

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)

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

記入日/Date: 2022/9/21

■ID: C22001

■参加プログラム/Program: グローバルキャンパス推進本部サマープログラム

■プログラム情報/Program information: <https://www.u-tokyo.ac.jp/adm/go-global/ja/program-list-short-summer2.html>

■派遣先大学/Host university: オタゴ大学

■プログラム期間/Program period: 2022/8/18 ~ 2022/9/16

■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:

プログラムがあったから。

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

対面でのプログラムだったので即決した。

■コロナ禍での派遣について/What is your opinion on studying abroad in COVID-19 pandemic?:

海外での取り組みが分かるのですごく良い。特に日本の問題点が明確になるので、学びが多い。

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

■概要/Overview:

基本的にアウトプットがメインの授業。英語がある程度できる人からすると少し物足りなく感じる。

■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:

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:

クラブなどではなく、友達同士で遊んだりでかけたりしていた。週1しかないのも、もったいなく思った。

■週末の過ごし方/How did you spend the weekends and vacations?:

観光

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

■設備/Facilities:

食堂は無いがカフェやレストランが近くに沢山ある。図書館やジムなどは非常にキレイで充実している。

■サポート体制/Support for students:

問題ない。

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:

ホームステイ
■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 :
プログラム付属のホームステイだった。大学からの審査に通った家庭のみなので、環境は比較的良い。
■気候、大学周辺の様子、交通機関、食事等/Climate, environment around the institution, transportation, food, etc. :
基本的に過ごしやすかった。丘の上に住んでいると、雪が降ったときバスが来ないので少し大変。バスは概ね時間どおりだが、たまにこない。
■お金の管理方法、現地の通貨事情/Management of money and situation about local economy :
現金はなるべく使わずに、クレジットカードを使っていた。利用可能額に制限がある場合は 3 つほど持っていくと安心。デビットも念の為持っていくと良い。
■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 :
治安は良かったので、変な人に自ら絡みにいかない限りトラブルに巻き込まれることは少ない。現地で知り合った人と親しくなれば楽しく過ごせる。
■自由時間に利用した交通手段/Mean of transportation in your free time :
バス, フェリー
■プログラム期間中に利用したネット環境/Internet service usage during the program :
キャンパス Wi-Fi

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 :
何をいつまでにいせばいいのかが分かりにくいので、提出書類をもらうたびにメモしておくが良い。
■ビザの手続き/Procedures to obtain visas :
ビザは必要なかった。
■医療関係の準備/Preparations or actions taken to maintain your health :
コロナのワクチンは 3 回受けておく。解熱剤を持っていく。
■保険関係の準備/Preparations/procedures for insurance :
大学から指定のあった保険のみ入った。
■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 :
夏休み中だったので特に手続きはしていない。
■語学関係の準備/Language preparation :
現地の人と話そうという心意気さえあれば OK。

費用・奨学金に関する事/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	176,000 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.)	300,000 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)	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 :	

■留学先で費やした生活費/Overall expenses spent during the program :	
家賃	0 円/JPY
食費	0 円/JPY
交通費	5,500 円/JPY
娯楽費	120,000 円/JPY
■その他、補足等/Additional comments :	
ホテル代 35,000 円	

■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 :	
70,000 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(本部国際交流課)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 :	
授業が簡単だった。ただ、ホストファミリーとの会話が大きな学びになった。	
■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 :	
このまま東大で授業を受けているだけだと駄目だと痛感した。新しいことをはじめようとするきっかけになった。	
■進路・就職先(就職希望先)/Career/Occupation (planned) :	
起業	
■今後参加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 :	
英語を伸ばしたいとしているなら参加する意味はあまり無い。長期のプログラムで周りに日本人が少ない	

ものを選ぶべき。新たな知り合いを作り、今いる世界と違う側面が見たいなら参加する意義はある。

■ 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/Websites or publications which were useful while preparing for or during program :

派遣先の国と日本の水際対策措置が紹介されているサイト

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)

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

記入日/Date: 2022/9/17

■ID: C22002

■参加プログラム/Program: グローバルキャンパス推進本部サマープログラム

■プログラム情報/Program information: <https://www.u-tokyo.ac.jp/adm/go-global/ja/program-list-short-summer2.html>

■派遣先大学/Host university: オタゴ大学

■プログラム期間/Program period: 2022/8/18 ~ 2022/9/16

■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:

大学に入ってから英語を使わなくなり危機感を覚えていたため、この夏休みに英語を話す機会が欲しくて参加しました。

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

大学に入学して英語を使わなくなっていたので危機感を覚え、話す機会を得るために参加しました。

■コロナ禍での派遣について/What is your opinion on studying abroad in COVID-19 pandemic?:

大学でも家でも感染に注意しながら生活することができた。

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

■概要/Overview:

授業は会話中心。私のクラスは予習、復習が要らなかった。ニュージーランドの文化を学ぶクラスでは博物館やお墓にフィールドトリップした。

■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:

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:

ティーパーティーに参加し、LGBTQ や disability について学んだ。

■週末の過ごし方/How did you spend the weekends and vacations?:

観光

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

■設備/Facilities:

図書館、ジム、スタジアム、勉強スペース、カフェ。Wi-Fi は大学のどこにいてもつながった。

■サポート体制/Support for students:

どの面においてもスタッフの方や先生が手厚くサポートしてくださったため不安を感じることはなかった。

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 :
ホームステイ
■ 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 :
ホストファミリーが親切で、部屋も広く料理も美味しく快適だった。
■ 気候、大学周辺の様子、交通機関、食事等/Climate, environment around the institution, transportation, food, etc. :
気候は寒かったが辛くはない程度。大学周辺は勉強するスペースが多くあったり、椅子と机がたくさんおいてあったりして便利だった。バスの数は非常に少なかったが大きい街ではないので歩いて移動できる。中心部には美味しいレストランやカフェが多くあった。
■ お金の管理方法、現地の通貨事情/Management of money and situation about local economy :
クレジットカードを 2 枚使用した。現金のみの店もあったので常に現金も持参していた。
■ 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/Aspects of risk and safety management, local health care system, and any actions taken to maintain your health :
安全な町ではあったが、夜は一人で行動しないように気をつけた。運動不足にならないよう、学校まで 1 時間ほど歩いて通学した。
■ 自由時間に利用した交通手段/Mean of transportation in your free time :
バス
■ プログラム期間中に利用したネット環境/Internet service usage during the program :
キャンパス Wi-Fi, レンタルしたルーター

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、保険への加入、海外渡航の届出など。期日を確認し、計画的に余裕をもって提出するべきだと思う。
■ ビザの手続き/Procedures to obtain visas :
NZeTA、申請から完了まで時間を要する場合もあるので、期日を確認し前もって申請しておく。
■ 医療関係の準備/Preparations or actions taken to maintain your health :
普段使っている薬だけではなく、非常事態に使える薬も持っていくことをすすめる。また、コロナのワクチンは出来るだけ回数多く打つべき。(今回は水際対策が留学中に変更されて 3 回接種している人の陰性証明が不要になった。)
■ 保険関係の準備/Preparations/procedures for insurance :
保険がカバーする範囲を確認し、早めに手続きする。
■ 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 :
プログラムに参加することを報告した。
■ 語学関係の準備/Language preparation :
日常で使えるようなフレーズを考えておいた。

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	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.)	300,000 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 :	

■ 留学先で費やした生活費/Overall expenses spent during the program :	
家賃	0 円/JPY
食費	80,000 円/JPY
交通費	4,000 円/JPY
娯楽費	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 :	
現地の友達を作ることができて、帰ってからも連絡を取り合えるような関係になれたことに満足している。	
■ 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 :	
まだわからない。	

■進路・就職先(就職希望先)/Career/Occupation (planned):
■今後参加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 :
自分から行動する、ということが最も大切だと思います。
■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/Websites or publications which were useful while preparing for or during program :
あまり利用しなかった。

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)

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

記入日/Date: 2022/9/19

■ID: C22004

■参加プログラム/Program: グローバルキャンパス推進本部サマープログラム

■プログラム情報/Program information: <https://www.u-tokyo.ac.jp/adm/go-global/ja/program-list-short-summer2.html>

■派遣先大学/Host university: オタゴ大学

■プログラム期間/Program period: 2022/8/18 ~ 2022/9/16

■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:
来年の夏に長期留学に応募したいと考えているため。
■参加を決めるまでの経緯/How and why did you decide to participate?:
夏休みに海外に行きたいと考えていたので、募集が始まってすぐに決心した。
■コロナ禍での派遣について/What is your opinion on studying abroad in COVID-19 pandemic?:
ない。

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

■概要/Overview:
大学の講義を実際に聞いたのはよかった。宿題はあったが、予習復習はほとんどせず、自分の単語帳やIELTSのテキストを進めていた。
■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:
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:
International Expo という他国出身の学生が自国の文化を紹介する展示会に参加したり、Otago Museumに行った。
■週末の過ごし方/How did you spend the weekends and vacations?:
市内散策、図書館で勉強。

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

■設備/Facilities:
図書館、ジムは整備されていた。学食よりカフェテリアが充実していた。アンドロイドの携帯がキャンパスWi-Fiに繋がらなかった。
■サポート体制/Support for students:
東大生は語学面であまり心配する必要はないが、リスニングは慣れておいた方がよい。日本人スタッフが

いたので何か問題があっても安心。

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 :
ホームステイ
■ 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 :
個人部屋があり、3人の学生が同じ家に宿泊した。大学からの紹介。
■ 気候、大学周辺の様子、交通機関、食事等/Climate, environment around the institution, transportation, food, etc. :
冬から春だったので、寒かった。雨も多い。電車がなく、バスで通学するが、バスも1時間に1本しかない、時間通りに来ない、欠便するなど問題が多かった。外食費はとても高い。
■ 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2枚用意した。現金はほとんど使わなかった。
■ 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/Aspects of risk and safety management, local health care system, and any actions taken to maintain your health :
睡眠時間は確保するように心がけた。
■ 自由時間に利用した交通手段/Mean of transportation in your free time :
バス
■ プログラム期間中に利用したネット環境/Internet service usage during the program :
キャンパス Wi-Fi

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 :
クラス分けのためのテストや、OSSMA、海外旅行保険などがあり、自分で準備した。期限に余裕を持って手続きするべき。
■ ビザの手続き/Procedures to obtain visas :
日本はビザ免除国だったので、代わりに入国の際に必要な NZeTA を取得した。NZ 政府に申請し、15分程度でできた。
■ 医療関係の準備/Preparations or actions taken to maintain your health :
1ヶ月分の常備薬を準備した。ワクチンは3回接種していたので証明書を発行した。
■ 保険関係の準備/Preparations/procedures for insurance :
付帯海学に加入した。期限に余裕を持って進めるべき。
■ 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 :
B2レベル、英会話教室に通い、単語帳も見直した。

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	310,000 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.)	300,000 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)	8,210 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 :	

■留学先で費やした生活費/Overall expenses spent during the program :	
家賃	0 円/JPY
食費	30,000 円/JPY
交通費	4,000 円/JPY
娯楽費	50,000 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 :	
現地学生と交流できたことが良かったが、実際の大学の講義をもう少し聞けると良かった。	
■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 :	
長期留学する決心がついた。	
■進路・就職先(就職希望先)/Career/Occupation (planned) :	

■ 今後参加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 :
短期なので、進学にも差し支えがないため、積極的に参加すると良い。
■ 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/Websites or publications which were useful while preparing for or during program :
特にない。

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)

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

記入日/Date: 2022/9/19

■ID: C22005

■参加プログラム/Program: グローバルキャンパス推進本部サマープログラム

■プログラム情報/Program information: <https://www.u-tokyo.ac.jp/adm/go-global/ja/program-list-short-summer2.html>

■派遣先大学/Host university: オタゴ大学

■プログラム期間/Program period: 2022/8/18 ~ 2022/9/16

■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:

渡航制限解除後の最初の短期・対面のプログラムだった。

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

コロナ禍で潰れていた海外渡航への欲求と、海外に行きさえすれば素晴らしい発見があるはずだという思い込みから応募した。募集要項開示の際に応募を即決した。ニュージーランドは前に行ったことがあり、体験記の評判が良くなく、英語学習中心のプログラムであることが懸念材料だった。この参加で他のプログラムの選考が不利になることも危惧していた。

■コロナ禍での派遣について/What is your opinion on studying abroad in COVID-19 pandemic?:

コロナ禍であるが故の制約を現地で感じることはあまりなかったので、派遣を拡大し手続きを簡略化してほしい。

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

■概要/Overview:

授業は平日午前中に総合英語を 3 時間、午後に文化の授業を 2 時間受講した。いずれも高校のコミュニケーション英語を模したものであり、英語を使う機会は多くない。宿題はほぼ出ず、予習復習も要求されない。欠席・遅刻・早退は積極的に受容される。週に1、2回博物館や庭園でのフィールドワークが行われる。週数回聴講や特別講義が組まれているが、伝達の不具合から参加が滞る。市内ツアーや BBQ など ELC 主催のイベントも多少ある。

■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:

現地の学生と学問的な会話がしたい一心で OUSA の文化系サークルへ手当たり次第に 20 通ほどのメールを送った。また、Facebook や Instagram を利用して参加できるイベントを探した。11 の団体に接触し、9 個のイベントに参加した。また、ELC に提示された Language Match Partner の制度を利用して日本語を学ぶ現地学生と交流した。

■週末の過ごし方/How did you spend the weekends and vacations? :

ほとんどを東大の学生と過ごした。市内の主要スポットは 1 日で巡れるため、ツアーに参加して郊外の公園に出かけるなどした。泊りがけでクイーンズタウンに旅行したこともあった。ホストは自家用車で色々なビーチに連れて行ってくれた。夜遅くまで外出することはなかった。

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

■設備/Facilities :

ELC 付属の図書館は大変狭いが、中央図書館は大きく、他にも図書館が点在する。ELC の隣にレクリエーション施設があり、ビリヤードやバドミントンができる。学生自治会が手軽な食事を提供しており、小さな売店でも軽食が買える。食事がとれる椅子・テーブルは点在している。Wi-Fi は大学指定のものが一度もつながらず、ゲスト Wi-Fi を使っていたが、すぐに切断されるため快適ではなかった。

■サポート体制/Support for students :

ほぼ利用しなかったが、ELC のサポート体制は全般的に充実しており、事前に十分な説明がなされる。

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 :

ホームステイ

■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 :

大学からはバスと徒歩とで 1 時間弱かかる。留学生複数人を受け入れている家で、個室が与えられる。キッチンや洗濯機など不自由なく使用できる。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. :

かなり寒く乾燥する。大学周辺には若者が多い。公共交通機関は本数の不十分なバスしかなく、移動は自家用車が主流である。食事は朝昼は自ら用意したパンや果物が中心。夕食はホストの作る根菜中心の煮込み料理や揚げ物など。外食はハンバーガー、フィッシュアンドチップス、日本風料理が多い。

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

現金は 2 万円弱で 200 ドル両替したが、現地はキャッシュレス社会であり、一度も使わなかった。クレジットカードとデビットカードとを複数枚用意し、現金引き出しも可能な状況を作成した。バスは Bee Card という専用カードを現地で作成する必要がある。

■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 :

治安は悪いとは言えないが、東大周辺の方が良い。特に早朝や夜の中心街は危険を感じることもあった。盗難を危惧したことはない。PCR 検査の費用を含め、医療費は高い。現地の人でマスクを日常的につける人は皆無だったが、リスク軽減のため着用を心がけていた。

■自由時間に利用した交通手段/Means of transportation in your free time :

バス

■プログラム期間中に利用したネット環境/Internet service usage during the program :

キャンパス Wi-Fi, レンタルしたルーター

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 :
本部国際交流課の指示に従って準備すれば問題ない。
■ビザの手続き/Procedures to obtain visas :
ビザは不要だったが、NZeTA の申請、NZTD によるニュージーランド政府へのオンライン申告が必要だった。
■医療関係の準備/Preparations or actions taken to maintain your health :
ワクチンは三回接種済み、陰性証明は不要だった。風邪薬、解熱剤、のど飴、ワセリンなど一通りの準備をしておくと思ふ。
■保険関係の準備/Preparations/procedures for insurance :
OSSMA と付帯海学とを本部国際交流課の指示に従って準備すれば問題ない。
■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 :
前期課程チーム窓口で簡単な確認をした。渡航許可は一括で出された。
■語学関係の準備/Language preparation :
英検 2 級を保持している。準備は特に何もしていない。自分を含めネイティブのスピードについていける人はほぼいなかったの、語学レベルに不安を抱える必要はないと思う。

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	250,000 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.)	300,000 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)	12,000 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 :	
NZeTA 4,000 円 ワクチン接種証明書交付 100 円	

