし

③医療関係の準備(出発前の健康診断、常備薬、予防接種等)

特になし

④保険関係の準備(加入した海外旅行傷害保険・留学保険等)

付帯海学のみ

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

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)

ielts5.0 toefl64が基準でした。低めです

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

日本食(フリーズドライの味噌汁など携帯していた人がいました)、サンダル

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)

授業は主にインドネシア大学内で英語での授業で、インドネシアの外交、ASEANなどについての授業でした。スライドを使った授業でレジュメは配られません。授業後には30分ほど生徒の質問やディスカッションの時間が設けられます。予習復習は必要ないです。

②学習・研究面でのアドバイス

普段のリスニングとは違い、二時間の講義を理解するリスニング能力が求められます。メモは持っておいたほうが良いです。質問は積極的にしたほうが良い。丁寧な回答をくださります。

③語学面での苦勞・アドバイス等

インドネシア語を覚える必要はあまりありません。英語での会話はできていた方がよいと思います。しかし日本人学生と一緒にいることが多かったのものでそんなに苦勞はしません。

生活について

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

インドネシア大学内のゲストハウス。家賃なし、二人組

②生活環境(気候、大学周辺の様子、交通機関、食事、お金の管理方法(海外送金・クレジットカード)など)
クレジットカードはあまり使わないと思います。交通機関は主にタクシーとuber、そして大学側が手配してくれたバスでした。食事は朝昼は用意されているので夕食のみが自費でした。雨季だったため雨はほぼ毎日降りました。傘は携帯しておいたほうがよさそうです。
③危機管理関係(留学先の治安、医療機関の事情、心身の健康管理で気をつけた点など)
治安はあまり良くなく、スリには気をつけた方がいいと思います。街中を歩く時にはリュックサックは常に前に。屋台の食べ物は食べず、インドネシア大学側に許可を得たもののみ食べるようにした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)
奨学金でまかなえるのでほぼ要らないです。二週間で負担した分は1万円もないです。
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)
大学からの奨学金が7万円です
⑥学習・研究以外の活動(スポーツ・文化活動、ボランティア・インターン、週末や長期休暇の過ごし方など)
なし
派遣先大学の環境について
①参加学生へのサポート体制(語学面・学習面・生活面・精神面でのサポート等)
インドネシア大学のボランティア学生の英語はかなりのものでネイティブレベルです、だから英語ができれば問題なし。日本語を学習している学生もいました。蚊が多いのでデング熱に気をつけてください。
②大学の設備(図書館・スポーツ施設・食堂・PC環境等)
図書館の規模はかなりのものでした。食堂は使っていませんが大学内のレストランも充実しています。パソコンは自分のものを持って行きました。
プログラムを振り返って
①プログラムの意義、参加を通じて成長したこと、その他留学を通じての所感
欧米とは違う海外経験ができます。日本ではゼミなどを除くと教授の講義を一時的に聞く体制の授業が多いが、授業に積極的に参加するということを学びました。レジュメが配られないため集中力が持ちます。現地学生は10名弱が参加してくれているが積極的に関わった方がいい。一ヶ月経った今でも各々で仲良くなった人と連絡を取り合っていて、私もSNS上で未だに会話をしていますが、また彼らは英語のレベルが本当に高いので、かなり英語の勉強にもなります。

②参加後の予定

未定

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

考えているなら応募した方がいいです

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

なし

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

なし

東京大学 海外留学・国際交流プログラム報告書（超短期プログラム用）

2017年 3月 16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：	インドネシア大学 ウィンタープログラム	派遣先大学：	インドネシア大学
卒業・修了後の就職（希望）先：			
	1. 研究職		2. 専門職（医師・法曹・会計士）
	3. 公務員		4. 非営利団体
	✓ 5. 民間企業（業界： ）		6. 起業
	7. その他（ ）		

派遣先大学の概要

インドネシア最高峰の大学です。首都ジャカルタから電車で1時間弱の郊外にあり大学の中には豊かな緑があります。

参加した動機

将来交換留学にいきたいと考えており、その最初の一步として短期留学に行こうと思っていました。そしてその短期留学のプログラムの中で、圧倒的に費用が安かった為このプログラムを選びました。

