# 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： 2023/10/13

■ID： C23011
■参加プログラム/Program： サマープログラム（各協定校主催）
■プログラム情報/Program info.： https://www.u-tokyo.ac.jp/adm/go-global/ja/program-list-short-partners_summer.html
■派遣先大学/Host university： ユニバーシティ・カレッジ・ロンドン（UCL）
■プログラム期間/Program period（YYYY/MM/DD）：2023/8/7 ～ 2023/9/1
■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 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： |
|---|
| コロナウイルスによる海外への渡航規制が緩和されつつあったから。また、就活前に海外渡航経験を積むため。 |
| ■参加を決めるまでの経緯/How and why did you decide to participate?： |
| 海外での中期滞在は社会人では難しいと感じ参加を決めた。就活の時期と重なっていたため参加を迷ったが、家族らの後押しで参加を決めた。 |

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

| ■概要/Overview： |
|---|
| 毎日午前は授業があり、午後は日によって文化体験のための visit や大学のレクチャーがあった。tutor によるイギリス文化発信が面白かった。最終的にはレポートの作成とプレゼンテーションがあった。 |
| ■学習・研究以外の活動で、取り組んだものをすべて教えてください/Activities you took part in other than this program： |
| スポーツ，文化活動 |
| ■学習・研究以外の活動で、取り組んだものについて、具体的に教えてください/Details of the activities you chose in other than this program： |
| 美術館や音楽堂などを多く訪れた。 |
| ■週末の過ごし方を教えてください/How did you spend the weekends and vacations?： |
| カンタベリやオックスフォードなど、他地域の都市を訪問した。 |
| ■プログラム期間中の自由時間について、ご意見をお聞かせください/How did you think about the program time slot (time-zone difference)： |
| 特に不満はない。 |
| ■プログラム日数（長さ）はいかがでしたか/How was the length of the program?： |
| ちょうど良かった |

## 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 : |
|---|
| 提出物はなく、志望理由や英語技能を受け入れ先大学に提出した。早めが良い。 |
| ■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 : |
| 短期であり単位や履修は特に手続きはせず、留学の許可をいただいただけだった。 |
| ■語学関係の準備/Language preparation : |
| とくにありませんでした。 |

## 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/Airfare | 270,000 円/JPY |
| 派遣先大学への支払い（授業料・施設利用料など）/Payment to host institution (tuition, facilities fee, etc.) | 320,000 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) | 0 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 | 180,000 円/JPY |
| 食費/Food | 100,000 円/JPY |
| 交通費/Transportation | 500,000 円/JPY |
| 娯楽費/Entertainment/Leisure | 150,000 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 : |
| --- |
| 日本人以外の人々と交流でき、コミュニケーション面で自信がついた。またこうした経験自体が自信を生んでいる。異文化理解が促進され、自身の興味のある分野へより興味が湧いた。 |
| ■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 : |
| 海外での生活を通じてより一層日本への愛着が湧いた。自信のスキルを活かして、日本企業の海外展開を支援したいと感じた。 |
| ■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 : |
| 迷っているなら思いきっていった方がいい。後悔しない。 |
| ■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 : |
| 地球の歩き方は役に立った。 |

# 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： 2023/9/2

■ID： C23015

■参加プログラム/Program： サマープログラム（各協定校主催）

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

■派遣先大学/Host university： ユニバーシティ・カレッジ・ロンドン(UCL)

■プログラム期間/Program period（YYYY/MM/DD）：2023/8/7 ～ 2023/9/1

■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： |
|---|
| 参加したいプログラムが夏にしかなかったから。3,4 年生になると部活での活動が忙しくなるから。 |
| ■参加を決めるまでの経緯/How and why did you decide to participate?： |
| 中学生頃から留学したいと思っており、長期留学をする前に、短期留学をしてみようかと思った。 |

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

| ■概要/Overview： |
|---|
| 宿題はあまりなかった。英語で会話するシーンや、グループワークをするシーンが多かった。 |
| ■学習・研究以外の活動で、取り組んだものをすべて教えてください/Activities you took part in other than this program： |
| 取り組んでいない。 |
| ■学習・研究以外の活動で、取り組んだものについて、具体的に教えてください/Details of the activities you chose in other than this program： |
| とにかくいろいろなところに旅行した。 |
| ■週末の過ごし方を教えてください/How did you spend the weekends and vacations?： |
| 少し遠出をして観光した。 |
| ■プログラム期間中の自由時間について、ご意見をお聞かせください/How did you think about the program time slot (time-zone difference)： |
| 特に不満はない。 |
| ■プログラム日数（長さ）はいかがでしたか/How was the length of the program?： |
| ちょうど良かった。 |

## 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： |
|---|
| 提出物のリストがあり、それに基づいて手続きをすれば大丈夫だった。前期教養学部所属なので、アドミニ棟で何回か相談した。 |

| |
|---|
| ■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 : |
| 特に大した手続きはなく、アドミニ棟に行って色々やったら終わった。 |
| ■語学関係の準備/Language preparation : |
| 英検 1 級を取りながら英語の勉強をした。また英語の動画をちょっとみた。 |

## 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/Airfare | 370,000　円/JPY |
| 派遣先大学への支払い（授業料・施設利用料など）/Payment to host institution (tuition, facilities fee, etc.) | 320,000　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 : | |
| | |

| ■留学先での毎月の生活費/Monthly cost of living during the study abroad period : | |
|---|---|
| 家賃/Rent | 180,000　円/JPY |
| 食費/Food | 40,000　円/JPY |
| 交通費/Transportation | 12,000　円/JPY |
| 娯楽費/Entertainment/Leisure | 60,000　円/JPY |
| ■その他、補足等/ Additional comments : | |
| 物価がものすごく高いので、できるだけ自炊して節約した。 | |
| ■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 : | |
| 100,000 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（本部国際教育推進課）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 : |
| 初めての海外生活を体験できた点ではよかった。ただ日本人が多く、日本語を使う場面がかなりあった点で少し物足りなさはあった。 |
| ■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 : |
| 海外生活の大変さも感じることができ、海外で働くということに対してより真摯に考えるべきだと感じた。 |
| ■進路・就職先（就職希望先）/Career/Occupation (planned) : |
| 民間企業, 起業 |
| ■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 : |
| イギリスという国を満喫するという点では、自由時間が多い、このプログラムはおすすめです。ただ、日本人が多いため、外国の人とずっと喋り続けたいというストイックな方は、他のプログラムでもいいかもしれません。個人的には、午前中はずっと英語を喋り、午後は日本語で休みつつ、店員さんなどとは英語で喋ったり、日本人の友達とも英語で喋ったりできて、あまり疲れすぎないちょうどいいバランスで英語の勉強ができたかなと思います。 |
| ■準備段階や留学中に役に立ったウェブサイト、出版物/Websites or publications which were useful while preparing for or during your time overseas : |
| イギリスのガイドブック |

# 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： 2023/8/31

■ID： C23016

■参加プログラム/Program： サマープログラム（各協定校主催）

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

■派遣先大学/Host university： ユニバーシティ・カレッジ・ロンドン(UCL)

■プログラム期間/Program period（YYYY/MM/DD）：2023/8/7 ～ 2023/9/1

■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： |
| 大学の試験などに被らず、夏休み期間に留学できたから。3年生になれば就活をするかもしれないので 2 年のうちに参加したかった。 |
| ■参加を決めるまでの経緯/How and why did you decide to participate?： |
| 前から留学に行ってみたいと思っており、東大から申し込めるサマープログラム一覧を 2 月ごろに見て、3月に応募すると決めた。サマープログラムの中で、化学や数学などの研究ではなく英語の語学スキルを上げることを目的とするプログラムがこれしかなかったので、特に迷わず選んだ。 |