■留学先で費やした生活費/Overall expenses spent during the program :	
家賃	0 円/JPY
食費	0 円/JPY
交通費	4,000 円/JPY
娯楽費	79,000 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 :
日本学生支援機構
■受給金額(月額) /Monthly stipend :
70,000 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(本部国際交流課)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 :
学問的な英語運用がしたいなら東大のサークル、日常英会話を鍛えたいならオンライン英会話で事足りる。それを無視して「海外に行けば何かあるだろう」という軽い気持ちで応募したことを大いに反省させられた。自分が習得しようとしている英語力がどんなもので、それが本当に必要なのかを考えさせられた。同時に、自分がやりたい・できると思っていたはずのことがあまりにも漠然としていることにも気付かされた。異文化に触れて自己の視点を刷新するという営為そのものの意義にも疑問を感じた。他方で、収穫が言語化できる体験など有益なものと言えるのかとも思った。それを確かめるために、何か短絡的でも良いから社会との接点を持ち社会に必要とされたいという気持ちが強まった。
■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 :
いわゆるクリエイティブな仕事への疑念が強まり、単純労働をしたいという気持ちが芽生えた。仕事を金銭獲得の手段と捉え、趣味や社会貢献を楽しんだほうが良いと感じた。
■進路・就職先(就職希望先) /Career/Occupation (planned) :
公的機関, 非営利団体, 民間企業
■今後参加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 :
期待通りの「学び」はできない可能性が高いが、自己を見つめ直すきっかけにはなると思う。海外に出れば決定的に有意義な経験が積める、外国で学べばやりたいことが見つかると考えている場合は早い段階で短期プログラムに応募したほうが良い。やりたいテーマがあるなら長期留学、罪悪感のようなものを感じたくない場合は海外のインターンやボランティア活動に応募するのが良いと思う。
■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/Websites or publications which were useful while preparing for or during program :
このプログラムに参加するなら、OUSA ウェブサイトからイベント/クラブ情報を調べ、渡航前に各団体に接触することを強く推奨する。

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)

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

記入日/Date: 2022/9/22

■ID: C22006

■参加プログラム/Program: グローバルキャンパス推進本部サマープログラム

■プログラム情報/Program information: <https://www.u-tokyo.ac.jp/adm/go-global/ja/program-list-short-summer2.html>

■派遣先大学/Host university: オタゴ大学

■プログラム期間/Program period: 2022/8/18 ~ 2022/9/16

■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:

将来留学をしてみたいと思っていて 1 年生の夏に 1 ヶ月海外に行くのは良い経験になると考えたため。

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

以前からニュージーランドに行ってみたかったのでサマープログラムの募集を見てこのプログラムを見つけた時すぐに参加を決めました。今まで海外で生活をした経験がなく 1 ヶ月という期間が長いのではと少し不安でしたが結果的に全然長くなかったです。

■コロナ禍での派遣について/What is your opinion on studying abroad in COVID-19 pandemic?:

入国・出国ともにそこまで大変ではなく実際に現地に 1 ヶ月いくことができて本当に良かったです。オンラインでは経験できなかったたくさんのことを経験することができました。コロナ禍でも派遣を企画して下さい本当にありがとうございました。

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

■概要/Overview:

あまり宿題はなく、あったとしても多くはなかったです。その日に習ったことを見直すようにしていました。予習は不要でした。Special Lecture や大学での講義を聞くのが海外大で授業を聞くという経験が初めてだったのもあり面白かったです。

■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:

Language Match という制度があり、オタゴ大学に通い日本語を学んでいる学生と大学が連絡をつけて下さってその相手と何度か会ってお話することができました。現地の人と友達になれたので良かったです。

■週末の過ごし方/How did you spend the weekends and vacations?:

週末はホストファミリーが様々な場所に連れて行って下さって本当に楽しかったです。また、同じプログラムに参加した東大生と Queenstown に個人的に旅行を企画し行ったことも良い経験でした。

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

■設備/Facilities :
図書館はいくつかあり設備は綺麗で利用しました。スポーツ施設は主に通っていた建物の隣にあり何度か行きました。その施設の中に昼食を買える場所と食事スペースはありましたがホストファミリーが弁当を持たせて下さったので利用しませんでした。大学内では Mac, iPad は大学の Wi-Fi につながれたのですがスマホが Android だったためにうまく繋がりませんでした。
■サポート体制/Support for students :
語学・学習面については先生や Language Centre の職員の方々がとても親切で困ることはありませんでした。その他の設備についての疑問点も丁寧に対応していただきました。生活面ではホストファミリーが本当によくして下さいだったので何も問題はなく、とても感謝しています。精神面のサポートが必要な状況にはなりませんでした。

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 :
ホームステイ
■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 :
オタゴ大学がホームステイ先を探してくださいました。
■気候、大学周辺の様子、交通機関、食事等/Climate, environment around the institution, transportation, food, etc. :
8 月は最高気温 10 度以下の日が多く真冬の気温でした。9 月になって少し暖かくなりましたが雪が降った日もありました。Dunedin の主に東側様々なところに大学の施設がある印象でした。交通機関はバスがあり 1 時間または 30 分に 1 回きました。食事は美味しかったので日本からそこまでたくさんの食品を持っていく必要はなかったです。
■お金の管理方法、現地の通貨事情/Management of money and situation about local economy :
ほとんどの場所でクレジットカードが使えました。ほぼ全てをマスターカードで払いましたが問題なかったです。クレジットカードは念の為 2 枚持っていました。
■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/Aspects of risk and safety management, local health care system, and any actions taken to maintain your health :
治安は良く、特にトラブルに巻き込まれることはありませんでした。コロナ関係のこととしては入国の条件として空港で配布される検査キットでの検査が必要でしたが、帰国の際の PCR 検査が不要になったこともあり大変ではありませんでした。
■自由時間に利用した交通手段/Mean of transportation in your free time :
バス
■プログラム期間中に利用したネット環境/Internet service usage during the program :
キャンパス Wi-Fi, レンタルしたルーター, ホームステイ先の Wi-Fi

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 :
様々な提出物があり本部国際交流課の方がまとめて下さったため分かりやすくなっていますが、入国準備など含め書類が多岐に渡るので同じプログラムに参加される方と連絡をとって確認し合うのが良いと

思います。
■ビザの手続き/Procedures to obtain visas :
ビザは取得しませんでした。NZeTA が必要でした。
■医療関係の準備/Preparations or actions taken to maintain your health :
薬は必要になる可能性のあるものは全部持っていきました。健康診断としては出発前に歯医者に行きました。
■保険関係の準備/Preparations/procedures for insurance :
大学から入るべき保険は指定があると思うのでそれに従って友達と確認しながら準備しました。
■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 :
履修や単位関係の準備はありませんでした。試験や手続き日に重なることもなかったので特に何もしてませんでした。
■語学関係の準備/Language preparation :
出発前に特別に準備したということはありませんでした。S セメの英語の授業で授業中に発言するようにしていました。

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	210,000 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.)	288,000 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)	8,200 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 :	

■留学先で費やした生活費/Overall expenses spent during the program :	
家賃	0 円/JPY
食費	12,000 円/JPY
交通費	900 円/JPY
娯楽費	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 :
JASSO
■受給金額(月額)/Monthly stipend :
70,000 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(本部国際交流課)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 :
授業で新しいことを学べて良かったです、それ以上に海外で過ごすことや様々な国の方とお話しできたこと、東京とは全然違う環境で生活できた経験が貴重でした。とても満足しています。
■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 :
決まっていますが海外で生活することも視野に入れたいと思うようになりました。
■進路・就職先(就職希望先)/Career/Occupation (planned):
■今後参加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 :
行かなかったら知らなかっただろうことが多かったので参加を考えたなら参加することをお勧めしたいです。
■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/Websites or publications which were useful while preparing for or during program :
本部国際交流課の説明会

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)

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

記入日/Date: 2022/9/29

■ID: C22007

■参加プログラム/Program: グローバルキャンパス推進本部サマープログラム

■プログラム情報/Program information: <https://www.u-tokyo.ac.jp/adm/go-global/ja/program-list-short-summer2.html>

■派遣先大学/Host university: オタゴ大学

■プログラム期間/Program period: 2022/8/18 ~ 2022/9/16

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

■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:

渡航期間が長かったから。

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

直前に滑り込みで申し込んだ。とりあえず申し込んでから考えようと思った。

■コロナ禍での派遣について/What is your opinion on studying abroad in COVID-19 pandemic?:

特にコロナによる制約はなかった。

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

■概要/Overview:

授業よりは現地の学生と話したりホストファミリーと会話する方が英語の練習になった。

■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

■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:

バスケットボール、ビリヤードなど

■週末の過ごし方/How did you spend the weekends and vacations?:

ダニーデン観光、クイーンズタウン観光

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

■設備/Facilities:

ジム、サッカーグラウンドや体育館がありました。

■サポート体制/Support for students:

特に必要になることがなかった。

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:

ホームステイ
■ 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、東大生と2人で同じ家にホームステイ
■ 気候、大学周辺の様子、交通機関、食事等/Climate, environment around the institution, transportation, food, etc. :
1 日の寒暖差が激しいので着脱しやすい服をおすすめします。朝はめっちゃくちゃ冷えるけど昼はそんなに寒くなかったです。
■ お金の管理方法、現地の通貨事情/Management of money and situation about local economy :
現金はバスのチャージ以外では全く使わなかった。ほぼ全てクレジットカード。
■ 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 :
深夜に遊んでいても特に危険な目には合わなかったので最低限気をつければ問題ないと思います。
■ 自由時間に利用した交通手段/Means of transportation in your free time :
バス
■ プログラム期間中に利用したネット環境/Internet service usage during the program :
SIM

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 :
指示に従っていれば大丈夫だと思います。
■ ビザの手続き/Procedures to obtain visas :
スマホですぐ終わります。
■ 医療関係の準備/Preparations or actions taken to maintain your health :
本郷のトラベルクリニックに行きましたが NZ では予防接種は特に必要ないと言われました。
■ 保険関係の準備/Preparations/procedures for insurance :
付帯海学で大丈夫だと思います。
■ 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 :
特になし。
■ 語学関係の準備/Language preparation :
特に準備していない。

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	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.)	300,000 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)	0 円/JPY
■その他、補足等/Additional comments :	

■留学先で費やした生活費/Overall expenses spent during the program :	
家賃	0 円/JPY
食費	30,000 円/JPY
交通費	30,000 円/JPY
娯楽費	50,000 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 :
現地の日本人や普段触れ合わない東大生と接することができたのがよかった。外国人の友達もできるし英語も工夫次第では上達する。何より楽しかったです。
■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 :
価値観はいろいろ変わりました。
■進路・就職先(就職希望先)/Career/Occupation (planned) :
■今後参加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 :
行って損することはないと思うのでとりあえず参加してみたいと思います。
■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/Websites or publications which were useful while preparing for or during program :

transit アプリ バスの待ち時間がわかるのでとても便利でした。

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)

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

記入日/Date: 2022/9/27

■ID: C22008

■参加プログラム/Program: グローバルキャンパス推進本部サマープログラム

■プログラム情報/Program information: <https://www.u-tokyo.ac.jp/adm/go-global/ja/program-list-short-summer2.html>

■派遣先大学/Host university: オタゴ大学

■プログラム期間/Program period: 2022/8/18 ~ 2022/9/16

■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:

将来像が明確でないこの時期に日本から出て異なる文化圏で生活してみるということは新たな視点をもたらし、それは今後の進路を考える上で有益であると考えたから。

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

6 月にプログラムを知って予定がないので応募した。

■コロナ禍での派遣について/What is your opinion on studying abroad in COVID-19 pandemic?:

ニュージーランドはコロナ明けであったので問題はなかった。

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

■概要/Overview:

ミュージカルに行って学ぶワークは楽しかった。

■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

■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:

隣のグラウンドでサッカーをした。

■週末の過ごし方/How did you spend the weekends and vacations?:

クイーンズタウンへの旅行など観光

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

■設備/Facilities:

図書館はとても大きく、スポーツ施設は朝から晩まで開いていた。

■サポート体制/Support for students:

丁寧なサポートがあった。

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 :	
ホームステイ	
■ 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 :	
大きい個室を貸してもらった。東京の狭い部屋に慣れていたので驚きの声が出たが実家を考えればそれほど特別なことではない。家のものは自由に使わせてもらった。大学により決められたホームステイ先だった。	
■ 気候、大学周辺の様子、交通機関、食事等/Climate, environment around the institution, transportation, food, etc. :	
ニュージーランド人は誇らしげにここには 1 日に 4 つの季節があるなどというが異常気象を通年体験している日本人からしてみれば大した変化は感じられなかった。しかし寒いのは事実である。交通機関は貧弱で主に 30 分おきに来るバスのみである。乗車料は一律 1 ドルで安い。食事は高い。	
■ お金の管理方法、現地の通貨事情/Management of money and situation about local economy :	
現金を多く両替して持って行ったが全てクレジットカードで事足りた。	
■ 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/Aspects of risk and safety management, local health care system, and any actions taken to maintain your health :	
治安は東京よりいいかもしれない。夜の人は少ない。	
■ 自由時間に利用した交通手段/Mean of transportation in your free time :	
バス, Uber	
■ プログラム期間中に利用したネット環境/Internet service usage during the program :	
キャンパス Wi-Fi, レンタルしたルーター	

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 :	
オンライン説明会で配布された資料をもとに手続きした。	
■ ビザの手続き/Procedures to obtain visas :	
ビザの所得は必要なかった。	
■ 医療関係の準備/Preparations or actions taken to maintain your health :	
ワクチンは 3 回接種し、これにより帰国時の陰性証明が必要なくなった。頭痛薬なども準備した。	
■ 保険関係の準備/Preparations/procedures for insurance :	
指示通りに手続きすれば問題ない。	
■ 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 :	
短期プログラムなのでなし。	
■ 語学関係の準備/Language preparation :	
日常会話のテキストを購入していたがほとんど見なかった。	

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	276,165	円/JPY
派遣先への支払い(授業料・施設利用料など)	320,000	円/JPY

/Payment to host institution (tuition, facilities fee, etc.)	
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)	30,000 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 :	

■留学先で費やした生活費/Overall expenses spent during the program :	
家賃	0 円/JPY
食費	20,000 円/JPY
交通費	10,000 円/JPY
娯楽費	50,000 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 :
もう少し積極的になればよかったと思っているが、日本における積極性も高まると思っている。
■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 :
海外がより近いものになったと思う。
■進路・就職先(就職希望先)/Career/Occupation (planned) :
民間企業
■今後参加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 :

迷っているのであれば是非応募した方がいいと思います！新たな出会いがそこにあります。

■ 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/Websites or publications which were useful while preparing for or during program :

Instagram

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)

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

記入日/Date: 2022/9/20

■ID: C22009

■参加プログラム/Program: グローバルキャンパス推進本部サマープログラム

■プログラム情報/Program information: <https://www.u-tokyo.ac.jp/adm/go-global/ja/program-list-short-summer2.html>

■派遣先大学/Host university: オタゴ大学

■プログラム期間/Program period: 2022/8/18 ~ 2022/9/16

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

■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:

休暇期間だったから。

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

動機: 語学力が足りないと感じていたから。また留学予定だったがコロナで前期教養学部の時には海外に行けなかったのがこれがチャンスだと思ったから。時期: 5~6 月

■コロナ禍での派遣について/What is your opinion on studying abroad in COVID-19 pandemic?:

コロナ関連で用意しなければいけない書類やアプリ等の周知をもう少し行ってほしい。例えば、帰国時にMySOSを入れていなかったことで経由して帰る人たちがチケットをスムーズに受け取れなかった。

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

■概要/Overview:

授業: 基本的に話すのが主。ILC での個人作業時間が 1 時間ある。予習・復習: 予習はしていないが、宿題が出たときがあった。印象に残っている授業、フィールドワークやイベント等: 授業で事件例が挙げられてグループワークで guilty かそうでないかを話し合う授業は楽しかった。

■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:

英語での解説動画を見ながら創作をした。現地の学生との関わり合いに積極的に参加して、コミュニケーションをとった。

■週末の過ごし方/How did you spend the weekends and vacations?:

クイーンズタウンに行ったり、ラグビーの試合を観た。ホストにモエラキビーチやペンギンを見に連れて行ってもらえた。

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

■設備/Facilities:

スポーツ施設、最高だった。放課後によく卓球やビリヤード、バドミントンをした。PC・Wi-Fi 環境 不便無く使えた。
■サポート体制/Support for students :
語学面や学習面はとても良かった。先生は学生への理解がちゃんとあって、しっかり授業に参加できるように工夫されていた。

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 :
ホームステイ
■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
■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: 変わりやすい。滞在中はホストが驚くほど晴れの日が多かったが、雪の日もあった。大体風が強い。寒暖差が結構あるので厚着できるようにしたほうが良い。大学周辺の様子: 大学と街が一体となっている感じ。至るところに学生がいて、治安はとても良い。ただ店が閉まるのがとても早い。交通機関: バスが主要な交通手段だが大抵どこも 1 時間に 1 本しかないので遅れないようにしたい。Transit というアプリを入れるのがおすすめ。バスは Bee カードを買ったほうがお得に乗れる。バスの運転手に言えば買える。他には、Newron という電動スクーターも楽しかったのでおすすめ。食事: 大抵美味しい。ラムはとても美味しい。ただ物価が高い。スイーツ系に関して、ホームメイド的なものでない(例えばスーパーで買えるケーキなど)と、甘すぎて食えない。アイスはめちゃくちゃ美味しい。マーマイト、ベジマイトは無理だった。
■お金の管理方法、現地の通貨事情/Management of money and situation about local economy :
クレジットカードを 2 つ作った。現金がだめな所があるのでクレジットカードはつくったほうが良い。
■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: 良い。ただたまにホームレスや不良がいる。道を結構なスピードでスケボー青年が走っているので注意したい。医療: 友達が病院にかかっていたが、医療費の方は保険でなんとかなっていた。ただめっちゃ待ち時間が長いらしい。健康管理: ホームシックにはならなかった。手洗いうがいをはしたほうが良い。
■自由時間に利用した交通手段/Means of transportation in your free time :
バス
■プログラム期間中に利用したネット環境/Internet service usage during the program :
SIM, アンドロイド勢はキャンパス Wi-Fi が使えない(証明書の設定ができない)ので、ゲスト Wi-Fi で繋げたほうが良いです。

