

東京大学 海外留学・国際交流プログラム報告書(短期プログラム用)

The University of Tokyo Study Abroad/Student Exchange Program Report Form (for programs from a week to 3 months)

記入日/Date: 2024/5/30

- ID: C23323
- 参加プログラム/Program: グローバル教育センターウィンタープログラム
- プログラム情報/Program info.: <https://www.u-tokyo.ac.jp/adm/go-global/ja/program-list-short-winter.html>
- 派遣先大学/Host university: パリ政治学院(シアンスポ)
- プログラム期間/Program period 2024/2/19 ~ 2024/3/15
- 東京大学での所属学部・研究科等/Faculty/Graduate School at UTokyo: 経済学部
- 学年(プログラム開始時)/Year at the time of Study Abroad: 学部 3 年

■ 参加にあたってこの時期を選んだ理由/Reason for choosing this period to participate:
就活が終わったから。
■ 参加を決めるまでの経緯/How and why did you decide to participate?:
就活が終わったので参加しようと思った。

プログラムについて/About the program you participated in

■ 概要/Overview:
レクチャースタイル
■ 学習・研究以外の活動で、取り組んだものをすべて教えてください/Activities you took part in other than this program:
文化活動
■ 学習・研究以外の活動で、取り組んだものについて、具体的に教えてください/Details of the activities you chose in other than this program:
観光
■ 週末の過ごし方を教えてください/How did you spend the weekends and vacations?:
郊外に出かけた。
■ プログラム期間中の自由時間について、ご意見をお聞かせください/How did you think about the program time slot (time-zone difference):
特に不満はない
■ プログラム日数(長さ)はいかがでしたか/How was the length of the program?:
ちょうどよい

参加前の準備・手続きについて/About preparations and procedures before participation

■ プログラムへの参加手続き/Procedures for participation:
UTAS から申し込み。
■ 東京大学の所属学部・研究科(教育部)での手続き/Procedures required by faculties or graduate schools at UTokyo:
春休みのため特になし。

■ 語学関係の準備/Language preparation :	
なし	
■ ビザの手続き/ Procedures for visa :	
ビザなし	

費用・奨学金に関すること/About expenses and scholarships to participate in studying abroad

■ 参加するために要した費用/Expenses of participation :		
航空費/Airfare	250,000	円/JPY
派遣先大学への支払い(授業料・施設利用料など)/Payment to host institution (tuition, facilities fee, etc.)	50,000	円/JPY
教科書代・書籍代/Textbook / Book	0	円/JPY
海外留学保険料(東京大学指定のもの)/Overseas travel insurance fee (designated by UTokyo)	10,000	円/JPY
保険・社会保障料(留学先で必要だったもの)/Insurance and/or social security (required by host institution/region/country)	10,000	円/JPY
■ その他、補足等/Additional comments :		

■ 留学先での毎月の生活費/Monthly cost of living during the study abroad period :		
家賃/Rent	200,000	円/JPY
食費/Food	200,000	円/JPY
交通費/Transportation	10,000	円/JPY
娯楽費/Entertainment/Leisure	100,000	円/JPY
■ その他、補足等/ Additional comments :		
■ プログラム参加のための奨学金の受給有無/Scholarships to participate :		
受給した。		
■ 奨学金の支給機関・団体名等/Name of the source of the scholarships :		
GLP		
■ 受給金額(月額)/Monthly stipend :		
500,000 円		
■ 受給金額についての補足等/Additional comments about the monthly stipend :		
■ 奨学金をどのように見つけたか/How did you find the scholarships? :		
大学(本部国際教育推進課)からの案内		

プログラムを振り返って/Reflection

<p>■プログラムに参加したことの意義、その他所感/Impact of the participation on yourself or your thoughts :</p>
<p>パリの芸術に触れられた</p>
<p>■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/Impact of the program on your thoughts for a career or job hunting :</p>
<p>決まっていたため大きな変化はなし</p>
<p>■進路・就職先(就職希望先)/Career/Occupation (planned) :</p>
<p>民間企業</p>
<p>■今後留学を考えている学生へのメッセージ、アドバイス/Any messages or advice for future participants :</p>
<p>迷ったら参加しましょう！</p>
<p>■準備段階や留学中に役に立ったウェブサイト、出版物/Websites or publications which were useful while preparing for or during your time overseas :</p>
<p>地球の歩き方</p>

東京大学 海外留学・国際交流プログラム報告書(短期プログラム用)

The University of Tokyo Study Abroad/Student Exchange Program Report Form (for programs from a week to 3 months)

記入日/Date: 2024/3/29

■ID: C23324

■参加プログラム/Program: グローバル教育センターウィンタープログラム

■プログラム情報/Program info.: <https://www.u-tokyo.ac.jp/adm/go-global/ja/program-list-short-winter.html>

■派遣先大学/Host university: パリ政治学院(シアンスポ)

■プログラム期間/Program period 2024/2/19 ~ 2024/3/15

■東京大学での所属学部・研究科等/Faculty/Graduate School at UTokyo: 経済学部

■学年(プログラム開始時)/Year at the time of Study Abroad: 学部 3 年

■参加にあたってこの時期を選んだ理由/Reason for choosing this period to participate:

就職活動にも目途が立ち、学年の切り替わりの時期ということで他に課題などが少ない時期だったから。

■参加を決めるまでの経緯/How and why did you decide to participate?:

昨年の募集の際にプログラムについて知り、その際は部活もあり断念したものの次は参加すると思いを温めていたため、参加は迷わなかった。

プログラムについて/About the program you participated in

■概要/Overview:

授業のスタイルは東大のものとあまり変わらず、講義中心だと感じた。シミュレーションゲームは初めてのスタイルだったので、印象的だった。フィールドワークやイベント等もとても充実しており、ブリュッセルへの2day trip は特に貴重な経験で自身のキャリアを考える一助にもなった。

■学習・研究以外の活動で、取り組んだものをすべて教えてください/Activities you took part in other than this program:

文化活動

■学習・研究以外の活動で、取り組んだものについて、具体的に教えてください/Details of the activities you chose in other than this program:

有名なショーなどを観覧した。

■週末の過ごし方を教えてください/How did you spend the weekends and vacations?:

近所やパリ市内を散策したり、美術館や博物館を巡ったりした。

■プログラム期間中の自由時間について、ご意見をお聞かせください/How did you think about the program time slot (time-zone difference):

特に不満はない

■プログラム日数(長さ)はいかがでしたか/How was the length of the program?:

ちょうどよい

参加前の準備・手続きについて/About preparations and procedures before participation

■プログラムへの参加手続き/Procedures for participation:

■東京大学の所属学部・研究科(教育部)での手続き/Procedures required by faculties or graduate schools at UTokyo :	
所属ゼミの教授に渡航日程を伝え、ゼミの履修と重複していないことを確認した。また、経済学部窓口には、ウィンタープログラム参加希望申請を出す際、参加許可の報告、参加前の海外渡航届提出でお世話になった。履修・試験に関しては、セメスター期間外であり特に重複するものはなかった。他学部の最終レポートの日程が渡航日と被ることはあったが、事前の提出をするなどの対応は可能であった。	
■語学関係の準備/Language preparation :	
出発前の語学レベルは正確なものは不明だが、渡航一年前に受験した TOEIC が 855 であった。取り組んだ語学学習は特になく、出発一週間前から英語のリスニングで耳を慣らしたり、簡単なフランス語会話を復習した程度であった。反省としては、日本語での EU についての勉強と並行して、用語や概要を英語でも事前に学んでおいた方がよりよかったと感じた。	
■ビザの手続き/ Procedures for visa :	
ビザは不要だった。	