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）

特になし

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

特になし

③医療関係の準備（出発前の健康診断、常備薬、予防接種等）

特になし

④保険関係の準備（加入した海外旅行傷害保険・留学保険等）

学校で指定されたものに入りました。

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

特になし

⑥語学関係の準備（出発前の語学レベル・語学学習等）

特になし TOEIC760点でした。

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

現地の普通の店は全く英語が通じないので、若干はインドネシア語をやっといた方がいいかもしれません。

学習・研究について

①プログラムの概要（授業・予習・復習のスタイル、印象に残っている内容等）

インドネシアの外交政策についての講義、インドネシアの文化の体験、フィールドワークの主に3つから構成されていました。外交政策の講義は2時間の講義が5コマほどあり、最終日にはそれを元にしたプレゼンを行いました。文化の体験は伝統的な楽器を演奏したり、伝統的なダンス（サマダン）を踊ったりなどひたすら楽しいです。フィールドワークはMRTの建設現場の見学、JICAの活動の見学、国連の事務所に行ってお話を聞くなどのことがありました。私は中でも、日本企業が協力して進めているMRTの建設現場の見学が印象に残っており、海外で活躍している日本人のお話が聞けて有意義でした。

②学習・研究面でのアドバイス

プレゼンを行うのでパソコンを持って行った方がいいと思います。

③語学面での苦勞・アドバイス等

現地の店、タクシーはほぼ英語が通じなかったため苦勞しました。英語が堪能なインドネシア大学の学生と行動を共にすれば大丈夫です

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）

プログラムで指定されていた大学内の寮です。

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）

雨季だったので折りたたみ傘必須です。タクシーで10分ほどのところに大きなモールがあり、そこをよく利用しました。歩いて行けるところにスーパーなどが少ないのが少し不便かもしれません。食事はそのモールに行ったり、寮の中のレストランで食べたりしました。

③危機管理関係（留学先の治安、医療機関の事情、心身の健康管理で気をつけた点など）
屋台は避けました。日本系の焼肉食べ放題の店で爆食したら次の日お腹を壊して、1日中苦しんだので、日本系の店だからといって油断しない方がいいです。
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）
航空賃 6万5千円 エアポートホテル5千円 現地での生活費+お土産2万5千円
⑤奨学金（受給していた場合は、支給機関・支給額・見つけた方法など）
JASSOの奨学金（7万円）が参加者全員に支給されました。
⑥学習・研究以外の活動（スポーツ・文化活動、ボランティア・インターン、週末や長期休暇の過ごし方など）
ジャカルタやボゴールに行きました
派遣先大学の環境について
①参加学生へのサポート体制（語学面・学習面・生活面・精神面でのサポート等）
英語が堪能なインドネシア大学の学生が同じ寮に泊まってくれ、サポートしてくれました。
②大学の設備（図書館・スポーツ施設・食堂・PC環境等）
インドネシア大学の学生証が発行され、図書館や大学のWiFiを使うことができました。
プログラムを振り返って
①プログラムの意義、参加を通じて成長したこと、その他留学を通じての所感
インドネシアについて政治や文化など多面的に学べてよかったです。短期留学を経験することで、英語を話すことへのためらいが少し減りました。海外で活躍する日本人のお話を聞く機会は貴重だと感じました。
②参加後の予定
交換留学に行きたいです。

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

ぜひ応募してください。

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

特になし

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

特になし

東京大学 海外留学・国際交流プログラム報告書(超短期プログラム用)

年 月 日

東京大学での所属学部・研究科等:	教養学部	学年(プログラム開始時):	学部2
参加プログラム:	インドネシア大学ウィンタープログラム	派遣先大学:	University of Indonesia
卒業・修了後の就職(希望)先:			
<input type="checkbox"/>	1. 研究職	<input type="checkbox"/>	2. 専門職(医師・法曹・会計士等)
<input type="checkbox"/>	3. 公務員	<input type="checkbox"/>	4. 非営利団体
<input type="checkbox"/>	5. 民間企業(業界:)	<input type="checkbox"/>	6. 起業
<input checked="" type="checkbox"/>	7. その他(未定)		

