

東京大学 海外留学・国際交流プログラム報告書(超短期プログラム用)

記入日: 7/30/2018

- 参加プログラム: AUA Experiencing Kazakhstan – the heart of Central Asia
- プログラム情報: <https://www.u-tokyo.ac.jp/adm/go-global/ja/program-list-short-AUA-summer.html>
- 派遣先大学: ナザルバエフ大学
- プログラム期間: 7/3/2018 ~ 7/17/2018
- 東京大学での所属学部・研究科等: 教養学部(前期課程)
- 学年(プログラム開始時): 学部 2

■参加にあたってこの時期を選んだ理由:
2S で時間に余裕があったから。
■参加を決めるまでの経緯:
2S の期間を有効活用するために応募しました。

プログラムについて

■概要:
観光と国際交流がメインでした。
■学習・研究以外の活動で取り組んだもの:
スポーツ、文化活動
■学習・研究以外の活動で取り組んだものの内容、または取り組まなかった理由:
カザフスタンという国を知るプログラムだったように思います。2 週間で 4,200km 移動し、カザフスタン中の都市を回らせていただきました。
■週末の過ごし方:
プログラムの一環で観光に行ったり、友達と近くのショッピングモールに出かけたりしました。

派遣先大学の環境について

■設備:
2010 年にできた大学ということもあり、全てが新しかったです。
■サポート体制:
ホスト大学のボランティアが大学ごとに対応して面倒を見てくれたので何も問題はなかったです。

プログラム期間中の生活について

■宿泊先の種類:
ホテル
■宿泊先の様子、どのように見つけたか:
ホスト大学が手配してくれたものでした。

■気候、大学周辺の様子、交通機関、食事等:

首都アスタナはとても過ごしやすい気温でしたが、1,500km 南のシムケントは日中 43 度と、気温の差が激しく変化についていくのが大変でした。
■お金の管理方法、現地の通貨事情:
現地で 500USD 分の通貨をいただいたので、それで事足りました。
■治安、医療関係事情、心身の健康管理で気がつけたこと等、危機管理:
暑いので熱中症や、食中毒には気をつけましょう。
■自由時間に利用した交通手段:
タクシー
■プログラム期間中に利用したネット環境:
レンタルしたルーター

参加前の準備・手続きについて

■プログラムへの参加手続き:
事前にいくつかの個人情報を記入しホスト大学に提出しました。
■ビザの手続き:
必要ありませんでした。
■医療関係の準備:
普段使っている風邪薬を念のため持って行きました。
■保険関係の準備:
付帯海学保険に入りました。
■東京大学の所属学部・研究科(教育部)で行った手続き:
授業期間と被っていたのみで、学部への申請は私の場合必要ありませんでした。
■語学関係の準備:
IELTS6.0 です。

費用・奨学金に関すること

■参加するために要した費用:	
航空費	165,000 円
派遣先への支払い(授業料・施設利用料など)	0 円
教科書代・書籍代	0 円
海外留学保険料(東京大学指定のもの)	6,000 円
保険・社会保障料(留学先で必要だったもの)	0 円
■その他、補足等:	
■留学先で費やした生活費:	
家賃	0 円
食費	3,000 円
交通費	0 円

娯楽費	3,000 円
■その他、補足等：	
■プログラム参加のための奨学金の受給有無：	
受給した。	
■奨学金の支給機関・団体名等：	
AUA	
■受給金額(月額)：	
50,000 円	
■受給金額についての補足等：	
■奨学金をどのように見つけたか：	
大学(本部国際交流課)からの案内	

プログラムを振り返って

■プログラムに参加したことの意義、その他所感：
どんな大学の人であれ大差はありません。自分自身が何を語り、どんな行動を取れるかが大事だと改めて認識しました。
■今後のキャリアに対する考え方や就職活動に与えた影響：
カザフスタンは首都こそ発展していますが他の地域はまだまだ発展途上であり、私が志さんとする都市計画の観点からも大きな衝撃・経験となりました。
■進路・就職先(就職希望先)：
■今後参加を考えている学生へのメッセージ、アドバイス：
現地で得られる全てを楽しみましょう。それにつきます。
■準備段階やプログラム参加中に役に立ったウェブサイト、出版物：
特にありません。ですがいく国についての政治状況や人口などの基本的なデータ、文化や歴史などは軽くさらっておきました。

東京大学 海外留学・国際交流プログラム報告書(超短期プログラム用)

記入日: 7/29/2018

- 参加プログラム: AUA Experiencing Kazakhstan – the heart of Central Asia
- プログラム情報: <https://www.u-tokyo.ac.jp/adm/go-global/ja/program-list-short-AUA-summer.html>
- 派遣先大学: ナザルバエフ大学
- プログラム期間: 7/3/2018 ~ 7/17/2018
- 東京大学での所属学部・研究科等: 経済学部
- 学年(プログラム開始時): 学部 4

