

東京大学 海外留学・国際交流プログラム報告書(3ヶ月以上1年未満用)

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

記入日/Date: 2023/5/11

■ID: A22045

■参加プログラム/Program: 全学交換留学

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

■派遣先大学/Host university: ビクトリア大学

■留学期間/Program period (yyyy/mm/dd): 2022/9/7 ~ 2023/4/26

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

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

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

もともと入学した時から留学には行こうと思っていた。学部に進学したタイミングで行こうとも計画しており、コロナがいったん落ち着いたタイミングとも重なったため今しかないと思い申し込みを開始した。

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

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

2022年/Academic year / 学部3年/University year / S2学期まで履修/Completed semester

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

留学

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

2023年/Academic year / 学部4年/University year / S2学期から履修開始/Semester

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

コロナ禍でなかなか渡航ができない中、ようやく行き来が可能になり始めた時期だった。進振りが終わり、これから就活というタイミングだったのでこれ以上遅らせたくなかった。

学習・研究について/About study and research

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

- ・European Integration and European Union/1.5
- ・Sociology of Genders/1.5・Comparative Politics/1.5
- ・International Politics/1.5
- ・Sweatshops and the Politics of the Clothing Industry/1.5
- ・The Backpacker's Guide to European History/1.5

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

課されたリーディングで予習をし、講義でそれに基づくグループディスカッションの時間があることもしばしばあった。グループワークなども多い印象で、基本他の学生はフレンドリーだが、それでもうまくいかない場合はオフィスアワーなどを利用して教授やTAに話を通しておくことが大切だと思う。基本的に、日本より

教授との距離が近いのでこまめに相談や質問をすることも可能であり、TA は留学生の大学院生もそこそこいるので、仲良くなると自分の状況にも一定の理解があるため結構力になってくれたりする。講義とは別枠の少人数 Lab・Tutorial が付属している授業もあるが、そこで仲良くなって課題などの相談をできた友達もいるので取って損はないと思う。

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

1~3 科目/Subjects / 1~10 単位/credits

■ 1 週間あたりの学習・研究に費やした時間/Hours spent for study/research per week :

6~10 時間/hours

■ 学習・研究以外の活動で取り組んだもの/Activities you took part in other than study/research :

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 :

グローバルコミュニティの活動に参加するなどした。特に前半はそこで新しい人間関係ができたのでありがたかった。

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

課題が多い時は、基本週末は学習に使っていた。ただ定期的にパーティーがあったりダウンタウンに遊びに行ったりも自由にできる。長期休暇は基本旅行に費やし、北米の別の都市を多く訪ねた。各学期中にも 1 週間ずつ reading break という休みがあるので、そのタイミングでしっかり旅行することも可能。

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 23 時まで開いており、勉強などの際によく利用した。PC や充電器、電卓などの貸し出しもしている。ジムがキャンパス内にあるが、留学生は Semester ごとに会費がかかる。キャンパスの中にいくつかカフェテリアや食堂などはあるが、価格が高い割に味も期待できないためあまり利用しなかった。Wifi は校内に張り巡らされているため基本困ることはないが、ごくたまに弱くなったり回線が重くなることはあった。

■ サポート体制/Support for students :

学習面では、アカデミックアドバイザーなどに相談しに行ける環境が整っている。メンタルケアなどについてはカウンセラーの予約を取ったりすることもできる。ただ基本的に私の場合は、履修や生活に関しては ICS (International Centre for Students) にまず行って留学生担当のスタッフと相談する形で解決していた。

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 :

学生寮

■ 宿泊先の様子、どのように見つけたか/Environment around the accommodation and how did you find it :

大学からの紹介で申し込んだオンキャンパスの学生寮。4 人 1 ユニットで、各自個室が与えられ、キッチン・トイレ・シャワーが共同だった。交換留学生や 2 セメスターの学生は優先的に入れてもらえる。

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

カナダの中でも最南部なので、冬は冷え込むといっても他の地域と比べると温暖。ただ夏でも風が冷たか

ったり日陰では冷えるため、羽織りものはひとつ常備しておく方が良い。アジアフードや日本食の店も充実している。大学はそこまで大きくないが自然豊かなため、鹿やリス、ウサギなどの野生動物が多く生息している。交通機関は、バス路線が町中に張り巡らされているため基本的に困ることはなかった。バンクーバーまでの移動はバス 1.5h+フェリー1.5h+バス 1.0h くらいで行くことができる。