費用・奨学金に関すること/About expenses and scholarships to participate in studying abroad

■参加するために要した費用/Expenses of participation :		
航空費/Airfare	230,000	円/JPY
派遣先大学への支払い(授業料・施設利用料など)/Payment to host institution (tuition, facilities fee, etc.)	235,700	円/JPY
教科書代・書籍代/Textbook / Book	0	円/JPY
海外留学保険料(東京大学指定のもの) /Overseas travel insurance fee (designated by UTokyo)	7,530	円/JPY
保険・社会保障料(留学先で必要だったもの) /Insurance and/or social security (required by host institution/region/country)	3,300	円/JPY
■その他、補足等/Additional comments :		

■留学先での毎月の生活費/Monthly cost of living during the study abroad period :		
家賃/Rent	230,000	円/JPY
食費/Food	70,000	円/JPY
交通費/Transportation	10,000	円/JPY
娯楽費/Entertainment/Leisure	60,000	円/JPY
■その他、補足等/ Additional comments :		
■プログラム参加のための奨学金の受給有無/Scholarships to participate :		
受給しなかった。		

■奨学金の支給機関・団体名等/Name of the source of the scholarships :
■受給金額(月額)/Monthly stipend :
■受給金額についての補足等/Additional comments about the monthly stipend :
■奨学金をどのように見つけたか/How did you find the scholarships? :

プログラムを振り返って/Reflection

■プログラムに参加したことの意義、その他所感/Impact of the participation on yourself or your thoughts :
現地で EU について学べる貴重な機会であるのと同時に、実際に外国で生活することで得られる気づきを多く経験できた充実した一か月を過ごすことができたため、満足している。また、外国語を使用する楽しさを痛感し、学習を継続している。
■今後のキャリアに対する考え方や就職活動に与えた影響/Impact of the program on your thoughts for a career or job hunting :
海外で生活・学生生活を送ることへのハードルが下がったと同時に、自分は乗り切れるという自信がついた。そのため、今後の社会人生活で海外での仕事をする事や社会人になってからも大学院進学などをする際に、これまで以上に海外大学院を候補に考えることができるようになった。また、シミュレーションゲームやブリュッセル訪問を経て、国の代表になること・代表になるほどの専門性を持つことへの憧れも増した。
■進路・就職先(就職希望先)/Career/Occupation (planned) :
民間企業
■今後留学を考えている学生へのメッセージ、アドバイス/Any messages or advice for future participants :
せっかくのチャンスなので、日程などに問題がなければ参加することを強くお勧めします。
■準備段階や留学中に役に立ったウェブサイト、出版物/Websites or publications which were useful while preparing for or during your time overseas :
昨年までの参加者の報告書、他大学の参加者の報告書

東京大学 海外留学・国際交流プログラム報告書(短期プログラム用)

The University of Tokyo Study Abroad/Student Exchange Program Report Form (for programs from a week to 3 months)

記入日/Date: 2024/3/27

- ID: C23325
- 参加プログラム/Program: グローバル教育センターウインタープログラム
- プログラム情報/Program info.: <https://www.u-tokyo.ac.jp/adm/go-global/ja/program-list-short-winter.html>
- 派遣先大学/Host university: パリ政治学院(シアンスポ)
- プログラム期間/Program period 2024/2/19 ~ 2024/3/15
- 東京大学での所属学部・研究科等/Faculty/Graduate School at UTokyo: 教養学部
- 学年(プログラム開始時)/Year at the time of Study Abroad: 学部 4 年

■参加にあたってこの時期を選んだ理由/Reason for choosing this period to participate:
卒業前にまとまって時間が取れる唯一の時期であったため。
■参加を決めるまでの経緯/How and why did you decide to participate?:
セメスターの最初。

プログラムについて/About the program you participated in

■概要/Overview:
講義式の授業ですが講師はインタラク션을求めているのでなるべく積極的に関わりに行った方がより実があると思います。
■学習・研究以外の活動で、取り組んだものをすべて教えてください/Activities you took part in other than this program:
取り組んでいない
■学習・研究以外の活動で、取り組んだものについて、具体的に教えてください/Details of the activities you chose in other than this program:
1ヶ月なので観光を優先したため。
■週末の過ごし方を教えてください/How did you spend the weekends and vacations?:
旅行もしくはパリ市内の観光をしました。
■プログラム期間中の自由時間について、ご意見をお聞かせください/How did you think about the program time slot (time-zone difference):
もう少し自由時間がほしかった
■プログラム日数(長さ)はいかがでしたか/How was the length of the program?:
ちょうどよい

参加前の準備・手続きについて/About preparations and procedures before participation

■プログラムへの参加手続き/Procedures for participation:
大学に対しての提出物の他に学部などへの提出物があり期限がタイトなので、提出期限は決まったらすぐに聞きに行ったほうがいいと思います。

<p>■ 東京大学の所属学部・研究科(教育部)での手続き/Procedures required by faculties or graduate schools at UTokyo :</p> <p>学部に対しての提出物のみ提出しました。</p>
<p>■ 語学関係の準備/Language preparation :</p> <p>特にしていません。</p>
<p>■ ビザの手続き/ Procedures for visa :</p> <p>滞在期間が短いので必要なし。</p>

費用・奨学金に関すること/About expenses and scholarships to participate in studying abroad

<p>■ 参加するために要した費用/Expenses of participation :</p>		
航空費/Airfare	300,000	円/JPY
派遣先大学への支払い(授業料・施設利用料など)/Payment to host institution (tuition, facilities fee, etc.)	600,000	円/JPY
教科書代・書籍代/Textbook / Book	0	円/JPY
海外留学保険料(東京大学指定のもの)/Overseas travel insurance fee (designated by UTokyo)	5,000	円/JPY
保険・社会保障料(留学先で必要だったもの)/Insurance and/or social security (required by host institution/region/country)	5,000	円/JPY
<p>■ その他、補足等/Additional comments :</p> <p>航空運賃に関してはもう少し節約すべきだったと後に後悔しました。</p>		

<p>■ 留学先での毎月の生活費/Monthly cost of living during the study abroad period :</p>		
家賃/Rent	0	円/JPY
食費/Food	0	円/JPY
交通費/Transportation	60,000	円/JPY
娯楽費/Entertainment/Leisure	0	円/JPY
<p>■ その他、補足等/ Additional comments :</p> <p>家賃はプログラム費に含めています。食費と娯楽費に関しては途中から考えるのを辞めました。</p>		
<p>■ プログラム参加のための奨学金の受給有無/Scholarships to participate :</p> <p>受給しなかった。</p>		
<p>■ 奨学金の支給機関・団体名等/Name of the source of the scholarships :</p>		
<p>■ 受給金額(月額)/Monthly stipend :</p>		
<p>■ 受給金額についての補足等/Additional comments about the monthly stipend :</p>		
<p>■ 奨学金をどのように見つけたか/How did you find the scholarships? :</p>		

--

プログラムを振り返って/Reflection

■プログラムに参加したことの意義、その他所感/Impact of the participation on yourself or your thoughts :
学年を意識することなくフラットにいろいろな友人と話すことができたから。
■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/Impact of the program on your thoughts for a career or job hunting :
就職がすでに決まっていたので特になし。
■進路・就職先(就職希望先)/Career/Occupation (planned) :
専門職(法曹・医師・会計士等)
■今後留学を考えている学生へのメッセージ、アドバイス/Any messages or advice for future participants :
学びも大事ですがそこで知り合える友人が一番大きな財産になると思います。興味があるのであれば、一考してみると良いと思います。
■準備段階や留学中に役に立ったウェブサイト、出版物/Websites or publications which were useful while preparing for or during your time overseas :
特になし。

東京大学 海外留学・国際交流プログラム報告書(短期プログラム用)

The University of Tokyo Study Abroad/Student Exchange Program Report Form (for programs from a week to 3 months)

記入日/Date: 2024/3/27

- ID: C23327
- 参加プログラム/Program: グローバル教育センターウィンタープログラム
- プログラム情報/Program info.: <https://www.u-tokyo.ac.jp/adm/go-global/ja/program-list-short-winter.html>
- 派遣先大学/Host university: パリ政治学院(シアンスポ)
- プログラム期間/Program period 2024/2/19 ~ 2024/3/15
- 東京大学での所属学部・研究科等/Faculty/Graduate School at UTokyo: 教養学部(前期課程)
- 学年(プログラム開始時)/Year at the time of Study Abroad: 学部 1 年