■参加にあたってこの時期を選んだ理由:
秋からの交換留学を前に、海外に慣れるのに良いと考えた。
■参加を決めるまでの経緯:
秋からの交換留学に不安があったので、アジアの学生が集まるプログラムに参加して語学・文化交流の面で慣れておきたかった。

プログラムについて

■概要:
プログラムは現地大学の教授によるレクチャー、夜行列車を使った地方への旅行、参加者同士の交流を図るイベントの3本柱でした。現地大学の日本人総長と色々とお話できたことが印象に残っています。
■学習・研究以外の活動で取り組んだもの:
スポーツ、文化活動
■学習・研究以外の活動で取り組んだものの内容、または取り組まなかった理由:
参加者同士の交流を図るイベントが多かったので、スポーツ・クイズ・ゲーム・ダンス・飲み会など色々なことをする機会がありました。また、南部への4泊の小旅行や景勝地への日帰り旅行、大学周辺の観光など旅行にも多く連れて行ってもらえたので、カザフスタンの社会、文化、自然を感じることも出来ました。
■週末の過ごし方:
2週間休みが1日もないハードなプログラムでした。

派遣先大学の環境について

■設備:
2010年に建てられた新しい大学なので設備は素晴らしいです。
■サポート体制:
カザフスタンの現地学生がとても優しく、現地大学のコーディネーターの方も親切なので、困ったことがあっても彼らに頼ればすべて解決できました。

プログラム期間中の生活について

■宿泊先の種類:
大学付近のホテル
■宿泊先の様子、どのように見つけたか:

現地大学に手配していただきました。
■気候、大学周辺の様子、交通機関、食事等：
中央アジアの夏は暑いが湿度は低いので過ごしやすい。昼夜の温度差には注意が必要。首都にある大学だったため、周辺はインフラも整備されており、治安もよかった。食事はすべて美味しかったが、現地の人でも夏は食あたりになる人が多いので、生野菜などには十分気を付けたい。
■お金の管理方法、現地の通貨事情：
物価は日本の三分の一程度。奨学金が現地通貨で十分に支給されたので困ったことはなかった。
■治安、医療関係事情、心身の健康管理で気をつけたこと等、危機管理：
暑い地域での夏は食あたりに十分注意すると思います。首都アスタナの治安は良く、深夜も現地人学生と一緒に歩いても特に問題はありませんでした。
■自由時間に利用した交通手段：
タクシー
■プログラム期間中に利用したネット環境：
キャンパス Wifi、レンタルしたルーター

参加前の準備・手続きについて

■プログラムへの参加手続き：
オンラインで国際本部に志望理由や英語スコアなどを提出。指導教員のサインは早めにもらうと思います。
■ビザの手続き：
今回は不要だった。
■医療関係の準備：
虫刺されがひどかったなので、日本から痒み止めを持っていくべきでした。
■保険関係の準備：
国際交流課の方の指示に従えば問題ありません。
■東京大学の所属学部・研究科(教育部)で行った手続き：
海外渡航届を出しました。
■語学関係の準備：
AUA プログラムでは様々な国から様々な訛りのある参加者が集まるので、リスニングは十分に対策していくと思います。

費用・奨学金に関すること

■参加するために要した費用：	
航空費	160,000 円
派遣先への支払い(授業料・施設利用料など)	0 円
教科書代・書籍代	0 円
海外留学保険料(東京大学指定のもの)	6,190 円
保険・社会保障料(留学先で必要だったもの)	0 円

■その他、補足等：	

■留学先で費やした生活費：	
家賃	0 円
食費	5,000 円
交通費	0 円
娯楽費	2,000 円
■その他、補足等：	
■プログラム参加のための奨学金の受給有無：	
受給した。	
■奨学金の支給機関・団体名等：	
ナザルバエフ大学	
■受給金額(月額)：	
55,000 円	
■受給金額についての補足等：	
■奨学金をどのように見つけたか：	
教員から聞いた。プログラムに含まれていた(参加者は全員受給した)。	

プログラムを振り返って

■プログラムに参加したことの意義、その他所感：
普通に暮らしていたらあまり会う機会のないカザフスタン人の友達ができ、海外から来る学生とのコミュニケーションの難しさを実感できたこと、語学力の不足を身をもって知り、更なる勉強の必要性を痛感したこと。
■今後のキャリアに対する考え方や就職活動に与えた影響：
キャリアに関しては今後も継続して考えていきたいです。
■進路・就職先(就職希望先)：
民間企業、卒業を1年遅らせるのでまだあまり考えていません。
■今後参加を考えている学生へのメッセージ、アドバイス：
AUA プログラムはアジアの様々な国から来た学生と交流できるのでオススメです。
■準備段階やプログラム参加中に役に立ったウェブサイト、出版物：
特にありません。渡航先については色々調べないで行った方が新鮮な驚きがあっという感じがします。