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

| |
|---|
| ■概要/Overview： |
| 4人ほどの班を組んで、調査テーマを定め、街中でアンケートを行って調査をして、最終的に班でプレゼン、個人でレポートを作るという流れだった。授業では、研究に必要な手法やプレゼンやレポートで使える英語を教えてもらった。<br>3 週間の中で 6 回 visit があり、ロンドン内のスポットに連れていってもらい、ガイドの話を聞いたり、観光したりした。他には、週に1回 lecture があり、イギリス王室や歴史について1時間ほど話を聞いた。 |
| ■学習・研究以外の活動で、取り組んだものをすべて教えてください/Activities you took part in other than this program： |
| 取り組んでいない。 |
| ■学習・研究以外の活動で、取り組んだものについて、具体的に教えてください/Details of the activities you chose in other than this program： |
| 滞在が 3 週間しかなかったので、授業以外の時間は友達を観光したり遊びに費やした。 |
| ■週末の過ごし方を教えてください/How did you spend the weekends and vacations?： |
| 観光した。ロンドン内だけでなく、バスツアーで遠くに行ったり、特急で郊外の方に行って観光することもあった。 |
| ■プログラム期間中の自由時間について、ご意見をお聞かせください/How did you think about the program time slot (time-zone difference)： |

| |
|---|
| 特に不満はない。 |
| ■プログラム日数(長さ)はいかがでしたか/How was the length of the program? : |
| ちょうど良かった。 |

## 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 : |
| 東大側には自分の情報、留学に行きたい理由、自分の長所を UTAS 上で登録した。東大の許可が降りた後に受け入れ先に自分で応募する形だったが、派遣先側の受入は先着順で、特別な審査などはなかった。派遣先側には自分の情報と、留学に行きたい理由を 250 語程度で書く必要があった。<br>派遣先への応募フォームでパスポートの番号が求められたが、当時有効なパスポートを持っていなかった。先着順の枠が埋まらないか心配だったので派遣先にメールしたところ、パスポート番号は後からメールで伝えればよいと、柔軟に対応してくれた。 |
| ■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 : |
| 夏休み期間に行ったので、特に何もしていない。 |
| ■語学関係の準備/Language preparation : |
| 特に何もしなかった。 |

## 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/Airfare | 400,000 円/JPY |
| 派遣先大学への支払い(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) | 7,340 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 | 150,000 円/JPY |
| 食費/Food | 100,000 円/JPY |
| 交通費/Transportation | 50,000 円/JPY |
| 娯楽費/Entertainment/Leisure | 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 : |
| 100,000 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（本部国際教育推進課）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 : |
| ロンドンを非常に気に入って、とにかく楽しかったので参加して本当によかったと思う。英語力は若干伸びたかどうかという程度だが、英語を話すことに躊躇いがなくなった。 |
| ■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 : |
| 就職に関してはわからないが、ロンドンで暮らしてみたいと思ったので、長い期間での留学やワーホリをし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) : |
| |
| ■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 : |
| 短期留学はあっという間ですが、旅行よりもその国のことを良く知れると感じました。勉強だけでなく、人生経験として良い機会になると思います。 |
| ■準備段階や留学中に役に立ったウェブサイト、出版物/Websites or publications which were useful while preparing for or during your time overseas : |
| 「ロンドン　短期留学」と検索して持ち物を考えた。観光を楽しみたかったので、日本でガイドブックを買っていった；。 |

## 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：　2023/8/29

■ID：　C23017

■参加プログラム/Program：　サマープログラム（各協定校主催）

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

■派遣先大学/Host university：　ユニバーシティ・カレッジ・ロンドン(UCL)

■プログラム期間/Program period（YYYY/MM/DD）：2023/8/7　～　2023/9/1

■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： |
| 他のプログラムと明確に違う点は S セメスターの授業のテスト期間と被りがなかったことが大きいです。8月の頭からあったのは S セメスターの勉強と両立できる点で魅力的だった。 |
| ■参加を決めるまでの経緯/How and why did you decide to participate?： |
| 参加を決めた動機は何かの海外研修に参加したくて、ロンドンで英語の勉強ができるプログラムが魅力的であったため。東大への応募は 3 月の末には済んでいた。費用が若干高額なことは両親と一旦相談したがそれ以外に参加を断念する要因はなかった。 |

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

| |
|---|
| ■概要/Overview： |
| 午前の授業は英語をどんどん使っていく上で、レポートやプレゼンの仕方を行うことが中心だった。英語資格とかを頑張っている人には役立つ情報も多かったと思う。午後はレクチャーかカルチャービジットと称した観光、または自由時間だった。ロンドンの街の歴史などを包括的に学習した上で印象的な場所を実際に訪れていくといったような感じだった。 |
| ■学習・研究以外の活動で、取り組んだものをすべて教えてください/Activities you took part in other than this program： |
| 取り組んでいない。 |
| ■学習・研究以外の活動で、取り組んだものについて、具体的に教えてください/Details of the activities you chose in other than this program： |
| 3 週間なので新しいことに取り組む余裕はなかった。 |
| ■週末の過ごし方を教えてください/How did you spend the weekends and vacations?： |
| オックスフォード観光にいったり、美術館に行ったり観光をメインに行った。 |
| ■プログラム期間中の自由時間について、ご意見をお聞かせください/How did you think about the program time slot (time-zone difference)： |
| もう少し自由時間がほしかった。 |
| ■プログラム日数（長さ）はいかがでしたか/How was the length of the program?： |

| |
|---|
| 短い |

## 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 : |
| 前期教養学部あてと国際教育推進課にそれぞれ違った提出物があるので計画的に提出していくことが望ましい。特に前後に旅行を挟もうとしている人は海外保険などの延長なども適宜必要なので注意しよう。 |
| ■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 : |
| 前期教養学部に海外渡航届を別途提出した。 |
| ■語学関係の準備/Language preparation : |
| 英語の上達を目的としたプログラムなので特に準備はしなかった。英会話とかしておくと良いかも。 |

## 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 |
| 派遣先大学への支払い(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) | 6,000 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 : | |
| 交通費(特に地下鉄)が日本より高いので 3 週間の滞在で意外と出費が多かった。 | |

| ■留学先での毎月の生活費/Monthly cost of living during the study abroad period : | |
|---|---|
| 家賃/Rent | 160,000 円/JPY |
| 食費/Food | 100,000 円/JPY |
| 交通費/Transportation | 20,000 円/JPY |
| 娯楽費/Entertainment/Leisure | 50,000 円/JPY |
| ■その他、補足等/ Additional comments : | |
| 交通費はケンブリッジやブライトンなどの遠出費用も含んでいる。 | |
| ■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 : |
| 参加した意味として最も大きかったのは、趣旨としてずれるかもしれないが、高い志を持った世界中の同志と出会えたことだった。その人たちと自分の将来について語り合う中で自分が何をしたくてそのために何が必要か、就職に直接結びつくわけではないけれど鮮明になることが多かった。なのでこの体験には総じて満足している。 |
| ■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 : |
| 長期の留学を検討するようになった程度。 |
| ■進路・就職先（就職希望先）/Career/Occupation (planned) : |
| |
| ■今後留学を考えている学生へのメッセージ、アドバイス/Any messages or advice for future participants : |
| 新しい環境に飛び込むことは自分が期待していないところでの進歩を生んでくれることもあると思うので、明確な参加理由がなくてもとりあえず挑戦してみるという姿勢を大事にしてほしい。このことは全てのプログラムに言えることだと思う。 |
| ■準備段階や留学中に役に立ったウェブサイト、出版物/Websites or publications which were useful while preparing for or during your time overseas : |
| 特に参考していない。イギリス外務省のビザの手続きなどのページは参照した。 |