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

基本的にほとんどクレジットカード社会。バンクーバーの一部観光地がキャッシュオンリーだったことを除いて、ほとんど現金は使わなかった。大学の寮費や保険料の支払いなどで一部クレジットカードが使えない場合があったため、銀行口座の登録とデビットカードの取得をした。基本現地の口座は維持費に手数料が取られるが、学生ビザを持っていれば無料になるところも結構あるので、一つ口座を持っておくことをおすすめする。銀行口座間の送金なども(e-transfer) 手軽にできるため主流で、結果的に割り勘などが発生した時に重宝した。

■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 :

治安はかなり良い方だと思うが、ダウンタウンの一部については、夜は気をつけた方がいい。風邪をひいた時がかなり厄介で、日本のように手軽に病院で診てもらうかたちではないため、基本的に日本から持ってきた薬で自分で治した。

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

■留学先への入学手続き/Procedures for enrollment required by the host institution :

基本的に東大から案内された申込フォームに入力をするだけでよかった。顔写真 2 種類と英文成績表のスキャンデータを用意しておくとい。また、寮に申し込みをする際は通常の申し込みフォーム提出期限より数週間早く提出しないとイケないので注意が必要。

■ビザの手続き/Procedures to obtain visas :

カナダの Study Permit を取得した。まずウェブサイトに必要な事項の記入や書類のアップロードをしたのち、数日後に案内メールがくる。それに従って指定施設にてバイオメトリクス(指紋採取、顔写真登録)の手続きを行い、その後渡航の際にカナダ入国時に空港でビザの書類が発行され、それを受け取った。ウェブサイトは何度も落ちるので、根気よくログインし続けなければならなかった。また、バイオメトリクスの施設は国内2ヶ所、さらに平日しか営業していなかった記憶があるので、早めに予約しておくとい。

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

体感だが、北米の風邪はかなりしつこいのとカナダは日本ほど手軽に医療機関にかかれる環境ではないので、常備薬や風邪薬(特に喉風邪)はたくさん持っていく方がよい。また歯医者は保険適用外なので出発前に検診に一度行った。

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

基本的に東大・現地大学の指示に従って行うのがよい。現地大学については、秋学期と春学期で加入する保険が異なり、秋学期の保険支払いはクレジットカードの使用ができなかった。海外送金には手数料や時間がかかりかかるので、現地で銀行口座を開設して支払った。

■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 :

ゼミの単位分割の申請をした。

■語学関係の準備/Language preparation :

IELTS の取得をした。そのほかは特に準備はしていない。

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/Airfare	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.)	0 円/JPY
教科書代・書籍代/Textbook / Book	18,000 円/JPY
海外留学保険料(東京大学指定のもの)/Overseas travel insurance fee (designated by UTokyo)	72,000 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)	56,000 円/JPY
■その他、補足等/Additional comments :	

■留学先での毎月の生活費/Monthly cost of living during the study abroad period :	
家賃/Rent	100,000 円/JPY
食費/Food	30,000 円/JPY
交通費/Transportation	6,500 円/JPY
娯楽費/Entertainment/Leisure	10,000 円/JPY
■その他、補足等/Additional comments :	
交通費はバスパス利用代から。学生証にバスパスを登録でき、一部ジム利用代、Student Union 会費を含んだ 248CAD/semester の支払いをすることで利用できる。あまりバスを使わない人は登録をしていない場合もあった。	

■留学のための奨学金の受給有無/Scholarships for study abroad :	
受給した	
■奨学金の支給機関・団体名等/Name of the source of the scholarships :	
JASSO 海外留学支援制度	
■受給金額(月額)/Monthly stipend :	
80,000 円	
■受給金額についての補足等/Additional comments about the monthly stipend :	
JASSO 渡航支援金 320,000 円	
■奨学金をどのように見つけたか/How did you find the scholarships? :	
大学(本部)からの紹介	

今後の予定について/About your future plans

■留学先で履修した授業科目のうち、単位認定申請をする(予定のもの)/The subjects for which you plan to (are planning to) transfer credit to UTokyo :	
<ul style="list-style-type: none"> ・Sociology of Genders/1.5 ・Sweatshops and the Politics of the Clothing Industry/1.5 	

・The Backpacker's Guide to European History/1.5
■ 留学前に取得済みの単位数/Number of credits earned at UTokyo BEFORE your study abroad :
46 単位/credit(s)
■ 留学先で取得し、単位認定申請を行う(予定の)単位数/Number of credits earned and (planned to be) transferred to UTokyo :
7 単位/credit(s)
■これから本学で取得予定の単位数/Number of (expected) credits to be earned on return :
30 単位/credit(s)
■ 卒業/修了予定/(Expected) year/month of graduation (yyyy/mm):
2025 年 3 月

