

東京大学 海外留学・国際交流プログラム報告書(3ヶ月以上1年未満用)

The University of Tokyo Study Abroad/Student Exchange Program Report Form (for programs from one semester to a year)

記入日/Date: 2022/6/13

■ID: A21087

■参加プログラム/Program: 全学交換留学

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

■派遣先大学/Host university: グラスゴー大学

■留学期間/Program period (yyyy/mm/dd/): 2021/9/8 ~ 2022/5/27

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

■学年(留学開始時)/Year at the time of study abroad: 学部3年

■留学を決めるまでの経緯/How and why did you decide to study abroad?:

動機: 英語力の強化、異文化への障壁を下げる。いつ決めたか: 2年生の秋。特に迷いはなし。

留学の時期について/About the timing of the study abroad period

■留学前の本学での修学状況/Academic status BEFORE the program:

2021年/Academic year / 学部3年/University year / S2学期まで履修/Completed semester

■留学中の学籍/Academic Status during the studying abroad/program:

留学

■留学後の本学での修学状況/Academic status ON RETURN:

2022年/Academic year / 学部4年/University year / A1学期から履修開始/Semester

■留学にあたってこの時期を選んだ理由/Reason for choosing this period to study abroad:

経済学部への進振り並びに就職活動への影響を考慮した際、この時期のみ留学可能であったため。

学習・研究について/About study and research

■留学先で履修した授業科目と単位数の詳細/Subjects taken and credits earned:

English for Academic Writing1 /20

English for Academic Writing2 /20

Introduction to Management /20

Economic History2 /20

M&A /20

Corporate Finance /20

■留学中の学習・研究の概要/Overview of the study/research during study abroad:

M&Aの授業で各国大手企業の財務戦略を比較するディスカッションがあり、印象的であった。授業は主に対面、全て出席した。Lecture形式とSeminar形式共にあり。予習復習は基本的に内容が指定されるので、それに従って行った。必ずしたが、それに終始しないように効率的に行った。

■留学先での1学期あたりの履修科目数と履修単位数/Number of subjects registered per semester and credits

earned per semester :
1～3 科目/Subjects / 21 以上単位/credits
■ 1 週間あたりの学習・研究に費やした時間/Hours spent for study/research per week :
6～10 時間 /hours
■ 学習・研究以外の活動で取り組んだもの/Activities you took part in other than study/research :
スポーツ, 文化活動, ボランティア
■ 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/Details of the activities you chose, or the reason why you did not take part in any activity other than study/research :
スポーツ:フットサルと登山クラブに所属した 文化活動:株式会社銘柄分析プログラムに所属 ボランティア: ENACTUS という society に参加
■ 週末や長期休暇の過ごし方/How did you spend the weekends and vacations? :
英国国内旅行や友人との食事

派遣先大学の環境について/About environment at the host institution

■ 設備/Facilities :
図書館と自習室あり。ジムの無料利用(学生寮に入っている場合)が可能。食堂はない。Wi-Fi 環境は大学のいずれの建物内でも良好。
■ サポート体制/Support for students :
現地の学生がバディとしてついてくれ、語学面や学習面、生活面をサポートしてくれた。

プログラム期間中の生活について/About life during the program

■ 宿泊先の種類/Type of accommodation :
学生寮
■ 宿泊先の様子、どのように見つけたか/Environment around the accommodation and how did you find it :
オンキャンパスの学生寮。個室だがキッチンとお手洗いはシェア。Wi-Fi 設備あり、ジムの無料利用が可能。大学からの紹介で見つけた。

■ 気候、大学周辺の様子、交通機関、食事等/Climate, environment around the institution, transportation, food, etc. :
気候:曇天気味。周辺の様子:公園があり心地よい。学生が多い。治安が良い。交通機関:路線バスが頻繁に走っている。地下鉄や Overground もあり。食事:基本的に自炊。
■ お金の管理方法、現地の通貨事情/Management of money and situation about local economy :
クレジットカードで全て対応。
■ 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/Aspects of risk and safety management, local health care system, and any actions taken to maintain your health :
健康管理では十分な睡眠を心がけた。治安は基本的な注意を心がけていれば問題ない。

留学前の準備・手続きについて/About preparations and procedures before studying abroad

■ 留学先への入学手続き/Procedures for enrollment required by the host institution :
基本情報を大学の指示に従って準備した。Visa の取得も完了するまで柔軟に待つだけ。メールの確認をこまめに行えば問題ない。

