

東京大学での所属学部/研究科・学年(プログラム開始時):

参加プログラム:UCSD サマープログラム 派遣先大学: UC サンディエゴ

卒業・修了後の就職(希望)先: 1.研究職 3.公務員

派遣先大学の概要

カリフォルニア大学を構成する大学の一つ(他に UC バークレーや UCLA など)
UCSD 自体も六つのカレッジから構成されており、学部でカレッジが決まる訳ではなくどのカレッジでも学びたい分野を専攻することができる。
日本人留学生によれば、実務的なことを教えるよりも研究に力を入れている大学である。

参加した動機

将来的に本格的なサマープログラムもしくは短期留学を考えており、そのための準備となればと考えた。

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)
他のプログラムよりも手続き締切が遅く、新入生であっても申込が可能であった。
- 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)
特に必要なかった
- ③医療関係の準備(出発前の健康診断、予防接種等)
特に行わなかった
- 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)
クレジットカードに含まれているものとは別に加入することが必要だった。
- 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)
一年生であったため、成績の提出は必要なかった。
学部の窓口で留学参加の許可をもらったのみ。
- ⑥語学関係の準備(出発前の英語レベル・語学学習等)
TOEFL か IELTS の点数が必要だったが、要求レベルが TOEFL65-80 と高くないため、点数的には問題なかった。ただし点数が出たのが申込締切の近くになってしまい、申込手続きが慌ただしくなってしまった。一年生は特に参加を考えてから申込締切まで日が無いため、語学試験は早めから準備しておいた方がよい。
- 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
多くの参加者が、パスポートや金銭を一日中身につけられるものを用意していた(腹巻のようなものや首から下げるものなど)。鞆にパスポートを入れるより安心であり、大学外によく行くことになる本プログラムでは重宝した。

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)
授業は一日1~2コマ。1コマは1時間半の教授による授業と、前後30分ずつの院生によるセミナーで構成されている。受講生は全員非ネイティブなので、教授もそれを考慮した授業を行ってくれる。授業内容は様々な分野の概要を述べるもので、レベルとしては高いものではない。アメリカの大学の授業雰囲気を経験するという側面が強い。授業に関して予習が求められることもあるが、量は少ない。
授業以外には、コミュニケーションゲームや現地の大学生との交流会等が行われた。また UC サンディエゴに通う日本の大学生と交流する機会もあり、東大から Ph.D. コースに来ている学生や留学に来ている官僚や会社員の人も様々な人から話を聞くことができた。
- ②学習・研究面でのアドバイス
授業は基本的な内容のため、難しいことは無い。
- ③語学面での苦労・アドバイス等
大学側が語学力に対して配慮してくれるため、授業に関して大きな苦労は無かった。
中国人との会話は双方ともネイティブでないため、こちらも分かりやすく伝える努力が必要だった。

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)

大学内の寮

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)

毎日晴天で日中は暑い、朝と夕方以降はかなり冷えるため、服装は対応できるようにしておいた方がよい。

公共交通機関は思ったよりしっかりしており、本数は少ないものの十分に観光を楽しむことができた。大学から支給されるカードでバス・トロリー共に乗ることができ、サンディエゴ観光や周辺への買い出しに不自由することは無い。

クレジットカードは基本的にどこでも使えるが、現金も十分に持っておいた方が安心である。また、チップとして使うほか、レストランでの割り勘やオプションプログラム(サーフィン、ディズニーランド等)への参加費用支払いでも現金は必要だった。

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)

大学の外の治安はかなりいい方であるとは思ったが、鞆については注意を欠かさないようにしていた。

④要した費用とその内訳(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)

50万円弱(プログラム参加費30万、航空賃16万、娯楽費等3万)

食費は大学の外で食べる場合のみ

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、週末の過ごし方など)

現地の学生とサッカーをする機会があった

週末はサンディエゴの観光や、東大生の引率者が企画するオプションツアーに参加。

同様のオプションで、サーフィン講習会にも参加した。

また、UCSDに通う日本人留学生のコミュニティに加わり、バーベキューを行う機会があった。

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)

語学・学習面では授業の前後に行われる院生のセミナーによるサポートが行われ、授業は問題なく受講できる。

生活面・精神面では、全日程に付き添っているアメリカ人の引率者がサポートしてくれる。

②大学の設備(図書館・スポーツ施設・食堂・PC環境等)

自由に入れる大きな図書館があり、本を借りることも可能。個室の学習スペースもあり、友人と話しながら本を読んで時間を過ごすこともできた。

スポーツ施設も充実しており、サッカーやバスケットボールを空いた時間に行うことができる。

食堂は複数あり、場所によってメニューの雰囲気が違うが、無料で食べられるところは二カ所(朝夕は一カ所)に限られている。二週間食べ続けるのは辛いため、何回か大学の外で食べることになる。

インターネットは無料で利用可能。ただし寮のWi-Fiはコンピューターの機種によって上手く接続できない場合があった。

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

本プログラムでは、アメリカの大学生活や海外のサマープログラムの雰囲気を知ることができ、将来より本格的なプログラムに参加する上での準備になったと感じる。現地の大学に留学している日本人の学生、特に社会人の留学生と交流できたことも将来を考える上で役に立った。

またこのプログラムには一年生から就職の決まった四年生まで幅広く参加していたため、プログラム参加者間での交流においても興味深い話を聞くことができた。

②参加後の予定

本格的なサマープログラムや短期留学への参加を考えている。

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

このプログラムは本当に気軽に参加できるものだと思います。

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

特になかった

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。

東京大学での所属学部/研究科・学年(プログラム開始時): 教養学部文科一類・1年

参加プログラム: UCSD サマープログラム 派遣先大学: University of California, San Diego

卒業・修了後の就職(希望)先: 2. 専門職(法曹) または 3. 公務員

派遣先大学の概要

カリフォルニア大学サンディエゴ校(UCSD)の国際関係・環太平洋研究大学院(IR/PS)。詳しくは以下のページなどを参照してください。

<http://irps.ucsd.edu/experience/who-we-are/>

参加した動機

入学した当初から、漠然と海外留学をしてみたいと考えていました。5月ごろに go global のサイトを見たところ、2週間ほどのプログラムがいくつか応募できることを知り、自分が長期の海外留学に適しているか知るために応募することに決めました。UCSD のプログラムを選んだ理由は、講義の前に Preparation seminar, 後ろに Follow-up seminar があり授業内容の理解が深まると思ったため、また、フィールドワークとして裁判所の見学が含まれていたためです。

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)

5月中旬に説明会が行われると思います。参加を検討している場合は、是非参加すべきです。

今年は、このプログラムの締め切りは6月上旬でした。メールで提出すべき書類と持参/郵送すべき書類の両方があるので、初めて申請する人は注意が必要です。不明な点は、すぐに本部国際交流課に尋ねると良いと思います。親切に教えてくださいます。

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)

ビザは不要ですが、ESTA の申請が必要です。これについては以下を参照してください。申請は難しくありません。

<http://japanese.japan.usembassy.gov/j/visa/tvisaj-esta2008.html>

③医療関係の準備(出発前の健康診断、予防接種等)

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)

AIU の保険に加入しました。¥10,000 ほどかかりました。しかし、東大生協で損保ジャパンの「off!」という保険に加入した友人は、もっと安く済んだようです。

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)

プログラム申請時に、教養学部の教務課から留学にあたって注意事項を説明してもらい、サインをもらうことが必要です。文系の1年生は、教務関係での問題は特にないと思います。

⑥語学関係の準備(出発前の英語レベル・語学学習等)

TOEFL iBT 88(2014年5月) TOEIC 915(2014年3月) 語学学習は特にしませんでした。

ある程度の英語力は必要です。特に、リスニングが不得意だと授業で苦労すると思います。

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

- ・スリッパ(部屋は土足です)とサンダル(海岸に行くときには便利)
- ・日焼け止め(今回の期間中は日差しが強く、すぐに日焼けしてしまいました)
- ・常備薬(特に整腸剤。日本とは食事が大きく異なるので)
- ・緑茶のティーバッグ(食堂でお湯が出たので。現地のペットボトル飲料で甘くないものは水だけです)

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)

予習は科目によっては必要ですが、それほど重くはありません。復習は Follow-up でしてくれますが、少しでも自分ですると理解が深まると思います。

プログラムの紹介文として、IR/PS からもらったパンフレットにはこのように書いてあります。

Future Global Leaders Program

University students can enhance their understanding of graduate studies in the United States in this two-week educational experience. The program includes graduate-level lectures from professors, workshops on graduate school admissions, educational field trips and opportunities to meet U.S. and international students.

②学習・研究面でのアドバイス

集中して授業を受けることが非常に重要です。また、質問も積極的にしましょう。真摯に答えていただきました。

③語学面での苦労・アドバイス等

とりあえず話してみることが大事だと思います。こちらのお話を理解しようとしてくれるので、積極的に話しかけるべきです。意外となんとかなるものだと思います。

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)

今回の宿泊先は Warren College という UCSD のドミトリーです。4人部屋でした。家賃はプログラム代に含まれています。あらかじめコーディネーターの Mr.Jacob が用意してくださったのは非常にありがたかったです。

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)

今年は非常に暑かったです。ただ、朝晩は風が冷たいので、薄い長袖があると、とても便利です。

UCSD のキャンパスは広大で、キャンパス内は非常に安全です。

現地では Compass という、公共交通乗り放題パスが支給されます。市内に出かける際にはバスが便利です。

食事については、なかなか苦労します。食事は宿のすぐ近くの食堂ですべて用意されているのですが、脂っこいものが多いです。うまく食べるものを変えたり、野菜を中心にしてみたりすると良いと思います。慣れてくれば問題なく食べられるようになると思います。外食することも可能ですし、そうしていた人も多数いましたが、別料金になります。

現金は、クレジットカードを持っていれば、\$200+Optional Tour 代で足りると思います。サンディエゴの治安はよいので、多くの現金を持ち歩いても大丈夫だと思います。但し、財布の紛失・盗難に備え、現金は分散して持つべきです。また、カードで現地の ATM にてお金を引き出すには日本で事前に手続きが必要です。カード会社に確認して下さい。

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)

サンディエゴは、アメリカの中では治安が良い方だと思います。その中でも、UCSD が位置する La Jolla は安全だと言えます。一方で、サンディエゴの中心街はそこまで安全ではありません。アメリカにいるということは常に意識しておく必要があると思います。中心街に出かける際は、地味な服装を選びました。

健康管理については、睡眠時間をきちんと確保するようにしました。時差ボケや食事の違いから、プログラムの開始直後はかなり疲れたので、無理をしないように注意しました。

④要した費用とその内訳(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)

トータルで 50 万円程度(奨学金を除いて)。向こうでどれほどお金を使うかに左右されると思います。

・航空賃が 18 万円(繁忙期ですので、結構高いです)

・プログラム代(授業料・家賃・食費)が 2900 ドル

・現地での出費が 120 ドル

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8万円をいただきました。プログラムに応募する際に、同時に奨学金を申請できます。但し、プログラム参加費は事前に支払う一方で、奨学金は帰国後に支給されることに注意が必要です。

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、週末の過ごし方など)

週末は休暇ですので、市内観光に出かけました。Compass カードを支給されるので、非常に観光しやすいです。

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)

Mr.Jacob がすべてのサポートをしてくれますので、心配は不要です。

②大学の設備(図書館・スポーツ施設・食堂・PC 環境等)