# 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：　2023/9/2

■ID：　C23024

■参加プログラム/Program：　サマープログラム（各協定校主催）二次募集

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

■派遣先大学/Host university：　ユニバーシティ・カレッジ・ロンドン(UCL)

■プログラム期間/Program period（YYYY/MM/DD）：2023/8/7　～　2023/9/1

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

■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： |
| 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?： |
| 英語能力向上のため。 |

## 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、取り組んだものをすべて教えてください/Activities you took part in other than this program： |
| 文化活動 |
| ■学習・研究以外の活動で、取り組んだものについて、具体的に教えてください/Details of the activities you chose in other than this program： |
| 観光 |
| ■週末の過ごし方を教えてください/How did you spend the weekends and vacations?： |
| 観光しました。 |
| ■プログラム期間中の自由時間について、ご意見をお聞かせください/How did you think about the program time slot (time-zone difference)： |
| 自由時間よりもコンテンツを増やしてほしかった。 |
| ■プログラム日数（長さ）はいかがでしたか/How was the length of the program?： |
| ちょうど良かった |

## 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： |
| 授業料、寮費については、自分で現地の大学に申し込みを行いました。航空券の手配も自分で行いました。手続きは早めに行ったほうが良いと思います。 |

| |
|---|
| ■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 : |
| 留学への参加を事前に相談・報告しました。 |
| ■語学関係の準備/Language preparation : |
| 特に準備はしていません。 |

## 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 | 260,000 円/JPY |
| 派遣先大学への支払い（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 : | |
| | |

| | |
|---|---|
| ■留学先での毎月の生活費/Monthly cost of living during the study abroad period : | |
| 家賃/Rent | 170,000 円/JPY |
| 食費/Food | 80,000 円/JPY |
| 交通費/Transportation | 13,000 円/JPY |
| 娯楽費/Entertainment/Leisure | 135,000 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 : | |
| 100,000 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（本部国際教育推進課）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 : |
| 視野が広がりました。 |
| ■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 : |
| 海外でのキャリアについて考えるきっかけとなりました。 |
| ■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 : |
| まとまった休みがとれる学生のうちに参加するとよいと思います。 |
| ■準備段階や留学中に役に立ったウェブサイト、出版物/Websites or publications which were useful while preparing for or during your time overseas : |
| 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： 2023/9/3

■ID： C23031
■参加プログラム/Program： サマープログラム（各協定校主催）二次募集
■プログラム情報/Program info.： https://www.u-tokyo.ac.jp/adm/go-global/ja/program-list-short-partners_summer.html
■派遣先大学/Host university： ユニバーシティ・カレッジ・ロンドン(UCL)
■プログラム期間/Program period（YYYY/MM/DD）：2023/8/7 ～ 2023/9/1
■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： |
| 夏季休暇の時期であったため。 |
| ■参加を決めるまでの経緯/How and why did you decide to participate?： |
| UTAS の告知を拝見し、即座に決めた。資金面において両親の援助を受けざるを得なかったが、渡英への熱意があったためその説得に躊躇する余地はなかった。 |

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

| |
|---|
| ■概要/Overview： |
| 大学での午前中のクラスは少人数制であり、大きく分けて 3 つのパートに分かれていた。世界各国から集まった生徒の間の交流、英国の言語・文化に関する講義、ALESSA のようなレポート課題である。午後は同じクラスのメンバーで観光地を回るか、プログラムの参加者全員が講堂に一堂に会し英国の歴史・文化について講義を聴講する。 |
| ■学習・研究以外の活動で、取り組んだものをすべて教えてください/Activities you took part in other than this program： |
| 文化活動 |
| ■学習・研究以外の活動で、取り組んだものについて、具体的に教えてください/Details of the activities you chose in other than this program： |
| 現地で知り合った国内外の大学生・社会人や、現地在住の東大・サークルの先輩と一緒に、あるいは一人で、観光や文化活動を行った。文化活動として具体的には、パブ巡りやアフタヌーンティーといったものである。なお、現地の法律では 18 歳から飲酒が可能であり、18 歳である私も飲酒できたが、日本にいた頃当然飲酒の経験がなく、飲酒による体調不良を慣れない旅先で経験することのリスクを鑑み、頑なに飲酒をしなかったことを明記しておく。 |
| ■週末の過ごし方を教えてください/How did you spend the weekends and vacations?： |
| 週末は 1 日授業がなかったため、ロンドン内外でエリアを定め、より深く観光をした。例えば、北西に進みウィンザー城やオックスフォード大学を見学したり、ウェスト・エンド（日本でいう銀座に当たる）にある伝統的な場所の数々に足を運んだりした。また、疲労が貯めってきたタイミングでは、昼まで寝た週末の日もあ |

った。

■プログラム期間中の自由時間について、ご意見をお聞かせください/How did you think about the program time slot (time-zone difference) :

もう少し自由時間がほしかった。

■プログラム日数（長さ）はいかがでしたか/How was the length of the program? :

ちょうど良かった。

## 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 :

大学及び学部への提出物は海外渡航届と渡航情報届がメインであり、その他に保険関連や奨学金関連の提出物があった。本部国際教育推進課からエクセルファイルで提出物のリストを頂いたので、それに従って提出すればよくスムーズに手続きが進んだ。

■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 :

教養学部へ海外渡航のフォームを提出した。休暇中の渡航であったためその他に特別な提出物はなかった。

■語学関係の準備/Language preparation :

資格としては英検準 1 級、渡航前の英語一列のクラスは G1 だった。教養学部 1 年 S セメスターの英語教育は充実しているため、語学学習を自学自習で行うことはしなかった。現地ではロンドンらしい様々なバックグラウンドを持つ人々のユニークなアクセントを聞き取るのに苦労したが、現地の大学での講義や店舗での会話に関して困ることは一切なかった。

## 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/Airfare | 280,000 円/JPY |
| 派遣先大学への支払い（授業料・施設利用料など）/Payment to host institution (tuition, facilities fee, etc.) | 500,000 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 :

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

| | |
|---|---|
| 家賃/Rent | 200,000 円/JPY |

| | |
|---|---|
| 食費/Food | 50,000 円/JPY |
| 交通費/Transportation | 20,000 円/JPY |
| 娯楽費/Entertainment/Leisure | 180,000 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 :

100,000 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（本部国際教育推進課）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 :

憧れの地であると同時に、慣れない地でもある英国において、ひとりで生活する中で自分の時間を作り、プログラムを通して充実した学びを得、精一杯観光しつつも適度に行きそびれた場所を残し、またそれらを通し多くの人や価値観に出会えたことは、これまでの人生の中で間違いなく最も有意義かつ濃厚な経験であった。

■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 :

英国でのキャリア、自分の興味を探究するキャリア、ワーキングホリデーを通した海外生活などを視野に入れるようになった。

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

公的機関，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 :

興味のある国を学業と両立しながら有意義に観光できるまたとないチャンスです。

■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 :

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： 2023/8/9

■ID： C23032
■参加プログラム/Program： サマープログラム（各協定校主催）二次募集
■プログラム情報/Program info.： https://www.u-tokyo.ac.jp/adm/go-global/ja/program-list-short-partners_summer.html
■派遣先大学/Host university： ユニバーシティ・カレッジ・ロンドン(UCL)
■プログラム期間/Program period（YYYY/MM/DD）：2023/8/7 ～ 2023/9/1
■東京大学での所属学部・研究科等/Faculty/Graduate School at UTokyo： 薬学系研究科
■学年（プログラム開始時）/Year at the time of Study Abroad：修士 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： |
| 大学の授業・研究室・就活の予定を踏まえて、最適だと考えたため。 |
| ■参加を決めるまでの経緯/How and why did you decide to participate?： |
| 動機：これまでの comfort zone を抜け、初めてのことに挑戦してみたかった。いつ：2023 年 4 月。迷ったこと：就活や授業との兼ね合い。 |