■ 参加にあたってこの時期を選んだ理由/Reason for choosing this period to participate:
全学交換留学の応募の参考にしたかったから。
■ 参加を決めるまでの経緯/How and why did you decide to participate?:
秋ごろにこのプログラムの存在を知り参加をすぐ決めた。

プログラムについて/About the program you participated in

■ 概要/Overview:
毎回の授業の前にリーディングアサインメントがあり、その内容を講義形式の授業で深める形式だった。
■ 学習・研究以外の活動で、取り組んだものをすべて教えてください/Activities you took part in other than this program:
取り組んでいない
■ 学習・研究以外の活動で、取り組んだものについて、具体的に教えてください/Details of the activities you chose in other than this program:
サークルのようなものに連絡を取ったが返信がなかった。
■ 週末の過ごし方を教えてください/How did you spend the weekends and vacations?:
パリを観光したり、地方都市に観光したりした。
■ プログラム期間中の自由時間について、ご意見をお聞かせください/How did you think about the program time slot (time-zone difference):
特に不満はない
■ プログラム日数(長さ)はいかがでしたか/How was the length of the program?:
長い

参加前の準備・手続きについて/About preparations and procedures before participation

■ プログラムへの参加手続き/Procedures for participation:
成績と応募動機を提出した。
■ 東京大学の所属学部・研究科(教育部)での手続き/Procedures required by faculties or graduate schools at UTokyo:
応募する際に留学の許可をとりました。

■ 語学関係の準備/Language preparation :	
英語は TOEFL108 点	
■ ビザの手続き/ Procedures for visa :	
ビザは取得不要	

費用・奨学金に関すること/About expenses and scholarships to participate in studying abroad

■ 参加するために要した費用/Expenses of participation :		
航空費/Airfare	200,000	円/JPY
派遣先大学への支払い(授業料・施設利用料など)/Payment to host institution (tuition, facilities fee, etc.)	400,000	円/JPY
教科書代・書籍代/Textbook / Book	0	円/JPY
海外留学保険料(東京大学指定のもの)/Overseas travel insurance fee (designated by UTokyo)	10,000	円/JPY
保険・社会保障料(留学先で必要だったもの)/Insurance and/or social security (required by host institution/region/country)	0	円/JPY
■ その他、補足等/Additional comments :		

■ 留学先での毎月の生活費/Monthly cost of living during the study abroad period :		
家賃/Rent	260,000	円/JPY
食費/Food	100,000	円/JPY
交通費/Transportation	12,000	円/JPY
娯楽費/Entertainment/Leisure	40,000	円/JPY
■ その他、補足等/ Additional comments :		
■ プログラム参加のための奨学金の受給有無/Scholarships to participate :		
受給した。		
■ 奨学金の支給機関・団体名等/Name of the source of the scholarships :		
JASSO		
■ 受給金額(月額)/Monthly stipend :		
100,000 円		
■ 受給金額についての補足等/Additional comments about the monthly stipend :		
■ 奨学金をどのように見つけたか/How did you find the scholarships? :		
大学(本部国際教育推進課)からの案内		

プログラムを振り返って/Reflection

<p>■プログラムに参加したことの意義、その他所感/Impact of the participation on yourself or your thoughts :</p>
<p>経済政策の授業がとくに面白く、その方面の学習を深めたいと思えたことはとてもよかった。</p>
<p>■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/Impact of the program on your thoughts for a career or job hunting :</p>
<p>後期課程で学びたい分野が少し具体的になったと思う。</p>
<p>■進路・就職先(就職希望先)/Career/Occupation (planned) :</p>
<p>公的機関</p>
<p>■今後留学を考えている学生へのメッセージ、アドバイス/Any messages or advice for future participants :</p>
<p>プログラムを担当してくれる教授には積極的に質問しに行くことが大切だと思います。</p>
<p>■準備段階や留学中に役に立ったウェブサイト、出版物/Websites or publications which were useful while preparing for or during your time overseas :</p>
<p>東大の留学サイト</p>

東京大学 海外留学・国際交流プログラム報告書(短期プログラム用)

The University of Tokyo Study Abroad/Student Exchange Program Report Form (for programs from a week to 3 months)

記入日/Date: 2024/3/28

■ID: C23328

■参加プログラム/Program: グローバル教育センターウィンタープログラム

■プログラム情報/Program info.: <https://www.u-tokyo.ac.jp/adm/go-global/ja/program-list-short-winter.html>

■派遣先大学/Host university: パリ政治学院(シアンスポ)

■プログラム期間/Program period 2024/2/19 ~ 2024/3/15

■東京大学での所属学部・研究科等/Faculty/Graduate School at UTokyo: 教養学部(前期課程)

■学年(プログラム開始時)/Year at the time of Study Abroad: 学部 1 年

■参加にあたってこの時期を選んだ理由/Reason for choosing this period to participate:

早いうちに海外留学を経験したかったから。

■参加を決めるまでの経緯/How and why did you decide to participate?:

語学学校ではなく、英語で大学の授業を受けられるプログラムを探していたので応募した。前年の夏休みには決めていた。

プログラムについて/About the program you participated in

■概要/Overview:

シュミレーションゲームというディベート形式のイベントが面白かった。

■学習・研究以外の活動で、取り組んだものをすべて教えてください/Activities you took part in other than this program:

取り組んでいない

■学習・研究以外の活動で、取り組んだものについて、具体的に教えてください/Details of the activities you chose in other than this program:

授業外の時間が少なかったから

■週末の過ごし方を教えてください/How did you spend the weekends and vacations?:

美術館や観光

■プログラム期間中の自由時間について、ご意見をお聞かせください/How did you think about the program time slot (time-zone difference):

特に不満はない

■プログラム日数(長さ)はいかがでしたか/How was the length of the program?:

ちょうどよい

参加前の準備・手続きについて/About preparations and procedures before participation

■プログラムへの参加手続き/Procedures for participation:

渡航情報届など東京大学に提出するものの切は書類ごとに異なるので気をつけましょう。

■東京大学の所属学部・研究科(教育部)での手続き/Procedures required by faculties or graduate schools at UTokyo:

留意事項の説明を聞きに行った。
■語学関係の準備/Language preparation :
TOEIC を語学能力証明に使った。
■ビザの手続き/ Procedures for visa :
ビザは必要なかった。

費用・奨学金に関すること/About expenses and scholarships to participate in studying abroad

■参加するために要した費用/Expenses of participation :	
航空費/Airfare	300,000 円/JPY
派遣先大学への支払い(授業料・施設利用料など)/Payment to host institution (tuition, facilities fee, etc.)	650,000 円/JPY
教科書代・書籍代/Textbook / Book	0 円/JPY
海外留学保険料(東京大学指定のもの) /Overseas travel insurance fee (designated by UTokyo)	11,000 円/JPY
保険・社会保障料(留学先で必要だったもの) /Insurance and/or social security (required by host institution/region/country)	0 円/JPY
■その他、補足等/Additional comments :	

■留学先での毎月の生活費/Monthly cost of living during the study abroad period :	
家賃/Rent	0 円/JPY
食費/Food	100,000 円/JPY
交通費/Transportation	20,000 円/JPY
娯楽費/Entertainment/Leisure	50,000 円/JPY
■その他、補足等/ Additional comments :	
宿泊費はプログラム料に含まれていた。	
■プログラム参加のための奨学金の受給有無/Scholarships to participate :	
受給しなかった。	
■奨学金の支給機関・団体名等/Name of the source of the scholarships :	
■受給金額(月額)/Monthly stipend :	
■受給金額についての補足等/Additional comments about the monthly stipend :	
■奨学金をどのように見つけたか/How did you find the scholarships? :	

プログラムを振り返って/Reflection

■プログラムに参加したことの意義、その他所感/Impact of the participation on yourself or your thoughts :