留学を振り返って/Reflection

■ 留学の意義、その他所感/Impact of the study abroad experience on yourself or your thoughts :
海外生活を通して、段違いに関わる人の種類や多様性が高まった。おかげで人間関係の良し悪しの幅も大きく広がり、多くの学びを経た。総じて楽しい部分や魅力的な部分も多いが、忍耐と根気が必要な部分も多く、しかしそれらを通して今まで日本では得ることのできなかったような一種のバイタリティや精神的な強さを得ることができたと感じている。今後大抵の辛いことや心が折れそうなことがあっても、この留学で得た経験があれば大概向き合っていけるとも思えるようになった。学習面に関しては、かなり幅広い分野の授業を履修することができたため、所属である経済からいったん離れ、一から政治を勉強した。これに関しても、授業に関わる生徒のバックグラウンドが日本とは大きく異なるため、そのような生徒たちと国や人種、文化の違いゆえに起こる紛争や協調についてディスカッションができるトピックであったため、カナダで受講できてよかったと思っている。
■ 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 :
ボストンキャリアフォーラムに参加したことで、少し早めに就活の実態についての感覚を掴むことができたのは非常に大きかった。また他の国の学生と話すことで、日本より修士の価値が高く、修士に進むのは当然という人たちが多かったので、その点についても再考する機会になった。
■ 留学による今後のキャリア・就職活動へのメリット・デメリット/Merit/Demerit of studying abroad on your future career/job hunting :
特にデメリットはないと思う。
■ 留学中に行った就職活動/Job hunting activities during study abroad :
学外の就職活動イベントに参加した
■ 進路・就職先(就職希望先)/Career/Occupation (planned) :
ボストンキャリアフォーラムに参加した。
■ 今後留学を考えている学生へのメッセージ、アドバイス/Any messages or advice for future participants :
ひとことと言うと、多分留学しない理由を考えるより留学する理由を考えた方がいいです。お金もかかるし、大変だし、卒業や就職との兼ね合いも考えないとだし、しんどそうだし、しかも留学期間をどういった実りのあるものにするのかは自分次第です。それで私も今回たくさんつまづきました。けれども、8 ヶ月間異国の地で何度も何度も自分と向き合い続けて見えてくるものは必ずあります。何も考えずに飛び込むことで得られる経験は、実は得てして他の日本にいる環境では絶対見えないものだったりするものです。ちょっ

とやそっとチャレンジしたくらいで失うものは何もないし、結果はどうかあれ、葛藤した経験は今後絶対自分の軸になると私は信じています。

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

東京大学の全学交換留学体験記

東京大学 海外留学・国際交流プログラム報告書(3ヶ月以上1年未満用)

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

記入日/Date: 2023/8/3

■ID: A22160

■参加プログラム/Program: 全学交換留学

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

■派遣先大学/Host university: ビクトリア大学

■留学期間/Program period (yyyy/mm/dd): 2022/9/7 ~ 2023/4/26

■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)文科二類

■学年(留学開始時)/Year at the time of study abroad: 学部2年

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

親が二人とも日本で留学生だったこともあり、留学には賛成で応援してくれる環境でした。母が留学を勧めてきて、常に選択肢の一つにあったのですが、高校ではせず、大学でしようと思え、どうせするなら進路を決める前の早い段階で行きたいと思い、周りより早い二年で留学をすることにしました。両親も賛成していたし、金銭面もなんとかかなりそうだったので、特に迷ったことはなかったです。

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

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

2022年/Academic year / 学部2年/University year / A2学期まで履修/Completed semester

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

留学

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

2023年/Academic year / 学部2年/University year / A1学期から履修開始/Semester

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

なるべく早い段階で留学したかったから。

学習・研究について/About study and research

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

Global development/ 1.5

Geography for today: Geography of food/1.5

Psychology: Contemporary Society/1.5

Principles macroeconomics /1.5

Introduction to environmental studies/ 1.5

Our digital earth /1.5Introductory psychology: II /1.5

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

予習が多かった印象です。基本的に授業前にこれ読んできて、というものが多く、ディスカッションも予習を

ベースにしたものもあり、基本的にした方が良いと思います。テスト、宿題も多かった印象です。毎週小テストがある授業も多く、中間・期末レポもあり、課題やテストに追われていました。

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

4~6 科目/Subjects / 1~10 単位/credits

■ 1 週間あたりの学習・研究に費やした時間/Hours spent for study/research per week :

11~15 時間/hours

■ 学習・研究以外の活動で取り組んだもの/Activities you took part in other than study/research :