図書館については、下の写真を参照してください。

スポーツ施設については、かなり充実しています。現地の学生とバスケットボールを楽しんだ人もいました。

PC 環境については、大学の構内・寮の室内は無線 LAN が使用できます。アカウントを取得する必要があります。一方、市内では無線 LAN は使えません。そのため、市内観光の際にはレンタル Wi-fi ルーターが非常に便利でした。15 日間で 10,000 円ほどかかりましたが、借りた価値はあったと思います。

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

米国の大学の空気に触れ、英語で社会科学の授業を受けることができた点は、サマースクールや交換留学など長期の海外派遣プログラムへ参加することを考えている私にとっては非常に貴重な経験でした。Preparatory Seminar で知らない単語を習得し、2時間の授業で授業内容を理解しようと必死になり、授業後には教授に質問をして理解しようと努め、Follow-up Seminar で授業のまとめを行い、必要に応じて図書館で自習するという経験は、なかなか大変ではありましたが、これは日本では経験できなかったことであり、非常に有意義な経験だったと思います。

②参加後の予定

本格的なサマープログラムへの参加を検討します。どのようなプログラムに何を求めて参加するのか、真剣に考えたいと思います。

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

参加費がそれなりの額になるということで、申し込みを躊躇している人もいると思います。長期留学をするか検討している人には非常におすすめできるプログラムだと私は思います。特に1年生の方には、迷っているなら参加することをお勧めします。自国とは違う文化をもつアメリカの大学で、何も感じないことはないと思います。何かを得ようと思って参加すれば、非常に実りある体験ができるのではないのでしょうか。

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

- ・地球の歩き方(税関書類の書き方からサンディエゴの観光ガイドまで載っているので便利です)
- ・<http://www.sdmts.com/> (サンディエゴのバス・トローリーはこの HP を見ればわかると思います)

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。



UCSD にある図書館(Geisel Library)の写真です。私はこの図書館の雰囲気が大好きで、授業の予復習や本を読むために、3日に一度は行っていました。アメリカの大学の、アカデミックな雰囲気が感じられます。自由に入館でき、書籍を借りることも可能です。是非とも行くべきだと思います。

東京大学での所属学部/研究科・学年(プログラム開始時):

参加プログラム: 派遣先大学:

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

カルフォルニア州立大学サンディエゴ校の公共政策大学院である IR/PS。
ホームページ等の情報が詳しいと思います。国際関係に強みがあるとのことでした。

参加した動機

将来的に修士号取得のために留学をすることを見据え、その下準備として。
海外および日本学生との交流や、アメリカの大学の授業体験、海外での暮らしなどを通じて自分の視野を広げるため。

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)

東大本部国際交流課の方の支援もあって、スムーズに出来ました。指定された手続きをこなすだけで十分でした。

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)

「観光目的」との名目で入国となったので、必要なのは ESTA だけでした。

③医療関係の準備(出発前の健康診断、予防接種等)

アメリカへの渡航ということで特に何もありませんでした。

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)

AIU 損害保険というところに申し込みました。

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)

成績証明書の取得、指導教官のサインなどがありました。大きな手間ではありませんでした。

⑥語学関係の準備(出発前の英語レベル・語学学習等)

初心者～中級者向けのプログラムだったということもあり特に準備はしませんでした。

ただ、個人的にはもっと準備をしておいた方が良かったと思っています。

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

一緒にプログラムをこなした清華大学の学生が東大の学生のためにプレゼント(本のしおり)を持ってきてくれました。

私はちょうどいいものが何もなく、お返しに困ってしまいました。何か日本的な小物を持っていくと、交流した人へのプレゼントとして有用だと思います。

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)

大学の講義については、予習と復習が 30 分ずつ前後に入り、それを含めて3時間のプログラムでした。予習復習は大学院生が指導してくれます。

それ以外には語学学習のための体験型プログラムが定期的にあります。キャンパス内で学生に話しかけ、共通点を見つけてくるという課題が印象的でした。

②学習・研究面でのアドバイス

内容は総じてガイダンス的なもので、そこまで高度ではなかったように思います。そのため、自分で疑問点を見つけ積極的に質問をしていくのがより深い理解のためには大切なのだらうと思いました。

③語学面での苦労・アドバイス等

リスニング、スピーキングともに単語力の重要性を強く感じました。

個人的には準備不足で色々苦労しました。もっと準備をするべきだったと思います。

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)

大学の寮に宿泊しました。部屋、水回りなどはとても清潔で快適でした。

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)
気候はとても過ごしやすかったです。湿度が違うのか日本にいるときとは違いあまり汗をかきませんでした。昼は暑く、夜は涼しいのでパーカー等があると良いと思います。
大学はとても広く移動は徒歩とバスでした。大学からバスですぐの場所に大きいスーパーがあり、水等も安く買えるので度々利用しました。バスの利用はプログラムにフリーパスが含まれていて、便利でした。
食事は3食大学の食堂がフリーパスで利用可能でした。ただそれでは飽きてしまうので、夕食はよく外食をしていました。大学の食堂も味は悪くありませんでした。

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)
サンディエゴは治安がとても良く、不安を感じることはほとんどありませんでした。
気候と風土がそうさせたのか、心身ともにとっても快適で、健康に過ごせました。

④要した費用とその内訳(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:20万、プログラム参加料:30万、その他生活費(観光、食事など):10万

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)
日本学生支援機構から8万円の奨学金を頂けることになっています。

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、週末の過ごし方など)
16時の授業終了後は自由時間でした。私はバスカードを使ってサンディエゴ市内を観光したり、海外の学生とスポーツなど交流して過ごしました。
土日はオブションツアーとしてディズニーランドとサンディエゴズーに行きました。

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)
コーディネーターのジェイコブさんと、関口さんには大変お世話になりました。
ジェイコブさんは普段は英語しか話ませんが、本当は日本語も話せるので安心です。
お二方にはリスニングが絶望的な私を助けて頂き、とても感謝しています。
②大学の設備(図書館・スポーツ施設・食堂・PC環境等)
どこも清潔で快適でした。積極的に利用すると良いと思います。
寮のネット環境が少し複雑でした。

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
とても有意義で貴重な経験でした。
日本のものとは趣が全く異なる授業、意識の高い海外の学生との交流、開放的な風土などどれをとっても刺激的で今後の糧になるような経験が出来たと思います。将来の留学への熱意や英語学習の意欲がより一層高まりました。
また、2週間の生活を通じて、語学面・生活面などで慣れることが出来たように思います。語学などはまだまだですが、慣れることが出来たことで、自分の中で海外への抵抗感のようなものが払拭出来たのは良かったです。
それらに加え、何よりも2週間を通じてかけがえのない繋がりが出来たことが自分にとって大きいです。日本の学生・海外の学生共に、今後も続くような関係性を今回のプログラムを通じ得られました。

②参加後の予定

当初の予定通り、就職します。将来的には海外留学をしたいと考えています。
学生生活は残り半年なのですが、出来る限り有意義なものにしたいです。海外へも行けると良いと思っています。

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

長期留学をするか迷っている人にはうってつけだと思います。
何となく暇だなという人にも間違いなく有意義で楽しいプログラムだと思います。
心からおすすめします。

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
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。
なし

東京大学での所属学部/研究科・学年(プログラム開始時): 教養学部

参加プログラム: UC サンディエゴサマープログラム

派遣先大学: カリフォルニア大学サンディエゴ校

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

UCSD(カリフォルニア大学サンディエゴ校)内の寮で過ごし、UCSDに付属し同キャンパスにある大学院・IR/PSの教室(寮から徒歩10~15分)で授業を受けた。
キャンパスはとても広い。また、海にも歩いて行ける近さである。

参加した動機

- ・受験の時は英語が得意だったが、スピーキングがかなり苦手だったから。
- ・学年がこれ以上上がると、インターンに行ったり、国家総合職の試験勉強を始めたりしなければならないので、留学には行けるうちに行っておこうと思ったから。

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)

当たり前だが、東大から送られてくるメールに重要な資料が添付されてくるので、隅々まで読んだ。それでも分からないことは早めにコーディネーターにメールで質問したので安心できた。

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)

ビザは必要なかったが、ESTAの申請が必要だった。インターネット上で簡単にできる。申請番号はパスポートなどに控えておいた。

③ 医療関係の準備(出発前の健康診断、予防接種等)

大学で初夏に健康診断を受けて問題がなかったので、今回の留学のために特別な準備はしていない。
留学の少し前に風邪を引いた際に病院でもらった薬が余っていたので、持参した。

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)

たびほを利用した。

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)

試験期間にかぶらないようなプログラムを選んだので、特になし。

⑥ 語学関係の準備(出発前の英語レベル・語学学習等)

夏学期試験終了からプログラム開始までに時間的余裕がなかったため、あまり準備ができなかったと反省している。

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

2年生は進学振分けについて良く調べ、万が一の時の為、ユーザIDとパスワード、志望する学部学科を家族に伝えておくことを強く勧める。

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)

法、経済などについての授業(2時間)と、その予復習のための授業(30分ずつ)があり、最終日にどれかひとつ、割り当てられた担当の授業内容について3~4人のグループで5~7分のプレゼンを行う。

② 学習・研究面でのアドバイス

予習の授業とは別に、授業の前の課題として見るべき動画のURLが送られてきたりすることもあるので、メールチェックを絶やさずに行いましょう。

③ 語学面での苦勞・アドバイス等

大学側の要項では、英語のレベルはさほど高くないというように書いてありましたが、留学中も東大からの学生と過ごす時間が長いですが、中国やメキシコの学生と日常生活と一緒に過ごすような機会も多くありました。そうした機会に積極的に話していかないと、2週間で得られる語学力はあまりないと思います。私自身、特に中国やメキシコの学生はとても上手に英語を話すので、心が折れそうでした。しかし、話してみれば(3か国にまたがって女子会も開きました)みな普通の優しい学生達だったので、流暢でなくても話そうという姿勢を見せられたら良いと思います。

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)

大学の寮。基本的には、4人部屋を東大生2人と中国あるいはメキシコの学生2人で使う。4人部屋とはいえ寝室と洗面所は2つに分かれているので、実質的には2人部屋で、お風呂、お手洗い、リビングやキッチンが共用。

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)

朝晩は長袖必須だが昼間は暑く、日差しがとても強いのでサングラスをかけている人が多かった。頭皮も焼けるので、帽子があると良いと思う。

キャンパスは広く、また芝生の上を歩くこともあるので、ヒールのない靴を履いていった方が良い。ビーチが近いので、ビーチサンダル(や、泳ぎたい人は水着)もあるが良いが、なければ大学内でも売っている。

食事は大学の食堂で3食食べられるが時間が限られているので良く確認すべき。

放課後、大学周辺へ遊びに出かけるときは、バスや電車を利用した。これらの公共交通機関は大学から支給されたバスカードを持っていれば無料で利用できた。

買い物はほとんどすべての場合、クレジットカードを利用した。ただし閉店間際に駆け込むと、クレジットカードが使えないことがあったので注意が必要。特に日曜日にはお店が早く閉まるようで、私が行ったショッピングモールは7時閉店だった。

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)

過去に旅行したフランスなどヨーロッパの国々よりはかなり治安は良かったように感じる。油断は禁物だが、広々としたところなので、荷物から離れないようにしていれば大丈夫だと思う。

④ 要した費用とその内訳(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 22万円

授業料 30万円－奨学金 8万円＝22万円

教科書代・家賃 0円

食費 8000円

交通費 1000円

娯楽費 40000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)