<p>■ビザの手続き/Procedures to obtain visas :</p> <p>Student Visa を取得。申請先は汐留の英国 Visa センター。手続きに要した時間は 1 ヶ月。早めに取得手続きを始めるべき。</p>
<p>■医療関係の準備/Preparations or actions taken to maintain your health :</p> <p>基本的な腹痛薬、風邪薬を持参したのみ。</p>
<p>■保険関係の準備/Preparations/procedures for insurance :</p> <p>東大から指定された海外旅行保険に加入。メールの指示通り動けば問題ない。</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>演習単位分割手続き、ゼミ担当教授への報告、学部担当への報告等。</p>
<p>■語学関係の準備/Language preparation :</p> <p>特になし。</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	260,000 円/JPY
派遣先への支払い(授業料・施設利用料など)/Payment to host institution (tuition, facilities fee, etc.)	0 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)	25,000 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
<p>■その他、補足等/Additional comments :</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	74,000 円/JPY
食費/Food	30,000 円/JPY
交通費/Transportation	10,000 円/JPY
娯楽費/Entertainment/Leisure	20,000 円/JPY
<p>■その他、補足等/Additional comments :</p>	

<p>■留学のための奨学金の受給有無/Scholarships for study abroad :</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>80,000 円</p>
<p>■受給金額についての補足等/Additional comments about the monthly stipend :</p>

■奨学金をどのように見つけたか/How did you find the scholarships? :
大学(本部)からの紹介

今後の予定について/About your future plans

■留学先で履修した授業科目のうち、単位認定申請をする(予定のもの)/The subjects for which you plan to (are planning to) transfer credit to UTokyo :
M&A/20 Corporate Finance/20
■留学前に取得済みの単位数/Number of credits earned at UTokyo BEFORE your study abroad :
38 単位/credit(s)
■留学先で取得し、単位認定申請を行う(予定の)単位数/Number of credits earned and (planned to be) transferred to UTokyo :
4 単位/credit(s)
■これから本学で取得予定の単位数/Number of (expected) credits to be earned on return :
38 単位/credit(s)
■卒業/修了予定/(Expected) year/month of graduation (yyyy/mm):
2024 年 3 月

留学を振り返って/Reflection

■留学の意義、その他所感/Impact of the study abroad experience on yourself or your thoughts :
概ね満足している。視野の広がりを実現したと共に英語力に限らず様々な能力が強化された。視野の広がり:海外でのキャリア、外国人の方が持つ価値観等 様々な能力:コミュニケーション能力、問題解決能力等
■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 :
将来的に海外駐在並びに海外留学を実現させたい意欲が湧いた。就職活動では、そういった機会の多い外資系企業や商社を志望するようになった。
■留学による今後のキャリア・就職活動へのメリット・デメリット/Merit/Demerit of studying abroad on your future career/job hunting :
メリット:就職活動において有利である デメリット:特になし
■留学中に行った就職活動/Job hunting activities during study abroad :
派遣先大学での就職活動イベントに参加した, 学外の就職活動イベントに参加した, 学会・セミナーに参加した, 社会人との接点をもつように心がけた, 留学先から日本の新卒採用・インターンシップなどに応募・受験した
■進路・就職先(就職希望先)/Career/Occupation (planned):
民間企業、外資系投資銀行、外資系戦略コンサル、総合商社
■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 :
人生というスパンで見た時、留学できる機会は限られています。奨学金等のサポートも極めて充実していますので、金額面での心配はそこまで必要ありません。迷われたら応募してみ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 :

特になし。

東京大学 海外留学・国際交流プログラム報告書(3ヶ月以上1年未満用)

The University of Tokyo Study Abroad/Student Exchange Program Report Form (for programs from one semester to a year)

記入日/Date: 2022/6/19

■ID: A21088

■参加プログラム/Program: 全学交換留学

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

■派遣先大学/Host university: グラスゴー大学

■留学期間/Program period (yyyy/mm/dd/): 2021/9/20 ~ 2022/5/27

■東京大学での所属学部・研究科等/Faculty/Graduate School at UTokyo: 法学部第2類

■学年(留学開始時)/Year at the time of study abroad: 学部3年

■留学を決めるまでの経緯/How and why did you decide to study abroad?:

1年生の時に参加した短期プログラムで交換留学にも興味を持ちそのまま自然に決めました。

留学の時期について/About the timing of the study abroad period

■留学前の本学での修学状況/Academic status BEFORE the program:

2021年/Academic year / 学部3年/University year / S2学期まで履修/Completed semester

■留学中の学籍/Academic Status during the studying abroad/program:

留学

■留学後の本学での修学状況/Academic status ON RETURN:

2022年/Academic year / 学部4年/University year / S2学期から履修開始/Semester

■留学にあたってこの時期を選んだ理由/Reason for choosing this period to study abroad:

進学や就活への影響が少ないと思ったから。

学習・研究について/About study and research

■留学先で履修した授業科目と単位数の詳細/Subjects taken and credits earned:

Common law system and method/10

Constitutional law 1/15

French Nonbeg 1/10

Public international law/20

ROLPO/20

Constitutional law 1/15

French Nonbeg 1/10

■留学中の学習・研究の概要/Overview of the study/research during study abroad:

予習量がとにかく多かったですが実際に提示されたものを全て準備してくる学生がどれだけいるのかは謎でした。

■留学先での1学期あたりの履修科目数と履修単位数/Number of subjects registered per semester and credits

earned per semester :
4~6 科目/Subjects / 21 以上単位/credits
■ 1 週間あたりの学習・研究に費やした時間/Hours spent for study/research per week :
11~15 時間 /hours
■ 学習・研究以外の活動で取り組んだもの/Activities you took part in other than study/research :
スポーツ, ボランティア
■ 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/Details of the activities you chose, or the reason why you did not take part in any activity other than study/research :
地域コミュニティのボランティア活動
■ 週末や長期休暇の過ごし方/How did you spend the weekends and vacations? :
家事をまとめてしたり友人と会ったりツアーに参加したりなど。平日睡眠不足だと寝ていることもありました。

派遣先大学の環境について/About environment at the host institution

■ 設備/Facilities :
図書館は深夜 2 時まで開いていました。大学寮の居住者は大学のジムも無料で使えます。Wi-Fi は速くはないけれど頻繁に問題が起こるほどでもありませんでした。
■ サポート体制/Support for students :
私は(寮が深夜にうるさすぎて眠れないという相談で)寮のサポートを使ったこと以外ありませんが、それは未だに返信が来ないです。その他あらゆる面では大学がかなり手厚くサポートしてくれそうでした。

プログラム期間中の生活について/About life during the program

■ 宿泊先の種類/Type of accommodation :
学生寮
■ 宿泊先の様子、どのように見つけたか/Environment around the accommodation and how did you find it :
大学の寮なので自動的に申し込めました。ベッドルームのみ個室或いは 2 人部屋でキッチン、トイレ、シャワーは 6 人でシェアしました。トイレ、キッチンはあまりの状態に到着日は気絶しそうになりましたがすぐに慣れました。

■ 気候、大学周辺の様子、交通機関、食事等/Climate, environment around the institution, transportation, food, etc. :
治安はかなり悪いと事前に聞いていましたが、私は 1 年間特にトラブルに巻き込まれることはありませんでした。ただ、現地の人からもナイフ犯罪の多さのことは言われましたし、知り合いの知り合いが恐喝にあたりはしていたので、夜はあまり歩かない方がいいかもしれません。寮の私のフラットは一時期特に陰悪な貼り紙が出現したりしていましたが、特に事件はありませんでした。
■ お金の管理方法、現地の通貨事情/Management of money and situation about local economy :
交換留学程度で現地口座を開設する人は実際いないようですが、私は日本のクレジットカードが使えずに非常に困ったことが多々ありました(1 日でマーケットから永久追放など)。
■ 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/Aspects of risk and safety management, local health care system, and any actions taken to maintain your health :
コロナ予防と社交(友達作り)はトレードオフの感じがありました。