スポーツ、文化活動、ボランティア、アルバイト

■ 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、大学の学生とサッカーチームを作って毎週試合しました。また、バドミントン、テニスのサークルも時々行っていました。文化活動については、Japanese culture club というものに行き、日本の文化に興味のある学生と交流しました。ボランティアは、日本語を学んでいる学生のサポートにたまに行っていました。アルバイトについては、大学の近くのパブのキッチンで働いていました。

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

週末は友達とクラブに行った、リホームパーティーに行ったり、ドライブで遠出したり、スポーツもしていました。テスト期間中は勉強していました。長期休暇は、冬休みが二週間ぐらいあったのですが、クリスマスパーティーをしたり、年末はバンクーバーに行ってカウントダウン、年越しをして、ウイスラーにスノボをしに行きました。

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

■ 設備/Facilities :

施設はどれも比較的きれいで快適でした。特にスポーツ施設は最近作られたもので、非常に発達していてよかったです。食堂はいくつかあって、学校運営の大きい食堂と、学生団体運営の小さいフードスタンド、パブがいくつかあります。学校運営の大きい食堂は、ごはんが正直あまりおいしくなく、評判は非常に悪かったです。ネットは、Uvic wifi というものがキャンパス中にある、基本的にそれをつかっていましたが、時々切断されます。

■ サポート体制/Support for students :

語学面では、言語交換パートナーというものがあり、英語を話すバディを探せます。また学習、生活面では先輩とマッチングしてくれるシステムがあり、一年生と上級生で 2~3 人のグループを作って定期的に会い、色々な事を聞けました。

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 :

学生寮

■ 宿泊先の様子、どのように見つけたか/Environment around the accommodation and how did you find it :

キャンパス内の学生寮で 4 人一部屋リビング、トイレシャワーなどは共用で個室は一人ずつ。大学から留学生向けに送られてきたメールで見つけました。

<p>■ 気候、大学周辺の様子、交通機関、食事等/Climate, environment around the institution, transportation, food, etc. :</p>
<p>夏は気候が良いです、基本的に晴れていて、気温も暑すぎずちょうど良い。冬はあまり気候は良くないです。滅多に晴れず、曇っているか雨降っているか。大学周辺は住宅街というような感じで閑散としていますが、ビーチが徒歩圏内にあり、森の散策路なども近くにありますが。何か特別なことがあったら、基本的にはバスに乗って、ダウンタウンに行ったり(20分~30分)、レストランが沢山あるところに行ったり、または友人の車に乗ってドライブに行ったりしました。交通機関はバスしかなく、時間通りに来ないので不便に思いますが、結局は慣れます。車とか自転車があったらもっと便利だったと思います。食事は、基本的にウォールマートで週一で買い出しに行って、自炊していました。ウォールマートはかなり安いので、結構節約できました。たまに友達と外食しましたが、予算は2000円から3000円くらいで日本と比べると高いです。</p>
<p>■ お金の管理方法、現地の通貨事情/Management of money and situation about local economy :</p>
<p>私は CIBC のカードを現地で作り、カナダドルをデポジットしていました。基本的にキャッシュレス決済はどこでも使えるので(バス、ナイトクラブは現金のみ)現金は少しだけ財布に入れて、基本的にカード決済でした。</p>
<p>■ 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 :</p>
<p>自分は病院には行かなかったのですが、友達などの話を聞くと、ビクトリアは医療システムがあまりよくなく、病院に行こうとしても二週間程度待たされるという話を聞きました。病気にかかからないのが一番ですが、万が一医者に診てもらわなければならない状況になってしまったら、色々な病院に電話して一番早く診てもらえる病院を探すのがいいと思います。</p>

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

<p>■ 留学先への入学手続き/Procedures for enrollment required by the host institution :</p>
<p>留学先からメールが送られてきて、やるべきことが明記されているので、その通りにやれば基本的に問題なかったです。わかりにくいこともいくつかあったので、同じ大学先に留学する人に聞くか、メールで問い合わせました。</p>
<p>■ ビザの手続き/Procedures to obtain visas :</p>
<p>種類: 学生ビザ 申請先: カナダ政府 必要な時間: オンライン+東京で指紋採取、申請する人の多さによるが、オンラインは一週間程度、指紋採取は数日</p>
<p>■ 医療関係の準備/Preparations or actions taken to maintain your health :</p>
<p>出発前に歯医者や眼科などで検査をした方がよい。予防接種はしていなかった留学先は日本と環境も違い、自分も周りの人も現地に到着してから体調崩した人が多いので、風邪薬や咳止め、頭痛薬などは必ず持って行った方がよい。</p>
<p>■ 保険関係の準備/Preparations/procedures for insurance :</p>
<p>特になし</p>
<p>■ 東京大学の所属学部・研究科(教育部)での手続き/Procedures required by faculties or graduate schools at UTokyo :</p>
<p>特になし</p>
<p>■ 語学関係の準備/Language preparation :</p>
<p>語学レベル: TOEFL90点程度</p>