派遣先大学の概要
インドネシアのジャワ島にあるインドネシア大学のデポックキャンパスに滞在。賢い学生が多い印象を受けた。キャンパスは広くキャンパス内もバスで移動した。
参加した動機
東南アジアでの就職に興味があった。インドネシアの大学で学べる良い機会だと思った。
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)
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)
日本人はインドネシアのビザは必要ない。
③医療関係の準備(出発前の健康診断、常備薬、予防接種等)
腹痛の薬はもっていったが使わなかった。
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)
海外旅行保険に加入した。

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)

⑥語学関係の準備(出発前の語学レベル・語学学習等)

授業が理解できる程度の英語力は必要だが、ほかの東大生もいるのでそこまで準備は必要ないと感じた。

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

日焼け止めは必要でした。あと講義室は冷房で寒いのでパーカーなどはあったほうがいいと思います。

学習・研究について

①プログラムの概要(授業・予習・復習のスタイル、印象に残っている内容等)

朝早くから夕方5時くらいまでは毎日レクチャーや課外活動があった。いろいろなタイプの活動があるので2週間飽きることなく毎日充実していた。

②学習・研究面でのアドバイス

③語学面での苦勞・アドバイス等

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)

キャンパス内のホテルに2人ずつシェアで滞在した。毎日ルームサービスが入り清潔だった。冷蔵庫も使えてランドリーサービスも有料だったがあった。

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)

交通渋滞がひどく、車での移動の際は到着時間が全く予測できなかった。食事は米中心でおいしかった。雨季だったため雨が多と感じたがそのおかげで暑すぎず過ごしやすかった。

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がつけた点など)
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)
物価が安く朝昼の食事は用意されているため、お土産など含めても2週間で2万円使わなかった。
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)
東京大学から支給された。
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)
派遣先大学の環境について
①参加学生へのサポート体制(語学面・学習面・生活面・精神面でのサポート等)
インドネシア大学の学生がずっと面倒を見てくれた。
②大学の設備(図書館・スポーツ施設・食堂・PC環境等)
図書館をつかえた。校内のWiFiも速く便利だった。
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
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

その他

①準備段階や留学中に役に立ったウェブサイト・出版物

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

東京大学 海外留学・国際交流プログラム報告書(超短期プログラム用)

2017年3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:	UI-CREATES	派遣先大学:	インドネシア大学
卒業・修了後の就職(希望)先:			
<input type="checkbox"/>	1. 研究職	<input type="checkbox"/>	2. 専門職(医師・法曹・会計士等)
<input type="checkbox"/>	3. 公務員	<input type="checkbox"/>	4. 非営利団体
<input checked="" type="checkbox"/>	5. 民間企業(業界: 建築関係)	<input type="checkbox"/>	6. 起業
<input type="checkbox"/>	7. その他()		

派遣先大学の概要

インドネシア国内でも屈指の研究環境を誇り、優秀な生徒が集う。

参加した動機

将来、大学院での留学を考えており、それに向けた練習になると思ったから。

参加の準備

①プログラムの参加手続き(手続きにあたってのアドバイスなど)

早めに準備を進める。

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

ビザは取得していない。

③医療関係の準備(出発前の健康診断、常備薬、予防接種等)

蕁麻疹が出やすいので、その薬だけ一応持って行った。服装と食べ物に気をつけて過ごすのが一番である。

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)

東大に推奨された通り、付帯海学に登録した。

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)

単位申請などはしていない。教養学部の職員に相談しに行き、署名のみもらった。

⑥語学関係の準備(出発前の語学レベル・語学学習等)

ToeflやIeltsなどはスコアを持っておいた方が良い。あとは、積極的に外国人と交流する機会を持つ。

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

現地の簡単な言語(こんにちは、ありがとう)を軽く勉強しておく、ウケが良い。あと、シャンプーは持っていくべき。

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)