東京大学海外派遣奨学事業 2014年度短期・超短期海外留学等奨学金第1回募集

8万円

Today go global のサイトで見つけた。

⑤ 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、週末の過ごし方など)

普段は音楽系サークルに打ち込んでいます。週末は楽器を弾いたり授業の課題をこなしたりしています。

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)

基本的に何かあればコーディネーターに相談すれば問題ないと思う。

② 大学の設備(図書館・スポーツ施設・食堂・PC環境等)

夜ご飯を食堂で食べる場合、17~19時しか空いていないので注意。

Wifiは同じ寮でも階によって使えないものがあったり、登録が必要だったりするので、コーディネーターの指示によく従うべき。

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

私は英語のスピーキングが苦手なのですが、それは英語力の問題だけではないと思っています。日本語での会話に求められるのと同様の力も必要です。人前で話すのが苦手なのは、一種の殻のようなものを破ることができれば改善すると思うので、プログラム参加前より少しは成長できていたら幸いです。また、東大内外に意識の高くユーモアのある素晴らしい友人が増えたことも純粋に嬉しいです。

② 参加後の予定

11月にIELTSを受験予定。

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

留学に抵抗がある人も、数週間単位の短いものであれば観光半分の気分で行きやすいのではないのでしょうか。行くまでは不安でいっぱいでも、行ってみれば刺激的で楽しい生活が待っています。

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。

東京大学での所属学部/研究科・学年(プログラム開始時):

参加プログラム: UCSD サマープログラム

派遣先大学: カリフォルニア大学サンディエゴ校

卒業・修了後の就職(希望)先: 3.公務員

派遣先大学の概要

カリフォルニア大学サンディエゴ校の大学院 The school of International Relations and Pacific Studies(IR/PS)。国際関係、太平洋地域に焦点を当てている。サンディエゴ中心街からのアクセスも非常に良い。

参加した動機

長期の海外留学する際に助けとなるような経験ができると考えたためです。近い将来に海外の大学院に留学しようと考えていましたが、これまで海外留学した経験はなく、語学力のみならず海外で学ぶこと自体のイメージが湧かずに漠然とした不安を抱いていました。そこで、短期間で海外の大学で実際に授業を受けてみることで、現地の環境や文化に試しに触れてみることを通して、海外での学生生活の具体的なイメージを掴んでおき、将来の海外留学をより実りのあるものにできるような経験をしてみたいと考え、このプログラムに応募しました。

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)

本部の国際交流課の方、コーディネーターからの指示に従って準備を進めました。

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)

短期のプログラムなのでビザは必要ありませんでした。

③医療関係の準備(出発前の健康診断、予防接種等)

健康診断は大学で受けたもののみです。渡航先の医療事情には詳しくなかったため、普段から使っている薬は持っていきました。

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)

旅行障害保険に加入しました。自分が加入している保険内容をひとつと確認しておきました。

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)

特に行っていません。

⑥語学関係の準備(出発前の英語レベル・語学学習等)

普段からの英語学習は大学の講義で英語論文を少々読んでいる程度でした。試験は半年程前に TOEIC を受験しました。

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

2週間という短期のプログラムであること、生活用品は大学内の売店や近所のスーパー等で現地調達できること等から、特別なものは必要ないと思います。

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)

約2時間の講義に加えて、その前後に講義で出てくる専門用語の確認や講義内容の復習を現地の大学院生にさせていただくフォローアップセミナーが各30分ずつの1コマ3時間でした。講義内容は国際的な要素を含んでいる社会科学一般についての概説的な内容が主なものでした。

②学習・研究面でのアドバイス

講義の内容は概説的なものが中心であったため、前提知識のあるものはもちろん、なじみのない分野でもそれほど内容の理解に苦労することはありませんでしたが、講義や質疑応答、課題や配布資料は当然すべてが英語によるもので、講義の内容自体よりもそれを英語で学ぶことに苦労しました。

③語学面での苦労・アドバイス等

英語が得意でない人向けのプログラムであるとはいえ、海外の大学で学ぶ以上、ある程度の基礎的な英語の運用能力は必要になると感じました。簡単な日常会話のみならず、アカデミックな英語にも慣れておくと良いかもしれません。

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)

UCSD の寮に入りました。非常にきれいな4人部屋で、キッチン、リビング、風呂、トイレ等が共用でした。

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)

サンディエゴは日差しが強くて暑いけれども、湿気が少なく、汗もかかない非常に過ごしやすい気候でした。早朝や夜は若干冷えるので、長袖も数着持っていれば良いと思います。

大学から市街地まではバスを使って1時間程度ですぐに行けます。トロリーやバスが乗り放題になるパスを支給してもらえるので、授業後や休日にはサンディエゴを観光することができます。

食事は大学内の食堂で食べることができます。また、食事に飽きてきたときには、バス等を使ってショッピングセンターのフードコートなどへ行くことができます。

お金は大学側の指示通りに現金は200ドル未満にしておきました。クレジットカードがどこでも利用できるので、予備的に持っているお金としては200ドル程度で十分だと思います。

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)

サンディエゴは非常に治安が良いところで、とくに危険を感じたことはありませんでした。一応、お金やカード、パスポートのコピー等の貴重品は分散して持参することは心がけていました。

④要した費用とその内訳(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)

50万円(航空券20万弱、プログラム30万弱、娯楽費その他5万)

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)

日本学生支援機構の奨学金。プログラムへの応募と同時に申し込みました。

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、週末の過ごし方など)

授業後や休日には支給されたパスを利用して数人で市内観光をしていました。個人で観光する以外にも、コーディネーターが zoo や Disney などのアクティビティを企画してくれたため、それに参加した人も多かったです。また、現地の学生と暇な時間にスポーツをしている人もいました。

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)

プログラムのコーディネーターがサポートしてくれるため、特に困ったことはありませんでした。また、2週間程度の短期のプログラムであるため、それほど困るような事態には陥りませんでした。

②大学の設備(図書館・スポーツ施設・食堂・PC環境等)

大学内では無線LANが使用できました。図書館をはじめとした各種施設も利用可能であったため、特に不便を感じることはなかったです。

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

2週間の短期のプログラムである以上、めざましい語学力の向上であったり、海外で学ぶことの意義であったりというものを感じることはなかったことは事実でした。しかしながら、海外の大学で慣れない英語を使って実際に学ぶことや、限定的ではあるが現地の学生や他大学のプログラム参加者との交流、現地の雰囲気や文化に触れてみることは、将来的に海外留学を考えている自分にとって、単なる語学力向上のための動機づけのみならず、その具体的なイメージを構築するうえで非常に有意義なプログラムだったと感じています。

②参加後の予定

来年度から官庁に就職し、数年後には海外の大学院に派遣されることになっていると思います。当面は卒業論文を書きながら、社会人になるための準備期間として最後の学生生活を送ろうと考えています。

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

このプログラムは将来的に海外留学を考えている学生や、長期留学には語学力その他に不安を抱いている学生には最適なプログラムだと思います。

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

特にありません。サンディエゴの観光名所はインターネットで検索しました。

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。

特にありません。

東京大学での所属学部/研究科・学年(プログラム開始時):

参加プログラム:UCSD サマープログラム

派遣先大学: UCSD, IR/PS

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

全米屈指の州立大学。科学分野に強い一方で、経済学、政治学、国際関係といった社会科学分野に関しても強いという特色を持つ。

参加した動機

英語力の向上、異文化交流、人脈の形成、将来の模索

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)

担当マネージャーの Jacob の他、国際交流課の方々が親切に対応して下さいました。
アドバイス通りに手続きを進めればよい。

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)

必要なし。

③医療関係の準備(出発前の健康診断、予防接種等)

特に行っていない。

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)

損保ジャパンの海外旅行損害保険に2週間分(約 6000 円)加入した。

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)

特になし。

⑥語学関係の準備(出発前の英語レベル・語学学習等)

TOEFL ibt 75 点のみ。

特に行っていない。

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

外国人ルームメイトへのお土産を持参すると良い。

英語に関しては、特にリスニングを行っておくと役に立つかもしれない。

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)

50 人程の学生に対して行われる講義は、まるで TED を見ているようなワクワクするものである。教授の一方的な授業ではなく、学生はいつでも質問・意見を歓迎され、双方向の学習が可能となっている。

②学習・研究面でのアドバイス

海外の学生やスタッフ、教授とは積極的に話すように努力した方が良い。英会話の練習になるとともに、学問やキャリアに有益な情報が得られるかもしれない。

③語学面での苦勞・アドバイス等

内容や教授の話す早さによっては、講義の6割程度の内容しか理解できなかった。

常日からのリスニング対策が不可欠である。

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)

用意された学生寮。

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)

気候は乾燥しているため、日差しは強くても汗をかくことはなかった。

大学内も走るバスに乗ることで様々な遊び場やショッピングモールに行くことができる。

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)

水や食事が合わず、体調を崩した。
特に胃腸を壊しやすいので、抗生剤等を持って行った方がよい。

④要した費用とその内訳(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15万程度、プログラム費用が30万程度。それに娯楽費等を合わせ、50万程度。

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)
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、週末の過ごし方など)
周辺のショッピングモールで買い物をしたり、シーワールド・オールドタウンで観光を楽しんだ。

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)
担当マネージャーのJacobがあらゆる面におい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)
ほぼ全エリアでwi-fiが繋がる。
食堂は食べ放題のビュッフェ形式。

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

本プログラムを通して、2つの“悔しさ”と“期待”を感じられたことが大きい。それは英語力と専門性・教養に関してである。第一に、講義を通して学びを得る、外国人と英語を通しての流暢なコミュニケーションをとるための英語力の欠如を改めて実感した。英語が出来ないと自信を失い、なかなか積極的に英語を使おうと努力することができず、それが英語力を停滞させるという悪循環をもたらす。今後の英語学習の必要性と楽しみを感じることができた。第二に、「What is your major?」の世界で活躍するために不可欠なことが、自分自身の専門性および、広範囲に渡る教養の涵養である。今後の東大での学び、人・本・旅を通じての学びを大切に、積極的な経験・知識・考えの獲得を目指したい。

②参加後の予定

全学交換留学を利用して1年間程度の留学を果たしたい。

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

自分の将来・生き方・キャリアを深く考えるきっかけに繋がる、起爆剤としての役割を担うプログラム。
是非参加して頂きたい。

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。

東京大学での所属学部/研究科・学年(プログラム開始時):

参加プログラム: UCSD summer program

派遣先大学: カリフォルニア大学サンディエゴ校

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

カリフォルニア大学にはロサンゼルス校・バークレー校などの数多くの校舎がありますが、その中のサンディエゴ校に行ってきました。

参加した動機

とにかく在学中に一度海外に出て視野を広めたい一方で、大学の勉強や部活に支障をきたしたくない、そんな自分にぴったりのプログラムだったからです。

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)

東大の留学のホームページをしっかりとチェックし、期限内に手続きをすること。国際課からのメールを小まめに確認すること。

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)

ESTAを申請します。ESTAの手続きページがネットにあるので、そこで入力などをするだけですぐできます。

③ 医療関係の準備(出発前の健康診断、予防接種等)

常備薬を十分に持つ。

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)

東大生協のホームページにある海外旅行保険に加入。

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)

なし

⑥ 語学関係の準備(出発前の英語レベル・語学学習等)

TOEFLの受験勉強と日頃の大学の英語の授業で十分何とかあった。留学用には特にやらず、むしろ留学することで英語勉強に対するモチベーションがあがるので、それから方針を設定してやるほうが良い