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

| |
|---|
| ■概要/Overview： |
| スタイル：予習→授業、授業により Essay や小テスト、プレゼンテーションなどの課題あり。印象に残っている授業：Business Psychology。イベント：自身が履修した授業はフィールドワークなし。 |
| ■学習・研究以外の活動で、取り組んだものをすべて教えてください/Activities you took part in other than this program： |
| インターンシップ |
| ■学習・研究以外の活動で、取り組んだものについて、具体的に教えてください/Details of the activities you chose in other than this program： |
| 就活 |
| ■週末の過ごし方を教えてください/How did you spend the weekends and vacations?： |
| ミュージカル、旅行 |
| ■プログラム期間中の自由時間について、ご意見をお聞かせください/How did you think about the program time slot (time-zone difference)： |
| 特に不満はない。 |
| ■プログラム日数（長さ）はいかがでしたか/How was the length of the program?： |
| ちょうど良かった |

## 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 : |
| WEB サイトで申込→返答→Tuition Fee の支払い→Confirmation Letter を受け取る<br>提出物情報：希望する授業、成績証明書、英語資格、志望理由書を提出、出願料の支払い |
| ■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 : |
| 所属研究科の国際交流室・教務課に事前相談。S タームに履修していた授業の担当教員に単位認定・出席点の代替について事前相談。 |
| ■語学関係の準備/Language preparation : |
| 出発前から英語はネイティブレベルであったため、留学に向けての特別な準備は行なっていない。 |

## 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 | 300,000 円/JPY |
| 派遣先大学への支払い（授業料・施設利用料など）/Payment to host institution (tuition, facilities fee, etc.) | 800,000 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 : | |
| | |

| ■留学先での毎月の生活費/Monthly cost of living during the study abroad period : | |
|---|---|
| 家賃/Rent | 430,000 円/JPY |
| 食費/Food | 100,000 円/JPY |
| 交通費/Transportation | 25,000 円/JPY |
| 娯楽費/Entertainment/Leisure | 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 : | |
| 100,000 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（本部国際教育推進課）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 : |
| 留学をすることによって得られた経験は多く、自身を見直すきっかけになったため、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 : |
| 自身の志望職種が定まった。 |
| ■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 : |
| 思い立った時に挑戦してみるのが良いと思います。ぜひ頑張ってください！ |
| ■準備段階や留学中に役に立ったウェブサイト、出版物/Websites or publications which were useful while preparing for or during your time overseas : |
| 特になし。 |

# 東京大学　海外留学・国際交流プログラム報告書（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： 2023/12/19

■ID： C23034
■参加プログラム/Program： サマープログラム（各協定校主催）二次募集
■プログラム情報/Program info.： https://www.u-tokyo.ac.jp/adm/go-global/ja/program-list-short-partners_summer.html
■派遣先大学/Host university： ユニバーシティ・カレッジ・ロンドン(UCL)
■プログラム期間/Program period（YYYY/MM/DD）：2023/8/7 ～ 2023/9/1
■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： |
| 学業と部活動との兼ね合いから。 |
| ■参加を決めるまでの経緯/How and why did you decide to participate?： |
| 同じ年の 1 月に、進振りのための留年を決めて、この 1 年間で何かできることはないかなと考えている時に留学に行きたいという気持ちが芽生え、4 月頃に東大の留学関係のホームページで色々と調べているときにこのプログラムを見つけた。初めての海外ということで 3 週間という期間もちょうどいいと感じたし、時期もちょうどよかったので応募することにした。 |

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

| |
|---|
| ■概要/Overview： |
| research essay を書いてプレゼンするというプログラムで、essay の書き方やプレゼンのコツをを一から丁寧に教えてもらえた。英語でプレゼンテーションをするというのが非常にワクワクする経験で楽しかった。大英博物館と大英図書館に遠足に行った。 |
| ■学習・研究以外の活動で、取り組んだものをすべて教えてください/Activities you took part in other than this program： |
| 文化活動 |
| ■学習・研究以外の活動で、取り組んだものについて、具体的に教えてください/Details of the activities you chose in other than this program： |
| 大学がソーシャルプログラムと称して放課後に留学生同士が交流する場を用意してくれたので、それに参加した。具体的には、クイズ大会、ピクニック、クルージング、カラオケなど。 |
| ■週末の過ごし方を教えてください/How did you spend the weekends and vacations?： |
| 友人と観光に出かけたり、デパートに行ったりした。 |
| ■プログラム期間中の自由時間について、ご意見をお聞かせください/How did you think about the program time slot (time-zone difference)： |
| もう少し自由時間がほしかった。 |
| ■プログラム日数（長さ）はいかがでしたか/How was the length of the program?： |

ちょうど良かった。

## 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：**

TOEIC などの資格を持っていなかったため、まず向こうの大学に受け入れてもらうための独自の試験を受ける必要があり大変だったので、留学を考えている人はそうした類の技能検定を受けておいたほうが良い。留学期間中の居住場所を記載する必要があり、そこで海外の住所の書き方を学んだ。

**■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：**

一科目だけ日本を発った後に期末試験が予定されている科目があったため、事前に教員に相談したところ、他にもそのような学生が何人かいたらしく、試験ではなくレポートにしてもらえた。留学期間が確定した時点で早めに教員に相談するといいと思う。

**■語学関係の準備/Language preparation：**

ほとんど準備しないで行ってしまい後悔した。

## 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/Airfare | 500,000 円/JPY |
| 派遣先大学への支払い（授業料・施設利用料など）/Payment to host institution (tuition, facilities fee, etc.) | 400,000 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) | 6,860 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：**

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

| | |
|---|---|
| 家賃/Rent | 200,000 円/JPY |
| 食費/Food | 15,000 円/JPY |
| 交通費/Transportation | 5,000 円/JPY |
| 娯楽費/Entertainment/Leisure | 5,000 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 : |
| まずは、不安も大きい中留学に挑戦したことで、今まで学校の中だけで生きてきた自分を少し外向的に変えることができた。そして、言語の壁を超えて友人を作ることができたのが何より素晴らしいことだったと思う。 |
| ■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 : |
| 英語を実践的に使えるようになりたいという意識が高まったので、将来職場で英語を話せるという点で貢献できるくらいまで上達させようと思った。 |
| ■進路・就職先（就職希望先）/Career/Occupation (planned) : |
| 教員 |
| ■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 : |
| 必ず素晴らしい経験になると思うし、自分を変えられると思います！支援してくれる周りの人への感謝を忘れずに、ぜひ挑戦してほしいです！ |
| ■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 : |
| 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：　2023/9/1

■ID：　C23035
■参加プログラム/Program：　サマープログラム（各協定校主催）二次募集
■プログラム情報/Program info.：　https://www.u-tokyo.ac.jp/adm/go-global/ja/program-list-short-partners_summer.html
■派遣先大学/Host university：　ユニバーシティ・カレッジ・ロンドン(UCL)
■プログラム期間/Program period（YYYY/MM/DD）：2023/8/7　～　2023/9/1
■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： |
| 4 年の夏は院試や研究室で忙しいと考え、余裕のある 3 年の夏に海外留学したいと考えたから。 |
| ■参加を決めるまでの経緯/How and why did you decide to participate?： |
| 春休み頃から、夏に参加するプログラムを探していた。サークルやバイトの日程と照らし合わせて最も都合の良いプログラムだったので決定しました。 |