新しいことへの挑戦を恐れなくなった。

■今後のキャリアに対する考え方や就職活動に与えた影響/Impact of the program on your thoughts for a career or job hunting :

先輩の就職活動の話も聞けて、より真剣に考えるようになった。

■進路・就職先(就職希望先)/Career/Occupation (planned):

■今後留学を考えている学生へのメッセージ、アドバイス/Any messages or advice for future participants :

迷ったらとりあえず挑戦してみましょう！

■準備段階や留学中に役に立ったウェブサイト、出版物/Websites or publications which were useful while preparing for or during your time overseas :

東京大学の Go global ウェブサイト

東京大学 海外留学・国際交流プログラム報告書(短期プログラム用)

The University of Tokyo Study Abroad/Student Exchange Program Report Form (for programs from a week to 3 months)

記入日/Date: 2024/3/28

■ID: C23329

■参加プログラム/Program: グローバル教育センターウィンタープログラム

■プログラム情報/Program info.: <https://www.u-tokyo.ac.jp/adm/go-global/ja/program-list-short-winter.html>

■派遣先大学/Host university: パリ政治学院(シアンスポ)

■プログラム期間/Program period 2024/2/19 ~ 2024/3/15

■東京大学での所属学部・研究科等/Faculty/Graduate School at UTokyo: 教養学部(前期課程)

■学年(プログラム開始時)/Year at the time of Study Abroad: 学部 2 年

■参加にあたってこの時期を選んだ理由/Reason for choosing this period to participate:

大学が春季休暇期間のためまとまった時間を海外で過ごせるから。今年の 9 月から長期留学を予定しているため、海外生活に慣れる練習としても適切な時期であると判断したから。

■参加を決めるまでの経緯/How and why did you decide to participate?:

2023 年 6 月にパリを旅行してとても楽しく、住んでみたいと思いました。2023 年の 8 月には 2024 年度での長期留学を決意し、短期留学を経験して海外で生活する練習を積みたいと考えました。そして 2023 年の A セメスターから進学先の持ち出し科目の履修が始まり、ヨーロッパにおける公共政策学への関心が高まりました。これら三つの理由が重なり、本プログラムの募集が始まった際に、2024 年の春にパリで英語で公共政策学を 1 ヶ月学べるというこのプログラムを見つけ、参加を決意しました。

プログラムについて/About the program you participated in

■概要/Overview:

このプログラムは日本の大学生を対象とした、EU の仕組みや政策について理解を深めるためのものです。授業は東大の授業と似ておりインプット重視の講義型でした。課題はなく、予復習は各自に委ねられていました。EU の移民政策・難民問題についての授業は、自身の専攻科目に関連していたので印象に残っています。

■学習・研究以外の活動で、取り組んだものをすべて教えてください/Activities you took part in other than this program:

芸術鑑賞や美術館・博物館・遺跡訪問を通じた文化や歴史の学習

■学習・研究以外の活動で、取り組んだものについて、具体的に教えてください/Details of the activities you chose in other than this program:

現地でしか学べないものを学びたい、と考えていたので、日本には来ないであろう美術品や歴史的な建造物を見学していました。特にフランス革命の遺品に関わる展示がどれも興味深く、キャプションを読むことでフランス革命に対する現代の解釈やフランス市民の意見が伺えて非常に興味深かったです。

■週末の過ごし方を教えてください/How did you spend the weekends and vacations?:

観光していました。蚤の市が週末限定なのでそこに行ったり、美術館をゆっくり見学したりしていました。イタリアやドイツ、オランダへ旅行に行っている人もいました。

<p>■プログラム期間中の自由時間について、ご意見をお聞かせください/How did you think about the program time slot (time-zone difference):</p>
<p>特に不満はない</p>
<p>■プログラム日数(長さ)はいかがでしたか/How was the length of the program?:</p>
<p>ちょうどよい</p>

参加前の準備・手続きについて/About preparations and procedures before participation

<p>■プログラムへの参加手続き/Procedures for participation:</p>
<p>語学条件があるため、IELTSを受験しました。プログラムの応募条件が公開されてから1ヶ月で提出メ切だったので、事前に Overall6.5(各 6.0 以上)を取得していると余裕を持って応募できるのではないかと思います。手続きはパリ政治学院から送られてくるメールを見逃さずチェックしていれば問題ないです。とても親切に対応してくださるので、気軽に質問すると思います。</p>
<p>■東京大学の所属学部・研究科(教育部)での手続き/Procedures required by faculties or graduate schools at UTokyo:</p>
<p>東大の授業期間と被っていない上に単位が取得できるプログラムではないため、特に複雑な手続きは必要ありません。所属学部へ注意点を聞きに行きました。それ以外の必要な手続きや報告はメールや UTOL に通知が来るのでそれに従っていれば抜け漏れなく完了できます。具体的には渡航情報の登録や奨学金の受給フォームの提出などが挙げられます。</p>
<p>■語学関係の準備/Language preparation:</p>
<p>なし</p>
<p>■ビザの手続き/Procedures for visa:</p>
<p>なし</p>

費用・奨学金に関すること/About expenses and scholarships to participate in studying abroad

<p>■参加するために要した費用/Expenses of participation:</p>	
<p>航空費/Airfare</p>	<p>280,000 円/JPY</p>
<p>派遣先大学への支払い(授業料・施設利用料など)/Payment to host institution (tuition, facilities fee, etc.)</p>	<p>410,000 円/JPY</p>
<p>教科書代・書籍代/Textbook / Book</p>	<p>0 円/JPY</p>
<p>海外留学保険料(東京大学指定のもの)/Overseas travel insurance fee (designated by UTokyo)</p>	<p>7,710 円/JPY</p>
<p>保険・社会保障料(留学先で必要だったもの)/Insurance and/or social security (required by host institution/region/country)</p>	<p>0 円/JPY</p>
<p>■その他、補足等/Additional comments:</p>	
<p>OSSMA : 3,300 円</p>	

<p>■留学先での毎月の生活費/Monthly cost of living during the study abroad period:</p>
--

家賃/Rent	280,000 円/JPY
食費/Food	30,000 円/JPY
交通費/Transportation	20,000 円/JPY
娯楽費/Entertainment/Leisure	40,000 円/JPY
■その他、補足等/ Additional comments :	
■プログラム参加のための奨学金の受給有無/Scholarships to participate :	
受給した。	
■奨学金の支給機関・団体名等/Name of the source of the scholarships :	
JASSO	
■受給金額(月額)/Monthly stipend :	
100,000 円	
■受給金額についての補足等/Additional comments about the monthly stipend :	
■奨学金をどのように見つけたか/How did you find the scholarships? :	
大学(本部国際教育推進課)からの案内	

プログラムを振り返って/Reflection

■プログラムに参加したことの意義、その他所感/Impact of the participation on yourself or your thoughts :
語学について、フランス語が全く話せませんでした。日常会話であれば流暢に話せるようになり異文化コミュニケーションの楽しさを体験できました。また英語のリスニング能力が向上したこと、自分から話しかけて自分の思いを伝えようとする勇気が身についたと実感しています。学術について、国際関係論についての知識を全く持ち合わせていませんでしたが、基礎知識を獲得しました。加えてEUの仕組みをあまり理解していませんでしたが、他人に詳しく説明できるほどに高い理解度を得られたことが満足です。
■今後のキャリアに対する考え方や就職活動に与えた影響/Impact of the program on your thoughts for a career or job hunting :
プログラム参加前から変わらず、日本の質の高い製品を世界中に広める仕事をしたいと考えていますが、海外経験を重ねるうちにその思いが強くなっているように感じます。
■進路・就職先(就職希望先)/Career/Occupation (planned) :
民間企業
■今後留学を考えている学生へのメッセージ、アドバイス/Any messages or advice for future participants :
迷っているなら応募してみる、というマインドが大切だと思います。
■準備段階や留学中に役に立ったウェブサイト、出版物/Websites or publications which were useful while preparing for or during your time overseas :
留学体験記