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 :
ワクチン接種証明書を取得する方法が自治体によって異なるので、注意が必要。マイナンバーカードがあれば、手続きが簡略化できるが、マイナンバーカード申請も 1 ヶ月程度かかるので注意が必要。
■ビザの手続き/Procedures to obtain visas :
なし

■医療関係の準備/Preparations or actions taken to maintain your health :
3 回目ワクチン接種を受けていたので、出国前 PCR 検査を受ける必要がなかったのはありがたかった。
■保険関係の準備/Preparations/procedures for insurance :
早めにやっておくと良いと思う。
■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 :
事務室に連絡した。
■語学関係の準備/Language preparation :
語学レベル: クラス分けのテストで C1 レベルだった。話すのが苦手だった。 出国前は英語の動画や映画を毎日見ていた。

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	160,000 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.)	300,000 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)	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)	3,000 円/JPY
■その他、補足等/Additional comments :	

■留学先で費やした生活費/Overall expenses spent during the program :	
家賃	0 円/JPY
食費	20,000 円/JPY
交通費	10,000 円/JPY
娯楽費	15,000 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 :	
70,000 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(本部国際交流課)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 :
英語力がそこまでなくても、ゴリ押しでなんとか会話することができるということが分かった。交流したい、伝えたいという自分の気持ち次第でなんとでもなるので、恐れずに挑戦できるようになった気がする。同時に周りの人が流暢に会話している所を見ると、やはりゴリ押し状態から脱却したいという憧れが芽生えた。より英語学習を頑張らないといけないという気持ちになった。
■ 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 :
海外での就職や大学院に進むことを考えている。
■ 進路・就職先(就職希望先)/Career/Occupation (planned) :
民間企業, 起業
■ 今後参加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 :
私はこのプログラムを通じて、英語力は劇的に上がりませんでした。友達を作ったり現地で様々な体験をしたりすることで英語を学ぶモチベーションはとて上りました。これから日本に帰ってもより英語の勉強に力を入れて取り組み、現地でできた友達と交流を続けたいと思います。他のプログラムよりも、短期派遣プログラムは気軽に参加することができますが、プログラムを通じて学べるものは現地で得られるものだけではないので、この短期派遣プログラムに行くことを目標として、英語の勉強を事前に何かしらしておくことをオススメします。
■ 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/Websites or publications which were useful while preparing for or during program :
海外旅行に持っていったほうがいいものを教えてくれるサイト

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)

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

記入日/Date: 2022/9/21

■ID: C22010

■参加プログラム/Program: グローバルキャンパス推進本部サマープログラム

■プログラム情報/Program information: <https://www.u-tokyo.ac.jp/adm/go-global/ja/program-list-short-summer2.html>

■派遣先大学/Host university: オタゴ大学

■プログラム期間/Program period: 2022/8/18 ~ 2022/9/16

■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:

自身が所属する部活を長期で休めるのが 1 年の夏くらいだったから。

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

もともと留学に興味があり、情報を集める中で留学のための第一歩として位置付けられているこのプログラムを知って、出来るだけ早く行っておこうと思い参加を決めた。

■コロナ禍での派遣について/What is your opinion on studying abroad in COVID-19 pandemic?:

特に問題なかった。

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

■概要/Overview:

午前中の授業は一般的な英語力を向上させるための授業で、たくさんのイディオムや比喻表現などを知った。課題はほとんどなかった。午後の授業は NZ の文化について知る授業で、NZ の歴史や食べ物や芸術などについてビデオを見たり博物館に行ったりしながら知識を深めた。自分はオタゴ博物館に行ったのが一番楽しかった。

■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, 現地の学生と一緒に遊んだ。

■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:

ランゲージセンターのバーベキューイベントで知り合った現地の学生と仲良くなり、一緒に Hamner に学生の車で旅行に行ったり、その学生の住むフラットに泊まったり、オタゴ大学の学生寮に行ったらたくさんの学生とオールブラックスの試合を見たりと様々なことをした。また、Ball というパーティーに参加し、現地に住んでいるフィリピン人の学生と一緒に踊った。

■週末の過ごし方/How did you spend the weekends and vacations?:

仲良くなった現地の学生と旅行に行ったりサイクリングをしたりラグビーの試合を見たりした。またプログラム参加者で野生の動物を見るクルーズツアーにも参加した。また何度かホストファミリーと一緒にダニーデンの観光名所に行った。

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

■設備/Facilities:

ランゲージセンターの隣に体育館があり、バスケやビリヤード、ジムでの筋トレをよく行っていた。最初はビリヤード初心者だったが、他のプログラム参加者や現地の学生と対決する中で相当上達した。ランゲージセンターの Wi-Fi はとても強力で不便に感じることはなかった。

■サポート体制/Support for students:

ランゲージセンターにある先生方は全員親切で、英語も聞き取りやすかった。フォークなどを忘れた時はよく借りていた。

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:

ホームステイ

■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:

個室が与えられた。もう一人別の東大生がいた。2 人が使う用のシャワーとトイレがあった。

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

寒い上に乾燥している。大学周辺はあまり観光できるような所はなく、放課後街の中心部に行くことが多かった。交通機関については、電車はなくバスがほとんど。自分はニューロンという電動キックスケーターを使って登下校や観光をしていた。食事は果物と肉が美味しかった。りんごを丸かじりして食べるのが当たり前で、毎日のようにりんごを食べていた。町には日本食のお店がたくさんあって何度か行った。

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

クレジットカードを使っていた。現地ではカードでの支払いが当たり前になっていて、現金しか使えない所はほとんどなかった。

■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/Aspects of risk and safety management, local health care system, and any actions taken to maintain your health:

車がとても早く、横断歩道も全然歩行者に譲らないので、道路を渡るときは車が来ていないかよく注意していた。

■自由時間に利用した交通手段/Mean of transportation in your free time:

バス, ニューロン、車

■プログラム期間中に利用したネット環境/Internet service usage during the program:

キャンパス Wi-Fi, レンタルしたルーター

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:

多くの書類を提出しなければならず、それぞれによって提出期限が異なっていたので、自分はあとどれを提出しないといけないのか分かりにくくて大変だった。早めに全て終わらせてしまうのが安全。

■ビザの手続き/Procedures to obtain visas:

元々持っていた。

■医療関係の準備/Preparations or actions taken to maintain your health :
PCR 検査を直前で受けた。
■保険関係の準備/Preparations/procedures for insurance :
大学指定の保険に加入した。
■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 :
1 年生だったので、特に必要な手続きはなかった。
■語学関係の準備/Language preparation :
特になし。

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	250,000 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.)	300,000 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 :	

■留学先で費やした生活費/Overall expenses spent during the program :	
家賃	0 円/JPY
食費	30,000 円/JPY
交通費	5,000 円/JPY
娯楽費	50,000 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 :	
70,000 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(本部国際交流課)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味、その他所感/Impact of the participation on yourself or your thoughts :
初めて日本語が話せない友達ができ。海外の人と話す時に、完璧な英語を話せなかったとしてもコミュニケーション力があれば十分会話を楽しむことはできるということを知れた。
■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 :
海外でもやっていけるという自信がついた。
■進路・就職先(就職希望先)/Career/Occupation (planned) :
公的機関, 起業
■今後参加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 :
ちょっとでも海外に興味がある人は参加した方がいいと思う。今回のプログラム参加者で参加したことを後悔している人は1人もいなかった。
■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/Websites or publications which were useful while preparing for or during program :
特になし。

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)

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

記入日/Date: 2022/9/17

■ID: C22011

■参加プログラム/Program: グローバルキャンパス推進本部サマープログラム

■プログラム情報/Program information: <https://www.u-tokyo.ac.jp/adm/go-global/ja/program-list-short-summer2.html>

■派遣先大学/Host university: オタゴ大学

■プログラム期間/Program period: 2022/8/18 ~ 2022/9/16

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

■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:

全学交換留学の秋募集の応募を考えており、応募前に英語力を向上させたかったから。

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

対面での短期留学プログラムに参加したいと思っており、情報が公開されてすぐに応募を決めた。イギリスのプログラムと迷ったが、期間が長いニュージーランドを選んだ。

■コロナ禍での派遣について/What is your opinion on studying abroad in COVID-19 pandemic?:

出国時期に感染者数が増えていたため、無事にニュージーランドに入学できてよかったと思う。日本入国時の MySOS での手続きに関して案内がなく非常に困った。

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

■概要/Overview:

午前中は General English、午後は IELTS の授業だった。たまに宿題が出されたが、量は少ないためすぐに終わった。私は帰国後に TOEFL の受験があったため、TOEFL の勉強をしていた。General English の授業は文法の学習がメインでスピーキングの練習も多かった。IELTS の先生が非常に面白く、一番印象に残っている。

■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:

大学のボランティア活動に参加し、プランティングをした。また、大学のダンスクラブのレッスンに参加した。

■週末の過ごし方/How did you spend the weekends and vacations?:

Language exchange のパートナーの子と会ったり、現地でできた友達にドライブに連れて行ってもらったりした。ホストファミリーと一緒に散歩に行ったり、買い物をしたりすることもあった。

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

■設備/Facilities:

図書館、ジムなどは無料で使える。Wi-Fi 環境も非常によかった。
■サポート体制/Support for students :
オタゴ大学の Language centre には学生のサポートをしてくれるスタッフが何人かいるので、困ったことがあればすぐに相談できる。

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 :
ホームステイ
■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
■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～春だったが非常に寒かった。雪が降った日もあったので冬物の衣類はしっかり準備した方がいい。ダウンジャケットをホストマザーに貸してもらった。ホストファミリーの家はバスで 10 分かかる距離だったため、30 分程度かけて歩いて通学することも多かった。ホストマザーのご飯は非常に美味しかった。野菜、フルーツもたくさん出してくれたため、栄養が偏るということもなかった。
■お金の管理方法、現地の通貨事情/Management of money and situation about local economy :
現金は 20,000 円程度持参したが、ほとんどクレジットカードを使っていた。
■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/Aspects of risk and safety management, local health care system, and any actions taken to maintain your health :
常備薬を服用していたため、薬のことや体調面などはホストファミリーに事前に伝えていた。また、プログラム期間中もホストマザーに頻りに相談していた。ダニーデンは治安が良いと思うが夜道は怖かったので遅くても 22 時前後には帰宅するようにしていた。
■自由時間に利用した交通手段/Mean of transportation in your free time :
バス, Uber
■プログラム期間中に利用したネット環境/Internet service usage during the program :
キャンパス Wi-Fi

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 :
所属学部(教育学部)へ留学届の提出、本部国際交流課へ渡航情報届の提出、海外留学保険の手続きなど。本部国際交流課からの案内に従っていれば特に問題はなかった。パスポートの取得や航空券の予約、プログラム料金の支払いは早めにやっておいた方がいい。
■ビザの手続き/Procedures to obtain visas :
ビザは必要なかった。
■医療関係の準備/Preparations or actions taken to maintain your health :
常備薬があるため、医師に英文の診断書、薬の詳細を作成してもらった。1 ヶ月分でかなり量が多かったが、特に問題なく持ち込めた。
■保険関係の準備/Preparations/procedures for insurance :

東大からの指示に従って申し込みを進めれば特に問題はない。
■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 :
学生支援チームに留意事項の説明を依頼、コース主任の承認をもらう、海外渡航の感染対策等注意事項(チェックリスト)と留学許可願の提出。夏休み期間のプログラムのため、教育学部のコースのカリキュラム履修上の問題はなかった。
■語学関係の準備/Language preparation :
TOEFL iBT73、S セメスターに AGOS のスペシャル・イングリッシュ・レッスンを受講していた。

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	225,280 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.)	300,000 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)	8,210 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 :	

■留学先で費やした生活費/Overall expenses spent during the program :	
家賃	0 円/JPY
食費	20,000 円/JPY
交通費	5,000 円/JPY
娯楽費	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 :	
日本学生支援機構(JASSO)	
■受給金額(月額)/Monthly stipend :	
70,000 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(本部国際交流課)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 :

英語力が向上したと実感している。また、ホストファミリーや現地の友達とのつながりが大きかった。

■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 :

交換留学に行きたい気持ちが強まった。

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

■今後参加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 :

短期留学で英語力の大きな向上は望めないかもしれないが、色々な経験ができるのでぜひ参加してほしいと思う。

■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/Websites or publications which were useful while preparing for or during program :

My little local というアプリ

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)

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

記入日/Date: 2022/9/27

■ID: C22012

■参加プログラム/Program: グローバルキャンパス推進本部サマープログラム

■プログラム情報/Program information: <https://www.u-tokyo.ac.jp/adm/go-global/ja/program-list-short-summer2.html>

■派遣先大学/Host university: オタゴ大学

■プログラム期間/Program period: 2022/8/18 ~ 2022/9/16

■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:

早く海外に行きたいという気持ちが強かったのと、長期留学への踏み台として考えるとこの時期しかないと思ったから。

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

元々短期留学を志していたので、今年対面でのプログラムが再開すると聞いたときに参加を決めた。もう一つイギリスのプログラムがあり、最初そちらと迷ったが、同程度の金額でより長く滞在できる点に魅力を感じ、本プログラムを選んだ。

■コロナ禍での派遣について/What is your opinion on studying abroad in COVID-19 pandemic?:

現地にいる間は日本と違ってコロナ禍だということを強く意識することは少なく、コロナによる不便さを感じることは少なかった。しかし、出発時及び帰国時に関してはやはり依然として厳しすぎる日本のルールのため、体調を崩さずに出国・帰国が無事できるかという不安が少なからずあった。

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

■概要/Overview:

通常授業はディスカッションや会話練習の時間も含めながら、一般的な英会話教室のような授業が行われた。文法の解説の授業などもあったが、個人的には会話練習の時間がもっと欲しかったなという感想を持った。クラスには東大生が多いので、どうしても日本語で話してしまいがちだから、自制心を保つか先生や外国人の生徒と積極的に話すといい。

■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

■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:

自分はバスケやバドミントン、サッカーやビリヤードなど近くの娯楽施設でできるスポーツを東大の友人や現地でできた知り合いと一緒にやっていた。参加者の中にはクラブやサークルのようなものに継続的に参加していた人もいたので、興味があれば参加すると良いと思う。

■週末の過ごし方/How did you spend the weekends and vacations?:

週によってさまざまだが、最初の週はホストファミリーが車で親戚の誕生日パーティーや子どものゴーカート観戦、おばあちゃんの家連れて行ってくれた。2週目以降は東大の友人と半島のツアーに出かけたり、バスで4時間ほどの距離にあるクイーンズタウンに小旅行に出かけたりした。現地の外国人学生と仲良くなると、彼らと市内観光をしたりご飯と一緒にに行ったりすることもあった。

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

■設備/Facilities:

自分はあまり利用していないが図書館は充実しているし、駒場と違って座席数にもゆとりがあり快適なので使うといい。スポーツ施設は Language Centre に隣接して、さまざまな屋内スポーツを楽しめるところがある。基本無料。屋外にもとても広いサッカーコートなど、空いていれば無料で使える施設がある。食堂価格はわからないが、カフェが隣の施設の中にあった。Wi-Fi に関しては特に問題なく利用できたし、大学のキャンパス内であればどの施設にいても使えたのでよかった。

■サポート体制/Support for students:

自分は特に利用したことがないが、スタッフの方はみんな優しく日本人のスタッフもいるので、相談事があったら気軽にするといいと思う。

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:

ホームステイ

■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:

オタゴ大学が手配してくれた。必ず叶うわけではないと思うが、子どもの有無や家族構成など希望を出せば叶うので、何らかの要望があれば出すといい。

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

朝昼の気温差が激しく、朝晩は 1℃、昼は 15℃くらいという日も少なくなかった。だから着脱が容易な服装がいい。幸運にも雨に降られることは少なかったが、1日のうちで天気が良く変わるので折り畳み傘は必要。一度だけ雪が降った。大学周辺について、語学学習をする建物と無料でいろいろなスポーツをできる娯楽施設が隣接しているので、かなりの時間をそこで過ごした。周辺は大学のキャンパスが広がっているが、ダニーデンの中心部までは徒歩で行けるため、放課後は友人らと20分ほど歩いて市内の中心部に出かけることも多かった。通学はバスを乗り継ぐ人がほとんどで、所要時間は家の場所による。自分は door to door だと1時間くらいだったが、慣れると意外と行ける。食事は基本3食ホストファミリーが提供してくれる。自分の家はかなりバラエティに富んでいて、味も美味しかった。ただ段々遊びたさで外食の回数を増やしていくと、かなりの出費になる。