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

| |
|---|
| ■概要/Overview： |
| Academic Writing の書き方、プレゼンの仕方、グループワークなど。実際に街にいる人にアンケートを取った。 |
| ■学習・研究以外の活動で、取り組んだものをすべて教えてください/Activities you took part in other than this program： |
| スポーツ |
| ■学習・研究以外の活動で、取り組んだものについて、具体的に教えてください/Details of the activities you chose in other than this program： |
| 現地のダンススクールに行きました。 |
| ■週末の過ごし方を教えてください/How did you spend the weekends and vacations?： |
| 観光 |
| ■プログラム期間中の自由時間について、ご意見をお聞かせください/How did you think about the program time slot (time-zone difference)： |
| 特に不満はない。 |
| ■プログラム日数（長さ）はいかがでしたか/How was the length of the program?： |
| ちょうど良かった。 |

## 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： |

| |
|---|
| 各学部の提出物は余裕を持って提出しましょう。私は渡航数日前に出し忘れに気づいてとても大変でした。 |
| ■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 : |
| 3 年生の夏休み期間でしたので、大学の授業等には全く影響ありませんでした。 |
| ■語学関係の準備/Language preparation : |
| 特に語学面での準備はしていません。週 1 回程度英会話をしています。 |

## 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/Airfare | 260,000 円/JPY |
| 派遣先大学への支払い（授業料・施設利用料など）/Payment to host institution (tuition, facilities fee, etc.) | 312,000 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) | 7,300 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 : | |
| | |

| ■留学先での毎月の生活費/Monthly cost of living during the study abroad period : | |
|---|---|
| 家賃/Rent | 176,000 円/JPY |
| 食費/Food | 70,000 円/JPY |
| 交通費/Transportation | 21,000 円/JPY |
| 娯楽費/Entertainment/Leisure | 40,000 円/JPY |
| ■その他、補足等/ Additional comments : | |
| 半分外食、半分自炊。週末に地方都市へ旅行すると交通費・娯楽費が増える気がします。 | |
| ■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 : | |
| 100,000 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（本部国際教育推進課）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 : |
| 日本人が 6-7 割程度だった。 |
| ■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 : |
| 異なる専攻の学生が多く、良い刺激になった。 |
| ■進路・就職先（就職希望先）/Career/Occupation (planned) : |
| 研究職 |
| ■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 : |
| 日本人が多いので、そのことを念頭において過ごすと良いと思う。 |
| ■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 : |
| UCL の公式ホームページ |

# 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： 2023/9/9

■ID： C23039
■参加プログラム/Program： サマープログラム（各協定校主催）二次募集
■プログラム情報/Program info.： https://www.u-tokyo.ac.jp/adm/go-global/ja/program-list-short-partners_summer.html
■派遣先大学/Host university： ユニバーシティ・カレッジ・ロンドン(UCL)
■プログラム期間/Program period（YYYY/MM/DD）：2023/8/7 ～ 2023/9/1
■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： |
|---|
| 学科に進んで忙しくなる前で、比較的時間的余裕があったから。 |
| ■参加を決めるまでの経緯/How and why did you decide to participate?： |
| 自分の成長のため、自分を長期間、新しい環境におきたいと思ったから。かつ英語能力を鍛えたいと思ったため。 |

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

| ■概要/Overview： |
|---|
| 毎日午前中はアカデミックイングリッシュの少人数制（15 人程度）のクラス、午後は週に 2 日程度は visit といってプログラム主催側が企画した、ロンドン周辺のさまざまな観光名所の訪問（例えばキューガーデン、イーストエンドオブロンドン、ライオンキングの観劇など）を行い、週 1 程度、講師によるアカデミックレクチャー、週 2 程度は自由時間となっていた。アカデミックイングリッシュの授業では、週 2～3 回程度で 2～3 人のグループを組み替え、週 1 程度でグループ単位のプレゼン、週 1～2 程度で個人でのレポートを書いて提出していた。アウトプットの機会は多かったが、厳格なものではなく、全て授業中に終わらせることのできるものが多かった。予習・復習は特段求められなかった。 |
| ■学習・研究以外の活動で、取り組んだものをすべて教えてください/Activities you took part in other than this program： |
| 取り組んでいない。 |
| ■学習・研究以外の活動で、取り組んだものについて、具体的に教えてください/Details of the activities you chose in other than this program： |
| 観光に注力していたから。 |
| ■週末の過ごし方を教えてください/How did you spend the weekends and vacations?： |
| 観光に行っていた。一週目はロンドン近郊の街へ、二週目は友人に誘われユーロスターでパリへ一泊、観光に訪れた。 |
| ■プログラム期間中の自由時間について、ご意見をお聞かせください/How did you think about the program time slot (time-zone difference)： |

| |
|---|
| 特に不満はない。 |
| ■プログラム日数(長さ)はいかがでしたか/How was the length of the program? : |
| ちょうど良かった |

## 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 : |
| 最初にプログラムの応募用に数百語程度のエッセイ(なぜこのプログラムを選んだのか)を提出した。また、応募にあたり英語能力を示す必要があり、過去に取得していた英検は二年以上経過し能力を示すものとして使用できなくなっていたため、IELTS を受験した。プログラムに参加を許可されてからは、大学側から来るメールに従って手続きを進めた。手続きといっても、プログラムと推奨された下宿の代金の支払い、大学の moodle へのログイン程度で、特別な準備が必要なものはなかったと記憶している。 |
| ■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 : |
| 特に手続きは行わなかった。 |
| ■語学関係の準備/Language preparation : |
| IELTS6.0 で、英語のリスニングやスピーキングが苦手だった。出発にあたってはたまに reddit などの SNS で口語表現を覚える程度で、あまり語学学習に時間を割けなかった。 |

## 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/Airfare | 200,000 円/JPY |
| 派遣先大学への支払い(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 : | |
| | |

| ■留学先での毎月の生活費/Monthly cost of living during the study abroad period : | |
|---|---|
| 家賃/Rent | 200,000 円/JPY |
| 食費/Food | 100,000 円/JPY |
| 交通費/Transportation | 30,000 円/JPY |
| 娯楽費/Entertainment/Leisure | 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 : |
| 交友関係を広げることができた点、多様な人々と関わって自分の見つめ直す機会を得られた点にはとても満足している。一方で、高額な費用を有効活用できるよう、現地でもっと積極的に学びの機会を広げる（例えば、現地の教授に直接アポイントメントをとって、専門分野の話を聞きに行っていた友人もいた）ようにすればよかった、という後悔もある。しかし全体としては、優秀で自分と比べて外交的な人々と関わることで、世界がより広がったと感じている。 |
| ■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 : |
| 他のプログラム参加者（全世界から参加者を募集しているプログラムだったが、参加者の四分の一程度は東大生（特に 3～4 年生が多い）で、東大生から話を聞く機会が多くあった）はみな積極的にキャリア形成のため様々な活動に参加していて、さらにそれを楽しんでいるのを目の当たりにして、自分がなんとなく憂鬱に感じていた就職活動に対する意識が変わり、キャリアを考え、自分の進みたい道を進めるよう努力していくことに対する楽しみが増した。 |
| ■進路・就職先（就職希望先）/Career/Occupation (planned) : |
| まだ決まっていない。 |
| ■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 : |
| 数週間程度の派遣プログラムだと語学力が飛躍的に伸びる、とはいきませんが、新しい環境でさまざまな人々と関わることで、数週間で自分の内面が変わる、ということはありました。慣れない環境へ足を踏み出してみることは勇気と胆力を必要としますが、その環境で少し頑張ってみることで、以前は見えなかった視点が得られるかもしれません。 |
| ■準備段階や留学中に役に立ったウェブサイト、出版物/Websites or publications which were useful while preparing for or during your time overseas : |
| 特になし。プログラムでは参加者一人一人に UCL の microsoft アカウントが配布され、自分のクラスでは、講師からの資料は全てそのアカウントに紐づいた outlook メールで届いた。なので強いて言えば outlook mail が役立ったかもしれない。 |

