

東京大学 海外留学・国際交流プログラム報告書(超短期プログラム用)

2016年 8月 11日

東京大学での所属学部・研究科等:	教養学部	学年(プログラム開始時):	学部2
参加プログラム:	パリ政治学院サマープログラム Social Science Track	派遣先大学:	Sciences Po
卒業・修了後の就職(希望)先:			
<input type="checkbox"/>	1. 研究職	<input type="checkbox"/>	2. 専門職(医師・法曹・会計士等)
<input type="checkbox"/>	3. 公務員	<input type="checkbox"/>	4. 非営利団体
<input checked="" type="checkbox"/>	5. 民間企業(業界:コンサルティング)	<input checked="" type="checkbox"/>	6. 起業
<input checked="" type="checkbox"/>	7. その他(国際機関)		

派遣先大学の概要

フランス大統領を輩出するなどの実績を持つグランゼコール。社会科学系に特化しており、特に国際関係分野に強い。

参加した動機

3年次に長期留学を検討しており、海外トップレベルの大学の授業の雰囲気を知りたいとともに興味のある難民問題への関心を深めること。また、第二外国語として学んだフランス語を日常生活で使ってみたいと考えていたこと。

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)

初めての留学であったため右も左もわからず、CVの書き方等をインターネットを使ってとにかく調べた。手続きは早めに済ますことをおすすめします。

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)

3ヶ月以内の滞在なのでビザ不要。

③医療関係の準備(出発前の健康診断、常備薬、予防接種等)

予防接種等は特にしていません。飲みなれている風邪薬、胃腸薬を持参しました。

④保険関係の準備(加入した海外旅行傷害保険・留学保険等)

東大のものに加入しました。

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

成績評価が期末試験の授業を期末レポートにより成績をつけて頂きました。

⑥語学関係の準備(出発前の語学レベル・語学学習等)

IELTS6.0 1年次に受けたフランス語会話の授業テキストを復習しました。

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

語学の勉強は直前までやるべきだと思います。

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)

講義形式のLectureとディスカッションやプレゼンテーションがメインのSeminarがそれぞれ週3コマずつありました。それぞれのLectureとSeminarでは指定文献を基に授業が行われる。指定文献はそれぞれ20~30ページほどで週に6本、合計で24本の文献が与えられた。私のとった難民問題のコースは人種、宗教、テロ、安全保障、気候変動などの様々な視点から難民問題を考え、それぞれケーススタディを用いながら授業が展開された。滞在中に南部のニースでテロが発生したため、翌週の授業ではニースのトピックについても言及された。今まさに国際社会で起こっている問題について間近で感じる事ができた。

②学習・研究面でのアドバイス

リーディングの量が多いので早め早めに読んでおくと良いと思う。

③語学面での苦勞・アドバイス等

ディスカッションの際になかなか発言することができず苦勞した。授業での発言も評価の重要なポイントなので、英語を話す練習をもっとすればよかったと思った。1年次に受けたALESIAやFLOWがお遊びのように思えた。

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)

大学を通じて申し込んだアパートマンに滞在した。1つのアパートマンを5人でシェアして生活した。家賃は1ヶ月で810ユーロ。

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

大学はSaint-Germain-des-Prés周辺にあり、複数の建物が周辺に散っている作りであった。アパートマンから大学まではメトロで20分ほどであった。食事は朝晩は自炊、昼はクラスメイトと近場で済ますかパン屋で買ってきて大学構内で済ませた。

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)

観光地でのスリには気をつけていました。

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

往復航空券9万円、授業料約40万円、家賃約10万円、生活費7万円

⑤奨学金(受給していた場合は、支給機関・支給額・見つけた方法など)

卒業生有志の短期留学支援プログラム「東大生海外体験プロジェクト」から20万円を頂きました。

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

基本的に週末はリーディングに時間を割いたが、留学先の学生証で美術館には無料で入れたため、時間を見つけて美術館巡りなどをした。またEURO決勝を観戦したり、革命記念日のイベントなどにも参加した。

派遣先大学の環境について

①参加学生へのサポート体制(語学面・学習面・生活面・精神面でのサポート等)

フランス語を全く解さない学生にも優しい。プレゼンの前にはTAが内容についてアドバイスをしてくれた。

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2つあるがどちらも小さい。また夏休み期間中であるため食堂は空いていなかった。