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

飛行機の予約を早めに行い、通路側の座席を確保しておくこと。長時間フライトは予想外に辛く、開放感があり出入りの自由な通路側の席が圧倒的によい。また、機内は寒いので、さむがりの人は防寒用具をしっかり準備していくのがよい。

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)

プレセミナーで単語を確認→講義→フォローアップセミナーで講義内容の確認。予習復習は任意。

ちょっと長くて集中力には辛かった。しかし日本人用のフォローがあったのはやりやすかった。

② 学習・研究面でのアドバイス

批判的思考をもって講義を聴くこと。アメリカの価値観バリバリの授業が多かった。それはそれで興味深かったが、日本にもいいところがあり、全て染まる必要はない。

③ 語学面での苦勞・アドバイス等

はじめは会話が通じないことも多かったが、向こうの人ははっきり言葉で伝達すると理解するとわかってコツをつかんだら通じるようになった。

聞き取りは人によって発音が聞き取りにくかったりするが、それは日本人でも同じなのであまり気にしないのがよい。

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)

校舎内の warren college に宿泊。手配はプログラムが全て行なってくれた。

- 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)
こちらよりも涼しくてずいぶん過ごしやすい。場所によっては冷房がきついので、上にはおるものをしっかり持っていくとよい。広くてよく迷うので、誰かと一緒に行動する、携帯でナビを使えるようにする(海外パケットし放題に加入)、現地でもらう地図を活用する、などするとよい
- 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)
治安はサンディエゴは良いが、悪そうなどもある。しかし先進国なのであまり心配しなくてよい。
- ④ 要した費用とその内訳(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)
5万持参、クレジットカード使用で足りた。授業外の時間に出かけたり、土日にディズニーランドに行ったときなどに結構使った。アメリカでは物価も少し高く、消費癖をおおる傾向にあるので、予算をたてて計画的に使うとよい。
- 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)
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、週末の過ごし方など)
授業後にけっこう自由に使える時間があり、そこでショッピングセンターに行ったり、近くの海に行ったりしました。(水着があるとよい!)週末にはディズニーランドに連れて行ってもらったり、バルボアパークやダウントウンに行きました。どんどん活動していろいろな経験をするとよいです。

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)
困ったことがあったら、引率のプログラムコーディネーターである Jacob 氏に聞けばよかった。
- ② 大学の設備(図書館・スポーツ施設・食堂・PC 環境等)
広くていろいろある。ルームメイトやプログラムの学生と情報を共有しあうとよく使うとよい。

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
学んだことは書ききれないくらいたくさんあります。あえて書くとすると、まずは全く異なる環境・文化の中に入っていくことから多くのことが学べました。変化に適応して生活していくことから始まり、人々のコミュニケーション形態の特徴の違い、授業での講義形式や価値観の相違からの学びなどいろいろありました。全て実際にその文化のなかに身をおいてみて初めてわかることでした。
また、プログラムの参加学生のレベルが全体的に高く、1人1人との関わりを大切に、良好な人間関係を構築することで、とても充実した時間を過ごせました。ゼロから人間関係を全て構築していくプロセスからは多くのことが学べました。
- ② 参加後の予定
国家公務員として官費留学に来ている学生と出会い、それを目指して英語等頑張って勉強することにした。しかし同時に、まずは公務員試験勉強と大学の勉強をしっかり行い、国内での地場固めをしっかりしようと思う。
- 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
実際に異なる環境と文化の中に入ってみて、初めてわかることがたくさんあります。積極的に活動して多くの経験を積み、身体全体で学んでいくことが大切だと思います。また、その中で感じたことを大切に、できれば言葉にしてしっかり自分のものにするとうよいと思います。

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
東大の Go Global の留学ホームページ
留学中疑問に思ったことは、Yahoo 知恵袋で調べて見ると、たいがい誰かが質問しているのでわかる。
- 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。

東京大学での所属学部/研究科・学年(プログラム開始時):

参加プログラム: UC サンディエゴサマープログラム 派遣先大学: カリフォルニア大学サンディエゴ校

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:インフラ) 6.起業 7.その他()

派遣先大学の概要

ロサンゼルスから車で2時間のサンディエゴ郊外にある。学生数・予算ともに東京大学と同程度の規模。そのカリフォルニア大学で唯一の専門職大学院である国際関係・環太平洋研究大学院(IR/PS)という組織の中の Global Leadership Institute。

参加した動機

将来、大学院留学をしたいと思っており、大学卒業を目前に控える中、一度国際経験を積んで留学がどのようなものか経験してみたいと思い、参加しました。

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)

提出しなければならない英文の成績証明書は発効までに時間がかかります。提出書類は余裕を持って準備したほうがいいです。

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)

2週間の留学に関しては「観光目的」の範囲内で、ESTA以外に特別な申請はしませんでした。

③医療関係の準備(出発前の健康診断、予防接種等)

アメリカでお腹を壊した人がいたので、胃腸薬や風邪薬などは日本から持って行ったほうがいいです。

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)

インターネットで AIU の海外旅行保険に加入した。向こうで財布を無くした人がいたので、保険に入っておけば安心だと思います。

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)

旅行届を出したのみで、特別な手続きは必要ありませんでした。

⑥語学関係の準備(出発前の英語レベル・語学学習等)

教養時代の英語の授業以外、英語に関してはほとんど準備していきませんでした。留学前にもっと英語を勉強していけば、スムーズにアメリカでの留学生生活をスタートできたのではないかと、やや公開しています。

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

朝晩は思ったよりも冷え込みます。一枚羽織るものを持って行ったほうがいいです。

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)

大学院生によるプレパラトリーセミナー、講義、フォローアップセミナーの3本だてで授業が進んでいった。プレパラトリーセミナーで単語の確認や概要説明を行い、教授による講義を受け、フォローアップセミナーで講義の復習とディスカッションを行った。

②学習・研究面でのアドバイス

授業中、先生が呼びかけてくれるので、恥ずかしがらずに積極的に発言していくべきだと思いました。

③語学面での苦勞・アドバイス等

ネイティブの先生の英語は早く、聞き取るだけで一苦勞だった。英語の準備は日本でもできるので、耳を慣らすだけでもしていくべきだと思いました。

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)

用意されていた大学の寮に泊まりました。2人×2部屋の4人のルームシェアでした。

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)
からっとした気候で、快適でした。朝晩は冷えるので服装の準備には気を付けたほうがいいと思います。大学周辺はラ・ホヤという高級住宅街で、治安はとても良かったです。中心街へは無料のバスで30分ほどです。週末は中心街に遊びに行っていました。お金は200ドルほど持っていき、残りはクレジットカードで支払いをしていました。

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)
治安はとてもいいです。

④要した費用とその内訳(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)
留学費用30万円程度と航空券代18万円、現地で使ったお金が5万円ほどでした。

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)
私は奨学金を受給していませんでした。学部の奨学金があったようですが、申請の締め切りを過ぎてしまい、受給できませんでした。JASSOの奨学金を受給できないとわかったら、早めに学部に相談に行くべきだと思います。

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、週末の過ごし方など)
放課後は、バスで15分ほどのショッピングセンターに行ったり、近くのビーチに行ったりしていました。週末は、オプションアクティビティとして公式に募っているディズニーランドや動物園に行っていました。

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)
プログラムコーディネーターのジェイコブさんが真摯にサポートしてくれます。特に困ったこと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)
一日三食食堂で食事を食べられます。寮や教室にはWi-Fiが通じており、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
海外旅行でもなく語学留学でもない、米国での留学というものを体験できたのは非常に良かったです。私は4年生ですが、もっと早くこのプログラムに参加していれば、また違った大学生活を送れたら良かったと思います。法、政治、経営、経済を学びましたが、自分の専攻である経済についてまた違った切り口で講義が行われ、経済についての知識を深めることができました。また、それ以外の科目についても、新しく学ぶことが多く、自分の知識の幅を広げられたと思います。

外国の学生や交流のなかった東大生と交流を持てたことも、授業以上に得たものが大きかったです。外国の学生も東大生もそれぞれ強い思いというものを持って参加してきており、そういう人たちの交流する中で。

②参加後の予定

プログラムに参加し、アメリカで専門的な勉強がしたいと強く感じました。来年から就職しますが、幸運にも就職先には留学制度があるので、それを利用してアメリカへ大学院留学したいです。

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

留学がどんなものかの経験、海外旅行でも語学留学でもない海外短期滞在を経験したい人にはぴったりのプログラムだと思います。少しだけでもいいので英語を勉強していくと、得られるものは大きいと思います。

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

この留学体験記。実際にプログラムに参加した学生の生の声を書いてあるので、アメリカでの勉強や生活に関する不安を消し去ってくれました。

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。
なし。

東京大学での所属学部/研究科・学年(プログラム開始時) : 経済学部経済学科4年

参加プログラム: UC サンディエゴサマープログラム 派遣先大学: カリフォルニア大学サンディエゴ校

卒業・修了後の就職(希望)先: 5.民間企業(業界: 金融)

派遣先大学の概要

カリフォルニア大学サンディエゴ校(UCSD)の中にある、IR/PS(International Relations and Pacific Studies)にて講義を受ける。宿泊は、IR/PS から徒歩 10 分程度の Warren College の寮。UCSD は敷地が非常に広く、自然環境、スポーツ施設等も充実している。

参加した動機

就職後に留学する可能性があるため、その下見の意味も兼ねて英語圏の大学での講義はどのようなものなのか、生活はどのようなものなのか、といったことを体験するため。

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)

手続きは本郷キャンパス外の国際本部+所属学部の事務に行く必要がある。少々面倒なことに加え、書類不備なども考慮して早めの手続きをするべきだと感じた。

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)

米国だったためインターネットで ESTA を事前申請するだけだった。申請後処理に数日かかるが、申請後 2 年間有効なため、早めにとってしまえば良い。

③ 医療関係の準備(出発前の健康診断、予防接種等)

予防接種などは特に行わなかった。変な食べ物は無かったが、念のため胃腸薬等は持っていったほうが良いかもしれない。

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)

クレジットカード付属のものに加え、別途海外旅行傷害保険に加入した。

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)

履修・単位などに影響は無かった。指導教員のサインが必要なため、これも早めに準備したほうが良い。

⑥ 語学関係の準備(出発前の英語レベル・語学学習等)

英語だったため特に主だった学習はしていかなかった。しかし日常会話程度であっても口に出してコミュニケーションを図るのは難しかった為、経験が少ない人はサークル・授業等で意識的に英会話の機会を作っておけば、より楽しめるように思う。

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

胃腸薬・水着・ビーチサンダル(海が近いためビーチで遊ぶこともよくある)・日焼けどめ

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)

授業は扇型・階段状の小講堂で行われる。そのため教師・生徒間の双方向コミュニケーションが取りやすい。予習は講義によってはビデオのスク립トが事前に配布される。修行の前後にチューターによる用語の解説・導入・振り返りなどがある。

② 学習・研究面でのアドバイス

授業前後にフォローアップがあるとはいえ、全く知らない内容をいきなり英語で聞き取るのは難しかったため、不安のある人は講義名から大まかな予測を付けて知識を入れておくといいかもしれない。

③ 語学面での苦勞・アドバイス等

日常会話は受験英語では学ぶことは少ないため、簡単なものは学習していくといいように思う。

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)

Warren College の寮に滞在する。1戸に2ベッドルーム・風呂・トイレ・居間・キッチン(調理用具はない)・冷蔵庫がある。基本的に不便なことは無いように思う。