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

海外送金はほとんどの人が初めての作業だと思うので、早めにやったほうがいい。窓口だと安心だが手数料が取られるので、ネットでできるならそのほうがいいのかも。自分は3連休のせいで手続き完了が締め切り間際になり、確実に遅滞なく送金できる窓口を使わざるを得なくなった。

クレジットカードは渡航前に作り、現地ではデビットカードと使い分けていた。自分は3万円分の現金を用意したが、ほとんどの店でカード決済ができるので、もう少し少なくともよかったかもしれない。ただ注意点としては、自分のようにクレジットカードを作った日が浅いと月当たりの利用上限額が10万円くらいと低い

ことが多く、現地で小旅行やツアーに出かけると思いの外あっという間に超えてしまうので、上限のないデビットカードや現金とうまく組み合わせて使わなければならない。
■ 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 :
治安に関しては概して良いが、夜遅くになると現地の高校生たちがたむろしていたりした。基本的に絡まれることはなかったので心配していなかったが、夜出歩くときは誰かと一緒にいたほうがいい。夜遅くはバスの本数が激減するので、帰宅時に怖かったらお金に妥協して Uber を使うといい。医療関係に関しては、一度だけ大学の中のメディカルセンターに行ったが、親切で薬も無料でもらえた。当日の朝アポ無しで行ったら、昼にもう一度来てと言われたので、すぐに案内されるとは限らない。加えて、もちろん全て英語なので言いたいことが言えるように調べておいても良いかも。
■ 自由時間に利用した交通手段/Mean of transportation in your free time :
タクシー, バス, Uber
■ プログラム期間中に利用したネット環境/Internet service usage during the program :
キャンパス Wi-Fi, SIM

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 :
かなり提出物は多く、提出先が異なるものもあるので要注意。説明を読んでも書き方がいまいちわからないものもあるので、積極的にメール等で質問すべき。LINE グループの中で情報共有をするなど、早めに対応したほうがいい。特にパスポートが必要になる書類もあるので、発行に時間がかかるパスポートは早急に準備したほうがいい。
■ ビザの手続き/Procedures to obtain visas :
ビザは不要。NZeTA は申請したが、現地の空港等で確認されなかった。NZeTA の申請はアプリだと手続きも楽で税金が安いので得。
■ 医療関係の準備/Preparations or actions taken to maintain your health :
特に特別なことは行っていない。春の健康診断で要検査になったものを時間がなくて留学前に検査できなかったもので、可能なら早めにやっておくべき。
■ 保険関係の準備/Preparations/procedures for insurance :
学校指定のものを準備すれば十分。手続き自体は面倒なものもあるが、基本的に指定されたものの手続きをやればいだけなので自分で探す手間は省ける。
■ 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 :
夏休み中なので特に授業への支障等はなかった。
■ 語学関係の準備/Language preparation :
クラス分けテストが渡航前にオンライン上で行われたが、自分はその点数が期待通りではなかった。少し勉強したから伸びるわけではないかもしれないが、上のクラスに行きたければ多少は勉強したほうがいいかも。ただ実際問題期末試験があるので、そこまで本腰入れて英語の勉強する時間はない。

費用・奨学金に関する事/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	176,780 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.)	300,000 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)	3,300 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 :	

■留学先で費やした生活費/Overall expenses spent during the program :	
家賃	0 円/JPY
食費	40,000 円/JPY
交通費	3,000 円/JPY
娯楽費	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 :	
JASSO 奨学金	
■受給金額(月額)/Monthly stipend :	
70,000 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(本部国際交流課)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 :
正直英語力自体の向上がどこまであったのかはわからないが、英語を使って知らない人に自分から話しかけにいくという日本ではそうそうやらないことができたのは大きな成長かと思う。それも同じ東大の先輩の積極的な姿勢に憧れて真似した側面があり、そういう意味では普段の大学生活では出会えないような、志の高い東大生と知り合えるのも魅力かもしれない。積極的な姿勢を見せない限り、結局は東大生であれ日本人で固まってしまうので、時にはその輪の中から一人で飛び出して、現地の学生とつるみにいくのを

強く勧めたい。
■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 :
やはり海外での留学や仕事への興味が一層強くなった。一方で、先輩や現地の学生たちと話す中で、自分は単純な「かっこよさ」に惹かれているだけなのかもしれないと、冷静に自分を見つめ直す良い機会にもなった。
■進路・就職先(就職希望先) /Career/Occupation (planned):
未定
■今後参加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 :
決して安いものではないので、参加するのならしっかり充実した 1 ヶ月を過ごすべき。特に授業時間外の自由時間はいかようにも使えるので、ぜひ現地の人と仲良くなって遊びにいくなどすると良いと思う。自分は最初の 2 週間はあまり現地の学生と交流せず、東大生と一緒に行動する時間が長かったので、早めに現地の友達を作るといい。あとは現地でのインターネット環境に関して、多くの人がグローバル Wi-Fi など、ルーターをレンタルするプランを申し込んでいたが、絶対に現地で SIM カードを購入するのが良い。前者に比べて金額が半分あるいは 1/3 以下で済む上、特に面倒な手続きなしに現地の空港や携帯ショップで買えるので、現地 SIM の購入を強くお勧めする。
■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 /Websites or publications which were useful while preparing for or during program
『地球の歩き方』、現地で入手したガイドブック

東京大学 海外留学・国際交流プログラム報告書(超短期プログラム用)

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

記入日/Date: 2022/9/17

■ID: C22014

■参加プログラム/Program: グローバルキャンパス推進本部サマープログラム

■プログラム情報/Program information: <https://www.u-tokyo.ac.jp/adm/go-global/ja/program-list-short-summer2.html>

■派遣先大学/Host university: オタゴ大学

■プログラム期間/Program period: 2022/8/18 ~ 2022/9/16

■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:

後回しにすると参加したくなくなったから。

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

大学入学前から留学をしたいと思っていました。私はすぐ尻込みしてしまうので、やっぱりいいやとなる前に参加しようと思い、1年の夏に行くことに決めました。

■コロナ禍での派遣について/What is your opinion on studying abroad in COVID-19 pandemic?:

コロナの流行がある程度落ち着いていたら、現地に行くプログラムをさらに増やすといいと思います。

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

■概要/Overview:

宿題やテストなどは特になく、授業では英語の文法やフレーズを習ったり、スピーキングの練習をしたりしました。

■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:

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:

参加したいと考えていた活動に時間が合わず行けなかったから。

■週末の過ごし方/How did you spend the weekends and vacations?:

街でお買い物をしたり、旅行に出かけたりしました。

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

■設備/Facilities:

図書館、スポーツ施設はかなり充実しており、ランゲージセンターの隣にはカフェもありました。アンドロイドのスマホを使っているのですが、大学の Wi-Fi に繋がらなかった。

■サポート体制/Support for students:

人種差別主義者のような人に遭遇した後や、迷惑電話が何度かかかってきた際に、詳しく話を聞いてくだ

さり、今後そのようなことが起こらないように動いてくださったのでとても安心できました。

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 :
ホームステイ
■ 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 :
ホームステイ先の部屋はとても広く、快適でした。
■ 気候、大学周辺の様子、交通機関、食事等/Climate, environment around the institution, transportation, food, etc. :
夜がかなり冷えます。大学周辺は学生が多く、とても落ち着いている環境だと思います。交通機関はバスが1時間に1、2本しかなく少し不便でした。
■ お金の管理方法、現地の通貨事情/Management of money and situation about local economy :
クレジットカードが2枚とも上限に達し、カードでの支払いができなくなり大変不便だったので、上限を高く設定するか、入国前に大きな出費をしないようにすると思います。
■ 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 :
プログラム開始3日後くらいに、人種差別主義者のような人に遭遇し怖い思いをしたので、油断しすぎない方がいいと思います。慣れないうちは一人で行動しない方がいいと思います。
■ 自由時間に利用した交通手段/Means of transportation in your free time :
バス
■ プログラム期間中に利用したネット環境/Internet service usage during the program :
SIM

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 :
志望理由やパスポートのコピーなどが必要で、なるべく早く取り掛かるように気をつけました。
■ ビザの手続き/Procedures to obtain visas :
NZeTAを取りましたが、手続きをするのは簡単でした。
■ 医療関係の準備/Preparations or actions taken to maintain your health :
コロナのワクチンを3回接種しました。酔い止め、頭痛薬を持っていきました。酔い止めは持って行って良かったです。
■ 保険関係の準備/Preparations/procedures for insurance :
早めに準備することが大切だと思います。
■ 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 :
プログラムに参加することを報告しました。
■ 語学関係の準備/Language preparation :
東大生協の英語講座に参加していましたが、スピーキングには全く自信がありませんでした。夏休みに入ってから英語でドラマなどを見ました。

費用・奨学金に関する事/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	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.)	300,000 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)	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)	10,000 円/JPY
■ その他、補足等/Additional comments :	

■ 留学先で費やした生活費/Overall expenses spent during the program :	
家賃	0 円/JPY
食費	80,000 円/JPY
交通費	20 円/JPY
娯楽費	150,000 円/JPY
■ その他、補足等/Additional comments :	
プログラム期間中に旅行に行ったため、ホテル代などにかなりお金がかかりました。	

■ 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 :
ニュージーランドという全く未知の国に行ったことで、日本と全く異なる文化がどのようなものか、日本との共通点や相違点を感じられたという点で満足しています。
■ 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 :
私は日本が好きだと改めて感じましたが、別の国にも行ってみたいと考えるようになりました。
■進路・就職先(就職希望先)/Career/Occupation (planned):
研究職, 民間企業
■今後参加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 :
行ってみないとわからないことはたくさんあるし、たくさんの素敵な出会いをすることができたので、ぜひ参加すると思います。
■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/Websites or publications which were useful while preparing for or during program :
プログラムに参加した学生のレポート

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)

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

記入日/Date: 2022/10/20

■ID: C22015

■参加プログラム/Program: グローバルキャンパス推進本部サマープログラム

■プログラム情報/Program information: <https://www.u-tokyo.ac.jp/adm/go-global/ja/program-list-short-summer2.html>

■派遣先大学/Host university: オタゴ大学

■プログラム期間/Program period: 2022/8/18 ~ 2022/9/16

■東京大学での所属学部・研究科等/Faculty/Graduate School at UTokyo: 農学生命科学研究科

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

対面の留学プログラムの実施が再開されたら、すぐに参加しようと考えていました。

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

コロナ禍の時から、ニュージーランドに行って文化を楽しみたいと考えていました。たまたまニュージーランドのプログラムだったので、迷わず参加を決定しました。

■コロナ禍での派遣について/What is your opinion on studying abroad in COVID-19 pandemic?:

対策もきちんとしていてよかったです。

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

■概要/Overview:

基本的にディスカッションが多く、宿題が少しだけ出ます。レベル別に分かれています。

■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:

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:

現地の大学のサークルに参加させて頂きました。

■週末の過ごし方/How did you spend the weekends and vacations?:

ホストマザーと観光しました。

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

■設備/Facilities:

スポーツ施設が特に充実しています。

■サポート体制/Support for students:

チューターの方がサポートしてくださいました。

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 :
ホームステイ
■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
■気候、大学周辺の様子、交通機関、食事等/Climate, environment around the institution, transportation, food, etc. :
小さな町でしたが、特に不自由なく何でも揃います。バスの交通網が発達しているので利用しました。食事は炭水化物が多めでした。
■お金の管理方法、現地の通貨事情/Management of money and situation about local economy :
VISA カードがあれば不自由なく過ごせます。
■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 :
治安は良いです。週 1 回は 1 人でゆっくりする時間を設けて心身の管理をしました。
■自由時間に利用した交通手段/Mean of transportation in your free time :
バス
■プログラム期間中に利用したネット環境/Internet service usage during the program :
キャンパス Wi-Fi, SIM

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 :
参加手続きに関することは、国際交流課からメールで全て送られてくるので、メールのチェックを怠らないようにしました。
■ビザの手続き/Procedures to obtain visas :
取得の必要はありませんでした。
■医療関係の準備/Preparations or actions taken to maintain your health :
コロナワクチンを予め 3 回受けると良いと思います。
■保険関係の準備/Preparations/procedures for insurance :
保険の手続きは時間がかかるので前もってやると良いと思います。
■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 :
海外派遣申請書を提出しました。
■語学関係の準備/Language preparation :
高校レベルの英語の復習をしてから行きました。

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	230,000 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.)	300,000 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)	3,000 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)	8,000 円/JPY
■その他、補足等/Additional comments :	

■留学先で費やした生活費/Overall expenses spent during the program :	
家賃	0 円/JPY
食費	30,000 円/JPY
交通費	20,000 円/JPY
娯楽費	50,000 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 :	
ホームステイで現地の文化や慣習に触れて、自らの過ごし方を見直すきっかけになりました。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 :	
いずれは海外に就職したいと思うようになりました。	
■進路・就職先(就職希望先)/Career/Occupation (planned) :	
研究職	
■今後参加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 :	
絶対に参加したほうがいいです！	

■ 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 / Websites or publications which were useful while preparing for or during program :

留学用の持ち物を掲載してるサイト

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)

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

記入日/Date: 2022/9/20

■ID: C22016

■参加プログラム/Program: グローバルキャンパス推進本部サマープログラム

■プログラム情報/Program information: <https://www.u-tokyo.ac.jp/adm/go-global/ja/program-list-short-summer2.html>

■派遣先大学/Host university: オタゴ大学

■プログラム期間/Program period: 2022/8/18 ~ 2022/9/16

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

■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:

もともと予定していた留学がコロナでなくなり、今回再開されたので参加しました。

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

もともと 2020 年春の短期留学に応募していましたが、コロナで中止になりました。

今回海外留学が再開されると聞き、現在 4 年生の自分にとっては最後の機会だと思って応募しました。

参加を決めたのは 6 月頃だったと思います。当時は就活中だったため、先のスケジュールが不透明な中で迷いもありました。

■コロナ禍での派遣について/What is your opinion on studying abroad in COVID-19 pandemic?:

派遣大学がまだ少なく、学生のバリエーションが限られていたように思います。12 人のクラスで 11 人が東大生、1 人がニュージーランド在住の外国出身の方という感じでした。出発前の手続きも少し行程が増えました。

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

■概要/Overview:

午前の授業は General English というもので、習熟度別に分けられたクラスで英語の基礎能力を全般的に学ぶものでした。最初に簡単なテストを行い、全員が弱そうな箇所を重点的に行いました。文法についての学習では、冠詞や過去完了などの日本でも学んだ部分が多かったと思います。午後の授業は選択制で、IELTS かニュージーランドカルチャーのどちらかを選ぶものでした。IELTS を選択しましたが、グラフの読解や地図の読み取り、1 分程度の会話などテスト対策という印象が強かったです。どちらの授業も宿題は出ましたが、量としてはそこまで多くないです。また金曜日については午前で授業が終わり、授業内容自体もレクリエーションの側面が大きいものでした。

■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:

スポーツは休み時間に卓球やビリヤード、バドミントン、サッカーなどをしました。また大学内のジムの設備

が充実しており、筋力トレーニングも十分に行うことができました。文化活動については、大学内の博物館を利用しました。学割が活用でき、内部の展示物も豊富なためおすすめします。またギフトショップも館内にありお土産を買う際にも助けられました。

■週末の過ごし方/How did you spend the weekends and vacations? :

友人と観光地などを巡りました。また、クイーンズタウンに2泊3日で旅行に出かけることもありました。金曜日の午後が休みなので、無理なく計画を立てられると思います。

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

■設備/Facilities :

設備面で非常に充実した大学で、困ることはなかったと思います。Wi-Fi の速度も非常に早く、図書館やジムも無料で利用できました。また、カフェの隣にビリヤードや卓球のできる娯楽スペースがあり、休み時間などに利用できました。バドミントンのラケットとシャトル、サッカーボールなどの貸し出しも無料であり、コートも自由に利用できました。

■サポート体制/Support for students :

学習面では習熟度別にクラス分けがされ、それぞれ違う先生が授業を行っていました。クラスの人数も10～15人程度で、1人1人よく見てくれたと感じています。大学に日本人スタッフの方もいらっしゃったので、何かあればサポートしていただけたと思います。また、現地学生とのマッチングを行うシステムがあり、放課後一緒に過ごすことができました。生活面はホストファミリーにほぼ一任されていましたが、放任主義的な家庭が多く、比較的自由だと思います。

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 :

ホームステイ

■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 :

現地大学指定の家庭にホームステイしました。1家庭に1～4人が同時にステイしましたが、全員個室がありました。シャワーやトイレはホストファミリーとは別のものが用意されていました。電気系統、家電などは日本と遜色ないと思いますが、Wi-Fiは少し遅い印象があったので、自分でモバイルWi-Fiを借りると安心です。各部屋にヒーターがありましたが、効きが悪かったり付かないことも多かったようです。

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

気候は冬の終わりということで朝晩はかなり寒かったです。大学は市の中心から少し歩いたところにあり、設備等は非常に充実していました。交通機関に関しては、バスが30～60分に一本あります。食事は基本的にどこでも美味しかったです。市内に日本食の店も多く、スーパーマーケットでも醤油やカップラーメンが販売されていたので困ることは無いと思います。ただ、家庭によっては野菜がほとんど出ないこともあったようです。最初に「野菜が好き」と伝えておくか、果物を積極的に食べるといいかもしれません。