プログラムを振り返って

①プログラムの意義、参加を通じて成長したこと、その他留学を通じての所感

サマースクールに参加したことによって、現在の自分がどれだけ海外の大学で通用するのか、自分にとって何が足りないのか、足りない部分を補っていくためにはこれからの東大での生活をどのように過ごせば良いかが少しずつ見えてきたように思う。やはり語学に関しては英語もフランス語もまだまだ実力不足であるのを実感したが、長期留学に必要なレベルを経験できたことは大きかったと思う。また、大手企業の方や国費で来ている官僚の方も参加しており、いろいろな話を聞く機会があったこともよかった。

②参加後の予定

本郷に進学予定。

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

語学力に不安があっても、日本でこの足を踏んでいるよりどんどんサマースクール等に飛び込んでいった方がいいと思います。

その他

①準備段階や留学中に役に立ったウェブサイト・出版物

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 海外留学・国際交流プログラム報告書(超短期プログラム用)

2016年8月13日

東京大学での所属学部・研究科等:	教養学部	学年(プログラム開始時):	学部2
参加プログラム:	パリ政治学院Summer School French Language Track	派遣先大学:	パリ政治学院
卒業・修了後の就職(希望)先:			
<input type="checkbox"/>	1. Research		
<input checked="" type="checkbox"/>	2. Specialist (Medical・Judiciary・Accountant)		
<input checked="" type="checkbox"/>	3. Civil Service		
<input type="checkbox"/>	4. NPO		
<input type="checkbox"/>	5. Private sector (Type of industry: )		
<input type="checkbox"/>	6. Entrepreneurship		
<input type="checkbox"/>	7. Others ( )		

派遣先大学の概要

パリ政治学院はフランスの著名人を多数輩出する、政治学を始めとする社会系学問の大学である。パリ市内にキャンパスがあり、国際色も非常に強い。

参加した動機

教養学部1年の間に第二外国語として学んだフランス語を実践のレベルまで高めたかったから。パリという特別な環境で学び、世界中の優秀な学生と交流したかったため。

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)

パリ政治学院の手続きよりも、東京大学の手続きの方が煩雑なので、忘れないようにしっかり確かめたい。

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

ビザ不必要

③医療関係の準備(出発前の健康診断、常備薬、予防接種等)

風邪をひいた時に困ったので、日本から飲みなれた薬を持参するのが良い。

④保険関係の準備(加入した海外旅行傷害保険・留学保険等)

学校に指定された付帯海外保険に加入した。

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

特になし

⑥語学関係の準備(出発前の語学レベル・語学学習等)

フランス語文法テキストを買っておさらいした。  
会話が極めて困難だったので、リスニング・スピーキングに重点をおけばよかった。

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

お世話になったひとに渡すお土産。自分用に日本食カップラーメンなど。

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)

フランス語の授業は週5日9時から15時までと非常にインテンスだった。  
クラスはA1,A2,B1,B2,C12のレベル別コースに分かれ、初日に行われるテストによって決まる。(自己判断で妥当そうなレベルのテストを受ける方式) 私はA2レベルに属していた。  
毎日帰っては、復習予習にほとんどの時間を費やしていた。

②学習・研究面でのアドバイス

私は他の留学生とアパートをシェアしていたので一緒に夜遅くまで勉強していた。  
キャンパスの図書館も設備が整っているので利用するとよい。

③語学面での苦勞・アドバイス等

ボキャブラリー、リスニング能力が圧倒的に欠落していた。現地で最大限の学習をはかるには事前準備が必要であろう。

生活について

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

アパートのシェア。ベッドルームは2人で共有、キッチン、バスなどの設備は5人で共有。  
家賃は月800ユーロで高かったが、プログラム参加者の大半が利用する大学提携のサービスであり、安心感も強い。

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

6月のパリは異常気象で寒く、雨が多かった。ジャケットが必須であった。  
大学周辺はブティックなどの多いおしゃれな街並みで、アパートからはメロで通っていた。  
学校にはカフェテリアがあり、周りにレストランも多いので困ることはない。夕食はよく自炊していた。  
クレジットカードを主に用いた。

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)

パリはテロの危機もあり、治安も良さそうではなかった。日没後の一人での町歩きは控え、荷物にも十分に気をつけた。

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

航空費:80000円、授業料:350000円、家賃:100000円  
合計概算:750000-800000円

⑤奨学金(受給していた場合は、支給機関・支給額・見つけた方法など)