# 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： 2023/9/5

■ID： C23042
■参加プログラム/Program： サマープログラム（各協定校主催）二次募集
■プログラム情報/Program info.： https://www.u-tokyo.ac.jp/adm/go-global/ja/program-list-short-partners_summer.html
■派遣先大学/Host university： ユニバーシティ・カレッジ・ロンドン(UCL)
■プログラム期間/Program period（YYYY/MM/DD）：2023/8/7 ～ 2023/9/1
■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： |
| 長期休暇は海外で過ごしたいと常に考えてたから。 |
| ■参加を決めるまでの経緯/How and why did you decide to participate?： |
| とりあえず海外で英語付けな日々を過ごしたかったので、時期がちょうどよかったこのプログラムに参加した。 |

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

| |
|---|
| ■概要/Overview： |
| 最終的に街の人にインタビューした結果をリサーチペーパーに書いて提出し、グループプレゼンテーションをすることを目的とした授業が展開された。 |
| ■学習・研究以外の活動で、取り組んだものをすべて教えてください/Activities you took part in other than this program： |
| 取り組んでいない。 |
| ■学習・研究以外の活動で、取り組んだものについて、具体的に教えてください/Details of the activities you chose in other than this program： |
| 海外からの友達と一緒に観光していたため。 |
| ■週末の過ごし方を教えてください/How did you spend the weekends and vacations?： |
| 他国から参加してる友達と一緒に観光した。 |
| ■プログラム期間中の自由時間について、ご意見をお聞かせください/How did you think about the program time slot (time-zone difference)： |
| 自由時間よりもコンテンツを増やしてほしかった。 |
| ■プログラム日数（長さ）はいかがでしたか/How was the length of the program?： |
| ちょうど良かった。 |

## 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 上で基本情報・志望理由などを入力して申請し、合格後は保険や奨学金の手続きを東大を経由して行った。東大経由なしに留学先の学校と直接やりとりしたものとしては、応募理由書の提出、プログラムと宿泊の費用の支払い、プログラム参加の上で必要な登録などがあった。 |
| ■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 : |
| 特になし。 |
| ■語学関係の準備/Language preparation : |
| 以前取っていた TOEFL のスコアがまだ有効で足りていたので、それを使った。 |

## 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/Airfare | 350,000 円/JPY |
| 派遣先大学への支払い(授業料・施設利用料など)/Payment to host institution (tuition, facilities fee, etc.) | 330,000 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) | 7,000 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 : | |
| | |

| ■留学先での毎月の生活費/Monthly cost of living during the study abroad period : | |
|---|---|
| 家賃/Rent | 185,000 円/JPY |
| 食費/Food | 70,000 円/JPY |
| 交通費/Transportation | 20,000 円/JPY |
| 娯楽費/Entertainment/Leisure | 30,000 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 : | |
| 100,000 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（本部国際教育推進課）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 : |
| 英語のおかげで言語の壁を超えて、とてもよい友人を作ることができたことが 1 番意義があったと思う。 |
| ■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 : |
| 長期留学に行きたい気持ちがさらに高まった。 |
| ■進路・就職先（就職希望先）/Career/Occupation (planned) : |
| |
| ■今後留学を考えている学生へのメッセージ、アドバイス/Any messages or advice for future participants : |
| 英語力の面でも他文化体験の面でも、日本にいるよりは参加した方が絶対いい経験ができると思う。 |
| ■準備段階や留学中に役に立ったウェブサイト、出版物/Websites or publications which were useful while preparing for or during your time overseas : |
| 特になし。 |

# 東京大学　海外留学・国際交流プログラム報告書（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：　2023/9/6

■ID：　C23052
■参加プログラム/Program：　サマープログラム（各協定校主催）二次募集
■プログラム情報/Program info.：　https://www.u-tokyo.ac.jp/adm/go-global/ja/program-list-short-partners_summer.html
■派遣先大学/Host university：　ユニバーシティ・カレッジ・ロンドン(UCL)
■プログラム期間/Program period（YYYY/MM/DD）：2023/8/7　～　2023/9/1
■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 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 3 年生から参加したいと考えていたが、コロナウイルスの影響で 3 年ほど海外に出る機会を得ることができなかった。修士 2 年生になりようやく海外に行けるようになったものの、修士論文の執筆と実験で秋以降から忙しくなることを考えると、8 月の時期が一番良いと考えたため。 |
| ■参加を決めるまでの経緯/How and why did you decide to participate?： |
| コロナ禍の前から海外留学をしたいと思っていたが、大学 3 年生になってコロナ禍の影響で 2 年間参加ができなかった。修士 1 年では就職活動の影響で、長期間のプログラムに参加できなかったため、これが学生最後の機会と考え、修士 1 年の 3 月に参加することを決めた。実際、修士 2 年生で修士論文もあったため参加には迷いはあった。 |

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

| ■概要/Overview： |
|---|
| 基本的に 10:00-13:00 で平日毎日授業があって、14 時からの午後の授業は講義形式の授業を受けたり、Visiting Tour として色んなところを巡ることが多かったです。午前中の授業は、Acadmic writing を学んだりみんなと Discussion をすることがメインでした。一番印象に残っているのは、Visiting Tour の一環としてミュージカルのライオンキングを観に行ったことです。ロンドンといえばミュージカルとも言われてるので、とても感動しました。 |
| ■学習・研究以外の活動で、取り組んだものをすべて教えてください/Activities you took part in other than this program： |
| 取り組んでいない。 |
| ■学習・研究以外の活動で、取り組んだものについて、具体的に教えてください/Details of the activities you chose in other than this program： |
| 1 ヶ月という短い期間だったため、難しかったから。 |
| ■週末の過ごし方を教えてください/How did you spend the weekends and vacations?： |
| 地方都市に訪れたり、ロンドンの観光をしていた。 |
| ■プログラム期間中の自由時間について、ご意見をお聞かせください/How did you think about the program time |

| |
|---|
| slot (time-zone difference) : |
| 自由時間よりもコンテンツを増やしてほしかった。 |
| ■プログラム日数（長さ）はいかがでしたか/How was the length of the program? : |
| ちょうど良かった。 |

## 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 の渡航手続きで手続きを行った後に、UCL のホームページ経由で申し込みました。東大では志望理由や自己アピールの情報を求められ、UCL では志望動機と英語のスコアについて求められました。元々 TOEFL は受けていたので、そのスコアを利用しました。 |
| ■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 : |
| 修士 2 年生だったため、研究室の指導教官に事前に伝えてから手続きを行いました。 |
| ■語学関係の準備/Language preparation : |
| 留学後に TOEIC を受ける予定があったのもあり、TOEIC 対策をしていました。 |

## 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/Airfare | 200,000 円/JPY |
| 派遣先大学への支払い（授業料・施設利用料など）/Payment to host institution (tuition, facilities fee, etc.) | 500,000 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) | 4,000 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 : | |
| | |

| ■留学先での毎月の生活費/Monthly cost of living during the study abroad period : | |
|---|---|
| 家賃/Rent | 200,000 円/JPY |
| 食費/Food | 50,000 円/JPY |
| 交通費/Transportation | 100,000 円/JPY |
| 娯楽費/Entertainment/Leisure | 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 :

