

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: 2022/6/22

■ID: A21008

■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: カリフォルニア大学サンタクルーズ校

■留学期間/Program period (yyyy/mm/dd): 2022/1/3 ~ 2022/6/9

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

■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?:

1年生の後半からなんとなく留学したいという思いがあった。費用が高額であることや、コロナ禍の中、本当に行くかどうかについては非常に迷ったが、奨学金の助けを借りて2年生の中盤あたりには決意していた。

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 / A2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:

コロナ禍において、秋出発の留学が認可されるかが不透明な状況だった。その上、奨学金の受給も決定していなかったため、念のため留学先での冬学期(Winter Quarter)から留学を開始することにした。

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:

LING 53(Semantics I)/5
 LING 112(Syntax I)/5
 LING 113(Syntax II)/5
 LING 144(Comp Method Linguists)/5
 LING 171(Psycholinguistics I)/5

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

授業がより体系化されていると感じた。多くの科目について、段階別の講義が存在し、接続がある。そのため、高いレベルの内容にも安心して取り組めるようになっているが、留学中の学期に開講されているとは

限らないので、すべてを履修するのは難しいかもしれない。授業スタイルは、内容の確認よりも、次回の内容の予習的な内容が多く、自分で考える内容も多かったが、非常にためになった。考えていたよりも予習はハードではなく、少なくとも筆者が履修した授業については読む量も大して多くはなかった。

■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 / 11~20 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:

16~20 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

■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:

卓球教室をやっていたので時々お邪魔させてもらった。また、adventure class という、自然に囲まれたキャンパスならではの体験型クラスがあり、筆者はカヤックのクラスに参加した。また、現地の日本人と、日本文化のサークルがあったので参加した。現地の「日本人」と、日本の日本人の違いを実感して非常に興味深かった。

■週末や長期休暇の過ごし方/How did you spend the weekends and vacations?:

週末は友人とダウンタウンで食事を取ったり、ドライブをしたりした。連休や長期休暇は旅行へ行った。主にカリフォルニア州内が多かった。旅費を節約するために greyhound というバスを利用したが、夜行バスとして利用するのは疲労面で覚悟が必要。

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

■設備/Facilities:

ジムはある程度充実しており、プールもついている。食堂は各居住施設の近くにそれぞれ存在する。wifi も居住施設と教室に存在する。ただし一部の PC は居住施設専用の wifi に接続すると不具合が発生するので注意が必要。ゲスト用の wifi も存在するので適宜そちらを利用した。図書館はあまり静かではなく、東大の図書館を想像すると全く異なるものとなっている。蔵書数はそこまで多くなさそう。音楽練習室などもあり、アップライトピアノであれば自由に使える。その他にもピアノは様々な部屋に置いてあるので、勝手に弾いて構わない。

■サポート体制/Support for students:

語学のサポートはない。学習についてはメンターが一応いるので相談することも可能。筆者の場合はクラスメートが優しくかったため、クラス内で問題は解決していた。その他、動物を利用した精神ケアなどもあり、安心できる。

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, アパートなどの賃貸

■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:

大学からの紹介だが、非常に分かりづらい。筆者はよく理解せずに応募してしまったため初めは学生寮、3 か月後にアパートに移った。留学生が集まっているのは ILC というアパートで、留学生に特化した寮は存

在しない。

■気候、大学周辺の様子、交通機関、食事等/Climate, environment around the institution, transportation, food, etc. :

冬は温暖、夏も涼しく過ごしやすい。ただし、サンノゼよりは少し寒いか。森の中にキャンパスの建物が点々としている、自然豊かなキャンパス。一番近くのスーパーへもバスを利用して 20 分程度かかるため、不便である。このバスは 30 分おき程度にしか来ないので非常に不便。運よく友人から自転車を貰ったため、往路はこれを利用した。キャンパスは坂の上にあるため、帰りはバスに自転車を載せて帰った。食堂の食事は変化がなく、だんだんと飽きた。食堂はクオリティの割に高額なので自炊するのも良いだろう。ダウタウンにはいくつかレストランもあるがあまりクオリティが高くなく、高額である。唯一メキシコ料理はおいしく頂ける。

■お金の管理方法、現地の通貨事情/Management of money and situation about local economy :

クレジットカードは必須。限度額も 10 万円では足りなくなる可能性があるので複数持つことを推奨。銀行口座については、日本で開設できる米国の銀行口座があったため、これを利用した。wise という送金サービスを利用して自分のその米国の口座に必要な額を振り込んだ。クレジットカードで学費を支払うことは可能だが手数料が高額のため、銀行口座を開設することをお勧めする。

■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 :

治安は基本的に良いが、ダウタウンではホームレスが多いので少し注意が必要。

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 :

iGlobal という留学生用の登録サイトにログインし、応募フォームを提出することが一番初めに行くこと。この時、登録する学部や、履修したい授業を登録する。授業の履修希望は暫定的なものなので、なんとなくでよいのできちんと埋めること。登録する学部は、見た所自由らしいが、自分としては本学で学んでいることと同じものとした。しかし、たとえば computer science 学部の授業は学部が非常に人気であることから、他学部履修を認めていない。そこで、人気の学部の授業も履修したければ、その学部で登録する方がいいのかもしれない(そこまで人気でない学部の授業は他学部履修が可能である)。その後、留学先大学からの受け入れ認可のメールが届いたら DS-2019 というビザを発行するための書類(certificate of eligibility)を留学先大学から発送してもらう必要がある。この書類は先方のサインが必要となるので、私の時は物理的に送ってもらう必要があった(pdf でもビザ発行には問題ないはずだが、なぜか pdf で受け取ることはできなかった。郵送には\$60 もかかったため、非常に腹立たしい。また、発送には 2 週間程度かかったため、早めに対応すること)。また、一見 pdf が置いてあるように見えても、必要なサインが無かったりするので要注意。またこの段階で、この大学用の google アカウントへのアクセスを与えられる。以降はこのメールアドレスに指示が届くのでよく確認しておくこと。