東京大学からの奨学金: 200000円

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

週末はフランス観光に勤しみ、モンサンミッシェル・ニース・ベルサイユなどを訪れた。  
放課後は学校が用意するアクティビティーの他、学生たちの間で企画されたものも多々あった。

### 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)

プログラム参加者が90人程度と多いので、個人単位でのサポートが充実してたとは言えないが、  
なにかあったら相談する相手として、クラス担当の先生には非常に信頼をおいていた。

②大学の設備(図書館・スポーツ施設・食堂・PC環境等)

図書館、デリのような食堂、PC環境あり

### プログラムを振り返って

①プログラムの意義、参加を通じて成長したこと、その他留学を通じての所感

日々研鑽しフランス語の上達につながったことはもちろん、ヨーロッパ圏内だけにとどまらず世界中からの留學生と知り合えたのは大きな財産となった。イギリスのBrexitなどヨーロッパ史上に残る大事件などがあったこともあり、活発な議論を彼らと交わすことができた。

②参加後の予定

フランス語を忘れないように、学習を続ける。

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

パリで一ヶ月過ごすというまたとない機会なので是非参加してほしい。フランス屈指の名門大学で、参加者も多く、プログラムの選択肢も充実している。

### その他

①準備段階や留学中に役に立ったウェブサイト・出版物

パリ政治学院のサマープログラムホームページ

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



東京大学 海外留学・国際交流プログラム報告書(超短期プログラム用)

2016年8月29日

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3
参加プログラム:	Sciences Po Summer School	派遣先大学:	Sciences Po Paris
卒業・修了後の就職(希望)先:			
<input checked="" type="checkbox"/>	1. 研究職	<input type="checkbox"/>	2. 専門職(医師・法曹・会計士等)
<input type="checkbox"/>	3. 公務員	<input type="checkbox"/>	4. 非営利団体
<input checked="" type="checkbox"/>	5. 民間企業(業界: 金融 )	<input type="checkbox"/>	6. 起業
<input type="checkbox"/>	7. その他( )		

派遣先大学の概要

パリ政治学院は、フランスパリ市の社会科学系の特別高等教育機関(Grands établissements)。フランス屈指のエリート養成校の1つであり、卒業生にはフランスをはじめ数々の各国首脳、国際機関トップ、企業経営者が名を連ねる。特に公共政策、国際関係学に強みを持つ。当該科目においてパリ政治学院は、ハーバード大学、オックスフォード大学、LSEに続き、世界4位と世界的に評価が高い。  
(<https://ja.wikipedia.org/wiki/パリ政治学院>より)

参加した動機

EUIについていろいろな角度から勉強するため、常用フランス語を身につけるため、以上の二つです。

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)

Sciences Poサマースクールのスタッフはメールの返信もとても早く親切なので気になることがあればすぐ聞いていいと思います。東大のプログラムの一環として参加するので教務課と国際交流課に常に確認しながら行う必要があります。

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

サマースクールだと3か月未満なので特にビザの手続きが要りませんでした。

③医療関係の準備(出発前の健康診断、常備薬、予防接種等)

特に向こうの学校から要求されたことはなかったです。頭痛薬などの常備薬は日本から持って行きました。

④保険関係の準備(加入した海外旅行傷害保険・留学保険等)

東大から提案される二つの保険以外には加入していません。

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

常に教務課と相談しながら確認しながらする必要があります。例えば経済学部だとサマースクール期間が1ヶ月以上ともなるとその期間での東大の授業は欠席とみなされるため科目を履修しても受験する資格がなくなります。

⑥語学関係の準備(出発前の語学レベル・語学学習等)

DELFTとIELTSの成績がありました。学校で要求される語学最低条件はB2以上(フランス語で受講するため)あるいは、IELTS7.0以上です。

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

現地の学生や友達などから”料理作って欲しい”と言われてたりします、自分の国を代表する料理一つ二つぐらいはレシピまでばっちり覚えていくと良いでしょう。

## 学習・研究について

①プログラムの概要(授業・予習・復習のスタイル、印象に残っている内容等)