グローバル教育センター

■受給金額（月額）/Monthly stipend :

100,000 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（本部国際教育推進課）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 :

プログラムに参加した事の意義は、ロンドンという日本から遠く離れた場所で 1 ヶ月過ごすという経験ができた点だ。社会人になってしまうと中々海外でゆっくりと生活を送るということは難しいと思う。今回それができただけでも貴重な経験になったと感じる。逆に満足できなかった点としては、日本人が参加者のマジョリティを占めていたことだ。これは次回以降、改善してほしいと強く願っている。

■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 :

現在総合商社に内定が決まっており、2～3 年後のキャリアは想像できていた。しかし、実際に海外駐在するとなった 4～5 年後、どのように働くことになるのか、キャリアをどのように設計していくのが自分にとって良いのかを考えさせられる良い機会になった。

■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 :

事前準備をどれだけしたかがプログラムの満足度のレベルを上げると思います！！語学準備や派遣先のことを詳しく調べて満足度の高いプログラムにしてください。

■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 :

https://www.world-avenue.co.jp/wa-news/luggage

# 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： 2023/9/3

■ID： C23056

■参加プログラム/Program： サマープログラム（各協定校主催）二次募集

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

■派遣先大学/Host university： ユニバーシティ・カレッジ・ロンドン(UCL)

■プログラム期間/Program period（YYYY/MM/DD）：2023/8/7 ～ 2023/9/1

■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： |
|---|
| 東大の期末試験終了後に実施されるため、東大での単位取得に影響がなかったから。 |
| ■参加を決めるまでの経緯/How and why did you decide to participate?： |
| 大学四年生になったタイミング。大学からの通知メールを見て。金銭面では少し検討を要した。 |

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

| ■概要/Overview： |
|---|
| 10-13 時の 3 時間授業。クラスにより授業内容は異なるが、概ね最終的な発表に向けての英語でのリサーチプロジェクトを進める<br>授業内容はプロジェクトに関連するものもあれば、文法、その時々の会話から派生するアドリブ的なものまで様々。リサーチプロジェクトといっても、そこまで気負うものではないので心配不要。午後にはロンドン各地の観光名所を現地学生のチューターと共に回るというイベントが週に二、三回開催され、観光と文化学習を兼ねた体験が可能。 |
| ■学習・研究以外の活動で、取り組んだものをすべて教えてください/Activities you took part in other than this program： |
| スポーツ |
| ■学習・研究以外の活動で、取り組んだものについて、具体的に教えてください/Details of the activities you chose in other than this program： |
| 本プログラムに参加した友人達とサッカーをした。 |
| ■週末の過ごし方を教えてください/How did you spend the weekends and vacations?： |
| 人により様々。ロンドン以外の地方都市に足を運ぶ人もいれば、フランスなどに行く人も、ロンドン市内を隅々と巡る人もいる。 |
| ■プログラム期間中の自由時間について、ご意見をお聞かせください/How did you think about the program time slot (time-zone difference)： |
| 特に不満はない。 |
| ■プログラム日数（長さ）はいかがでしたか/How was the length of the program?： |

| |
|---|
| ちょうど良かった。 |

## 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 : |
| UCL に直接提出するものと、東大に提出するものの二種類。指示通りに進めればよく、特に難しいわけではない。2 ヶ月前から徐々に準備を始めた。 |
| ■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 : |
| 所属学部に承認を得るシーンがあったが、簡単なメールを送るだけで良い。不安であれば直接窓口に行けば丁寧に対応してくださる。 |
| ■語学関係の準備/Language preparation : |
| 英語を上達することが目的のコースなので、意欲さえあれば問題ないです。 |

## 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/Airfare | 181,720 円/JPY |
| 派遣先大学への支払い（授業料・施設利用料など）/Payment to host institution (tuition, facilities fee, etc.) | 330,000 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) | 0 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 | 180,000 円/JPY |
| 食費/Food | 55,000 円/JPY |
| 交通費/Transportation | 10,000 円/JPY |
| 娯楽費/Entertainment/Leisure | 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 : | |
| JASSO | |

| |
|---|
| ■受給金額（月額）/Monthly stipend : |
| 260,000 円 |
| ■受給金額についての補足等/Additional comments about the monthly stipend : |
| 渡航支援金含む |
| ■奨学金をどのように見つけたか/How did you find the scholarships? : |
| 大学（本部国際教育推進課）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 : |
| 英語でコミュニケーションをとることの自信が復活したこと。 |
| ■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 : |
| 国際的に活躍できる人物になろうという意識がより強くなった。 |
| ■進路・就職先（就職希望先）/Career/Occupation (planned) : |
| 公的機関，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 : |
| ほとんど海外旅行のようなものなので気負わず挑戦してみてください。とても楽しいです。 |
| ■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 : |
| 大学のサイト |

# 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： 2023/8/31

■ID： C23058

■参加プログラム/Program： サマープログラム（各協定校主催）二次募集

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

■派遣先大学/Host university： ユニバーシティ・カレッジ・ロンドン(UCL)

■プログラム期間/Program period （YYYY/MM/DD）：2023/8/7 ～ 2023/9/1

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

■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： |
| ①学生時代に海外プログラムに参加できる最後のチャンスだと考えたから。②過ごしやすい気候だから。 |
| ■参加を決めるまでの経緯/How and why did you decide to participate?： |
| 卒業までに海外経験を積んでおきたかったから。4 月頭に二次募集の連絡を見て、すぐに参加を決意した。 |

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

| |
|---|
| ■概要/Overview： |
| Academic writhing と presentation にフォーカスした授業だった。授業内で作業の時間を取ってくれるので、課題はそこまで多くなかったが、たまに英語論文を読んでまとめる作業や、プレゼンの準備が課された。3 週間で 3 回プレゼンをして、その度に魅力的なプレゼンにするための個別フィードバックがあり、非常に役に立った。講義は火曜日以外は午前中のみで、週に 3～4 回はクラスで観光名所を巡るというイベントがあった。ツアーガイドがつく回もあり、ロンドンの歴史や文化について深く知ることができた。 |
| ■学習・研究以外の活動で、取り組んだものをすべて教えてください/Activities you took part in other than this program： |
| 取り組んでいない。 |
| ■学習・研究以外の活動で、取り組んだものについて、具体的に教えてください/Details of the activities you chose in other than this program： |
| 観光したい場所がたくさんあったため、同じコースの学生と交流する目的も兼ねて、さまざまな場所を訪れた。 |
| ■週末の過ごし方を教えてください/How did you spend the weekends and vacations?： |
| 高速バスを予約して、ロンドンの外に日帰りで旅行しに行った。（カンタベリ、オックスフォード） |
| ■プログラム期間中の自由時間について、ご意見をお聞かせください/How did you think about the program time slot (time-zone difference)： |
| 特に不満はない。 |
| ■プログラム日数（長さ）はいかがでしたか/How was the length of the program?： |

| |
|---|
| ちょうど良かった |

## 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 : |
| 派遣先大学に提出する個人情報・志望動機。東大に提出する個人情報・成績・志望動機。危機管理サービス(OSSMA)への加入手続き。奨学金振込用の銀行口座情報登録。学部に提出する渡航情報届。付帯海学加入手続き。渡航情報届。 |
| ■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。指導教員への交渉。 |
| ■語学関係の準備/Language preparation : |
| ある程度は話せるものの、スラスラと英語が出てこなかったり、聞き取れない部分が多かったりした。そのため、東大のオンライン言語交換プログラムで週 1 回の英会話をしたり、インスタグラムで基本文法や会話表現を勉強したりした。 |