- 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)
気候は、昼は暑い乾燥しているため不快感は無い。夜はある程度冷えるため、長袖があったほうが良いかもしれない。大学の敷地内・敷地外に通っているバスでダウンタウンや買い出しに行くことができる。食事は出かけた時以外は基本的にビュッフェスタイルの学食でとる。メニューは毎日違うが、人によっては飽きが来るかもしれない
- 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。
- ④ 要した費用とその内訳(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:約15万 プログラム料:約27万
- 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)
東京大学海外派遣奨学事業を使った。支給額は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、週末の過ごし方など)
スポーツは、コーディネータが企画してくれたフットサルが1回。体育館スポーツはその気になれば、サークル活動などに飛び入り参加出来る。授業後や休日は、ダウンタウンやサーフィンなどに出かけた。

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)
授業に関しては、予復習の時間が設けられる。
期間全体を通して、コーディネータの Jacob が非常によく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)
図書館は非常に立派なものがある。スポーツ施設は体育館・ジム・運動場等充実している。食堂は利用するのは主に二箇所あり、どちらもビュッフェスタイル。カロリーは過多になりやすいかもしれない。

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
今後本格的に留学する可能性があるため、プログラムに参加したことでそのイメージ作りができたように思う。
また、プログラム前にロサンゼルスのもーテルに滞在し観光したが、それも自分一人で海外生活を送るという意味では良い経験だった。
英語に不安があっても、まずは話しかけ、一生懸命考えながら会話をすれば必ず耳を傾けてもらえる土壤がある。臆さずにコミュニケーションをとりに行く姿勢は伸びたように思う。
プログラムでは授業以外の時間でも現地の人々と交流する時間が多く設けられている。話しかけ仲を深め、彼らの車で様々な場所に連れて行ってもらうことでより現地での生活に近い体験ができたと考えている。
- ② 参加後の予定
ゼミで簡単な報告と、経験した事を踏まえながらゼミの調査書作りを行う。
- 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
このプログラムは参加学生の英語レベルも決して高いものではないため、不安のある人も気軽に参加できる。
逆に言えば英語でのコミュニケーションが得意な人には物足りないものかもしれない。

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
地球の歩き方(ロサンゼルス・西海岸)
- 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。

東京大学での所属学部/研究科・学年(プログラム開始時): 教養学部前期課程文科一類二年

参加プログラム: UCSD サマープログラム 派遣先大学: University of California, San Diego

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

UCSD はとにかく東大とは比べ物にならないほど広大なキャンパスだったというのが第一印象です。休暇中だったためかキャンパス内にあまり多くの人はいませんでした。様々なモニュメントなどの芸術作品もあったり、いろいろな施設があったりしたので飽きることはありませんでした。

参加した動機

東大に入学した当初は留学を具体的に考えていたわけではありませんでしたが、周囲の友人たちのなかに留学に行ってきたという人が増えてくる中で、自分も一度は行ってみたいと思ったのがきっかけでした。ただ、いきなり三か月や一年といった長期のプログラムに応募するのが少し怖かったのもあり、二週間というこのプログラムの長さは僕にとってちょうどいいのではないかと思い、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)

手続きの締め切り期限の少なくとも一週間前までに済ませておくと、何かしらの不手際があった時も余裕をもって変更ができるので、できるだけ早く、少しでも分からないことは気軽に国際交流課の方にアドバイスを求めつつ消化していくことをお勧めします。

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)

このプログラムでは、就学ビザではなくインターネット上で簡単かつ短時間で申請、取得できる「ESTA」を取得するだけでよかったので、ほかの留学プログラムに比べて手軽に申し込むことができました。

③ 医療関係の準備(出発前の健康診断、予防接種等)

サンディエゴに行く際は、通常日本で行うことが求められている予防接種を受けておけば特別何か予防接種や診断を受ける必要もなく、中南米に行く際などとは違い向こうで感染症にかかる心配もほとんどしないで済みました。

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)

海外渡航に関しては詳しい知識を持ち合わせていなかったこともあり、確実に必要な保険を備えるために大学生協の「CO-OP 海外安心サポート 24」を利用しました。これも証明書発行までに一週間ほどかかるので、早めに申し込むことをお勧めします(プログラムへの申し込み手続きの中に、保険加入の証明書提出があります)

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)

前期教養学部においては、所定の部署にうかがって簡単な説明を受けたのち、書類にはんこを押してもらったのであまり難しく複雑なことをする必要はありませんでした。

⑥ 語学関係の準備(出発前の英語レベル・語学学習等)

出発前に受けた TOEFL は 71 点程度でしたが、プログラムをこなす中でコミュニケーションが取れずに困り果ててしまうなどということはありませんでした。ただ、耳をある程度ならしておくことは非常に有意義な準備だと思います。相手が何を言っているかを的確に把握できていれば会話はある程度成立するので。

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

僕はロサンゼルス空港までバスで迎えに来てくれるということを知らないまま、サンディエゴ空港まで行く航空券を予約したのですが、成田・サンディエゴ間で直通便を出しているのは 2014 年の時点では ANA だけだったので、安く済ませるにはユナイテッド航空でサンフランシスコ経由になってしまいます。正直海外渡航を何度もこなしてきているわけではない僕にとって、乗継は大変なものでした。所要時間の点で見てもロサンゼルス空港で迎えのバスを利用することをお勧めします。

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)

各講義の前と後に準備、復習を行うためのセミナー(30 分程度)が用意されているのですが、UCSD の大学院生の方が講義の中で使われそうな難解な単語、専門用語などについてわかりやすく解説してくれました。講義自体の内容としては文系よりのものが多かったような気がしますが、文系・理系問わずの興味を持てるものだったと思います。個人的には「Globalization & Leadership Development」と「U.S. Judicial System」の講義に特に興味を持ちました。東大で

自分が学んでいる分野が、アメリカではどのように教えられているのかを知ることができるとともに、様々な新発見をすることができ、非常に面白かったです。

② 学習・研究面でのアドバイス

各講義の内容的な難易度は入門的なものでそれほど高くないので、大事なことはいかに興味を持って講義を聞き、教授に対して質問をぶつけていけるかだと思います。

③ 語学面での苦勞・アドバイス等

日本人は読めて聞けても話すことはできないとよく言われますが、実際にアメリカに行ってみるとむしろ聞くことに難しさがあつたように思います。日本の英語教育の中で学習者が聞く英語は、そのほとんどが「日本人に向けて」話されたものです。はっきりと、正しく話される英語です。しかしアメリカで話されているのは「英語圏の人に向けて」話された英語です。特に日常会話においては反射的に話しているので、よくよく聞けば文法が間違っているところが結構あります。そのような英語に触れた時も相手が何を言おうとしているかを把握できるようになるまで僕の場合は少し時間を要しました。逆に話すことに関しては多少文法が間違っても自らの言わんとすることが伝われば良いというくらいの気持ちで、ある意味適当に(生真面目になりすぎずに)とにかく声に出すことが大切だと思います。こちらが懸命に何かを伝えようとするれば、相手はそれを理解しようとしてくれるので過度に恐怖心を抱く必要はないと思いました。

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)

僕の宿泊した宿舎は四人一部屋のドミトリイでしたが、リビングや寝室は十分な広さがあり快適でした。僕を含めた日本人二人と中国人一人で一緒に部屋に入り、日々の生活の中で中国人と英語で会話し、親睦を深めることができ、楽しく生活することができました。

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)

気候は日本と違って乾燥しており、日中の気温も日本ほどは高くなり、非常に過ごしやすかったです。二週間の滞在期間中ほとんど雨が降らなかったのだから傘を一度も使いませんでした。食事面では、三食すべて食堂でビュッフェ形式になっていますが、自費で外食することも可能です。外食のメニューも豊富で味もなかなかおいしかったです。

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)

サンディエゴはアメリカの中では比較的治安もよく、大学内に住んでいるということもあり安心して日々を過ごすことができました。健康管理という点では、飲料水はなるべく市販のペットボトルに入った水を飲むようにはしていましたが、学内にはいたるところに冷水器が設置されており、その水を飲むことも十分に可能です。

④ 要した費用とその内訳(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)

オプションのプログラムとしてディズニーランドに行った以外はあまりキャンパスの外には出なかったので使用したお金はかなり少なかったと思います。お土産代を含めなければ、20~30ドルあれば十分に楽しめるかと思います。

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)

奨学金制度は利用しませんでした。

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、週末の過ごし方など)

週末は様々なオプションツアーも企画されていますが、僕が利用したのは土曜日のディズニーランドだけで、日曜日は朝学内を散策したのち、昼から二時間ほど現地の人々とバスケットボールをしました。UCSD の中には様々なスポーツ施設がそろっており、無料で自由に使用することができるので、スポーツを通して現地の人たちと交流するのにも興かと思っています。

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)

毎回の授業後に行われるフォローアップセミナーでは、授業を聞いていて聞き取れなかったところや、聞き取れたが疑問を持ったところについて大学院生の方に気軽に質問することができ、講義内容の確実な定着に役立ちました。

②大学の設備(図書館・スポーツ施設・食堂・PC環境等)

学内の図書館は外見、内装ともに非常に洗練されたデザインで、最上階(8階)からの眺望はとてもきれいでした。PC環境についてはWi-Fiが無料で使えたので非常に便利でした。

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

このプログラムを通して学べたことの一つとして、「自分にとって未知の事柄に対しても自分から積極的にアクションを起こし、それまでの自分の殻を破ることの重要性」があげられると思います。正直なところ、僕はあまり人にものを頼むのが得意な方ではありませんでした。しかし、プログラムが始まり、分からないことが出てきたとき、アメリカでは自分から周囲の人に聞かなければ周囲の人々は何も問題はないものと解釈してそれ以上心配してくれるなどということはありません。助けが欲しい時は自分からアクションを起こして頼まなければならないのです。日本で同じことをやったら「図々しい」と思われるくらいでちょうどいいのだということがわかり、それからは他人にしてほしいことがあつたら、それ

がどんなに小さな事であってもはっきりと頼むようになりました。そしてアメリカの人々はどんな些事でもこちらからアクションを起こせば真摯に対応してくれました。

② 参加後の予定

今のところ特に留学に行く予定は立てていませんが、心境の変化によってはより長期の留学に行くことも視野に入れています。

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」というどうしても敷居が高いように感じてしまうのは、現在の日本の状況を考えるとある種当然のことかもしれません(実際僕もこのプログラムに参加するまではそうでした)。そんな時はこのプログラムに参加してみてください。「留学への道は意外とオープンで、その気があればすぐにスタートラインに立てる」と感じるができると思います。自分が今まで過ごしてきた世界の「外側」を見て、感じて、学んで、自分の手の届くところに位置付ける機会をこのプログラムは与えてくれます。

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

「東京大学 海外留学・国際交流情報」 <http://www.u-tokyo.ac.jp/ja/administration/go-global/>

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。

東京大学での所属学部/研究科・学年(プログラム開始時): 経済学部金融学科4年

参加プログラム: UCSD Global Leadership Institute Summer Program 派遣先大学: UCSD

卒業・修了後の就職(希望)先: 7.その他(公的金融機関)

派遣先大学の概要

カリフォルニア大学サンディエゴ校。通称 UCSD。10校あるカリフォルニア大学システムの一つで、カリフォルニア州サンディエゴ市ラホヤに位置する州立大学です。

参加した動機

将来の留学を念頭に、その雰囲気を感じたかったからです。

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)

東京大学本部国際交流課のホームページを参考に、所定の書類を提出します。

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)