勉強方法: 海外のコメディを見る(フレンズを見ていました、カジュアルな表現も多くいいと思います)。オンライン英会話、英単語アプリ、英語のポッドキャスト、外国人と交流できるイベントに参加。

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

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

航空費/Airfare	350,000 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.)	17,000 円/JPY
教科書代・書籍代/Textbook / Book	3,000 円/JPY
海外留学保険料(東京大学指定のもの)/Overseas travel insurance fee (designated by UTokyo)	72,000 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)	26,500 円/JPY

■その他、補足等/Additional comments:

行きのフライトは、日本→シアトル→ビクトリアで 170,000 円程度。帰りは、カナダの東海岸を經由してヨーロッパを回ってから帰ったためあまり参考にならないと思います。派遣先への支払いは、ジム代(一学期分×2)です。

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

家賃/Rent	90,000 円/JPY
食費/Food	20,000 円/JPY
交通費/Transportation	4,000 円/JPY
娯楽費/Entertainment/Leisure	7,000 円/JPY

■その他、補足等/Additional comments:

交通費はバスの一日乗車券が 500 円で週二回利用計算

■留学のための奨学金の受給有無/Scholarships for study abroad:

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?:

今後の予定について/About your future plans

■留学先で履修した授業科目のうち、単位認定申請をする(予定のもの)/The subjects for which you plan to (are planning to) transfer credit to UTokyo:

なし
■ 留学前に取得済みの単位数/Number of credits earned at UTokyo BEFORE your study abroad :
66 単位/credit(s)
■ 留学先で取得し、単位認定申請を行う(予定の)単位数/Number of credits earned and (planned to be) transferred to UTokyo :
0 単位/credit(s)
■ これから本学で取得予定の単位数/Number of (expected) credits to be earned on return :
80 単位/credit(s)
■ 卒業/修了予定/(Expected) year/month of graduation (yyyy/mm) :
2026 年 3 月

留学を振り返って/Reflection

■ 留学の意義、その他所感/Impact of the study abroad experience on yourself or your thoughts :
留学するまでは、正直本当に自分のためになるのか分からなかったが、実際に留学してみると、帰国後自分が変わったことに気づいた。物事に対する考え方や、自分に対する自信、また英語がさらに伸びたことで選択肢が一気に広がり、今まで日本に閉じ込められていたが、一気に世界が広がった気がした。自分/日本を他の国の人/世界と比較することで、自分のこと日本のこと世界のことに対する理解が深まり、自分の人生観、価値観の形成に繋がった。また、今まであまり関心のなかった社会問題に対しても関心を抱くようになり、将来に対する考え方も出来てよかった。
■ 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 :
キャリアに関しては、漠然とは考えていたが、自分の人生観がさらに形成されたことによって、考え方が変わり、さらに具体的になった。
■ 留学による今後のキャリア・就職活動へのメリット・デメリット/Merit/Demerit of studying abroad on your future career/job hunting :
まだ就活が始まっていないので断言するのは難しいが、間違いなくアピールポイントにはなると思うし、海外で得た経験は必ずインパクトのあるエピソードになると思う。
■ 留学中に行った就職活動/Job hunting activities during study abroad :
いずれも行っていない
■ 進路・就職先(就職希望先)/Career/Occupation (planned) :
民間企業
■ 今後留学を考えている学生へのメッセージ、アドバイス/Any messages or advice for future participants :
留学は人生でおそらく一度か二度しか経験できないかけがえのない経験です。世界中の人たちが世界のある場所に集まってきて共に勉強する。こんな非日常的な環境は、日本では考えられられません。留学が終わって日本に帰ってきたら、すべてが幻のように感じられ、あんな刺激的な一年間は、果たしてこの後の人生に再び存在するのだろうかと思っています。留学のチャンスがまだある人がうらやましい限りです。ただ一つ言えることとしては、自分が好きなように精一杯楽しんで、後悔のない留学生活にして欲しいです。
■ 準備段階や留学中に役に立ったウェブサイト、出版物/Websites or publications which were useful while preparing for or during your time overseas :

ネットで見つけた留学の持ち物チェックリストのサイト