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

現地ではクレジットカードが一般的で、かざすだけで決済ができる店舗がほとんどでした。現金も使えますが、使用頻度はそこまで高くないと思います。ただ、友人同士で旅行に行った際などは精算を現金で行うため、ある程度は必要かと思います。50,000～100,000円分程度あれば安心でしょう。

■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 :
治安は基本的に良く、夜遅くに出歩くことも可能でしたが、市の中心部には怪しげな人々もいました。なるべく近づかないこと、目を合わさないこと、話しかけられても答えないことを意識していました。また、体調を崩す友人もある程度いました。大学の授業がかなり朝早くから始まるので、夜遅くなりすぎないこと、栄養を意識して食事をしっかりと摂ることが大事だと思います。
■自由時間に利用した交通手段/Mean of transportation in your free time :
バス
■プログラム期間中に利用したネット環境/Internet service usage during the program :
キャンパス Wi-Fi, レンタルしたルーター

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 からの申請 ・所属学部での承認(各学部によって異なるので学生支援課に問い合わせる) ・オンライン申請(派遣先大学ホームページ) ・料金支払い(派遣先大学へ) ・オンライン申請後に届く Offer Letter の指示に従い手続き ・渡航情報届の提出 提出物が多く、名称もややこしいものがあるので、迷ったらすぐに国際交流課に問い合わせましょう。書類の不備で留学開始が遅くなった人もいたようです。
■ビザの手続き/Procedures to obtain visas :
日本はビザの免除国なので特に手続き等はありませんでした。代わりに NZeTA という入国許可の申請をオンラインで行う必要がありました。
■医療関係の準備/Preparations or actions taken to maintain your health :
コロナウイルスのワクチンを規定回数接種していることが渡航の条件でした。
■保険関係の準備/Preparations/procedures for insurance :
大学指定のものに加入しましたが特に問題等はありませんでした。
■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 :
各学部の学生支援課には担当の方がいらっしゃると思うので、窓口で問い合わせてください。自分の場合は学部指定の留学許可願を指導教員と専修課程主任教員に提出し、承認をもらうことが条件でした。
■語学関係の準備/Language preparation :
出発前の語学力は平均的な東大生くらいだと思います。初学者向けのプログラムだったので特に学習などの準備は行いませんでした。

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	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.)	300,000	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 :	

■留学先で費やした生活費/Overall expenses spent during the program :	
家賃	0 円/JPY
食費	50,000 円/JPY
交通費	5,000 円/JPY
娯楽費	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 :
今回の留学を通じて、英語力以外にも得られるものが多くあったと考えています。自分は海外旅行に多く行っており、海外については人よりも知っていると思っていましたが、今回実際に1ヶ月住んでみて視野が広がるような経験を数多くしました。歴史的な円安や異文化、考え方の違いなどを肌で感じた経験は今後の人生において大きな意味を持つと思います。
■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 :
プログラム中にも就活をしており、ホームステイ先から面接に参加していたため、就活には大きな影響がありました。また、日本以外で長期間生活することで日本の立ち位置を客観的に見ることができ、よりグローバル

ーバルな視点を身につけることができましたと思います。
■進路・就職先(就職希望先)/Career/Occupation (planned):
民間企業
■今後参加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 :
英語力を身につけるだけなら国内の英会話などもありますが、国際的な視野は実際に海外に住んでみなければ身につかないものだと思います。留学に参加し現地の授業や生活を経験するというのは社会人になってからではなかなかできないことだと思うので、大学生のうちに参加してみることをおすすめします。
■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/Websites or publications which were useful while preparing for or during program :
東京大学 海外留学情報 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(超短期プログラム用)

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

記入日/Date: 2022/9/18

■ID: C22017

■参加プログラム/Program: グローバルキャンパス推進本部サマープログラム

■プログラム情報/Program information: <https://www.u-tokyo.ac.jp/adm/go-global/ja/program-list-short-summer2.html>

■派遣先大学/Host university: オタゴ大学

■プログラム期間/Program period: 2022/8/18 ~ 2022/9/16

■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 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:

夏休みだったから。

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

英語を学びたいと思ったため参加しました。

■コロナ禍での派遣について/What is your opinion on studying abroad in COVID-19 pandemic?:

ニュージーランド入国のサポートは手厚かったですが、日本の帰国のサポートが薄いと感じました。

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

■概要/Overview:

フィールドワークが多かったです。

■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

■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:

課外活動

■週末の過ごし方/How did you spend the weekends and vacations?:

友人と遊ぶ。

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

■設備/Facilities:

Unipol というスポーツ施設が便利でした。

■サポート体制/Support for students:

Language Center の方は皆さん親切でした。

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:

ホームステイ
■ 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 :
完全に個室はありますが、ホームステイのためシャワー等は共用です。
■ 気候、大学周辺の様子、交通機関、食事等/Climate, environment around the institution, transportation, food, etc. :
大学にはバスで向かいます。3 食ホストファミリーが feed してくれます。
■ お金の管理方法、現地の通貨事情/Management of money and situation about local economy :
基本的にクレカです。
■ 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 :
お酒の飲み過ぎには注意した方がいいと思います。
■ 自由時間に利用した交通手段/Mean of transportation in your free time :
バス
■ プログラム期間中に利用したネット環境/Internet service usage during the program :
SIM

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 :
志望動機を記入した。
■ ビザの手続き/Procedures to obtain visas :
NZeTA を取得した。
■ 医療関係の準備/Preparations or actions taken to maintain your health :
コロナのワクチンを接種しておく方が良いと思います。
■ 保険関係の準備/Preparations/procedures for insurance :
付帯海学を利用しました。
■ 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 :
単位はないため関係ありませんでした。
■ 語学関係の準備/Language preparation :
TOEIC

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	150,000 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.)	300,000 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)	8,000 円/JPY
保険・社会保障料(留学先で必要だったもの)	0 円/JPY

/Insurance and/or social security (required by host institution/region/country)	
■その他、補足等/Additional comments :	

■留学先で費やした生活費/Overall expenses spent during the program :	
家賃	0 円/JPY
食費	100,000 円/JPY
交通費	20,000 円/JPY
娯楽費	50,000 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 :
英語に対する抵抗感をなくせたこと、外国人と関わる機会を得られたこと。
■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/Impact of the program on your thoughts for a career or job hunting :
とくにありません。
■進路・就職先(就職希望先)/Career/Occupation (planned) :
民間企業
■今後参加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 :
ぜひ参加すると思います。
■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/Websites or publications which were useful while preparing for or during program :
特にありません。

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)

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

記入日/Date: 2022/9/17

■ID: C22018

■参加プログラム/Program: グローバルキャンパス推進本部サマープログラム

■プログラム情報/Program information: <https://www.u-tokyo.ac.jp/adm/go-global/ja/program-list-short-summer2.html>

■派遣先大学/Host university: オタゴ大学

■プログラム期間/Program period: 2022/8/18 ~ 2022/9/16

■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 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:

夏休みだったから。

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

締切直前に気がつき応募を決めた。

■コロナ禍での派遣について/What is your opinion on studying abroad in COVID-19 pandemic?:

この状態であっても留学できたことは非常に満足である。一方で、準備には若干の手間がかかった。

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

■概要/Overview:

少しの宿題が出るが、30 分ほどで終わるものが多く、そんなに負担にはならない。

■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

■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:

スポーツクラブに入り、活動した。

■週末の過ごし方/How did you spend the weekends and vacations?:

ホストファミリーと出かけたり、現地の友達とお酒を飲んだりした。

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

■設備/Facilities:

図書館は広く、勉強しやすい。ジムが併設されており、学生証を見せれば、ビリヤード・卓球・サッカーなど様々なスポーツができる。

■サポート体制/Support for students:

現地の人は非常に優しく、スタッフに聞けばなんでも教えてくれる。

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 :
ホームステイ
■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 :
大学から紹介される。
■気候、大学周辺の様子、交通機関、食事等/Climate, environment around the institution, transportation, food, etc. :
ニュージーランドの冬は寒い。南半球であることに注意すること。また食事などは充実しているが、体感で日本よりも2～3倍ほど値段が高い。マクドナルドのハンバーガーが350円ほどである。
■お金の管理方法、現地の通貨事情/Management of money and situation about local economy :
どこでもクレジットカードが使える。クレジットカード専用のレジもあるので、2枚ほどあると便利。
■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 :
パスポートはなくさない。
■自由時間に利用した交通手段/Mean of transportation in your free time :
Uber
■プログラム期間中に利用したネット環境/Internet service usage during the program :
キャンパス Wi-Fi

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 :
大学からの説明会通りにやれば焦ることはない。しかし航空券は早めに取らないと書類の記入が進まないため、早く取るのがよい。
■ビザの手続き/Procedures to obtain visas :
NZeTA というアプリで入国可能。事前の登録を必ずすること。
■医療関係の準備/Preparations or actions taken to maintain your health :
コロナの予防接種は3回打っておくと手続き等が楽だった。予防接種証明に時間がかかることがあるので早めから準備を始めるべき。
■保険関係の準備/Preparations/procedures for insurance :
大学からの説明通りにやれば良い。保険代理店からの連絡には少々時間がかかるため、早めの登録を薦める。
■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 :
経済学部では別途書類提出が必要だった。全体の締切よりも若干締切が早いので、締切には留意しつつ、手続きを進めると吉。
■語学関係の準備/Language preparation :
特になし。

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	220,000 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.)	300,000 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 :	

■留学先で費やした生活費/Overall expenses spent during the program :	
家賃	0 円/JPY
食費	80,000 円/JPY
交通費	5,000 円/JPY
娯楽費	70,000 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 :	
現地の友達ができ、文化を知ることができた点は非常に満足である。また、東大の新たな友達ができ、ことも収穫である。	
■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 :	
海外で働く選択肢が増えた。	
■進路・就職先(就職希望先)/Career/Occupation (planned) :	

民間企業, 起業
■ 今後参加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 :
時間があるならエントリーするべきです。
■ 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/Websites or publications which were useful while preparing for or during program :
ネイティブが使う英語についてのサイト

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)

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

記入日/Date: 2022/9/19

■ID: C22019

■参加プログラム/Program: グローバルキャンパス推進本部サマープログラム

■プログラム情報/Program information: <https://www.u-tokyo.ac.jp/adm/go-global/ja/program-list-short-summer2.html>

■派遣先大学/Host university: オタゴ大学

■プログラム期間/Program period: 2022/8/18 ~ 2022/9/16

■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 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:

夏休みであり、英語学習にまとまった時間が取れる、よい機会だと感じたから。

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

夏休みというまとまった時間に、英語学習をする機会が欲しかったから。

■コロナ禍での派遣について/What is your opinion on studying abroad in COVID-19 pandemic?:

コロナに関する誓約書など、とにかく東京大学からの書類が煩雑で、学生に対して不親切である。とくに、所属学部と本部国際交流課で似たような書類を提出させられるのはおかしいと思う。情報共有を行い、書類の重複がないようにすべき。

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

■概要/Overview:

授業はもっぱら高校の授業という感じで、スピーキングだけできるというわけではない。

■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:

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:

クラブ活動に積極的に参加し、現地の学生と交流した。

■週末の過ごし方/How did you spend the weekends and vacations?:

ホストファミリーとお出かけ、Queenstown 旅行。

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

■設備/Facilities:

図書館・スポーツ施設完備。Wi-Fi もあり、PC を使えるスペースもある。

■サポート体制/Support for students:

授業の教員に英語に関する質問ができる。

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 :	
ホームステイ	
■ 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 :	
大学からの指定。	
■ 気候、大学周辺の様子、交通機関、食事等/Climate, environment around the institution, transportation, food, etc. :	
気候は寒く、曇りがち。大学周辺は街が広がっている。交通機関はバスを使用。食事は野菜少なめ。	
■ 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ほぼすべて決済できるので、両替額は 1 万円以下でよい。授業料振込にあたり海外送金をしなくてはならないので、メガバンクの口座はあったほうがよい(ゆうちょ・ネットバンクは使えない)。	
■ 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 :	
治安はいいので安心してよい。健康管理として、早寝早起きは心掛けた。	
■ 自由時間に利用した交通手段/Mean of transportation in your free time :	
バス	
■ プログラム期間中に利用したネット環境/Internet service usage during the program :	
キャンパス Wi-Fi, SIM	

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 :	
オタゴ大学・本部国際交流課・所属学部・奨学金関連の 4 種類の提出書類があり、かなり煩雑な手続きを進めることになる。とりわけ東京大学への提出書類は種類が多く、記入事項也多岐にわたるため、期限に余裕をもって準備すること。	
■ ビザの手続き/Procedures to obtain visas :	
ビザでないが、渡航者申告と NZeTA の手続きをしなければならない。申請はアプリと web でできる。	
■ 医療関係の準備/Preparations or actions taken to maintain your health :	
コロナワクチンを 3 回接種した。常備薬は解熱剤・咳止め・整腸剤を準備。	
■ 保険関係の準備/Preparations/procedures for insurance :	
付帯海学と OSSMA に加入。	
■ 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 :	
経済学部の教務課に対面で書類を提出しなければならない。	
■ 語学関係の準備/Language preparation :	
とくになし。	

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	170,000 円/JPY
派遣先への支払い(授業料・施設利用料など)	300,000 円/JPY

/Payment to host institution (tuition, facilities fee, etc.)	
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)	3,500 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 :	

■留学先で費やした生活費/Overall expenses spent during the program :	
家賃	0 円/JPY
食費	25,000 円/JPY
交通費	5,000 円/JPY
娯楽費	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 :	
日本学生支援機構	
■受給金額(月額)/Monthly stipend :	
70,000 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(本部国際交流課)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 :	
英語に対してよりモチベーションが高まった。	
■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 :	
より海外で働いてみたいと思うようになった。	
■進路・就職先(就職希望先)/Career/Occupation (planned) :	
民間企業	
■今後参加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 :	

いろいろ情報収集をしたうえで、参加するかどうかを決めてみてください。

■ 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/Websites or publications which were useful while preparing for or during program :

特になし。

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)

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

記入日/Date: 2022/10/3

■ID: C22020

■参加プログラム/Program: グローバルキャンパス推進本部サマープログラム

■プログラム情報/Program information: <https://www.u-tokyo.ac.jp/adm/go-global/ja/program-list-short-summer2.html>

■派遣先大学/Host university: オタゴ大学

■プログラム期間/Program period: 2022/8/18 ~ 2022/9/16

■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 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:

学生最後の夏休みに何か刺激が欲しかったため。

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

2022 年 5 月ごろ。特に迷いはなかった。

■コロナ禍での派遣について/What is your opinion on studying abroad in COVID-19 pandemic?:

特に気にならなかった。渡航期間中に日本において PCR の検査結果提示が不要になったのがラッキーだった。一方のニュージーランドでは公共の場所においてもマスクの着用が不要になったので、最後の数週はずっとマスクを付けず過ごしていた。

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

■概要/Overview:

フィールドワークとして博物館や植物園を訪れることができたのが貴重だった。
予復習は特に必要なかった。授業はスピーキング 4 割、ほか 2 割ずつほど。

■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

■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:

ユニポールでバドミントン・卓球・ビリヤードなどで放課後よく遊んでいた。

■週末の過ごし方/How did you spend the weekends and vacations?:

1 週目はダニーデン市街や Port Chalmers という港町を観光し、Speight's というビール醸造所のビール試飲ツアーに参加した。2 週目はクイーンズタウンを 2 泊 3 日で旅行し、船でのフィヨルドツアーや渓谷でのバンジージャンプを堪能した。3 週目はトンネルビーチへ行ったり、ホストマザーとオタゴ半島をドライブしたり、ラグビーを観戦したりした。4 週目はオタゴ大学の日本人コミュニティとフィリピン人コミュニティ主催のパーティーに参加したり、現地の友人と SUP というアクティビティをしたり、ダニーデンの市民マラソン大会に参加したりした。自分はほとんど東大の友人と過ごすことが多かったが、現地でできた友人と旅行している人などもいた。

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

■設備/Facilities:

ILC という書籍・ボードゲーム・映画が利用できるスペースがランゲージセンター内にある。Unipol というジム兼カフェが併設されている。Wi-Fi はなぜか大学から発行されたものが使えなかったが、eduroam が使えたので利用していた。

■サポート体制/Support for students:

学習面では ILC、生活面・精神面では希望すれば大学のサポート体制を利用できた様子。自分も一度スプーンを借りることができた。

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:

ホームステイ

■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:

ホームステイ。個室が与えられた。

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

寒い。常にジャンパーを羽織っていた。授業を受ける建物(ランゲージセンター)から中心街までは徒歩 15 分程度。ランゲージセンターの横にはカフェと大きなジムが併設されている。カフェではサンドイッチやハンバーガーなど軽食をとることもできる。ランゲージセンターまでの交通手段はバス。学生であれば乗り継ぎ込み片道 1 ドルで利用可能。オンラインでのトップアップは反映に最大 12 時間かかるので注意。自分の場合は到着したときに既にカードが用意されていた。バスにて現金でチャージすることも可能。朝はホストの家にあるものを適当に食べて、昼は自分で弁当を準備した。夜はホストマザーに作っていただいた。友人と食事をするときは予め夕食がいない旨の連絡をした。