ビザは不要でした。代わりにESTAを申請する必要があります。コスト・手間共に負担は大きくありません。

③ 医療関係の準備(出発前の健康診断、予防接種等)

特にありません。

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)

一般的な海外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)

海外渡航の申請のみです。その他は特にありません。

⑥ 語学関係の準備(出発前の英語レベル・語学学習等)

TOEFL や TOEIC のスコアの提出が求められます。

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

特にありません。一般的な海外旅行を参考にしてください。現地でも一通り手に入ります。洗濯にも不自由はありませんでした。

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)

大学院の教授から、経済や経営、法律や政治について、導入的な授業を受けます。中国やメキシコからのプログラム参加者と合同です。その前後に、現地の講師によるセッションがありました。

② 学習・研究面でのアドバイス

授業やその前後のセッションにおいて、積極的に発言していく姿勢があれば、一段と有意義な時間になると思います。

③ 語学面での苦勞・アドバイス等

自分の考えや意見を英語で人に伝えるのは容易ではありませんが、プログラムの醍醐味でもありました。

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)

大学内の寮に泊まります。2人部屋が二つ、4人でルームシェアです。清潔感があり、不満はありませんでした。

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)

非常に過ごしやすい気候です。ダウンタウン等へ向かうにあたっては、バスや電車があります。食事については、食堂が整備されています。バスと食堂を無料で利用できるカードが最初に手に入ります。クレジットカードさえあれば、レストランなどで割り勘する際以外は、困ることはないでしょう。

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)

治安は良いです。

④ 要した費用とその内訳(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)
約 50 万円。プログラムに 30 万円、航空券に 20 万円、その他娯楽費を足すと、奨学金 8 万円を引いても、約 50 万円でしょうか。

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、短期留学に対しての奨学金 8 万円を受け取れます。

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、週末の過ごし方など)
サンディエゴの裁判所を傍聴するフィールドワークや、コミュニケーションゲーム、UCLA のキャンパスツアー等、授業以外のコンテンツも充実していました。また、授業後や週末など時間に余裕がありました。メジャーリーグ、ディズニーランド、動物園、サーフィン、ショッピング、サンディエゴやロサンゼルスダウンタウンの観光等、盛りだくさんでした。

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)
日本語が話せるコーディネーターの方がおり、サポート体制は充実しています。

②大学の設備(図書館・スポーツ施設・食堂・PC 環境等)
Wi-Fi が利用可能です。図書館、バレーコート、サッカーコート、食堂等大学の設備は充実しています。

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
三つあります。一つ目は、米国への留学の雰囲気を感じることができたことです。非常に有意義でした。大学院の教授から英語で授業を受け、寮で生活し、留学のイメージを掴めたことは貴重な経験でした。二つ目は、外国人との国際交流です。清華大学の中国人たちは、皆流暢な英語を話し、非常に友好的でした。その優秀さを実感すると共に、中国人に対する偏見を捨てる大切な機会になりました。メキシコからの参加者とは、昼食を共に取りながら互いの国について話すなど、メキシコへの親近感を持つきっかけになりました。三つ目は、日本人との交流です。プログラムに参加している東大生や中大生は学年・専攻など様々なバックグラウンドを持ち、皆の積極的な姿勢が刺激になりました。また、実際に UCSD に留学されている社会人の方々と交流する機会もありました。将来の留学への想いが強まる中、留学生のお話を伺うことができ、大変参考になりました。

②参加後の予定
語学力を高めるなど、将来の留学へ向けて準備していき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
米国の大学院の雰囲気を体感することができ、有意義な経験でした。また、観光する時間も豊富にあり、海外旅行も満喫できました。非常に魅力的なプログラムです。

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
特にありません。

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。
特にありません。

東京大学での所属学部/研究科・学年(プログラム開始時): 文学部・4 年

参加プログラム: 2014 年第二回奨学金付き短期留学プログラム

派遣先大学: UC サンディエゴ

卒業・修了後の就職(希望)先: 5.民間企業(業界:食品)

派遣先大学の概要

アメリカ・ロサンゼルス以南、メキシコ国境付近にあるサンディエゴにある大学です。UCLA をはじめとする UC(カリフォルニア大学)の一つとして、60 年ほど前に開校されました。敷地は非常に広く、東京大学本郷キャンパスの数倍～十数倍あるように思えます。

参加した動機

現在内定している就職先の会社で国際的な仕事がしたいと考えているが、英語を現地で話した経験も外国人と交流した経験もあまりなかったので、自信をつけたかった。また、就職後できれば留学したいと考えており、それに向けて、海外で学ぶとはどういうことか、経験を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)

参加が決まってからは、基本的に国際交流課の方が進めてくださったので、提出すべき書類をメール提出するのみです。特に困ったこと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)

このプログラムは短期の滞在なのでビザは必要ありません。インターネットで渡航認証を受ける ESTA をまだ取得していなかったら、取得するのみです。

(プログラム主催者側からは、就学ビザをとらない短期プログラムのため、入国審査の際「観光」と言うように頼まれます。ここで「観光」といっても、泊まる場所などについて追及されたときに、ついプログラムの話になってしまうことが多いです。その時は、プログラムのタイムテーブルなど関係あるものを見せて、短期のため就学ビザが必要ない、観光の一環のようなものだと説明すれば大丈夫なので、焦らないようにしてください)

③ 医療関係の準備(出発前の健康診断、予防接種等)

健康診断は特に受けませんでした。

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)

プログラムの主催者の方から推奨された AIU 海外旅行保険に加入しました。期間を日付レベルで限定して加入できるので便利です。

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)

私は文学部ですが、文学部の教務課に、書類にサインをもらうため連絡しに行った程度で、夏休みに授業期間とかぶっているわけではないので特別な手続きは必要ないと言われました。

⑥ 語学関係の準備(出発前の英語レベル・語学学習等)

以前英語は得意(TOEIC825 点)だったが、全く勉強を続けていなかったので語学力が落ちて TOEFL65 点レベルまで下がっていました。出発前にしたのは海外のテレビ番組を字幕なしでひたすら見るくらいです。

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

日本人は実際より若く見えるため、日本にいるときと同じような恰好をしていると(特に女性は)中学生くらいだと思われるがちです。それが嫌だったら、無地の T シャツとジーパンなど、アメリカで浮かない服装を用意すべきだと思います。また、プログラム中はよく歩くので、ヒール靴はお勧めしません。スニーカーとビーチサンダルを用意すると良いです。

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)

人文科学系の様々な分野の概論の授業を受講するイメージです。授業の前に、授業に必要な語彙を確認する prep seminar、後に授業の内容について振り返り議論する follow up seminar を、UCSD の大学院生が担当してくれます。

② 学習・研究面でのアドバイス

授業や前後のセミナーは主体的に参加したほうが、もちろん満足度が高いです。講師に促されなくても発言したりわからなかったら何でもすぐ質問をした方が楽しいと思います。予習などは特にないので、身構えなくてもよいです。

③ 語学面での苦勞・アドバイス等

講師によっては話し方があまりに早かったり、アクセントがきつかったりして言っている内容が半分も理解できない授業もあります。その時は、その授業がきつかったことはセミナーの大学院生がしっかり把握してくれているので、「どこがわからなかったか」をしっかりメモなどして臨めば、うまくフォローしてくれます。授業中にあまり落ち込まなくても大丈夫です。

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)

プログラムを実施しており、授業を受ける建物のある学部のすぐ近くの寮が全員に支給されます。部屋はとても広く、きれいです。同じプログラムに参加する中国人やメキシコ人の学生とルームメイトになることが多いです。私は中国人の女子学生と2人で相部屋でしたが、毎晩お互いの文化や趣味、恋愛などのプライベートな話を沢山し、とても仲良くなりました。

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)

夏なので非常に暑いです。高いビルがあまりないので、直射日光が照りつけてきてさらに暑いです。寮から学部まで近いとはいえ、全体的に広大なキャンパスなので、丘を越えたりしてかなり歩き、体力を消耗します。大学内にバス停があり、バスに乗って 10~15 分くらいしないと大学の外には出られません。また、観光の目玉のあるオールドタウンやダウントウンへは、バスで 30~40 分くらいかかります。バスは路線が非常に大切で、何番に何分のれば目的地に着くのかをしっかりと把握しないと間違えてしまいます。またバス内でも、次のバス停やいまどこにいるかをアナウンスしたりはしてくれないので、窓からあたりをよく見ておく、Google map で GPS を起動しながら乗る、運転手にあらかじめどこで降りたいか伝えておくなどの対策が必要です。プログラム中はフリーライドカードが全員に支給されるので、それを使えばいくらでもバスに乗れます。食事は寮の近くのカフェテリアで三食とも食べられますが、味はあまりよくないことが多くだんだん飽きてくるので、現地で仲良くなった学生やプログラム参加者の友人と、キャンパスの外に食べに行くこともよくありました。現金はあまり持っていかず、買い物するときはカードを使っていました。

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)

サンディエゴはロサンゼルスのような都会ではなくいわばリゾート地なので、治安は非常に良いです。もちろん、ダウントウンなどに出るときは気を付ける必要がありますが、健康管理については、毎日朝は早めなので、あまり夜更かしはせずよく睡眠をとって翌日に備えるようにしていました。

④ 要した費用とその内訳(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)

お盆の前後ということもあり航空費は往復で 15~19 万円程度です。私は JASSO の奨学金を受給していないので、授業料、家賃、食費)、バスカード込みで 2900 ドル程度です。そこに、急に必要になった生活必需品や、お菓子、T シャツなどのお土産代など(2, 3 万円?)を合わせると、50 万~60 万円くらいかと思われれます。

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)

国際交流課から JASSO 奨学金の案内をしていただけます。

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、週末の過ごし方など)

寮にコートがあるので、バレーボールなどを楽しんでいる人たちもいました。私はショッピングが趣味なので、プログラムが 16 時に終わった後は中国やメキシコの女子学生たちと近くのモールに行って過ごしたりしました。週末はディズニールランドや動物園のツアーには参加せず、現地で仲良くなった学生とラホヤビレッジという海辺の町に行ったり、プログラム参加の友人とバルボアパークという大きな公園に遊びに行ったりしてゆっくり過ごしました。

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)

とてもよくサポートしてくれています。寮の学生スタッフや清掃員の方たちはとても優しく、困ったことはありませんでした。語学面や学習面はセミナーの大学院生がサポートしてくれましたし、生活面や精神面ではプログラムのスタッフの Jacob Searing さんや Grace Ozbone さんが非常に気を遣ってくださっている印象でした。

② 大学の設備(図書館・スポーツ施設・食堂・PC 環境等)

広い大学なので、何でもそろっています。図書館は大きくて有名なものが一つありますし、食堂やフードコートもいくつかあります。Bookstore は本だけではなくおみやげ品も非常に充実しているので、いるだけで楽しいです。教室と寮では必ずつながる wifi があるので、PC 環境も心配いりません。

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

先述のとおり授業は概論の組み合わせのような感じなので、学問的に得たものは特にありません。ただ、やはり海外で勉強するとはどういうことなのか、また、生活するとはどういうことなのかをさわりだけは肌で感じられた気がします。現地の人と交流する機会も(多くはありませんが)あったので、同年代の友達もできましたし、どういう人たちがいる場所なのかもよく分かりました(サンディエゴはリゾート地ですし、気候も温暖で余裕のある人が多いので、優しい人が多かったです)。自由時間も多かったので、現地の大学やその周辺の観光地の魅力を感じるには十分でした。留学を経験していて本当に心から感じたのは、自分が動かないと十分に楽しむことはできないということです。せっかくアメリカ