東京大学 海外留学・国際交流プログラム報告書(短期プログラム用)

The University of Tokyo Study Abroad/Student Exchange Program Report Form (for programs from a week to 3 months)

記入日/Date: 2024/4/14

■ID: C23330

■参加プログラム/Program: グローバル教育センターウィンタープログラム

■プログラム情報/Program info.: <https://www.u-tokyo.ac.jp/adm/go-global/ja/program-list-short-winter.html>

■派遣先大学/Host university: パリ政治学院(シアンスポ)

■プログラム期間/Program period 2024/2/19 ~ 2024/3/15

■東京大学での所属学部・研究科等/Faculty/Graduate School at UTokyo: 教養学部(前期課程)

■学年(プログラム開始時)/Year at the time of Study Abroad: 学部 1 年

■参加にあたってこの時期を選んだ理由/Reason for choosing this period to participate:

他に予定がなく、定期試験などの学事ともかぶらなかったため。

■参加を決めるまでの経緯/How and why did you decide to participate?:

元々海外派遣プログラムに行きたいと思っており、同時期に開催されるもので自分の興味に一番合うものを選んだ。

プログラムについて/About the program you participated in

■概要/Overview:

授業は主に講義+質問対応で構成された。

■学習・研究以外の活動で、取り組んだものをすべて教えてください/Activities you took part in other than this program:

取り組んでいない

■学習・研究以外の活動で、取り組んだものについて、具体的に教えてください/Details of the activities you chose in other than this program:

短期間のため、参加できるものが少なかった。

■週末の過ごし方を教えてください/How did you spend the weekends and vacations?:

主に観光をして過ごした。パリ市外に出ることもあった。

■プログラム期間中の自由時間について、ご意見をお聞かせください/How did you think about the program time slot (time-zone difference):

特に不満はない

■プログラム日数(長さ)はいかがでしたか/How was the length of the program?:

短い

参加前の準備・手続きについて/About preparations and procedures before participation

■プログラムへの参加手続き/Procedures for participation:

派遣先からの連絡を全てチェックし、その流れ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)での手続き/Procedures required by faculties or graduate schools at UTokyo:

必要なし
■語学関係の準備/Language preparation :
IELTSを受験した。
■ビザの手続き/ Procedures for visa :
ビザの必要なし

費用・奨学金に関すること/About expenses and scholarships to participate in studying abroad

■参加するために要した費用/Expenses of participation :		
航空費/Airfare	300,000	円/JPY
派遣先大学への支払い(授業料・施設利用料など)/Payment to host institution (tuition, facilities fee, etc.)	500,000	円/JPY
教科書代・書籍代/Textbook / Book	4,000	円/JPY
海外留学保険料(東京大学指定のもの) /Overseas travel insurance fee (designated by UTokyo)	7,000	円/JPY
保険・社会保障料(留学先で必要だったもの) /Insurance and/or social security (required by host institution/region/country)	0	円/JPY
■その他、補足等/Additional comments :		

■留学先での毎月の生活費/Monthly cost of living during the study abroad period :		
家賃/Rent	280,000	円/JPY
食費/Food	60,000	円/JPY
交通費/Transportation	15,000	円/JPY
娯楽費/Entertainment/Leisure	40,000	円/JPY
■その他、補足等/ Additional comments :		
■プログラム参加のための奨学金の受給有無/Scholarships to participate :		
受給しなかった。		
■奨学金の支給機関・団体名等/Name of the source of the scholarships :		
■受給金額(月額)/Monthly stipend :		
■受給金額についての補足等/Additional comments about the monthly stipend :		
■奨学金をどのように見つけたか/How did you find the scholarships? :		

プログラムを振り返って/Reflection

■プログラムに参加したことの意義、その他所感/Impact of the participation on yourself or your thoughts :

一番は行動力が身についたことだと思う。

■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/Impact of the program on your thoughts for a career or job hunting :

海外での生活も現実的に視野に入れるようになった。

■進路・就職先(就職希望先)/Career/Occupation (planned):

専門職(法曹・医師・会計士等)

■今後留学を考えている学生へのメッセージ、アドバイス/Any messages or advice for future participants :

早めに情報収集し、準備を進めることをお勧めします。

■準備段階や留学中に役に立ったウェブサイト、出版物/Websites or publications which were useful while preparing for or during your time overseas :

地球の歩き方などの旅行ガイドブック

東京大学 海外留学・国際交流プログラム報告書(短期プログラム用)

The University of Tokyo Study Abroad/Student Exchange Program Report Form (for programs from a week to 3 months)

記入日/Date: 2024/3/28

■ID: C23331

■参加プログラム/Program: グローバル教育センターウィンタープログラム

■プログラム情報/Program info.: <https://www.u-tokyo.ac.jp/adm/go-global/ja/program-list-short-winter.html>

■派遣先大学/Host university: パリ政治学院(シアンスポ)

■プログラム期間/Program period 2024/2/19 ~ 2024/3/15

■東京大学での所属学部・研究科等/Faculty/Graduate School at UTokyo: 教養学部(前期課程)

■学年(プログラム開始時)/Year at the time of Study Abroad: 学部 2 年

■参加にあたってこの時期を選んだ理由/Reason for choosing this period to participate:
就活が本格的に始まる前の最後の機会だと思ったから。
■参加を決めるまでの経緯/How and why did you decide to participate?:
海外留学に関心があったから。参加すると決めたのは短期プログラムについての東京大学国際教育推進課学生交流チームからのお知らせが出てから比較的すぐだった。費用のこともあり参加するかどうかわ迷ったが、就活が本格化する前に海外の大学で学ぶ経験をしてみたいと思い応募した。

プログラムについて/About the program you participated in

■概要/Overview:
授業が始まる前にリーディングの資料が共有された。読まなくても授業についてはいけるが、読んでおくとより授業が理解しやすくなる。プログラム中に 2 回テストがあったため、それに向けて復習した。定期的に大学が計画してくれた観光(オペラガルニエやセーヌ川のクルーズなど)に参加することができたり、ブリュッセルに行って授業で習った EU Commission や EEAS、EU Parliament を実際に見ることができた。
■学習・研究以外の活動で、取り組んだものをすべて教えてください/Activities you took part in other than this program:
文化活動
■学習・研究以外の活動で、取り組んだものについて、具体的に教えてください/Details of the activities you chose in other than this program:
美術館や博物館を訪問した。
■週末の過ごし方を教えてください/How did you spend the weekends and vacations?:
美術館や博物館の訪問、パリ市街の観光、ストラスブール訪問
■プログラム期間中の自由時間について、ご意見をお聞かせください/How did you think about the program time slot (time-zone difference):
特に不満はない
■プログラム日数(長さ)はいかがでしたか/How was the length of the program?:
ちょうどよい

参加前の準備・手続きについて/About preparations and procedures before participation

■プログラムへの参加手続き/Procedures for participation :

ITC-LMS 上で付帯海学保険加入の証明、OSSMA 加入の証明等を提出。渡航情報届(フライト情報についての提出など)を大学と学部提出。現地通貨を両替したり、薄手のセーターを購入したりした。

■東京大学の所属学部・研究科(教育部)での手続き/Procedures required by faculties or graduate schools at UTokyo :

特になし。現地で進級できるかどうかだけ確認した。

■語学関係の準備/Language preparation :

TOEFL100 以上という要件は満たしていた。フランス語はほとんどできなかったが、現地では英語が通じるので問題なかった。

■ビザの手続き/Procedures for visa :

パリに行くためには特にビザは必要なかった。

費用・奨学金に関すること/About expenses and scholarships to participate in studying abroad

■参加するために要した費用/Expenses of participation :

航空費/Airfare	165,055 円/JPY
派遣先大学への支払い(授業料・施設利用料など)/Payment to host institution (tuition, facilities fee, etc.)	376,395 円/JPY
教科書代・書籍代/Textbook / Book	0 円/JPY
海外留学保険料(東京大学指定のもの)/Overseas travel insurance fee (designated by UTokyo)	9,430 円/JPY
保険・社会保障料(留学先で必要だったもの)/Insurance and/or social security (required by host institution/region/country)	0 円/JPY