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

デビットカードとクレジットカードの 2 枚を主に用いた。現金はほとんど使わないと思ってよい(現地でのパーティー参加費やカジノのみ)。

■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:

特に気をつけてなかったが、何とかなった。緊急時どこに連絡すればよいかなどは初週に案内がある。

■自由時間に利用した交通手段/Mean of transportation in your free time:

バス

■プログラム期間中に利用したネット環境/Internet service usage during the program:

キャンパス Wi-Fi, SIM

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:

渡航渡航届

■ビザの手続き/Procedures to obtain visas:

NZeTA
■医療関係の準備/Preparations or actions taken to maintain your health :
コロナワクチンは 3 回接種してから行きました。
■保険関係の準備/Preparations/procedures for insurance :
付帯海学
■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 :
ゼミの教授から意見書のようなものを書いてもらいました(実際には内容は自分で書き、チェックしてもらってから学部へ送りました)。
■語学関係の準備/Language preparation :
就活時に TOEIC895 点を取得した程度で、特に英会話等の準備はしませんでした。

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	160,000 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.)	300,000 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)	8,210 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 :	
OSSMA 会費・NZeTA 発行手数料	

■留学先で費やした生活費/Overall expenses spent during the program :	
家賃	0 円/JPY
食費	0 円/JPY
交通費	3,000 円/JPY
娯楽費	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、意義、その他所感/Impact of the participation on yourself or your thoughts :
現地で様々な学生や大人と交流すること、今後も付き合いがいけそうな東大の友人を作ることが出来たことは非常に有意義であったと思います。
■ 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 :
自身のグローバル志向性を再確認できた。
■ 進路・就職先(就職希望先)/Career/Occupation (planned) :
民間企業
■ 今後参加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 :
参加するならとにかく色々な人と交流して楽しみましょう。語学の勉強だけなら日本でもできます。
■ 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/Websites or publications which were useful while preparing for or during program :
過去の体験記

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)

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

記入日/Date: 2022/9/22

■ID: C22021

■参加プログラム/Program: グローバルキャンパス推進本部サマープログラム

■プログラム情報/Program information: <https://www.u-tokyo.ac.jp/adm/go-global/ja/program-list-short-summer2.html>

■派遣先大学/Host university: オタゴ大学

■プログラム期間/Program period: 2022/8/18 ~ 2022/9/16

■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:

夏期休暇中に実施される短期プログラムであり、ゼミや講義の予定を調整しなくとも参加できると考えたため。

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

将来的に、国際社会において活躍できる人材となるために、英語力のさらなる向上を図るとともに、現地での生活や他の学生との交流を通じて自身の視野を広げたいと考えていました。本学入学以来、将来のキャリアと幅広い視野の獲得のために、在学時の留学機会への参加を常に検討していましたが、新型コロナウイルスの感染拡大によって機会が得られなかったなか、今回の募集を受けて5月ごろに参加を決めました。

■コロナ禍での派遣について/What is your opinion on studying abroad in COVID-19 pandemic?:

派遣先大学での感染対策は十分であり、集団感染が発生することもなくプログラムを終えることができたため、これを契機に今後さらに派遣機会が増えればよいと考えています。

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

■概要/Overview:

授業は Speaking の割合が多く、英語でのコミュニケーションを練習する良い機会になりました。また、午後実施された NZ の文化を学ぶ講義ではフィールドワークも多く行われ、街の美術館等を訪れることで現地の文化により深く触れることができました。

■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:

スポーツは、先述のスポーツ施設でランニングやバドミントンなどを行いました。文化活動として、大学の現地学生が組織するクラブ活動に参加しました。

■週末の過ごし方/How did you spend the weekends and vacations?:

ホストファミリーと旅行、友人と観光

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

■設備/Facilities:

設備は非常に充実していました。特に、通学していた建物に隣接していたスポーツ施設はビリヤードなども設置されており、毎日のように利用している学生がいました。Wi-Fi も問題なく使用できました。

■サポート体制/Support for students:

学習面においても生活面においても、サポート体制は充実していたと感じます。

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:

ホームステイ

■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(プログラム内容に含まれていた)

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

ダニーデンにおける 8~9 月は日本の冬と同様に厳しい寒さが続き、また天気が非常に変わりやすい点も特徴的でした。街は大学の徒歩圏内に中心部があり、娯楽や外食もほとんどは当該地域で完結できる様子でした。交通機関は市バスまたは自家用車です。食事は外食となるとやや高価ですが、味・量ともに適合に苦しむほどで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:

現金で 3 万円ほどと、海外でも使えるデビットカードを持参しました。中にはキャッシュレス決済しか認めない店もあるため、カードを持参することをお勧めします。

■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:

治安面は悪くはありませんでしたが、深夜に一人で外を出歩かないようにはしていました。また、新型コロナウイルス感染のリスクもあったため、極力マスクを着用し、体調に違和感があるときは無理せず家で静養するよう心掛けました。

■自由時間に利用した交通手段/Means of transportation in your free time:

バス, Uber

■プログラム期間中に利用したネット環境/Internet service usage during the program:

キャンパス Wi-Fi

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:

大学本部に提出するものとしては渡航情報届があり、渡航にあたり必要な情報をすべて記入したうえで提出しました。

■ビザの手続き/Procedures to obtain visas:

NZeTA をオンラインで申請しました。申請~審査~発行までの手続きは 1~2 日で、特にトラブルもありませんでした。

■医療関係の準備/Preparations or actions taken to maintain your health :
新型コロナウイルスのワクチンを 3 回接種した状態で渡航しました。
■保険関係の準備/Preparations/procedures for insurance :
大学から指定を受けた、OSSMA と学研災付帯海外留学保険に加入しました。手続きの完了までに数営業日かかる場合があるので、早めに取りかかった方が良いです。
■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 :
海外渡航審議依頼書と留学許可申請書を提出しました。単位認定に関しては対象外であったため、特段の手続きはありませんでした。学部チームの指示に従い、着実に手続きを履行すれば大きな問題は生じないと思います。
■語学関係の準備/Language preparation :
出発前の語学力は、TOEIC で 950 点台でした。しかし、Speaking 面に苦手意識があったので、滞在中は意識して取り組みました。

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	250,000 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.)	300,000 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)	11,500 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 :	

■留学先で費やした生活費/Overall expenses spent during the program :	
家賃	0 円/JPY
食費	20,000 円/JPY
交通費	3,500 円/JPY
娯楽費	70,000 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味、その他所感/Impact of the participation on yourself or your thoughts :
語学力向上はこのプログラムの大きな目的の一つであり、大変重要な要素ですが、私にとって本プログラムに参加した一番の意義は海外での生活を通じ、日本のそれとは異なる文化・価値観を学ぶことで、自身の視野を広げることができた点だと考えています。
■ 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 :
改めて国際的なキャリアに対して関心を深めるきっかけになりました。
■ 進路・就職先(就職希望先)/Career/Occupation (planned) :
公的機関
■ 今後参加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 :
語学力(特に Speaking)向上を目指している方、海外での生活を通じて日本と異なる文化・価値観に触れてみたい方は、参加を検討することをお勧めします。
■ 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/Websites or publications which were useful while preparing for or during program :
現地在外公館のホームページ

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)

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

記入日/Date: 2022/9/20

■ID: C22022

■参加プログラム/Program: グローバルキャンパス推進本部サマープログラム

■プログラム情報/Program information: <https://www.u-tokyo.ac.jp/adm/go-global/ja/program-list-short-summer2.html>

■派遣先大学/Host university: オタゴ大学

■プログラム期間/Program period: 2022/8/18 ~ 2022/9/16

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

■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:

これまで、留学プログラム等に参加経験がなく、来年から就職することもあり、最後のチャンスだと思ったから。

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

これまで留学経験がなく、来年から就職することもあり、これが最後のチャンスだと思ったから。

■コロナ禍での派遣について/What is your opinion on studying abroad in COVID-19 pandemic?:

特に不満なし。

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

■概要/Overview:

平日は 9:00~15:00 まで授業。宿題はあったが、そこまで負担は感じなかった。週 1 回程度外でのフィールドワークやイベントがあり、飽きなかった。

■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

■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:

マラソンに出場した。

■週末の過ごし方/How did you spend the weekends and vacations?:

旅行、マラソン

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

■設備/Facilities:

図書館: あり、スポーツ施設: あり。ほぼ毎日通っていた。Wi-Fi: あり

■サポート体制/Support for students:

満足

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 :
ホームステイ
■ 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 :
大学からの案内
■ 気候、大学周辺の様子、交通機関、食事等/Climate, environment around the institution, transportation, food, etc. :
田舎なためバスは少ない。食事・気候に関しては、不自由感ることなく良かった。
■ お金の管理方法、現地の通貨事情/Management of money and situation about local economy :
VISA などのクレジットが 1 枚あれば十分。
■ 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 :
治安は良かった。
■ 自由時間に利用した交通手段/Means of transportation in your free time :
ランニング
■ プログラム期間中に利用したネット環境/Internet service usage during the program :
キャンパス Wi-Fi, SIM

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 :
大学からの案内に従って提出。
■ ビザの手続き/Procedures to obtain visas :
特段面倒な手続きはなかった。
■ 医療関係の準備/Preparations or actions taken to maintain your health :
コロナワクチンは必須。
■ 保険関係の準備/Preparations/procedures for insurance :
大学からの案内に従って準備。
■ 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 :
大学からの案内に従って提出。
■ 語学関係の準備/Language preparation :
特になし。

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	160,000 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.)	300,000 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)	10,000 円/JPY

/Overseas travel insurance fee (designated by UTokyo)	
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 :	

■留学先で費やした生活費/Overall expenses spent during the program :	
家賃	0 円/JPY
食費	20,000 円/JPY
交通費	2,000 円/JPY
娯楽費	50,000 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 :	
日本学生支援機構	
■受給金額(月額)/Monthly stipend :	
70,000 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(本部国際交流課)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 :	
海外での生活がイメージできるようになった。	
■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 :	
海外での生活がイメージできるようになった。	
■進路・就職先(就職希望先)/Career/Occupation (planned):	
民間企業	
■今後参加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 :	
これまで海外留学経験がない人にとっては、良い経験になると思います。	
■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/Websites or publications which were useful while preparing for or during program :	

なし

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)

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

記入日/Date: 2022/10/12

■ID: C22023

■参加プログラム/Program: グローバルキャンパス推進本部サマープログラム

■プログラム情報/Program information: <https://www.u-tokyo.ac.jp/adm/go-global/ja/program-list-short-summer2.html>

■派遣先大学/Host university: オタゴ大学

■プログラム期間/Program period: 2022/8/18 ~ 2022/9/16

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

■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:

夏休みだから。

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

東大の留学プログラムを探していた時。

■コロナ禍での派遣について/What is your opinion on studying abroad in COVID-19 pandemic?:

日本は他国に比べて渡航条件が厳しい中、このようなプログラムに参加でき、ありがたかったです。

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

■概要/Overview:

全て IELTS のための勉強。

■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

■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:

現地の大学生がジムで遊んでいるところに飛び入り参加しました。

■週末の過ごし方/How did you spend the weekends and vacations?:

市街散策、郊外観光

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

■設備/Facilities:

大規模図書館、無料のジム、Wi-Fi 完備

■サポート体制/Support for students:

全て心配事を相談できるサポートの方が大学にいます。

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:

ホームステイ
■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 :
プログラムで既定
■気候、大学周辺の様子、交通機関、食事等/Climate, environment around the institution, transportation, food, etc. :
バスは片道1ドルで、バスカードを作るのがお得で楽だと思います。
■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すべて払えるので、現金は全くいらないと思います（自動販売機もクレジットカードでok）。
■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 :
治安は日本並みに良いので心配いらないと思います。
■自由時間に利用した交通手段/Means of transportation in your free time :
バス, レンタルの電動スクーター
■プログラム期間中に利用したネット環境/Internet service usage during the program :
キャンパス Wi-Fi, SIM

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、留学許可願
■ビザの手続き/Procedures to obtain visas :
なし
■医療関係の準備/Preparations or actions taken to maintain your health :
現地に薬局があるのでさほど心配はいらないと思います。
■保険関係の準備/Preparations/procedures for insurance :
OSSMA、海外付帯保険等の手続きをします。
■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 :
渡航情報届の提出
■語学関係の準備/Language preparation :
オンライン通話など

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	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.)	300,000 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)	15,000 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 :	

■留学先で費やした生活費/Overall expenses spent during the program :	
家賃	0 円/JPY
食費	0 円/JPY
交通費	5,000 円/JPY
娯楽費	50,000 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 :
常識や習慣が異なる場所で生活することで、新しい考え方が出来るようになったこと。
■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/Impact of the program on your thoughts for a career or job hunting :
日本の異常なまでの所得水準と物価の低さを痛感し、金融に興味が湧きました。
■進路・就職先(就職希望先)/Career/Occupation (planned):
■今後参加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 :
あれこれ悩む前にとりあえず行ってみましょう！素晴らしい経験が出来ると思います。
■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/Websites or publications which were useful while preparing for or during program :
なし

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)

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

記入日/Date: 2022/9/20

■ID: C22025

■参加プログラム/Program: グローバルキャンパス推進本部サマープログラム

■プログラム情報/Program information: <https://www.u-tokyo.ac.jp/adm/go-global/ja/program-list-short-summer2.html>

■派遣先大学/Host university: オタゴ大学

■プログラム期間/Program period: 2022/8/18 ~ 2022/9/16

■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:

3 年の夏からは就職を考えインターンをしなければならず、1 年の時はコロナが流行っており海外に行けるような状況ではなかったため 2 年の今しかないと思った。

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

両親が資金援助してくれる大学在学中に海外経験を積みたいと考えていた。また、進振りが近く色々な学部の候補を考えるとともに将来のことを考えていて、海外で住むことや海外の大学院に通うことを考えた。それを考慮する上で実際に海外で生活することはいい経験だと思ったので参加した。

■コロナ禍での派遣について/What is your opinion on studying abroad in COVID-19 pandemic?:

特になし。

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

■概要/Overview:

一度ボタニカルガーデンに行ったことが印象に残っている。授業自体は高校の英語の授業を英語でやったようなイメージ。

■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

■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:

ボート部にコーチとして参加した。

■週末の過ごし方/How did you spend the weekends and vacations?:

日本人の友人と色々な場所を訪れた。

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

■設備/Facilities:

設備は充実していた。ビリヤードや卓球を Language Centre の隣にある unipol という施設でよく遊んだ。

■サポート体制/Support for students:

サポート体制はしっかりしていると思います。

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 :

ホームステイ

■ 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 :

大学が見つけてくれた。

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

非常に寒く、最初の方は寒さで夜目が覚める日々が続いた。防寒対策は必須。大学周辺は基本的に治安は良いが、日本ほど安全とは言えない。交通機関は片道 1ドルのバスを利用して大学まで通った。食事はホストによると思うが、私のホストはたくさん野菜を出してくれ健康的な食生活を送れたが、人によっては一切野菜をとっていないという人もいたのでそこは注意が必要である。

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

ほとんど現金を利用した。現金はバラして持っていた。

■ 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/Aspects of risk and safety management, local health care system, and any actions taken to maintain your health :

中心地で不審者から何回か声をかけられることはあったが、無視をすれば基本的には大丈夫であった。

■ 自由時間に利用した交通手段/Mean of transportation in your free time :

バス, Uber, 自転車

■ プログラム期間中に利用したネット環境/Internet service usage during the program :

キャンパス Wi-Fi, SIM

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 :

書類に従って準備した。

■ ビザの手続き/Procedures to obtain visas :

NZeTA のパスポートの番号を 1桁間違えており当日航空券が発券されず焦ったので、パスポート番号を打ち間違えようにしっかり確認しましょう。

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

特になし。

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

付帯海学

■ 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 :

特にこれといって準備はしていなかったが 1ヶ月前から DMM 英会話を始め、毎日 30 分間英語を話す機会を設けていた。語学レベルは TOEIC 905 点。

費用・奨学金に関する事/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	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.)	300,000 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)	0 円/JPY
■ その他、補足等/Additional comments :	

■ 留学先で費やした生活費/Overall expenses spent during the program :	
家賃	0 円/JPY
食費	0 円/JPY
交通費	3,000 円/JPY
娯楽費	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 :
自分はボート部に直接コンタクトをとってコーチをやらしてもらった経験が一番意義があったと思っている。学校では日本人が多く、どうしても日本語を喋ってしまうことになる。また、ホストファミリー宅も日本人がいたためあまり英語を喋る機会に恵まれなかった。そのため、実際に自分は日本でボートのコーチをやって

いて知識はあるのでその強みを生かせるボート部に参加した。ボート部はもちろん自分以外全員ニュージーランド人である。そのため、常に英語を話さなければならないし、そこで英語をたくさん話す機会が得られた。ボートトークはジェスチャー含めて説明すればなんとかなるのだが、トークの中で一番苦労したのは日常会話である。なんといってもジョークを混ぜて話してくるが、それが理解できずあとで気づくというのを何度もやってしまい申し訳なくなってしまう。学校の教科書で学ぶ勉強では絶対にネイティブに追いつけないと感じた瞬間である。やはり、プログラムに参加するからにはそこでしかできない体験を追い求め続けるべきである。自分は海外の大学生のパーティに参加したし海外のバーやクラブも行った。このプログラムは授業外の自由度が高いのでどう過ごすかは自分次第である。なので、もしこのようなプログラムに参加したら、そこでしかできないことをやり尽くすため、失敗を恐れず躊躇せず色々とチャレンジするべきだし、色々と知り合いを増やすべきである。日本人もこれまでは一定のコミュニティに縛られた友人しかできなかったが学年や学部を超えて様々なバックグラウンドの人と知り合えた。