に来ていて、フレンドリーな外国人がたくさんいるのに日本人とばかり交流していても仕方ないですし、授業を受けてもずっとうつむいているのでは仕方ありません。積極的に外国人と交流して友達を沢山作ったり、お互いの国の話を沢山したりして初めて本当の意味で楽しめたと言えると思いますし、授業では積極的に発言や質問をして初めて、留学先の授業の雰囲気を感じ取れたと言えると思います。

② 参加後の予定

通常通り学部の授業に戻り、卒業して就職する予定です。就職後、できれば留学したいと考えます。もし留学先にUCSDを選べるならば、必ずUCSDにしたいと思います。

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

上述のとおりですが、参加するだけではあまり意味がないと思います。主体的に参加したほうが、数倍楽しくなるでしょう。また、英語に自信がなくても、話そうとする機会が多ければ多いほど慣れてきますし、話せるようになってきます。どんなに自信がなくても外国人の方と接する機会をできるだけ多くとるべきだと思います。

その他

① 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」は非常に役に立ちました。

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。

東京大学での所属学部/研究科・学年(プログラム開始時): 前期教養学部 文科二類 二年

参加プログラム: UCSD 派遣先大学:カリフォルニア大学サンディエゴ校

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:金融) 6.起業 7.その他()

派遣先大学の概要

カリフォルニア大学サンディエゴ校は、数個あるカリフォルニア大学の分校の一つで、特にバイオサイエンスの分野にとっても強い学校です。歴史はあまり長くありませんが、近年ますます注目されるようになってきました。校舎は近代的な建物が多く、広いキャンパスのあちこちにアート作品が見られます。

参加した動機

以前からアメリカの大学に長期留学したいと思っていたのですが、今までに一度もアメリカに行ったことがなかったので、生活習慣や講義の内容など、不安に思うことも多かったです。そこで、まずは短期留学でアメリカでの学校生活を体験してみようと考えたのが理由の一つです。カリフォルニア大学サンディエゴ校は経済の分野でも有名な大学なので、ぜひそこで教授の講義を受けてみたいと思いました。東京大学だけでなく清華大学の学生も参加するという事なので、中国の学生とも交流できればよいと考えて応募しました。

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)

申請は書類をメールで送付するだけなので、あまり難しくありません。

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)

私は日本国籍ではないため、ビザを申請しました。観光ビザで構わないということでしたので、帰りの航空券と収入証明書、口座の残高証明書等を提出しました。インターネット上で申請書を提出し、面接日時を予約。二週間後に直接アメリカ大使館に赴き、追加の書類を提出した後、面接を行いました。その後一週間ほどで提出したパスポートにビザと共に自宅に送られてきました。

③医療関係の準備(出発前の健康診断、予防接種等)

特にありませんでした。

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)

クレジットカード付帯の保険で十分だと判断したため、その他の保険には加入しませんでした。

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)

前期教養学部にお問い合わせしたところ、必要な手続きは特にありませんでした。ただ、プログラムの開催期間中に進振りの志望登録があるので、万が一アメリカに行ってパソコンがインターネットにアクセスできなかった場合のことも考えて、Utask-web のパスワード等を家族の人に教えておくように言われました。

⑥語学関係の準備(出発前の英語レベル・語学学習等)

TOEFL ibt のスコアが 100 あったので、その他は特にありませんでした。

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

キャンパス内に色々なお店があるので、足りない元は大抵買うことができますが、私が個人的に持って行ったほうがいいと思ったのは虫除けスプレーと蚊に刺され用のかゆみ止めです。つい忘れてしまいがちですが、夜によく蚊に刺され、キャンパス内では見つからなかったのが日本から持っていくと便利かもしれません。また、カリフォルニア州の夏は雨が少なく、日本の夏の様にじめじめした暑さはありません。そのかわり紫外線が強いので、帽子・サングラス・日焼け止めクリームなどは必須だと思います。

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)

平日の朝九時から 30 分の予習講座があり、TA の先生がその日の講義で登場するであろうキーワードの意味の確認をしてくれました。その後、二時間の講義があり、その日のテーマ(経済・政治・異文化交流など)について教授に熱

く語っていただきます。質疑応答のあとに復習講座があり、講義で語られた内容について詳しく質問したり、討論をしたりしました。宿題はあまりありませんでしたが、教授によっては講義前に資料に目を通しておくように言われることがありました。

②学習・研究面でのアドバイス

講義は完全に英語で行われますので、聞き取れないと苦労します。よって、アメリカの教授は自分が喋っている途中でも質問や意見があれば手を挙げてどんどん言ってほしいといえます。分からないところはすぐに質問するとよいのですが、大人数の前で質問するのは難しいという場合、予習と復習の時間を大事にして TA さんに聞くともいでしょう。

③語学面での苦労・アドバイス等

教授やテーマによってその英語のレベルは様々です。訛りの強い教授の英語が聞き取りにくかったり、逆にあまり流暢すぎる英語でも分かりにくかったりします。それに対応できるようリスニング力を上げるのは大変ですが、地道に英語を聞くのがやはり効果的だと思います。いろいろな国の出身者が話者である TED などが教材としてはいいのではないのでしょうか。

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)

大学内の寮に泊まりました。キッチンとダイニング、そしてベッドルームが二部屋あって、一つの部屋を二人でシェアする形でした。講義が行われる教室から徒歩で 15 分程度の距離があります。

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)

キャンパス内は緑が豊かで、大学のすぐ近くにビーチがあり、とても景色がきれいなところです。交通機関はタクシーかバス、在校生は自分の車を運転することが多いようです。バスを使うのが一番経済的ですが、予定表通りにバスが来るとは限らないので、時間に余裕を持つとよいと思います。お金は現金を 500ドルとクレジットカードを持ってきました。現金はバッグに分割して保管しました。基本どこでもクレジットカードが使えるので、現金はもう少し少なくていいかもしれません。

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)

治安が悪いという印象はありませんでしたが、大学の外を一人で歩くのは避けるようにしました。

④要した費用とその内訳(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・食費・交通費などのプログラム参加費を前払いで振り込みます。その他、航空賃は 20 万円程、指定の食堂以外での食事代は 1 万ほど、ディズニーランドと動物園で 2 万円、その他娯楽費 3 万円程。私の場合はビザ申請費で 2 万ほどかかりました。

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)

プログラム参加後、JASSO 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、週末の過ごし方など)

自由時間が多いため、みんなの過ごし方は色々でした。サンディエゴ内のバス乗り放題チケットがもらえるので、バスに乗って Old Town や UTC などにショッピングに出かける人や、近くのスーパーで買い物をする人もいました。大学からボールを借りて、在校生に混ざってサッカーをすることもありました。また、土日には、ディズニーランド・サンディエゴ動物園に行ったり、平日にサーフィン講座に参加したりできます。

私が一番面白いと思ったのは、セールスコンペティションです。紙と道具が配られ、それらで商品を作り、グループで販売した後、売り上げで競争しました。キャンパス内の全く知らない相手に話しかけ、商品を売らないといけないわけですから、コミュニケーション能力や発想力、柔軟性が試されます。日本語でもモノを売るのは容易ではないのに、英語でやるなんてと不安に思っていたのですが、いざやってみると実に楽しく、多くを学べた気がします。

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)

生活面・精神面では、プログラムの企画・引率をしてくださったジェイコブさんや東大国際交流課の関口さんが対応してくださり、本当に助かりました。二人とも日本語ができるために安心できた、というのも大きかったと思います。学習面では、UCSD の教授であるグレイスや TA のマークさんがいろいろと質問に答えてくださったのが良かったです。

②大学の設備(図書館・スポーツ施設・食堂・PC 環境等)

私は図書館には行きませんでしたが、スポーツ施設でボールを借りました。ジムではさまざまなスポーツができるようでした。三食はキャンパス内にある二つの食堂で食べました。バイキング方式なので、好きなものを好きなだけ食べることができます。自分でお金を払えば、キャンパス内の他のレストランや外のレストランで食べることもでき、午後の自由時間を使って UTC にいて晩御飯を食べることもできます。キャンパス内は無料 Wifi が使えるため、有料 Wifi や携帯を借りる必要は特にありませんでした。

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

アメリカの大学では教授がとても生き生きと講義をしてくれるので、その熱意がこちらにも伝わり、学習しようというやる気が出ました。実際アメリカの学生の授業態度を見ていると、講義中に寝ている人は一人もおらず、みんな真剣にノートをとっています。私も大学院のときに留学を考えているので、もっと英語力を上げてから、万全の状態で講義に望みたいと強く思いました。

ここまで書いた内容と矛盾するようですが、外国の人と交流するのに言語力は関係ないとも感じました。日本の学生は英語ができるのに、外国人と英語を話すのを躊躇ってしまうことが多いと思います。講義中に教授が何かをみんなに問いかけたとき、答えが浮かんでいても口にするのを躊躇ってしまう場面も度々あり、私自身も後悔することが多々ありました。日常生活でも、中国の学生や、メキシコから参加していた学生と英語で話すときに、自信なさげな態度になってしまいがちなのが自分でもわかりました。自分の英語に自信を持てるようになるためには、英語の勉強をするだけでなく、とにかく話すことが大事だと感じました。

アメリカでの生活に関してですが、意外と日本とはあまり変わらないと思いました。日本にある物は大概アメリカにもありますし、アメリカにあって日本にないものも少ないです。初めて訪れる国だと緊張していたのですが、覚悟していたほど大きな違いはないというのが正直なところです。ただし、全部同じだと思っていると、意外なところで違いに気づき、戸惑うことがあります。思った程違いはないけど、思いがけないところで違っているのがアメリカだと感じました。

②参加後の予定

とりあえずは大学を卒業してから大学院でアメリカに留学したいと思います。今回のプログラム中にUCSDのIRPSの入試担当の先生から大学院入試についての説明があり、その中にIRPS自体についての説明もあり、私はIRPSに興味を持ちました。大学院入試の際に再度検討したいです。

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

二週間のプログラムなので、比較的気軽に参加できるのではないかと思います。留学に興味ある人はもちろん、将来ずっと日本にいたいという人も一度参加してみると面白いのではないのでしょうか。授業も勿論ありますが、自由時間も多く、アメリカ現地の人と交流したり自分の行きたいところを観光したりと、本当に自由度が高いです。ぜひ参加を検討していただくと嬉しいです。

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
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。

東京大学での所属学部/研究科・学年(プログラム開始時): 教養学部文科2類・1年

参加プログラム: UCSD サマープログラム 派遣先大学: UCSD

卒業・修了後の就職(希望)先: 民間企業(業界: 商社・コンサルなど)

派遣先大学の概要

UCSD の IR/PS という大学院に勉強させていただきました。太平洋における国際関係を中心として、グローバル社会で生きていくためのさまざまな授業を受けさせていただきました。

参加した動機

将来漠然と留学に行きたいとは思っていたものの、海外に行った経験もなく英語力も高くはなかったもので、自分がなぜ留学に行きたいのか、何を学びに留学に行くのか、そういったことを自分の中ではっきりさせたいと思い参加を決めました。

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)

応募書類を書くのには意外と時間がかかり提出先も本郷なので、余裕を持って提出するのがいいと思います。

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)

ビザの取得は必要ありませんでした。

③ 医療関係の準備(出発前の健康診断、予防接種等)

特に何も予防接種は受けませんでした。ぜんそく持ちなので常備薬は持っていきました。

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)