最終日のグループプレゼンに向けて、様々な講義が展開されていた。全て、トピックに一貫性があった。

②学習・研究面でのアドバイス

海外の大学の講義は滅多に受けられるものではないので、集中して聞くべきである。講義が他の言語で行われているとはいえ、極力聞き逃さないようにする姿勢が大事である。

③語学面での苦勞・アドバイス等

授業中、教授の英語を聞き取るのに多少苦勞した。

生活について

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

大学が提供してくれたホテル

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)

基本的に暑く、湿度は高かった。また、道路の渋滞が深刻で、バス移動が3、4時間かかる、と行ったことも珍しくなかった。お金は、海外でも引き出せるカードを持っていたため、便利だった。

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)

治安は予想していたほど悪くなかった。ただ夜の街は出歩かない方が良いと感じた。

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

インドネシアは物価が安く、食事代とお土産代、交通費、その他雑費を含めて二週間で1万2千円程度で済んだ。授業料、宿泊代は大学に提供された。

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)

東京大学の奨学金のみ受給した。

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

インターンで様々な期間を訪れた。週末は現地学生に連れて行ってもらい、隣の都市へ行ったりした。

派遣先大学の環境について

①参加学生へのサポート体制(語学面・学習面・生活面・精神面でのサポート等)

現地学生のサポートは非常に素晴らしく、全くストレスはなかった。

②大学の設備(図書館・スポーツ施設・食堂・PC環境等)

快適な図書館に恵まれたため、勉強する場所には困らなかった。

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

英語力は確実に上がった。また、今まで触れたことのない分野を学習し、視野が広がった気がする。

②参加後の予定

引き続き英語の勉強に励み、また自分の専門分野に集中したい。時折、プログラムで触れた分野も復習したい。

③今後参加を考えている学生へのメッセージ・アドバイス

悩まず、まずは応募してみると良いと思う。

その他

①準備段階や留学中に役に立ったウェブサイト・出版物

特になし。

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

東京大学 海外留学・国際交流プログラム報告書(超短期プログラム用)

2017年 3月 11日

東京大学での所属学部・研究科等:	教養学部	学年(プログラム開始時):	学部2
参加プログラム:	インドネシア大学ウィンタープログラム	派遣先大学:	インドネシア大学
卒業・修了後の就職(希望)先:			
<input checked="" type="checkbox"/>	1. 研究職	<input type="checkbox"/>	2. 専門職(医師・法曹・会計士等)
<input checked="" type="checkbox"/>	3. 公務員	<input type="checkbox"/>	4. 非営利団体
<input checked="" type="checkbox"/>	5. 民間企業(業界:食品、環境)	<input type="checkbox"/>	6. 起業
<input type="checkbox"/>	7. その他()		

派遣先大学の概要

インドネシアにおけるトップレベルの国立大学の一つであり、メインキャンパスがデポックにある。キャンパスは広大なため、バスを利用して移動する必要がある。

参加した動機

私は大学院留学に興味があるのですが、留学したことがなく海外留学に対する不安があります。それは、語学力や外国の文化の差への不安です。海外留学の前に短期のプログラムに参加することで、その不安を拭きたいと考えました。今回のプログラムで実際に外国の方と触れ合う経験は、外国をより身近な存在にすることにつながります。海外大学での英語による講義の受講、他国学生との討論や共同作業は、語学力を高めるだけでなく、文化の違いを実感する機会にもなります。フィールドトリップは、現地ですら経験することのできない異文化の体験となります。以上が、このプログラムを希望した理由です。

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)

試験の日程などを考慮しながら、手続きを進めると良いと思います。

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

プログラム参加のためにビザを申請することはありませんでした。

③医療関係の準備(出発前の健康診断、常備薬、予防接種等)

酔い止め、風邪薬を持参しました。

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)

大学から指定された保険である「付帯海学」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)

特に行っていません。

⑥語学関係の準備(出発前の語学レベル・語学学習等)

プログラムのテーマに関する内容を下調べしておく、英語の講義をより深く理解でき面白いと感じることができると思います。

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

蚊が多いので虫よけは必須だと思います。長時間(2、3時間程度)バスに乗ることもあるので、酔い止めがあるとよいかもしれません。室内は半袖ではやや寒いことも多いです。薄い上着があると便利でした。