授業はinteractiveな感じでした。周りの学生も気軽に教授とディスカッションしたりとても距離が近いです。授業後は教授も混ざって近所のバーに行ったりもします。予習に関しては、やはり読み物が多いです。効率よく提供される資料や参考文献を活用したらいいと思います。 <http://www.sciencespo.fr/summer/content/social-sciences#> ←一般にも公開しているサマープログラムのシラバスです。私はSocial SciencesコースのThe European Union at a Crossroads(授業言語;英語)とUne histoire politique de l'Europe au XXe siècle(授業言語;フランス語)を受講しました。

②学習・研究面でのアドバイス

Sciences Po Paris校は図書館の施設がしっかりしていて勉強するにあたって最適な環境だとも言えます。ただ東大との違う点はグループワーク・プレゼンテーションが多いことです。みんなと協力すること、そしてそれをちゃんと発信していくことを学びます。グループワークの場合は積極的にいろんな資料などを調べてリードする立場になるとより楽しいでしょう。

③語学面での苦労・アドバイス等

私たちにとってフランス語は外国語なわけなので恥ずかしく思わずどんどん自分の意見を表現してゆくことが大事だと思います。言語の壁より大事なものは人間と人間の間の壁なのではないかと思います。信頼関係を築くこと、私から素直に接していくことが大切だと思います。

## 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)

宿泊先は個人のつながりで見つけることができました。一昨年Sciences Poから東大に交換留学で来た友達の実家がちょうどパリから少し離れた郊外にあったので友達の家でホームステイをしました。フランスの文化を理解するという面においても、生きてるフランス語が聞けて話せるという点においても最高の選択だったと思います。

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

日本で発行されたVisaカードがあれば問題はないはずです。しかし、現金しか受け取らない場合もあるのである程度の金額は両替して準備していくのが良いでしょう。パリの気候は日本より涼しくて湿気が少ない点を除いては大して変わらないです。交通機関も整えられてて便利です。駅で売ってる日単位・週単位・月単位のNAVIGOというフリーパス的なものを買って無制限にパリのすべての交通手段(タクシーを除いて)が使えます。

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)

電車の中ではなるべく携帯をいじらないようにしました。テロ対策のことでパリは警備隊が銃を背負って歩き回っています。マニフェストもしょっちゅう行われます。不安に感じる事があれば隠さず周りの友達や現地の人々に相談したり話し合うのが良いと思います。

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

授業料は一つのセッション参加だと2400ユーロ、二つのセッション参加は4000ユーロです。Sciences Po側から紹介してもらえる住居(学生寮)だと一ヶ月800~1000ユーロです。交通費は2ヶ月で約150ユーロぐらいかかりました。

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)

東大GLP・Gefilプログラム奨学金;81万円

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

Sciences Poからもらえる学生証を持つと規模が大きい美術館なら無料で入れます。さらにオルセー美術館やルーヴル美術館・オランジュリー美術館が徒歩の距離に位置してあったのでよく美術館に行きました。

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)

学校のスタッフによってSciences Po Summer School Facebookグループが作られていて、気軽にメッセージで気になることなどを聞いたりできました。スタッフは英語とフランス語が両方話せる方が多くて生活・学習面においてもしっかりサポートしてくれます。

②大学の設備(図書館・スポーツ施設・食堂・PC環境等)

サマースクール期間中は学内の食堂は閉まっていて簡単なサンドイッチなどを売ってるカフェテリアのみ運営しています。学内の食堂ではなくもっと大きい規模での大学連携の食堂が近くにあって、そこだとサマースクール期間も利用可能です、手頃な値段で食事ができます。図書館はとても綺麗でPC環境も整えられています。

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

例えば”ヨーロッパ連合について学ぶため”あるいは、”フランス語を学ぶため”だけなら強いてフランスまで行く必要はないと思います。つまり学問的な目的だけのためならば、払わなければならないコストは痛いほど高いです。従って、ここでしか経験できないことを見つけることが大事だと思います。ここでしか味わえない香りや空気などを大切にしながら現地の若者たちと話し合うこと、親の世代の人たちの意見を聞くことこそがフランスまで来る理由なのではないかと思いました。国・性別・年齢の壁を超えて素直に交流できたこと、友達になれたことが最も嬉しかったです。

②参加後の予定

フランスに戻ってまた勉強をし続けたいと思います。

③今後参加を考えている学生へのメッセージ・アドバイス

世界を眺めるもう一つの心の窓が開かれる良い機会になると思います。ぜひチャレンジしてみてください。

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

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。