■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:

海外で働くことも身近に感じられるようになった。

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

民間企業

■今後参加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:

迷ったら参加するべきだと思います。

■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/Websites or publications which were useful while preparing for or during program:

trip advisor

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)

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

記入日/Date: 2022/9/18

■ID: C22027

■参加プログラム/Program: グローバルキャンパス推進本部サマープログラム

■プログラム情報/Program information: <https://www.u-tokyo.ac.jp/adm/go-global/ja/program-list-short-summer2.html>

■派遣先大学/Host university: オタゴ大学

■プログラム期間/Program period: 2022/8/18 ~ 2022/9/16

■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:

夏休みは長くて時間があるので、短期留学を行うのに最適だと思ったから。

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

長期留学までは考えていないが、短期で留学をしてみたいと思い、大学のプログラムを調べていて見つけたので参加を決めました。

■コロナ禍での派遣について/What is your opinion on studying abroad in COVID-19 pandemic?:

ワクチンの接種証明や PCR 検査の予約が大変だった。

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

■概要/Overview:

授業は比較的簡単です。

■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:

現地の学生とのコミュニティ。

■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:

現地の学生と友達になれるシステムを使い友達を作った。

■週末の過ごし方/How did you spend the weekends and vacations?:

市内を観光したり、観光ツアーに参加したり、クイーンズタウンに旅行に行った。

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

■設備/Facilities:

Wi-Fi は東大より強く安定してます。図書館も広くて大きい図書館が数軒あります。

■サポート体制/Support for students:

旅行先のスキーで事故にあい、数日後の帰宅後に病院にかかるか迷っていた時もアドバイザー達は皆さんとても親切に対応してくれました。たまたまホストファミリーが街を離れていたため、体調のすぐれない中家に 1 人にならないように友人のホストに連絡して、泊めてもらえました。

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 :
ホームステイ
■ 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 :
大学から指定されたホームステイ先に泊まりました。1 人だけのホームステイで同じホームステイの人はいませんでした。個室でベッドと机、棚、ヒーターなどは揃っていました。リビングは暖炉があるのでとても暖かいです。部屋は寒かったです。キッチンの物は全て自由に使っていたという家でした。
■ 気候、大学周辺の様子、交通機関、食事等/Climate, environment around the institution, transportation, food, etc. :
天候が変わりやすく、寒い日は 0 度前後だったためとても寒かったです。暖かい日はコートがいらないくらいでした。バスは 1 時間に 1 本しかない路線も多いのでバスの時間は気をつける必要があります。食事はとても美味しいですが、物価が高いため外食すると出費がかさみます。バスは本数が少ないので基本は徒歩で大学周辺を移動していました。電動スクーターがめっちゃめっちゃ便利ですが、高いです。
■ お金の管理方法、現地の通貨事情/Management of money and situation about local economy :
クレジットカードと現金を持っていきました。キャッシュレスが進んでいるのでカードはどこでも使えます。プログラム中に円安が進んだので、プログラム後半は現金を使用しました。
■ 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/Aspects of risk and safety management, local health care system, and any actions taken to maintain your health :
治安はとても良いです。夜などでも比較的安全だと思います。スキーをした際にスノーボーダーと事故に遭い、現地の病院に行きましたが、医療費はニュージーランド政府の保険で全額補償されたので、日本の海外保険を使う必要もありませんでした。
■ 自由時間に利用した交通手段/Means of transportation in your free time :
バス, Uber
■ プログラム期間中に利用したネット環境/Internet service usage during the program :
キャンパス Wi-Fi, SIM

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 :
渡航情報届で所属や航空券の情報などを提出した。航空券が決まらないと提出できないので早めに航空券を取る必要がある。
■ ビザの手続き/Procedures to obtain visas :
NZeTA, Traveler pass、ワクチンの接種証明登録が必要なのでワクチン接種証明を早めに取得しておいた方がよい。
■ 医療関係の準備/Preparations or actions taken to maintain your health :
食事が合わない時に備えて鉄分、カルシウム、ビタミンのサプリを用意した。風邪薬と胃腸薬も日本から持っていました。
■ 保険関係の準備/Preparations/procedures for insurance :
大学から指定された保険に加入しました。

■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 :
教務課の方に説明を受けました。夏休みだったので特に問題ありませんでした。
■語学関係の準備/Language preparation :
出発前の語学レベルを確認しておくと思えました。

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	201,720 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.)	300,000 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)	12,000 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 :	
NZETA: 4,000 円 オークランドで乗り継ぎの為滞在: 20,000 円	

■留学先で費やした生活費/Overall expenses spent during the program :	
家賃	0 円/JPY
食費	40,000 円/JPY
交通費	4,500 円/JPY
娯楽費	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 :
英語でのコミュニケーション能力が向上したと思う。自然が豊かで人も親切な土地で参加できて満足している。
■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 :
英語の勉強をより頑張りたいと思った。
■進路・就職先(就職希望先)/Career/Occupation (planned) :
民間企業
■今後参加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 :
長期留学をするかどうか考える良い機会になると思う。
■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/Websites or publications which were useful while preparing for or during program :
現地に住んでいる日本人のブログ

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)

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

記入日/Date: 2022/10/10

■ID: C22028

■参加プログラム/Program: グローバルキャンパス推進本部サマープログラム

■プログラム情報/Program information: <https://www.u-tokyo.ac.jp/adm/go-global/ja/program-list-short-summer2.html>

■派遣先大学/Host university: オタゴ大学

■プログラム期間/Program period: 2022/8/18 ~ 2022/9/16

■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:

コロナ禍後、初めて海外渡航がしやすくなったから。

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

海外に行くという経験をしたかったし、英語を使える国がよかった。

■コロナ禍での派遣について/What is your opinion on studying abroad in COVID-19 pandemic?:

これからもこういった機会を可能な範囲で作ってほしいです、やはりオンラインプログラムとは異なり、対面プログラムの方が圧倒的に得られるものが違うと思います。

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

■概要/Overview:

大学の日本人サークル方々などが企画してくださった、アジア人パーティーがとても楽しく、本当に多くのアジアの方と会話できて親しくなることができました。また授業では観光学の特別授業が印象に残っています、個人的に授業中に教授が出すクイズに正解したので「お土産」を頂きました。選択授業は「NZ Culture」がおすすめです。

■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:

何回かジムに行きました、また積極的にイベントにも参加しました。

■週末の過ごし方/How did you spend the weekends and vacations?:

観光やイベント参加、現地で知り合った人とレストランに行ったり、特に夜のバーでは色んな人と話した。

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

■設備/Facilities:

基本的に問題ないです、もっと大学の設備を利用すればよかったと思っているぐらいです。

■サポート体制/Support for students:

最初は現地の人と打ち解けられるか不安でしたが、基本的に皆フレンドリーなのですぐ仲良くなりました、アジア人コミュニティはおすすめです。

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 :
ホームステイ
■ 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 :
大学の紹介
■ 気候、大学周辺の様子、交通機関、食事等/Climate, environment around the institution, transportation, food, etc. :
寒く乾燥していました、とても空気がきれいでも人も優しいです。主にバス利用、食事はホストファミリーの手料理か外食。
■ お金の管理方法、現地の通貨事情/Management of money and situation about local economy :
基本はクレジットカードで大丈夫です、1万円ほど両替しといてもいいかもですが。
■ 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 :
医療面は特段心配はないかと思われます、一人友人も怪我しましたが保険適用でした。治安は基本は良いですが、私個人でいうと夜のバスや繁華街で差別的な発言をされたりはしました。
■ 自由時間に利用した交通手段/Means of transportation in your free time :
タクシー、バス
■ プログラム期間中に利用したネット環境/Internet service usage during the program :
キャンパス Wi-Fi, SIM

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 :
プログラムで指定されている誓約書、またオタゴ大学に指定されていた学費納入、ホームステイ登録などの手続き
■ ビザの手続き/Procedures to obtain visas :
インターネット上で完結しました。
■ 医療関係の準備/Preparations or actions taken to maintain your health :
解熱剤や喉の痛み止め等を持参しました。
■ 保険関係の準備/Preparations/procedures for insurance :
付帯海学と OSSMA の登録をしました、指定されている通りに行えれば大丈夫です。
■ 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 :
前期教養課程の場合は特段必要ありませんでした。
■ 語学関係の準備/Language preparation :
約 1 年前に受験した IELTS が総合 6.5、特に英語学習はしていませんでしたが、簡単なコミュニケーションは取れました。

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	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.)	300,000 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 :	

■ 留学先で費やした生活費/Overall expenses spent during the program :	
家賃	0 円/JPY
食費	10,000 円/JPY
交通費	10,000 円/JPY
娯楽費	10,000 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 :
英語力をつけるというのが当初の目的であったが、それ以上に精神面での成長ができた。 あまり海外経験がないので慣れないことも多かった。バスや飛行機でアジア人が自分だけというようなこともあり、「マイノリティになる」という経験をした。しかも「国に帰れ」「黄色」と言われたり、バスの中で猿の鳴

き声をスマホから流されて笑われたこともあった。全く気持ちは良くなかったが、差別を受ける側になったのも人生で初めてだった。それでも多くの多国籍の友人(中国、韓国、マレーシア、インドネシア、ミャンマー、インドネシア、ブルネイ、フィリピン、ブラジルなど)と出会えて本当によかった。現地に住んでいる日本人や日本に滞在経験のあるニュージーランド人とも知り合えた。頑張って英語でコミュニケーションをとり、かけがえのない体験をした、人生の中でも忘れられない2週間になった。

■ 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:

積極的に色々な人に関わることができるようになった、それは特に外国の方に対してだ。空港などで乗る飛行機がわからなくなったり、急いでいる時に道端でワイヤレスイヤホンを落としたりした際に周りの人に助けを求めた。皆優しく手伝ってくれた。外国の方とコミュニケーションをとる経験がこれまであまりなく、これほどまでに自分が英語で積極的に話しかけることができると思っていたいなかったが、やはり海外で一人という状況でそういったことが知れてよかった。今後のキャリアでもこういったコミュニケーションの部分を活かしていきたい。

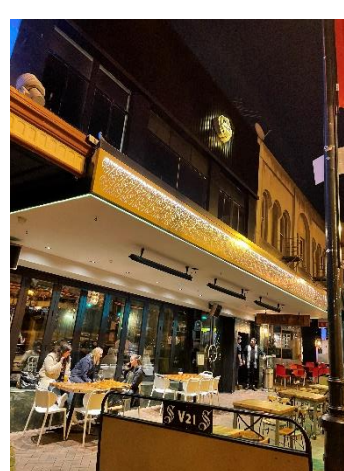
■ 進路・就職先(就職希望先)/Career/Occupation (planned):

■ 今後参加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:

日本、特に東京とは全く違った世界が広がっていました。そして英語に自信がなくてもプログラムでの参加となればそこまで困ることはないはずですので予定や条件等が合えば、ぜひ応募してみてください！

■ 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/Websites or publications which were useful while preparing for or during program:

”Neuron”というレンタル電動スクーターのアプリ、バス乗り換え等は Google Map 頼りです。



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)

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

記入日/Date: 2022/9/18

■ID: C22029

■参加プログラム/Program: グローバルキャンパス推進本部サマープログラム

■プログラム情報/Program information: <https://www.u-tokyo.ac.jp/adm/go-global/ja/program-list-short-summer2.html>

■派遣先大学/Host university: オタゴ大学

■プログラム期間/Program period: 2022/8/18 ~ 2022/9/16

■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:

サークルの大会と被らない日程だった。全学交換留学(例年 10 月末申込み締切)の前段階としても最適な時期だと思った(ただし、今年は申込み締め切りが早まったため、逆に大変な日程となってしまった)。

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

全学交換留学に申し込むことに決めていたが、その前に最低 1 回は海外経験を持ちたいと思っていたので、プログラムの募集が開始してから直ちに参加を決めた。

■コロナ禍での派遣について/What is your opinion on studying abroad in COVID-19 pandemic?:

入国・出国手続きが煩雑だった。My SOS は先に済ませておくべきだった。

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

■概要/Overview:

General English は高校の英語の授業を日本語ではなく英語で行うような感じだった。NZ culture の授業では、博物館や植物園などに出かけることが多々あった。

■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:

ヨガクラブ、ウォーキングクラブ、Language Partner とのランチなど

■週末の過ごし方/How did you spend the weekends and vacations?:

街の中心部やオタゴ半島に出かけたり、植林や自殺予防イベントのボランティアに参加したりした。

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

■設備/Facilities:

OUSA という緑の建物で、無料の朝ごはんや低価格のランチを提供しており、現地学生と交流できる。Wi-Fi は建物内では基本どこでも通じる。図書館は席が多い。

■サポート体制/Support for students:

オリエンテーションによると充実しているようだが、特に利用しなかった。

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 :
ホームステイ
■ 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 :
留学生は自分ひとりのみだった。ご高齢のため外に連れて行ってもらうことはなかったが、生活面で大変よくしていただき、たくさん話すこともできた。
■ 気候、大学周辺の様子、交通機関、食事等/Climate, environment around the institution, transportation, food, etc. :
個人的には、ヒートテック・長袖インナー・パーカー・(ダウン) でちょうどいいくらいの気候。 バスの本数が少ない。
■ お金の管理方法、現地の通貨事情/Management of money and situation about local economy :
ほとんどクレジットカードで、バスの入金や割り勘などは現金。2 万円ほど両替した。
■ 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/Aspects of risk and safety management, local health care system, and any actions taken to maintain your health :
結膜炎になったが、大学のヘルスケアセンターで無料で診察してもらえ、無料で目薬ももらえた。
■ 自由時間に利用した交通手段/Mean of transportation in your free time :
バス
■ プログラム期間中に利用したネット環境/Internet service usage during the program :
キャンパス Wi-Fi, SIM

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 :
本部国際交流課・オタゴ大学・入国に関する手続き
■ ビザの手続き/Procedures to obtain visas :
なし
■ 医療関係の準備/Preparations or actions taken to maintain your health :
コロナワクチン 3 回
■ 保険関係の準備/Preparations/procedures for insurance :
東大から指定された保険のみ。
■ 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 :
申込み前に教務課から説明を受けたのみ。
■ 語学関係の準備/Language preparation :
IELTS6.5。話す練習をしておきたかったが、時間がとれず、結局なにも準備できなかった。

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	180,000 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.)	290,730 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)	3,500 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 :	

■留学先で費やした生活費/Overall expenses spent during the program :	
家賃	0 円/JPY
食費	0 円/JPY
交通費	3,000 円/JPY
娯楽費	50,000 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 :	
70,000 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(本部国際交流課)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 :	
多様性豊かな NZ という国で 1 ヶ月生活し、現地の人々と交流することで、多くの新たな視点を得られた。たとえば、東アジア人としての自分、ワークライフバランス、キャリアプラン、先住民族に対する政策と人々の考え、コモンウェルスについてなど考えた。一方で、それらの視点をなんとなく知るに留まり、深掘りすることはできなかった。NZ の現代社会について事前知識を持っていれば、より深い学びが得られたのではないかと後悔している。	
■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 :
全学交換留学への思いがより強まり、イメージも以前よりは明確になった。
■進路・就職先(就職希望先)/Career/Occupation (planned):
専門職(法曹・医師・会計士等), 公的機関, 非営利団体
■今後参加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 :
NZ の歴史や自然については授業や博物館で学ぶ機会があるので、事前学習では、NZ の教育システムや社会保障制度、政治など、現代社会について調べておくといいと思います。
■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/Websites or publications which were useful while preparing for or during program :
OUSA のサイト、フェイスブック・インスタ(週末などのイベント探し)

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)

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

記入日/Date: 2022/9/20

■ID: C22030

■参加プログラム/Program: グローバルキャンパス推進本部サマープログラム

■プログラム情報/Program information: <https://www.u-tokyo.ac.jp/adm/go-global/ja/program-list-short-summer2.html>

■派遣先大学/Host university: オタゴ大学

■プログラム期間/Program period: 2022/8/18 ~ 2022/9/16

■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:

大学生活を 1 年終えて振り返った時に、大学生のうちに海外経験を積んでおきたいと思ったため。

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

去年も検討していたがオンラインだったので断念していたところ、今年は現地開催と知り、募集開始と同時期に参加を決めました。

■コロナ禍での派遣について/What is your opinion on studying abroad in COVID-19 pandemic?:

接種証明書の発行や帰国前 PCR 検査の予約など、事前手続きが大変でした。コロナ感染状況は日本より現地の方が落ち着いていたため、渡航後はそれほど心配することはありませんでした。

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

■概要/Overview:

宿題は特に無かったため、授業外では現地の人やホストファミリーとの交流を大切にしました。日本に興味がある現地の学生とマッチングするシステムがあり、連絡先を交換して留学期間中に何回か交流しました。短い期間でしたが、さまざまな人と関わることで非常に貴重な経験になりました。