学習・研究について

①プログラムの概要(授業・予習・復習のスタイル、印象に残っている内容等)

午前中に講義を受講し、午後は様々な文化体験を行うことが多いです。質問をすると熱心に答えてくださる先生ばかりでした。特に予習が必要とされることはなく、講義後に内容を自分で振り返ることが大切だと思います。講義ごとに課題は出ませんが、最終日にはグループごとにテーマを設定してプレゼンを行います。プレゼン準備ではインドネシア語の資料を見ることもありますが、グループごとにインドネシアの学生がついてくれるので問題ありませんでした。

②学習・研究面でのアドバイス

講義等でわからないことは、インドネシアの学生に聞くのもよいと思います。講義後にインドネシアの学生と講義内容について対話することには、講義の内容をおさらいするという面もあります。

③語学面での苦勞・アドバイス等

英語でのコミュニケーションの難しさを痛感することが多かったものの、何度も話すうちに理解しあえることもわかりました。

生活について

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

大学の宿舎に2週間宿泊しました。2人部屋でしたが、狭いとは思いませんでした。宿泊費(朝食込)は無料で、朝食は簡素なビュッフェ形式でした。毎日ベッドメイキングがあり、清潔だと思います。

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

宿舎から大学や近くのスーパーまでは徒歩では行けないため、自動車を利用しました。両替は、プログラム当日にマルゴシティというショッピングモールで行うのが良いと思います。

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)

常にインドネシアの学生と一緒に行動してくれるため、危険だと思う場面に遭遇することはありませんでした。ただ、飲食には注意が必要であり、胃が弱い方は胃薬が必要だと思います。

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

航空賃7万円、食費その他4万円、保険等で2万円といった程度でした。今回はプログラムの参加費用は無料でした。

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)

参加者には原則として奨学金7万円が支給されていました。

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)

休日は大学近くのモスクを見学しに行きました。男性はモスクの中に入れますが、女性は入れなかったと思います。

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)

インドネシアの学生が常にいる状態であり、何事も彼らが親身に対応してくれる印象があります。困ったことは何でも彼らに話してみるとよいと思います。

② 大学の設備(図書館・スポーツ施設・食堂・PC環境等)

インドネシア大学の学生証を発行していただき、図書館等を利用できました。PCは自分のノートパソコンの方が作業しやすいと思います(PCはプレゼンテーションの作成でしか使用しませんでした)。

プログラムを振り返って

①プログラムの意義、参加を通じて成長したこと、その他留学を通じての所感

インドネシア大学の教授の方々の講義やディスカッションを通して、インドネシアの国際関係における視点や政策を学ぶことができました。ASEAN FOUNDATIONやUNFPA INDONESIAの事務所に実際に伺い、そこで働く職員の方からお話を聞くなど、座学だけでは得られない貴重な体験も多く様々な視点から国際関係を見ることができたと感じています。プログラム中は、会話のほぼ全てが英語で行われるため、リスニングやスピーキングといった語学力を試す良い機会になりました。

日本とは宗教観が大きく異なるインドネシアで、国籍の異なる学生と2週間共に過ごし英語でのコミュニケーションの難しさや自分自身の視野の狭さを痛感しました。全ての会話が英語で交わされる環境で勉強することがどのようなものか、その雰囲気を経験するのにこのプログラムは十分であったと思います。海外経験がなかった私には、留学がどのようなものか外国に身を置いて実際に体験することができました。外国の方と直接触れ合う体験を通して外国が身近なものとなったと思います。プログラムを経て留学への不安が大きく軽減されました。

②参加後の予定

語学の学習により力を入れつつ、海外の大学院進学を目指して専門分野の勉強をしていきます。この短期のプログラムにおいて、国際関係を学び知見を広げたことが将来につながると信じています。