■ビザの手続き/Procedures to obtain visas :

UCSC から送られた certificate of eligibility をもとに、大使館へ直接行って DS-2019 の発給を受ける。米国大使館のホームページから詳細を確認できるが、特にコロナ関連の情報は常にチェックすべき。上でも述べたが、certificate of eligibility にサインがあるかをよく確認すること。筆者はサインがない、pdf 化された書類を印刷したところ、ビザ発行を拒否され 2 週間ほど書類発送に時間がかかったことからこの点について十分気をつけること。

■医療関係の準備/Preparations or actions taken to maintain your health :

カリフォルニア大学の health e-messenger という健康管理サイトを通じ、必要な予防接種情報が得られるので、それをよく確認すること。また留学向けの予防接種に対応するクリニックが都内にはたくさんあるので、値段も考えて探すこと。間隔をあけて接種する必要があるものもいくつかあるので時間に余裕を持つこと。健康診断については東大のものを受けることができる。

■保険関係の準備/Preparations/procedures for insurance :

付帯海学は必須。また、カリフォルニア大学で必須とされる保険もあるが、これは自動で登録される。この保険は免除(waive)することも可能(この保険は3か月で\$1000程度と、かなり高額なので、免除したい人が多いだろう)だが、同等程度の保険内容をもつ別の保険に入っている必要がある。ISO Student Health Insurance (www.isoa.org)という保険は低額で、カリフォルニア大学の保険を免除することができる程度の保険があるため、是非お勧めする。

■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 :

所属学部の承認などが必要だが、この点については連絡がもらえるはず。筆者は1月からの留学だったが、東大のAセメスターを履修していたので、1月は両方の授業に参加していた。大抵の先生は事情を説明すればオンラインで代替の試験を行ってくれたりするので事前に説明してみると良い。

■語学関係の準備/Language preparation :

語学レベルはTOEFL ibt 80点と、その他の米国の大学に比べれば低めなので、きちんと勉強すれば東大生ならクリアできると思う。ただし、現地で十分に留学生活を楽しみたいのであれば海外ドラマなどであらかじめネイティブ同士の会話についていけるように準備する方が良い。授業は、その分野に関する知識と、TOEFLのリスニングがある程度できればついて行けると思う。

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
派遣先への支払い(授業料・施設利用料など)/Payment to host institution (tuition, facilities fee, etc.)	4,500 円/JPY
教科書代・書籍代/Textbook / Book	500 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)	8,000 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)	25,000 円/JPY

■その他、補足等/Additional comments :

大学内での特殊通貨(6500円)、国際学生に対する費用(13000円)

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

家賃/Rent	163,000 円/JPY
食費/Food	50,000 円/JPY
交通費/Transportation	10,000 円/JPY
娯楽費/Entertainment/Leisure	30,000 円/JPY

■その他、補足等/Additional comments :

--

■ 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 :
東京大学
■ 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 :
LING 53(Semantics I)/5 LING 112(Syntax I)/5 LING 113(Syntax II)/5 LING 144(Comp Method Linguists)/5 LING 171(Psycholinguistics I)/5
■ 留学前に取得済みの単位数/Number of credits earned at UTokyo BEFORE your study abroad :
57 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 :
25 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 :
2 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 :
自分の専門分野に関する質の高い授業を履修することができ、優しい先生方のもとで学ぶことができたことが第一に満足できたことである。そのうえで、多くの友人に恵まれ、多くの価値観に触れられたことで、自分の視野を広げられたと感じる。英語力という点でも間違いなく成長できる環境であった。不満点として、しばしばルームメイトが非常識であることがある(異性の連れ込みなどについては非常に気が滅入った)。これは完全に運なので仕方がない。もう少しこの大学での生活について知っていれば、もう少し色々な経験ができたかもしれない。
■ 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 :
転職するのが当たり前の国なので、ファーストキャリアにしがみつこうという考えを捨てられた。
■ 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 :
留年するとすれば、余計に1年かかるという点がデメリットであるが、腰を据えて就活することができる。留年しないとすれば、留学中に就活をすることになり、その間留学生活に集中することが難しくなるのではないかと思う。
■ 留学中に行った就職活動 / Job hunting activities during study abroad :
学外の就職活動イベントに参加した、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) :
■ 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 :
間違いなく留学は皆さんにどのような点であれプラスに働くと思います。手続きや語学面など、途方に暮れることがあるかもしれませんが、あきらめずに留学することで、様々な道が開けると思います。
■ 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 :
UCSC の公式ウェブサイトや、インスタグラムなどのソーシャルメディア。基本的に大学側からメールなどで有用な情報を教えてくれることは少なく、自分で情報収集する必要がある。また現地の学生と話すことで、いろいろな情報を得られるので、質問すると良い。