留学前の準備・手続きについて/About preparations and procedures before studying abroad

<p>■ 留学先への入学手続き/Procedures for enrollment required by the host institution :</p> <p>履修科目の事前(仮)申請など。先方からの連絡が予定よりかなり遅れてたりして焦った記憶があります。</p>
<p>■ ビザの手続き/Procedures to obtain visas :</p> <p>student visa を取得しました。都内のセンターに行って申請します。コロナとオリンピックのせいで遅れていると言われ目安日数より遅く来たため渡航が遅れました。</p>
<p>■ 医療関係の準備/Preparations or actions taken to maintain your health :</p> <p>本郷の保健センターへ必要な予防接種の相談をしに伺いましたが、駒場時代に駒場保健センターで相談したようにスムーズにはいきませんでした。結局私の渡航先の場合は特に必要な予防接種は無さそうだと判断して受けませんでした。接種履歴の証明を持って行った方がいいと保健センターのお医者さまには勧めていただきましたが、ビザのこともあり結局間に合わないということになったので、特に用意はしませんでした。</p>
<p>■ 保険関係の準備/Preparations/procedures for insurance :</p> <p>付帯海学</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>渡航許可の申請</p>
<p>■ 語学関係の準備/Language preparation :</p> <p>IELTS7.0 で行きました。渡航が遅れた結果、渡航前にオンラインの授業を受けたりオンラインで友達を作ったりしました。</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	100,000 円/JPY
派遣先への支払い(授業料・施設利用料など)/Payment to host institution (tuition, facilities fee, etc.)	0 円/JPY
教科書代・書籍代/Textbook / Book	1,100 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)	80,000 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)	100,000 円/JPY
<p>■ その他、補足等/Additional comments :</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	60,000 円/JPY
食費/Food	11,000 円/JPY
交通費/Transportation	2,000 円/JPY
娯楽費/Entertainment/Leisure	7,000 円/JPY
<p>■ その他、補足等/Additional comments :</p>	

--

■ 留学のための奨学金の受給有無/Scholarships for study abroad :
受給した。
■ 奨学金の支給機関・団体名等/Name of the source of the scholarships :
The Fung Scholarships
■ 受給金額(月額)/Monthly stipend :
80,000 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)からの紹介

今後の予定について/About your future plans

■ 留学先で履修した授業科目のうち、単位認定申請をする(予定のもの)/The subjects for which you plan to (are planning to) transfer credit to UTokyo :
Common law system and method/10 Constitutional law 1/15 French Nonbeg 1/10 Public international law/20 ROLPO/20
■ 留学前に取得済みの単位数/Number of credits earned at UTokyo BEFORE your study abroad :
33 単位/credit(s)
■ 留学先で取得し、単位認定申請を行う(予定の)単位数/Number of credits earned and (planned to be) transferred to UTokyo :
70 単位/credit(s)
■ これから本学で取得予定の単位数/Number of (expected) credits to be earned on return :
56 単位/credit(s)
■ 卒業/修了予定/(Expected) year/month of graduation (yyyy/mm) :
2024 年 3 月

留学を振り返って/Reflection

■ 留学の意義、その他所感/Impact of the study abroad experience on yourself or your thoughts :
短期では見えなかったイギリスと、そして日本が見えました。また授業も自分にとって簡単ではありませんでしたが、それも含めて帰国後に自分がやらなければならないことが見えたかなと思います。
■ 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 :
自分は日本のために何ができるだろうかと考え始めました。
■ 留学による今後のキャリア・就職活動へのメリット・デメリット/Merit/Demerit of studying abroad on your future career/job hunting :

まだ就活していないのでよく分かりませんが今回の経験で自分の中に少し芯ができたかなと言う気はします。逆にデメリットがあるとすれば、もう夢は見なくなったかもしれないです。

■ 留学中に行った就職活動/Job hunting activities during study abroad :

派遣先大学での就職活動イベントに参加した。

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

まだ固まっておらず準備もできていないので軽々しく言うことはできませんが、とりあえずしっかり勉強します。

■ 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 :

私が1年生の時はまだコロナ前で短期プログラム等に参加し実際に海外を経験し大体のイメージを掴むことができましたが、コロナ禍がもう2年ほど続く中で特に現在学部3年生以下の方はおそらく入学以降あまりそのような機会がなかったのではないかと思います。そのような中で交換留学・長期留学を志されるのは本当にすごいことだと思います。ただ、昨年度と違って今年度の私たちは幸いにも実際に渡航を許可していただき留学することができたので、皆さんにとっても(まだパンデミックの影響はある程度受けるかも知れませんが)留学は十分実現可能なものになっていると思います(今後またパンデミックが深刻化しないことを祈ります)。大変そうに思えるかもしれませんが、興味のある方には諦めないでほしいです。また、今回私が留学するにあたって、本部国際交流課の方々はもちろん、学部の職員さんや先生方、そしてこれまでのプログラム等で出会った先輩方、OBの方々、同期の友人、更にはオンラインでしかお会いしていない先輩、オンラインでさえお会いしていない先輩まで、多くの方に本当にお世話になりました。それらがなければ自分はずっと色々なところで困っていたと思います。このような状況の中で留学に挑戦される皆さんもきっと周りに助けってくれる人がたくさんいると思うので、困った時は人に頼ってください。私も何らかの役に立てるのであればご協力したいです。

■ 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 :

同じ大学に留学された先輩方が書いてくださったこの報告書