HIS で保険は申し込みました。

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)

文系1年で夏休み中のプログラムなので特別な手続きは必要ありませんでした。

⑥ 語学関係の準備(出発前の英語レベル・語学学習等)

このプログラムのため特別にやったことはありませんでしたが、日常的にリスニングの勉強をしていたのは役に立ちました。

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

たった二週間であったのにもかかわらず日本食が恋しくなりました。お茶・ご飯があると非常に重宝すると思います。

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)

授業の前後に東大生のために予習・復習を現地の学生さんがしてくださり、授業に臨みます。宿題は基本的にありませんでした。やはり教授は全員面白く、これぞアメリカ、というような非常にアクティブな授業スタイルでした。質問があればいつでも質問でき、わからないところがあれば親切に教えてくれます。

② 学習・研究面でのアドバイス

自分が少し悔やんでいる点なのですが、せっかくの機会なのでもっと教授とコミュニケーションをとればよかったなと思いました。授業中でも授業後でも、教授に質問する良い機会だと思います。

③ 語学面での苦労・アドバイス等

授業はすべて英語でしたが、聞いていて全くわからないというようなことはありませんでした。しかし、アクセントの強い教授・早口でまくしたてる教授などもいらっしゃるの多少苦しかった部分もありました。

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)

全員が寮に滞在しました。基本的に2人か4人部屋で、中国人がルームメイトの人たちも多かったです。私もルームメイトが日本人一人と中国人二人でした。

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)

基本的に雨が降らず、からっとした天気が続き過ごしやすい気候でした。夜は羽織るものがないと寒いくらいです。キ

キャンパスがとてつもなく広く、キャンパス内で食事・買い物をしようとする7時までに大体すべての店が閉まってしまうのが若干残念だったです。キャンパスのすぐには海・ショッピングモールなど遊べるところはたくさんあり、バスがただで使えたため、それを利用しました。お金については、アメリカではほとんどのところでクレジットカードが使えるので、現金は300~400ドルくらいで足りると思います。食事はまずくはなかったです。しかし毎日同じところで食べているとさすがに飽きるので、みんなキャンパス外に食事に行ったりしていました。

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)
治安が良い町だったと思います。さすがに夜遅くまで遊ぶのは危険だとは思いますが、ほかのところと比べ平和でした。

④ 要した費用とその内訳(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)
全部足して50万円ほどでした。私の場合、奨学金をもらったため42万円ほどで済みました。

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)
80,000円を日本学生支援機構(JASSO)「海外留学支援制度(短期派遣)奨学金」でいただきました。

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、週末の過ごし方など)
現地のUCSDの生徒とサッカーをしたり、清華大学の人たちとバスケットをしたりしました。基本的に授業は4時までには終わるので、意外と自由に動き回れると思います。私も友達と夕食を食べに行ったり、ビーチに行ったりしました。週末はプログラムで提供してくれる optional activity に参加することができます。今年は、ディズニーランド・サーフィン・動物園の中からいくつか選べました。もちろん自由に観光することもでき、時間があるので遠くに行くことも可能です。

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)
留学中に困ったことは特にありませんでした。寮もきれいですし、ルームメイトもいて楽しい生活がおくれました。言語に関してもみんな親切で、清華大学の人は私たちよりも英語がずいぶん達者で、彼らの英語力にだいぶ助けられました。

③ 大学の設備(図書館・スポーツ施設・食堂・PC環境等)
アート作品がキャンパスにちりばめられており、おしゃれで現代的なキャンパスでした。Wifiが無料で使えるので、非常に助かりました。スポーツ設備も豊富でやろうと思えばバスケット・サッカーなどすることも可能です。図書館はとてもかっこいいので一度訪れることをお勧めします。

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
どうして留学に行くのか、こう問われたときに留学する前の私は明確な答えを持っていませんでした。なんとなく英語が話せるようになりそう、なんとなく今までと違う自分になれそう、その程度でした。しかし、実際にアメリカに2週間という短期間ながらも滞在して大学で授業を受けて、少し明確になった気がします。授業を受けてまず驚いたのは、ホワイトボードに何か板書するわけでもなく、生徒と会話するように、時折ジョークをいり交ぜながら授業をしていた教授の授業スタイルです。次に驚いたのは外国人たちの英語力で、このプログラムには中国人とメキシコ人が参加していたのですが、英語力が日本人をはるかに上回っていました。日本人は英語が話せないとは噂には聞いていたものの、こんなに差があるとは思っていませんでした。私はこの2週間自分の言いたいことを伝えるので精いっぱいだったのですが、彼らのプレゼンを見ていると、もう彼らは相手の心を動かす英語を話しているように見えました。

UCSDは夏休みということもあり、キャンパスにいる人は大部分がサマープログラムに参加していた人たちで、留学生の割合も高く、プログラムで話した人たちはアメリカに中国、イギリス、ベトナム、さらにはスロベニアなど様々な国籍の人たちがいました。海外でビジネスをしようとするれば、文化の壁にぶつかることも多くなると思います。そういった時に相手の文化を理解して受け入れること。これはビジネスだけでなく人間関係を築くのにも大事なことであり、国際色豊かなUCSDでその大切さを学んだ気がします。

今回は英語力に不安がある生徒向けのプログラムということで、授業のコマ数も少なく、授業自体もあまり専門的なトピックではありませんでした。だからといってただのお遊びのようなプログラムだったかといえばそうではありません。外国人、特に中国人の人たちと仲良くなれたのがとても良い経験でした。私たちは寮に滞在し、二人の中国人のルームメイトがいたのですが、もしかしたらあまり仲良くしてくれないかもしれないと心のどこかで思っていました。しかし偏見を持っていたのは自分たちのほうだとすぐに気づかされました。すぐに打ち解けることができ、何より日本が好きだと言ってくれました。彼らとの会話は私にとって一番のカルチャーショックで、自分が何も知らなかったのだと気づかされました。また、プログラムの中では様々な人と知り合う機会があり、出会った人たちは完全に初対面だったにもかかわらず後日食事に連れていってもらったりウノを一緒にしたり、Face Book上だけではなくつながりができたのもよかったです。

留学すると何が得られるのか、それが今回UCSDに行った目的だったのですが、少しだけでもわかった気がします。UCSDにいる日本人学生の話などを聞くと、やはり英語力が鍛えられるらしいです。しかし何年いても完璧になれるわけではなく、あくまでも大事なのはきれいな英語を話すことではなく、どんなに文法を間違えたとしても相手に自分の意思を伝えることです。また、文化に対する寛容も得られるものの一つだと思います。どれだけ相手の文化を尊重できるか、これから世界にもし出ていこうとすれば非常に大事なことだと思います。

② 参加後の予定

もっと英語力をつけて、今度は長期留学に挑戦してみたいと思います。二週間という短い時間で、英語力をつけることは不可能ですが、自分の課題を見つけるのには十分な時間でした。現地の日本人留学生の話などを聞く中で、進振り後の進路ももう一度考えてみたいと思いました。

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

応募するかどうか迷っているなら、応募してみることをお勧めします。絶対に後悔することはないと思います。期間も2週間と短いので、留学を将来少しでも考えている人はぜひ応募してみてください。

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

地球の歩き方があると非常に便利だと思います。

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。

東京大学での所属学部/研究科・学年(プログラム開始時):

参加プログラム: 2014 年第 2 回奨学金付き夏季短期留学プログラム

UC サンディエゴサマープログラム

派遣先大学: University of California, San Diego

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

University of California 系列のサンディエゴ校。広大なキャンパスを誇る総合大学で、今回派遣された IR/PS は国際関係論と太平洋地域に関する Regional Study を行う専門職大学院。

参加した動機

将来的に留学をするか否かの参考とするため、米国の大学の授業というものを体験したかったから。

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)

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)

2週間のプログラムであり、今回はプログラムの性質上観光目的の入国という形式となったため、ESTA 申請以外の手続きは不要でした。

③医療関係の準備(出発前の健康診断、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)

AIU で海外旅行保険に加入しました。短期間でしたので通常の旅行のものと同じです。

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)

夏休み中のプログラムですので必要ありませんでした。

⑥語学関係の準備(出発前の英語レベル・語学学習等)

TOEFL60~80 が要求されるプログラムでしたが、TOEFL スコアは 82 あったため、特に準備は不要でした。

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

特になし。

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)

中国清華大学の学生と同じドミトリーに泊まり同じ授業を受けるプログラムでした。今回は留学体験ということでオムニバス形式で IR/PS の教員が代わる代わる授業を行うという形式であり、様々な分野の様々な授業の雰囲気を感じ取れた一方で、各分野の概説のような浅い内容に留まったという印象があります。

②学習・研究面でのアドバイス

留学とはどのようなものか体験するためのプログラムであり、米国の大学の授業の雰囲気を感じ取れました。

③語学面での苦勞・アドバイス等

特になし。

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)

UCSD 側が用意したドミトリーに宿泊しました。東大の学生2人と清華大学の学生2人が同室の4人部屋です。Warren College の Douglas Hall というところが割り当てられた宿舎でしたが、清潔で、タオル等は供給され、清掃も入る等概ね好印象でした。

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)

過ごしやすいよい気候ですが、強い日差しと感想は人によっては注意するべきかと思えます。

大学内に多くの施設が入っており生きるのには十分ですし、バスでショッピングモールにも容易に行けます。食事は学内のカフェテリアを利用しました。時折なぜこんな味付けにしたのかと問いつめたくなるようなものもありましたが、概ね美味しいものが多く、野菜も豊富で栄養バランス的に問題のない生活がおくれました。

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)
治安は非常に良かったです。

④要した費用とその内訳(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)
宿泊費と授業料あわせて30万円、娯楽費等現地で数万円使用しました。

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)
東京大学長短期留学奨学金8万円
Todai Go Global のサイトで見つけました。

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、週末の過ごし方など)
週末は同じプログラムに参加する中国人学生等とサンディエゴの観光をして過ごしました。プログラム側がエクスカージョン等を提供していただきますが、そのプログラムには東大以外の学生が参加しないため、中国人学生との交流が少なくなってしまうという難点があったため参加しませんでした。

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)

講義の前後に大学院生による30分のフォローアップがついており、それによって講義の学習面のサポートとなりました。

②大学の設備(図書館・スポーツ施設・食堂・PC環境等)

図書館からスポーツ設備まで、全ての設備が十分すぎるほど完備されていました。キャンパスが広大で場所によってはアクセスが大変なところもありましたが。

ただし、無線LANに関しては、学内全域で利用することができたものの、東大の学内ネットよりは安定性に欠けるといった印象です。

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

このプログラムは留学模擬体験であり、このプログラム自体から学びをえられる訳ではありませんが、アメリカの大学というものを体験するという点では非常に良いプログラムです。現地学生との交流の機会もあり、大学、大学院の雰囲気を感じることができました。

②参加後の予定

参加までは全学交換留学などを利用した大学学部生間の留学を検討していましたが、本プログラムを経て、むしろ海外の大学院への憧れを感じるようになりました。海外の大学院に通うことを目指し、今後の人生設計を組み立て直しています。

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

余裕があるのなら、一回経験してみるべきです。このプログラムに参加していなかったら大学院など考えず学部留学をしたであろうことを考えれば、このプログラムは少なくとも私の数年間の人生に影響を与えました。影響は人それぞれでしょうし、それが今考えている道に進むことにプラスとなる保証はありませんが、経験することなく大きな決断を下すことは後悔につながると私は考えます。

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。