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

私のように海外経験のない方は、まず短期留学を経験して外国を身近なものにすることを勧めます。

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

じゃかるた新聞
<http://www.jakartashinbun.com/>

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

東京大学 海外留学・国際交流プログラム報告書（超短期プログラム用）

2017年 3月 5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：	UI-CREATES	派遣先大学：	インドネシア大学
卒業・修了後の就職（希望）先：			
<input checked="" type="checkbox"/>	1. 研究職	<input type="checkbox"/>	2. 専門職（医師・法曹・会計士）
<input type="checkbox"/>	3. 公務員	<input type="checkbox"/>	4. 非営利団体
<input checked="" type="checkbox"/>	5. 民間企業（業界： 未定 ）	<input type="checkbox"/>	6. 起業
<input type="checkbox"/>	7. その他（ ）		

派遣先大学の概要

インドネシア大学はデポックにメインキャンパスを構え、インドネシア国内でトップクラスの総合大学である。

参加した動機

留学等に興味があったため。また、先進国と呼ばれる国へはいずれ行かだろろうと思ひ、そうではないところに行こうと思ったから。

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）

もう少し早めに申請書などに取りかかれればよかったと思う。

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）

ビザは不要だった。

③医療関係の準備（出発前の健康診断、常備薬、予防接種等）

胃腸薬は必ず持って行った方が良くと思う。

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）

指定された付帯海学に入った。

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）

特にない。

⑥語学関係の準備（出発前の語学レベル・語学学習等）

IELTSを受験し、スコアは6.0だった。

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

トイレにティッシュがないことがほとんどなので水に流せるティッシュを持っていくと良いと思う。

学習・研究について

①プログラムの概要（授業・予習・復習のスタイル、印象に残っている内容等）

授業は、インドネシアの外交政策についてのものとインドネシアの文化についてのものがあった。特に予習や課題はなかったが、最終日にプレゼンテーションがあった。

②学習・研究面でのアドバイス

国際関係についての知識を持って臨むとよかったと思う。

③語学面での苦勞・アドバイス等

特に苦勞はしなかったが、事前にインドネシア語を少し勉強するとお店などでスムーズにいくと思う。

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）

キャンパス内にあるゲストハウスに宿泊した。指定されたものであり、宿泊費はインドネシア大学側が負担してくれた。虫がいるというのをときどき耳にしたが特に問題はなく、快適だった。

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）

雨季だったため、午前中晴れていても午後は雨が降るとような感じだった。交通機関はUberを主に利用した。食事は朝・昼は用意されていて、夜は近くのモールなどに行った。

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）
犯罪に巻き込まれそうになるようなことはなかったが、場所によっては雰囲気からして治安の悪ようなところもあった。基本的な注意事項を守れば大方大丈夫だと思う。
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）
航空賃：65000円程度 OSSMA：5000円程度 保険：5000円程度 授業料、宿泊費：インドネシア大学側に負担していただいた。 その他：20000円程度
⑤奨学金（受給していた場合は、支給機関・支給額・見つけた方法など）
JASSOから70000円頂いた。
⑥学習・研究以外の活動（スポーツ・文化活動、ボランティア・インターン、週末や長期休暇の過ごし方など）
休日はボゴールやジャカルタへ行った。
派遣先大学の環境について
①参加学生へのサポート体制（語学面・学習面・生活面・精神面でのサポート等）
インドネシア大学側の学生が付いてサポートしてくれていた。
②大学の設備（図書館・スポーツ施設・食堂・PC環境等）
学生証を発行してもらったので図書館を利用することができた。Wi-Fiは宿舎では利用でき、キャンパス内では使えるところとそうでないところがあった。
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
先進国でないところは初めてであったが、日本と同じあるいは日本よりも進んでいるようなところがある一方で途上国と言って思い浮かぶような景色のところもあり、非常に面白く感じた。インドネシアの人はとても優しく、また、インドネシア赤門会の同窓会に参加させていただいてお話を聞いたりする中で、インドネシアがとても魅力的に映った。

②参加後の予定

具体的な予定はないが、いろいろなプログラムを積極的に活用していきたいと思う。

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

このプログラムに参加して後悔することはおそらくないと思うので、迷っているなら応募するべきだと思う。他にもプログラムがあった中でこのプログラムを選んでよかったと思う。

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。