■その他、補足等/Additional comments :

航空機代は北京経由でパリと東京を往復した場合のもの。OSSMA 料金:5,500 円

■留学先での毎月の生活費/Monthly cost of living during the study abroad period :

家賃/Rent	234,020 円/JPY
食費/Food	180,000 円/JPY
交通費/Transportation	40,000 円/JPY
娯楽費/Entertainment/Leisure	200,000 円/JPY

■その他、補足等/Additional comments :

SIM 代 3,500 円ほど、週末にパリ以外に行こうと思うと交通費が高くなる

■プログラム参加のための奨学金の受給有無/Scholarships to participate :

受給しなかった。

■奨学金の支給機関・団体名等/Name of the source of the scholarships :

■ 受給金額(月額)/Monthly stipend :
■ 受給金額についての補足等/Additional comments about the monthly stipend :
■ 奨学金をどのように見つけたか/How did you find the scholarships? :

プログラムを振り返って/Reflection

■ プログラムに参加したことの意義、その他所感/Impact of the participation on yourself or your thoughts :
東大とはまた違った雰囲気の中で学べたのは、自分の学生生活を相対化する意味で意義のあったことだと思う。また、親元を離れて長期間海外に滞在したのは初めてだったので、海外で自分で計画をして 1 人行動をすることができたという点で成長できた。
■ 今後のキャリアに対する考え方や就職活動に与えた影響/Impact of the program on your thoughts for a career or job hunting :
就職活動を終えた人も多く参加していたので、就活について少し質問したりもしたが総じてあまり就職活動に影響はなかったように感じる。
■ 進路・就職先(就職希望先)/Career/Occupation (planned) :
民間企業
■ 今後留学を考えている学生へのメッセージ、アドバイス/Any messages or advice for future participants :
費用の面から考えると高額ですが、金額に見合うだけの充実した体験ができると思います。参加を迷っている方は是非参加することをお勧めします。
■ 準備段階や留学中に役に立ったウェブサイト、出版物/Websites or publications which were useful while preparing for or during your time overseas :
特にないが、Sciences Po からのメールは期限などについて見落としがないようにチェックすると良い。

東京大学 海外留学・国際交流プログラム報告書(短期プログラム用)

The University of Tokyo Study Abroad/Student Exchange Program Report Form (for programs from a week to 3 months)

記入日/Date: 2024/3/17

■ID: C23332

■参加プログラム/Program: グローバル教育センターウィンタープログラム

■プログラム情報/Program info.: <https://www.u-tokyo.ac.jp/adm/go-global/ja/program-list-short-winter.html>

■派遣先大学/Host university: パリ政治学院(シアンスポ)

■プログラム期間/Program period 2024/2/19 ~ 2024/3/15

■東京大学での所属学部・研究科等/Faculty/Graduate School at UTokyo: 教養学部(前期課程)

■学年(プログラム開始時)/Year at the time of Study Abroad: 学部 1 年

■参加にあたってこの時期を選んだ理由/Reason for choosing this period to participate:

学業的に余裕があると考えたため。また、後期課程中や大学院での長期留学を見据えて、その準備として適当な時期だと考えたため。

■参加を決めるまでの経緯/How and why did you decide to participate?:

8 月ごろに考え始めましたが、TLP の春季研修と時期が重なっていたため、どちらに応募するかを迷いました。

プログラムについて/About the program you participated in

■概要/Overview:

EU について。3週間にわたる授業の後には、ブリュッセルに1泊2日のフィールドワークがありました。オペラ・ガルニエやベルサイユへの遠足もプログラムに含まれていました。

■学習・研究以外の活動で、取り組んだものをすべて教えてください/Activities you took part in other than this program:

文化活動

■学習・研究以外の活動で、取り組んだものについて、具体的に教えてください/Details of the activities you chose in other than this program:

美術館に積極的に行った。

■週末の過ごし方を教えてください/How did you spend the weekends and vacations?:

美術館に行ったり気になった地域を散策したりした。

■プログラム期間中の自由時間について、ご意見をお聞かせください/How did you think about the program time slot (time-zone difference):

特に不満はない、自由時間よりもコンテンツを増やしてほしい

■プログラム日数(長さ)はいかがでしたか/How was the length of the program?:

ちょうどよい

参加前の準備・手続きについて/About preparations and procedures before participation

■プログラムへの参加手続き/Procedures for participation:

応募時点で、語学資格の成績証明や、志望理由書が最も負担が大きい提出物でした。特に語学資格に関しては、その年の募集要項が発表された時点で受験を申し込んでいるのでは間に合わないのでは、過去実施年度での募集締め切り時期を確認してそれに合わせて9～10月に申し込む必要があります。

■東京大学の所属学部・研究科(教育部)での手続き/Procedures required by faculties or graduate schools at UTokyo :
前期教養学部はオンラインで海外渡航届を提出します。渡航1ヶ月前までに行うことが求められていますので、詳細が決まり次第忘れないうちにやることをお勧めします。

■語学関係の準備/Language preparation :
「プログラムへの参加手続き」欄に書いた通りです。補足として、私はIELTSを受験しました。

■ビザの手続き/Procedures for visa :
EUは90日間までの滞在はビザが不要のため、ビザは取得していません。

費用・奨学金に関すること/About expenses and scholarships to participate in studying abroad

■参加するために要した費用/Expenses of participation :

航空費/Airfare	300,000 円/JPY
派遣先大学への支払い(授業料・施設利用料など)/Payment to host institution (tuition, facilities fee, etc.)	400,000 円/JPY
教科書代・書籍代/Textbook / Book	0 円/JPY
海外留学保険料(東京大学指定のもの)/Overseas travel insurance fee (designated by UTokyo)	10,000 円/JPY
保険・社会保障料(留学先で必要だったもの)/Insurance and/or social security (required by host institution/region/country)	0 円/JPY

■その他、補足等/Additional comments :
以上以下全ての費用は円換算の概算で書かせていただいています。

■留学先での毎月の生活費/Monthly cost of living during the study abroad period :

家賃/Rent	0 円/JPY
食費/Food	72,000 円/JPY
交通費/Transportation	11,000 円/JPY
娯楽費/Entertainment/Leisure	50,000 円/JPY

■その他、補足等/Additional comments :
パリでは美術館など文化施設の多くは、学生割引(学生無料)を設けているところが多いため、娯楽費はそれほどかかりませんでした。

■プログラム参加のための奨学金の受給有無/Scholarships to participate :
受給した。

■奨学金の支給機関・団体名等/Name of the source of the scholarships :
JASSO

■ 受給金額(月額)/Monthly stipend :
100,000 円
■ 受給金額についての補足等/Additional comments about the monthly stipend :
■ 奨学金をどのように見つけたか/How did you find the scholarships? :
大学(本部国際教育推進課)からの案内

プログラムを振り返って/Reflection

■ プログラムに参加したことの意義、その他所感/Impact of the participation on yourself or your thoughts :
英語で高度にアカデミックな授業を受けられた、そしてその内容が関心分野と重なる部分があったことは非常に運が良かったと思う。やはり費用面が最大のネックであり、これは全ての留学を志す学生に共通する悩みだろう。この点についてはまだまだ社会もしくは大学の支援が足りていないと感じさせられた。
■ 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/Impact of the program on your thoughts for a career or job hunting :
グローバルな組織で求められる考え方などを垣間見れた。大学院留学などへのモチベーションをさらに高める機会になった。
■ 進路・就職先(就職希望先)/Career/Occupation (planned) :
■ 今後留学を考えている学生へのメッセージ、アドバイス/Any messages or advice for future participants :
プログラムが始まるまでは、提出物の種類も多かったり、予習教材があったり、混乱して大変なことも多いのは事実ですが、(実際手続きの面倒臭さも日本で留学が比較的メジャーにならない原因の一つでしょう) やって見たら楽しいことや、得られることも多いと思うので、少し頑張って、挑戦してみしてほしいです。
■ 準備段階や留学中に役に立ったウェブサイト、出版物/Websites or publications which were useful while preparing for or during your time overseas :
ガイドブック