■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

■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:

現地の学生との交流を大切にしました。出来るだけホストファミリーと関わる時間を取るようにして、夜はたくさん会話をするようにしました。わからない単語や物は、質問をするようにしました。

■週末の過ごし方/How did you spend the weekends and vacations?:

友達と旅行に出かけたり、ホストファミリーに旅行に連れて行ってもらったりしました。

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

■設備/Facilities:

図書館の環境はとても良く、自習で利用しました。スポーツ施設がすぐ隣にあったため、授業後に学生同

士で遊びに行きました。スキー用具などもレンタルできるようです。Wi-Fi も特に問題はありませんでした。
■サポート体制/Support for students :
ILC という図書館のような施設があり、英語力につながる資料が多く揃っていました。先生も質問をすれば快く対応してくださり、助かりました。

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 :
ホームステイ
■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 :
大学からの斡旋。
■気候、大学周辺の様子、交通機関、食事等/Climate, environment around the institution, transportation, food, etc. :
気候は全体的にとっても過ごしやすいですが、雪が降った日は寒かったです。大学周辺にはスーパーや市街地があり、物に困ることはないと思います。バスの本数が少ないのが不便ですが、登下校に困ることはなかったです。ホームステイ先の食事にも特に問題はなく、スーパーと一緒に行ってリクエストしたものを作ってくれたり、現地の食事を楽しんだりすることができました。
■お金の管理方法、現地の通貨事情/Management of money and situation about local economy :
ほぼデビットカードで支払いました。バスなど、現金しか使えない場所がありますが、日本で両替した分で足りました。
■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/Aspects of risk and safety management, local health care system, and any actions taken to maintain your health :
治安はかなり良く、親切で優しい人が多い印象です。学生が多いので過ごしやすい環境だったと思います。ホストファミリーと夕食をとるため、18:00 には家に着くようにしていましたが、遅くなる際は必ずホストファミリーに連絡して、一人にならないようにしました。
■自由時間に利用した交通手段/Means of transportation in your free time :
バス、電動スクーター
■プログラム期間中に利用したネット環境/Internet service usage during the program :
国際ローミング

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、ワクチン接種証明書、OSSMA 申請、付帯海学申請、プログラム料金支払いの際の海外送金に手間取りました。
■ビザの手続き/Procedures to obtain visas :
NZeTA、TravellerPass
■医療関係の準備/Preparations or actions taken to maintain your health :
ワクチンは 3 回接種しました。
■保険関係の準備/Preparations/procedures for insurance :
付帯海学、OSSMA

■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 : アドミニストレーション棟の受付で説明を受けました。進学振り分けの時期と重なっていたので、登録期間について、時差に気をつけるようアドバイスを受けました。
■語学関係の準備/Language preparation : 海外経験は無く、英語力の自信はありませんでした。

費用・奨学金に関する事/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	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.)	300,000 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)	12,000 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 :	
NZeTA 4,000 円、ホテル代 28,000 円、携帯通信料 20,000 円	

■留学先で費やした生活費/Overall expenses spent during the program :	
家賃	0 円/JPY
食費	0 円/JPY
交通費	4,000 円/JPY
娯楽費	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 :

海外経験がなく、手続きの段階から全てわからないことだらけでしたが、それらも含め海外について多くの知識を得ることができました。東大生との繋がりが広がったこともとても大きかったです。現地ではLanguage Partner 制度のおかげもあり、この機会でなければ一生知り合うことのなかったであろう人達と繋がることができ、交流を続ける中で日々大きく視野が広がっていった実感がありました。渡航前と比べて、英語でのコミュニケーションに障壁を感じなくなったことが嬉しく、今回知り合った人達と今後も交流を続けたり、日本でも外国人との交流を増やしたりしたいと思うようになりました。また、ホームステイの経験も貴重でした。旅行だけでは知ることのできない現地の生活を直に感じる事ができ、異文化交流の楽しさを実感しました。ホストファミリーには自分から働きかけて、様々な経験をさせて頂きました。本当に感謝しています。全体を通して、英語力はもちろんのこと、その他に得たものが非常に多く、人生のターニングポイントになるような貴重な経験になりました。海外経験が無いまま月日が過ぎてしまい、どこから始めて良いのか分からず困っていましたが、このプログラムはハードルが低く私にとって最適なものであったと感じています。

■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 :

将来のキャリアを考える上で、日本だけに留まることなく、常に海外という視点を持っていたいと思うようになりました。

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

民間企業

■今後参加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 :

海外プログラムをどれから始めようか迷っている方におすすめです。深く考え過ぎず、参加を決めることを強くお勧めします。

■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/Websites or publications which were useful while preparing for or during program :

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(超短期プログラム用)

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

記入日/Date: 2022/10/2

■ID: C22031

■参加プログラム/Program: グローバルキャンパス推進本部サマープログラム

■プログラム情報/Program information: <https://www.u-tokyo.ac.jp/adm/go-global/ja/program-list-short-summer2.html>

■派遣先大学/Host university: オタゴ大学

■プログラム期間/Program period: 2022/8/18 ~ 2022/9/16

■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:

時間に余裕があった。

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

費用を自分で負担できるかどうか不安だったが、この夏休みくらいしか自由に時間が取れる時期がないと思って決断しました。

■コロナ禍での派遣について/What is your opinion on studying abroad in COVID-19 pandemic?:

PCR 検査に 170 ドルほどかかった。

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

■概要/Overview:

授業は 50 分で課題は非常に少なかったです。英語の授業は speaking が中心で listening, reading もありました。

■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:

スポーツクラブへの参加、diversity week のイベントやパーティーへの参加

■週末の過ごし方/How did you spend the weekends and vacations?:

現地の友達と過ごすか、ホストファミリーと過ごすか、日本人の友達とちょっと遠出するかのいずれかでした。

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

■設備/Facilities:

Wi-Fi, 図書館、ジム、体育館、PC などはありません。朝ごはんが無料で食べられるサービスもありました。

■サポート体制/Support for students:

スタッフの方が丁寧に対応してくださいました。

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 :
ホームステイ
■ 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 :
大学から紹介されたホストファミリーで、個室がありました。
■ 気候、大学周辺の様子、交通機関、食事等/Climate, environment around the institution, transportation, food, etc. :
日本の冬くらいの寒さですが気温の変動が激しいです。大学と街が一体になっているような形で基本はバスでの移動かホストファミリーが乗せてくれる車での移動です。食事は朝はオーツとかシリアル、夜は肉と米または芋、昼は夜の残りとお菓子というのが基本でした。
■ お金の管理方法、現地の通貨事情/Management of money and situation about local economy :
日本で作ったクレジットカードがそのまま使えました。現金よりクレジットカードで払っていました。バスに乗るときは bee card というパスモのようなカードを購入しました。
■ 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/Aspects of risk and safety management, local health care system, and any actions taken to maintain your health :
治安は悪くないのでそんなに困りませんでした。体温計は持って行った方がいいと思いました。
■ 自由時間に利用した交通手段/Mean of transportation in your free time :
バス
■ プログラム期間中に利用したネット環境/Internet service usage during the program :
キャンパス Wi-Fi, SIM

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 :
パスポートや顔写真の提出、渡航情報届の提出など。期限より早めに提出する心持ちでいるといいと思います。
■ ビザの手続き/Procedures to obtain visas :
ニュージーランドの NZeTA はオンラインで申請し、クレジットカードで支払いをすることで取得しました。数日でできました。
■ 医療関係の準備/Preparations or actions taken to maintain your health :
コロナワクチンの予防接種は受けました。常備薬も持っていました。
■ 保険関係の準備/Preparations/procedures for insurance :
大学から指定されたものです。
■ 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 :
窓口に留学する件について報告し、説明を受けました。
■ 語学関係の準備/Language preparation :
特になし、イギリス訛りの英語に触れておけばよかったです。

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	180,000 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.)	300,000 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)	3,000 円/JPY
■ その他、補足等/Additional comments :	

■ 留学先で費やした生活費/Overall expenses spent during the program :	
家賃	0 円/JPY
食費	30,000 円/JPY
交通費	2,000 円/JPY
娯楽費	20,000 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 :	
日本学生支援機構(JASSO)	
■ 受給金額(月額)/Monthly stipend :	
70,000 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(本部国際交流課)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 :
自分から話しかけたり動いたりすることができるようになったという点では成長を感じます。ただ周りにもっと日本人が少なければさらによかったです。
■ 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 :

海外で住むこと、働くことがよりリアルに感じられたので選択肢が広がったと感じます。

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

■今後参加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 :

自分からいろんなイベントに参加するといいいと思います。

■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/Websites or publications which were useful while preparing for or during program :

OUSA のホームページと facebook のアカウントが大事だと思います。

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)

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

記入日/Date: 2022/9/16

■ID: C22032

■参加プログラム/Program: グローバルキャンパス推進本部サマープログラム

■プログラム情報/Program information: <https://www.u-tokyo.ac.jp/adm/go-global/ja/program-list-short-summer2.html>

■派遣先大学/Host university: オタゴ大学

■プログラム期間/Program period: 2022/8/18 ~ 2022/9/16

■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:

2023 年度長期留学の秋募集に応募するにあたって、短期留学を経験したかったので応募しました。

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

長期留学を検討するにあたって、説明会で短期留学を勧められたから。5 月。

■コロナ禍での派遣について/What is your opinion on studying abroad in COVID-19 pandemic?:

賛成。感染の危険は特に感じなかった。

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

■概要/Overview:

基本的に英語の勉強。クラスのほとんどが日本人、東大生で刺激が少なかった。

■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:

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:

フットサルの参加を検討したが、夜遅かったので断念した。

■週末の過ごし方/How did you spend the weekends and vacations?:

東大生の友達と観光

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

■設備/Facilities:

図書館は静かで広く環境は良い。スポーツシステムも充実、ジムなど。

■サポート体制/Support for students:

Language Partner という制度は好評だった。

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:

ホームステイ
■ 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 :
3 姉妹の家庭、現地の大学が手配してくれた。
■ 気候、大学周辺の様子、交通機関、食事等/Climate, environment around the institution, transportation, food, etc. :
天候は変わりやすい、基本的に風は強い。大学周辺の治安は良い。市内のバス停が若干治安が悪い。基本的に交通手段はバス。比較的オンタイムに来る。食事は基本的に美味しい。
■ お金の管理方法、現地の通貨事情/Management of money and situation about local economy :
クレジットカードを比較的利用した。現金は 8 万円くらい現地の通貨で持っていた。
■ 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/Aspects of risk and safety management, local health care system, and any actions taken to maintain your health :
あまり夜遅くに出歩かない。
■ 自由時間に利用した交通手段/Mean of transportation in your free time :
バス
■ プログラム期間中に利用したネット環境/Internet service usage during the program :
キャンパス Wi-Fi, データローミング

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 :
学内で提出する書類諸々
■ ビザの手続き/Procedures to obtain visas :
NZeTA、ニュージーランド大使館、1 週間程度
■ 医療関係の準備/Preparations or actions taken to maintain your health :
ワクチンは 3 回打っておいた方が良い。
■ 保険関係の準備/Preparations/procedures for insurance :
友人に留学中に受診した人がいたので、万が一のためにしっかりと準備はしておくべき。
■ 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 :
特になし。

費用・奨学金に関する事/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	220,000 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.)	300,000 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)	20,000 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 :	
食費、観光費	

■留学先で費やした生活費/Overall expenses spent during the program :	
家賃	0 円/JPY
食費	30,000 円/JPY
交通費	25,000 円/JPY
娯楽費	80,000 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 :
生の英語や文化に触れることは良い刺激になったと思う。また海外志向は高まった。
■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 :
長期留学や海外での就職への意欲が高まった。
■進路・就職先(就職希望先)/Career/Occupation (planned) :
■今後参加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 :
英語力を上げるという目的というよりは文化に触れたり、刺激を得ることに意義を見出した方がよい。
■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/Websites or publications which were useful while preparing for or during program :
特になし。

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)

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

記入日/Date: 2022/9/26

■ID: C22033

■参加プログラム/Program: グローバルキャンパス推進本部サマープログラム

■プログラム情報/Program information: <https://www.u-tokyo.ac.jp/adm/go-global/ja/program-list-short-summer2.html>

■派遣先大学/Host university: オタゴ大学

■プログラム期間/Program period: 2022/8/18 ~ 2022/9/16

■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:

2 年生の夏休みは特に大事な予定などもなく気軽に留学できると思ったから。

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

このプログラムの存在を知ってすぐに参加を決めました。海外に行ったことがなく、学生のうちに留学もしたいと思っていたので参加することを即決しました。

■コロナ禍での派遣について/What is your opinion on studying abroad in COVID-19 pandemic?:

コロナ禍で海外に行く機会が減っているのでこのようなプログラムの存在は貴重だと思います。

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

■概要/Overview:

午前中は文法やスピーキングの授業、午後は NZ Culture についての授業でした。午後の授業は博物館などに週一くらいのペースでフィールドワークをしに行っていました。

■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, 現地の友達との交流

■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:

スポーツはユニポルでバスケットをしたり、現地の友達と一緒に市民プールみたいなのに行ったりしました。

■週末の過ごし方/How did you spend the weekends and vacations?:

オタゴ半島のクルーズに参加したり、ホストマザーとホストマザーのママ友の家に遊びに行ったり、現地の友達と、その友達の家族が持っている別荘に行ったりしました。

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

■設備/Facilities:

Wi-Fi は強度もしっかりしていました。僕たちが通っていたランゲージセンターの横にあるユニポルというところで昼休みや放課後にビリヤードやバスケット、たまにジムでランニングマシンなどをしていました。

■サポート体制/Support for students :
スタッフの方たちは皆さん優しく丁寧なので心配いらないと思います。

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 :
ホームステイ
■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 :
自分ともう1人日本人の高校生がいました。自分の母親くらいの年齢のホストマザー1人でした。家は部屋が一つ割り振られて快適でした。犬と猫が1匹ずついて癒されました。
■気候、大学周辺の様子、交通機関、食事等/Climate, environment around the institution, transportation, food, etc. :
現地は冬から春になる時期でしたが、基本的に寒かったです。昼は陽が出ていれば長袖1枚でも十分ですが、朝晩や曇りの日はダウンジャケットを着ていました。大学周辺は落ち着いた雰囲気でした。交通機関はホームステイ先から大学までのバスです。僕が使っていたバスは一時間に一本しか来ないので逃したら大変です。あと、最後の1週間はニューロンという名前の電動スクーターによく乗っていました。ヘルメットをつけて乗りました。日本では乗る機会がなかったので楽しかったです。食事は美味しかったです。ただ物価が高いので外食ばかりしていると出費が嵩むと思います。
■お金の管理方法、現地の通貨事情/Management of money and situation about local economy :
海外送金は少し手続きが面倒でした。現地ではほぼほぼデビットカードで支払いました。カードだといついい使いがちになってしまうので気をつけたほうがいいです。一応現金も8万円分両替していきましたが、もっと少なくしておけばよかったです。
■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 :
治安で心配な面はなかったです。毎日楽しく過ごすことを心がけていました。最低限の注意を払っていれば問題ないと思います。
■自由時間に利用した交通手段/Means of transportation in your free time :
バス, ニューロン(電動スクーター)
■プログラム期間中に利用したネット環境/Internet service usage during the program :
キャンパス Wi-Fi, レンタルしたルーター, ホームステイ先の Wi-Fi

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 :
参加が決まって少し経ってから提出物関連のメールが送られてきて、そのメールに添付されている資料を読んで手続きを進めました。普通にやっていれば大丈夫だと思います。
■ビザの手続き/Procedures to obtain visas :
取得していません。
■医療関係の準備/Preparations or actions taken to maintain your health :
常備薬は少し多めに持っていきましたが一切使わなかったです。過去の体験記を見て歯医者には一応行っておきました。

■保険関係の準備/Preparations/procedures for insurance :
東大指定の保険に入りました。
■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 :
前期教養学部だったので特になかったです。
■語学関係の準備/Language preparation :
何もしていなかったです。英語力は東大生の平均より下だと思います。

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	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.)	300,000 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)	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)	0 円/JPY
■その他、補足等/Additional comments :	
海外用 Wi-Fi に 3 万円の費用がかかったが、SIM カードにしていればもっと安く済んだ。海外 Wi-Fi はほぼ詐欺なので絶対 SIM カードにするべきです。	

■留学先で費やした生活費/Overall expenses spent during the program :	
家賃	0 円/JPY
食費	30,000 円/JPY
交通費	4,500 円/JPY
娯楽費	20,000 円/JPY
■その他、補足等/Additional comments :	
いくら使ったか細かく覚えていないので大まかな金額です。	

■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 :

語学力が上がったというよりも英語で話すことに対する抵抗が全く無くなったのが参加して良かったと思うところです。また、現地の友達がいろいろなことを教えてくれてとても助かりました。

■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 :

プログラムに参加していた4年生の先輩たちの話がとても参考になりました。また、何かに挑戦したくなり、学生のうちに起業しようと決めました。

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

民間企業, 起業

■今後参加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 :

もちろん参加するべきです。

■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/Websites or publications which were useful while preparing for or during program :

ネットの情報は大きく参考にはならなかったです。