東京大学 海外留学・国際交流プログラム報告書(短期プログラム用)

The University of Tokyo Study Abroad/Student Exchange Program Report Form (for programs from a week to 3 months)

記入日/Date: 2024/3/22

■ID: C23333

■参加プログラム/Program: グローバル教育センターウィンタープログラム

■プログラム情報/Program info.: <https://www.u-tokyo.ac.jp/adm/go-global/ja/program-list-short-winter.html>

■派遣先大学/Host university: パリ政治学院(シアンスポ)

■プログラム期間/Program period 2024/2/19 ~ 2024/3/15

■東京大学での所属学部・研究科等/Faculty/Graduate School at UTokyo: 学際情報学府

■学年(プログラム開始時)/Year at the time of Study Abroad: 修士 1 年

■参加にあたってこの時期を選んだ理由/Reason for choosing this period to participate:

比較的に忙しくない時期だから

■参加を決めるまでの経緯/How and why did you decide to participate?:

ヨーロッパに興味がありましたが、プログラムの値段で参加するかどうか迷いました。自分でアルバイトで稼いだお金と親からのサポートで参加しました。

プログラムについて/About the program you participated in

■概要/Overview:

講義授業が多い、試験は2回あります。

■学習・研究以外の活動で、取り組んだものをすべて教えてください/Activities you took part in other than this program:

文化活動

■学習・研究以外の活動で、取り組んだものについて、具体的に教えてください/Details of the activities you chose in other than this program:

観光

■週末の過ごし方を教えてください/How did you spend the weekends and vacations?:

隣の国に観光

■プログラム期間中の自由時間について、ご意見をお聞かせください/How did you think about the program time slot (time-zone difference):

もう少し自由時間がほしかった

■プログラム日数(長さ)はいかがでしたか/How was the length of the program?:

ちょうどよい

参加前の準備・手続きについて/About preparations and procedures before participation

■プログラムへの参加手続き/Procedures for participation:

志望理由と申請者の課外/社会活動、性格、そして特技を説明する書類。保険とOSSAM両方に加入しないといけません。

■東京大学の所属学部・研究科(教育部)での手続き/Procedures required by faculties or graduate schools at UTokyo :
特になし
■語学関係の準備/Language preparation :
英語だけでも大丈夫です。
■ビザの手続き/Procedures for visa :
短期ビザ

費用・奨学金に関すること/About expenses and scholarships to participate in studying abroad

■参加するために要した費用/Expenses of participation :		
航空費/Airfare	280,000	円/JPY
派遣先大学への支払い(授業料・施設利用料など)/Payment to host institution (tuition, facilities fee, etc.)	380,000	円/JPY
教科書代・書籍代/Textbook / Book	0	円/JPY
海外留学保険料(東京大学指定のもの)/Overseas travel insurance fee (designated by UTokyo)	7,800	円/JPY
保険・社会保障料(留学先で必要だったもの)/Insurance and/or social security (required by host institution/region/country)	0	円/JPY
■その他、補足等/Additional comments :		

■留学先での毎月の生活費/Monthly cost of living during the study abroad period :		
家賃/Rent	350,000	円/JPY
食費/Food	140,000	円/JPY
交通費/Transportation	50,000	円/JPY
娯楽費/Entertainment/Leisure	200,000	円/JPY
■その他、補足等/Additional comments :		
■プログラム参加のための奨学金の受給有無/Scholarships to participate :		
受給した。		
■奨学金の支給機関・団体名等/Name of the source of the scholarships :		
長島雅則奨学金		
■受給金額(月額)/Monthly stipend :		
100,000 円		
■受給金額についての補足等/Additional comments about the monthly stipend :		
■奨学金をどのように見つけたか/How did you find the scholarships? :		

大学(本部国際教育推進課)からの案内

プログラムを振り返って/Reflection

■プログラムに参加したことの意義、その他所感/Impact of the participation on yourself or your thoughts :

いい友達ことができました。

■今後のキャリアに対する考え方や就職活動に与えた影響/Impact of the program on your thoughts for a career or job hunting :

ヨーロッパで働かなくてもいいです。

■進路・就職先(就職希望先)/Career/Occupation (planned) :

研究職

■今後留学を考えている学生へのメッセージ、アドバイス/Any messages or advice for future participants :

講義だけでなく、観光も楽しんでください。

■準備段階や留学中に役に立ったウェブサイト、出版物/Websites or publications which were useful while preparing for or during your time overseas :

パリ政治学院のウェブサイト

東京大学 海外留学・国際交流プログラム報告書(短期プログラム用)

The University of Tokyo Study Abroad/Student Exchange Program Report Form (for programs from a week to 3 months)

記入日/Date: 2024/3/25

■ID: C23334

■参加プログラム/Program: グローバル教育センターウィンタープログラム

■プログラム情報/Program info.: <https://www.u-tokyo.ac.jp/adm/go-global/ja/program-list-short-winter.html>

■派遣先大学/Host university: パリ政治学院(シアンスポ)

■プログラム期間/Program period 2024/2/19 ~ 2024/3/15

■東京大学での所属学部・研究科等/Faculty/Graduate School at UTokyo: 法学部

■学年(プログラム開始時)/Year at the time of Study Abroad: 学部 4 年

■参加にあたってこの時期を選んだ理由/Reason for choosing this period to participate:

このプログラムは例年春休みに開催されるから。

■参加を決めるまでの経緯/How and why did you decide to participate?:

1 年前に参加を決めた。政治学専門の高等教育機関として名高い SciencesPo で一度学んでみたかったのが第一。また、パリには以前訪問したことがあり、フランス語を使う機会を再び持ちたいと思ったというもある。

プログラムについて/About the program you participated in

■概要/Overview:

EU についてヨーロッパ統合の歴史に始まり、政治・法律・経済・環境政策について学修する。経済と環境政策の比重が多かった印象。予習については文献をいくつか提示されたので読むと理解が深まる。復習は前述の TA によるフォローアップがあるが、各々テストに向けて勉強する雰囲気になっていた。フィールドワークとしては欧州議会や欧州委員会が所在するブリュッセルを訪問した。

■学習・研究以外の活動で、取り組んだものをすべて教えてください/Activities you took part in other than this program:

取り組んでいない

■学習・研究以外の活動で、取り組んだものについて、具体的に教えてください/Details of the activities you chose in other than this program:

短期プログラムのため。

■週末の過ごし方を教えてください/How did you spend the weekends and vacations?:

パリの美術館を訪問したり、ロンドンやアムステルダムに 1 泊 2 日の旅行をしたりした。

■プログラム期間中の自由時間について、ご意見をお聞かせください/How did you think about the program time slot (time-zone difference):

特に不満はない

■プログラム日数(長さ)はいかがでしたか/How was the length of the program?:

ちょうどよい

参加前の準備・手続きについて/About preparations and procedures before participation

■プログラムへの参加手続き/Procedures for participation :

はじめ、東大の方からフォームが来たので、名前やフランス語クラスのレベルなどを回答した。同時に ITC-LMS(現 UTOL)で保険などの連絡も来たので、対応した。その後は主に SciencesPo からの連絡に応える形になった。そこまで難しい手続きはなかった。

■東京大学の所属学部・研究科(教育部)での手続き/Procedures required by faculties or graduate schools at UTokyo :

留学と海外渡航手続きを行ったが、事務から連絡があったのでそれに従った。

■語学関係の準備/Language preparation :

英語は IELTS overall 6.5 で申し込んだ。今年から基準が若干上がったためギリギリということになった。知っていたテーマの講義だったため、授業には着いていけたが、日常会話などに若干苦勞した。フランス語は二外だったため、はじめ intermediate のクラスにしていたが、現地で蓋を開けてみると B2 レベルだったようで、beginner クラスに下げてもらった。一応、選択時にレベルについて東大の事務に事前に問い合わせたが、関知していないとのことだった。

■ビザの手続き/Procedures for visa :

日本国籍のため、ビザは不要だった。

費用・奨学金に関すること/About expenses and scholarships to participate in studying abroad

■参加するために要した費用/Expenses of participation :

航空費/Airfare	165,110 円/JPY
派遣先大学への支払い(授業料・施設利用料など)/Payment to host institution (tuition, facilities fee, etc.)	370,000 円/JPY
教科書代・書籍代/Textbook / Book	0 円/JPY
海外留学保険料(東京大学指定のもの) /Overseas travel insurance fee (designated by UTokyo)	13,150 円/JPY
保険・社会保障料(留学先で必要だったもの) /Insurance and/or social security (required by host institution/region/country)	0 円/JPY

■その他、補足等/Additional comments :

■留学先での毎月の生活費/Monthly cost of living during the study abroad period :

家賃/Rent	230,000 円/JPY
食費/Food	90,000 円/JPY
交通費/Transportation	27,200 円/JPY
娯楽費/Entertainment/Leisure	50,000 円/JPY

■その他、補足等/Additional comments :

<p>■プログラム参加のための奨学金の受給有無/Scholarships to participate :</p>
<p>受給した。</p>
<p>■奨学金の支給機関・団体名等/Name of the source of the scholarships :</p>
<p>JASSO</p>
<p>■受給金額(月額)/Monthly stipend :</p>
<p>100,000 円</p>
<p>■受給金額についての補足等/Additional comments about the monthly stipend :</p>
<p></p>
<p>■奨学金をどのように見つけたか/How did you find the scholarships? :</p>
<p>大学(本部国際教育推進課)からの案内</p>

プログラムを振り返って/Reflection

<p>■プログラムに参加したことの意義、その他所感/Impact of the participation on yourself or your thoughts :</p>
<p>海外の大学で講義を理解する自信がついた。</p>
<p>■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/Impact of the program on your thoughts for a career or job hunting :</p>
<p>すぐにはわからない。</p>
<p>■進路・就職先(就職希望先)/Career/Occupation (planned) :</p>
<p>研究職, 専門職(法曹・医師・会計士等), 公的機関</p>
<p>■今後留学を考えている学生へのメッセージ、アドバイス/Any messages or advice for future participants :</p>
<p>1・2年生くらいの早い段階で参加するのが良いと思う。</p>
<p>■準備段階や留学中に役に立ったウェブサイト、出版物/Websites or publications which were useful while preparing for or during your time overseas :</p>
<p>庄司克宏(2023)『はじめての EU 法 第 2 版』有斐閣. Mudde, C., & Kaltwasser, C.R. (2017) . Populism: A Very Short Introduction, 2nd ed. Oxford University Press.</p>

東京大学 海外留学・国際交流プログラム報告書(短期プログラム用)

The University of Tokyo Study Abroad/Student Exchange Program Report Form (for programs from a week to 3 months)

記入日/Date: 2024/7/28

- ID: C23336
- 参加プログラム/Program: グローバル教育センターウィンタープログラム
- プログラム情報/Program info.: <https://www.u-tokyo.ac.jp/adm/go-global/ja/program-list-short-winter.html>
- 派遣先大学/Host university: パリ政治学院(シアンスポ)
- プログラム期間/Program period 2024/2/19 ~ 2024/3/15
- 東京大学での所属学部・研究科等/Faculty/Graduate School at UTokyo: 公共政策学教育部
- 学年(プログラム開始時)/Year at the time of Study Abroad: 修士 2 年

■ 参加にあたってこの時期を選んだ理由/Reason for choosing this period to participate:
就活と単位取得が完了して、この時期は時間的に余裕があります。
■ 参加を決めるまでの経緯/How and why did you decide to participate?:
卒業する前に、もっと勉強面と経歴面で頑張りたいと思って、決めました。

プログラムについて/About the program you participated in

■ 概要/Overview:
ちょっと難しい英語も出て、模擬ゲームもあって、英語能力は求められると思います。
■ 学習・研究以外の活動で、取り組んだものをすべて教えてください/Activities you took part in other than this program:
文化活動
■ 学習・研究以外の活動で、取り組んだものについて、具体的に教えてください/Details of the activities you chose in other than this program:
美術館と観光にいっぱい行きました。
■ 週末の過ごし方を教えてください/How did you spend the weekends and vacations?:
美術館、公園、ケーキ屋さん、スーパーに行きました。
■ プログラム期間中の自由時間について、ご意見をお聞かせください/How did you think about the program time slot (time-zone difference):
もう少し自由時間がほしかった
■ プログラム日数(長さ)はいかがでしたか/How was the length of the program?:
ちょうどよい

参加前の準備・手続きについて/About preparations and procedures before participation

■ プログラムへの参加手続き/Procedures for participation:
日本以外の国籍の方にとって、ビザの申請の書類はちょっと面倒くさくて、早めに準備する方がいいと思います。フランス語と英語も予め練習しました。

<p>■ 東京大学の所属学部・研究科(教育部)での手続き/Procedures required by faculties or graduate schools at UTokyo :</p> <p>早めに試験、論文を終わらせて、行ったほうがもっと楽だと思います。</p>
<p>■ 語学関係の準備/Language preparation :</p> <p>簡単なフランス語会話を練習するのがお勧めです。</p>
<p>■ ビザの手続き/ Procedures for visa :</p> <p>早めに準備する方がいいと思います。</p>

費用・奨学金に関すること/About expenses and scholarships to participate in studying abroad

<p>■ 参加するために要した費用/Expenses of participation :</p>		
航空費/Airfare	180,000	円/JPY
派遣先大学への支払い(授業料・施設利用料など)/Payment to host institution (tuition, facilities fee, etc.)	630,000	円/JPY
教科書代・書籍代/Textbook / Book	0	円/JPY
海外留学保険料(東京大学指定のもの)/Overseas travel insurance fee (designated by UTokyo)	7,530	円/JPY
保険・社会保障料(留学先で必要だったもの)/Insurance and/or social security (required by host institution/region/country)	5,000	円/JPY
<p>■ その他、補足等/Additional comments :</p>		
<p> </p>		

<p>■ 留学先での毎月の生活費/Monthly cost of living during the study abroad period :</p>		
家賃/Rent	0	円/JPY
食費/Food	80,000	円/JPY
交通費/Transportation	15,000	円/JPY
娯楽費/Entertainment/Leisure	50,000	円/JPY
<p>■ その他、補足等/ Additional comments :</p>		
<p> </p>		
<p>■ プログラム参加のための奨学金の受給有無/Scholarships to participate :</p> <p>受給しなかった。</p>		
<p>■ 奨学金の支給機関・団体名等/Name of the source of the scholarships :</p>		
<p> </p>		
<p>■ 受給金額(月額)/Monthly stipend :</p>		
<p> </p>		
<p>■ 受給金額についての補足等/Additional comments about the monthly stipend :</p>		
<p> </p>		
<p>■ 奨学金をどのように見つけたか/How did you find the scholarships? :</p>		

--

プログラムを振り返って/Reflection

■プログラムに参加したことの意義、その他所感/Impact of the participation on yourself or your thoughts :
視野を広げて、知識勉強と文化体験もできて、とても満足です。
■今後のキャリアに対する考え方や就職活動に与えた影響/Impact of the program on your thoughts for a career or job hunting :
欧州への理解を深めて、欧州に関する仕事について役立つと思います。
■進路・就職先(就職希望先)/Career/Occupation (planned):
民間企業
■今後留学を考えている学生へのメッセージ、アドバイス/Any messages or advice for future participants :
時間があれば、向いているプログラムに申し込んで、色々体験してください！
■準備段階や留学中に役に立ったウェブサイト、出版物/Websites or publications which were useful while preparing for or during your time overseas :
deepl 翻訳