## 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/Airfare | 250,000 円/JPY |
| 派遣先大学への支払い(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) | 7,500 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 : | |
| | |

| ■留学先での毎月の生活費/Monthly cost of living during the study abroad period : | |
|---|---|
| 家賃/Rent | 160,000 円/JPY |
| 食費/Food | 45,000 円/JPY |
| 交通費/Transportation | 15,000 円/JPY |
| 娯楽費/Entertainment/Leisure | 30,000 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 : |
| 100,000 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（本部国際教育推進課）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 : |
| 上記と同じ内容。満足していない点としては、思いの外日本人が多く、日本人同士で遊びに行くと日本語で話してしまっていた点が挙げられる。 |
| ■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 : |
| 就職先はすでに決まっているので、その仕事の中でできるだけたくさん海外案件に関われるようにしたいと思った。 |
| ■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 : |
| 参加するか迷っているのなら、とりあえず申し込んでみることを強くお勧めします。ここでしかできない経験や、かけがえのない仲間たち、思い出は、一生心に残るものになります。積極的に輪を広げに行って、学びを得ようとする意思さえあれば、素晴らしい経験になるはずです。 |
| ■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 : |
| イギリスの乗換案内サイト。日本人が作った、海外旅行に持っていくべきものまとめ。 |

# 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： 2023/7/17

■ID： C23064

■参加プログラム/Program： サマープログラム（各協定校主催）二次募集

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

■派遣先大学/Host university： ユニバーシティ・カレッジ・ロンドン(UCL)

■プログラム期間/Program period（YYYY/MM/DD）：2023/8/7 ～ 2023/9/1

■東京大学での所属学部・研究科等/Faculty/Graduate School at UTokyo： 新領域創成科学研究科

■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： |
| --- |
| 一年の中で夏休みは授業が少く、10 月入学の修士のため M1 のうちに、就活/進学が始まる前の時期だから。 |
| ■参加を決めるまでの経緯/How and why did you decide to participate?： |
| I have always been interested in studying in the UK and was considering whether I wanted to continue my studies there in the future. After receiving a promotional email from the school I thought it would be a great opportunity to experience it. |

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

| ■概要/Overview： |
| --- |
| I was impressed with the daily reading that addressed what I was learning today and what I was studying for tomorrow. The lessons and the READING complement each other and the content in the READING is very deep and insightful. They are all very good pieces that the teacher has found that I have benefited from. The material in the class was also very colorful and helped with understanding and thinking. The topic was divided into two parts, presentation and essay examining our understanding of the topic from different perspectives. |
| ■学習・研究以外の活動で、取り組んだものをすべて教えてください/Activities you took part in other than this program： |
| 文化活動 |
| ■学習・研究以外の活動で、取り組んだものについて、具体的に教えてください/Details of the activities you chose in other than this program： |
| The school organized day trips to Bays and Cambridge, as well as a boat trip on the Thames. The boat trip was full of students who had attended summer school, and we were able to sing and dance together on the dance floor, as well as sit next to each othe and talk. This greatly improved our bonding – many of us hadn't seen each other since the opening ceremony because it wasn't a moodle. |
| ■週末の過ごし方を教えてください/How did you spend the weekends and vacations?： |

| |
|---|
| Visit a museum or go to an attraction where you can go back and forth in one day with a friend you made in class. |
| ■プログラム期間中の自由時間について、ご意見をお聞かせください/How did you think about the program time slot (time-zone difference) : |
| 特に不満はない。 |
| ■プログラム日数(長さ)はいかがでしたか/How was the length of the program? : |
| ちょうど良かった |

## 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 : |
| First of all, we should talk to the instructor of the research laboratory and apply for a short-term study abroad program on UTAS after getting the approval (Before submitting your application on UTAS you have to complete the one-on-one presentation for the overseas trip in the Registrar's Office and get the name of the presenter, this must be done by setting aside time in advance to make an appointment with the Registrar's Office). When applying for the program with the target school, it will need a transcript, a certificate of enrollment, and the reason for attending the program. After getting the offer, we have to book a dormitory, an air ticket, and an insurance. Also have to change the currency of the place we are studying in one week before departure date; we also need to buy a plug converter, and purchase a phone card or a portable wifi. |
| ■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 : |
| Since the summer school happens to be at the end of the S1 semester, there is no major trouble with lectures. However, due to the time difference, there is less crossover between administrative time when you are in the UK and Japan, and the efficiency of communication slows down. Therefore, in order not to cause trouble for other people in the research laboratory, try to do the daily docking work well in advance before you leave. |
| ■語学関係の準備/Language preparation : |
| The course will use a lot of academic English, which is more difficult to be exposed to and accumulated in daily life. Therefore, it may be useful to listen to some English courses before you leave to get used to the English teaching environment. However, you don't need to worry because the student body of the university is internationalized and the English used in the classes will not be too difficult to understand in order to take care of the majority of the students. |

## 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 | 210,000 円/JPY |
| 派遣先大学への支払い(授業料・施設利用料など)/Payment to host institution (tuition, facilities fee, etc.) | 437,284 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) | 5,000 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 | 214,106 円/JPY |
| 食費/Food | 100,000 円/JPY |
| 交通費/Transportation | 20,000 円/JPY |
| 娯楽費/Entertainment/Leisure | 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 : | |
| 100,000 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（本部国際教育推進課）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 : |
| 20 days is enough time to go to a lot of places and learn a lot in the class. Studying in the UK and studying in Japan are very different things for a foreigner, and it gave me a lot of inspiration and motivation. It was also a great training for me to be able to work with other people to complete a project in an international context. |
| ■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 : |
| In a team with members from different backgrounds, people may think very differently, but it's easier to spark creativity. I hope to study or work in such an environment in the future. |
| ■進路・就職先（就職希望先）/Career/Occupation (planned) : |
| 研究職 |

| ■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 : |
|---|
| Take the opportunity to participate in the programs you want to participate in; every participation is meaningful and growth-inducing. But remember to keep to the proposed time and not to let the opportunity slip by just because you are procrastinating. |
| ■準備段階や留学中に役に立ったウェブサイト、出版物/Websites or publications which were useful while preparing for or during your time overseas : |
| 特になし。 |

# 東京大学　海外留学・国際交流プログラム報告書（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： 2023/8/15

■ID： C23065

■参加プログラム/Program： サマープログラム（各協定校主催）二次募集

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

■派遣先大学/Host university： ユニバーシティ・カレッジ・ロンドン(UCL)

■プログラム期間/Program period（YYYY/MM/DD）：2023/8/7 ～ 2023/9/1

■東京大学での所属学部・研究科等/Faculty/Graduate School at UTokyo： 学際情報学府

■学年（プログラム開始時）/Year at the time of Study Abroad：博士 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： |
|---|
| 夏休み期間中は比較的に暇であるため。 |
| ■参加を決めるまでの経緯/How and why did you decide to participate?： |
| ロンドンで生活してみたいなと思って参加を決めました。決めたのは、大学からサマープログラムのメールが届いた時です。派遣先の学費が高かったことで少し迷いました。 |

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

| ■概要/Overview： |
|---|
| 英語圏大学の学術 Essay を書くテクニックと Essay の内容をプレゼンテーションする際のテクニックを教える授業を履修しました。予習は特にありません。実際にプレゼンをして、論文を書いて、フィードバックをたくさんもらいました。イベントとして、みんなで大英図書館まで行ったことがあります。 |
| ■学習・研究以外の活動で、取り組んだものをすべて教えてください/Activities you took part in other than this program： |
| 文化活動 |
| ■学習・研究以外の活動で、取り組んだものについて、具体的に教えてください/Details of the activities you chose in other than this program： |
| ロンドンの複数の博物館・美術館に行きました。 |
| ■週末の過ごし方を教えてください/How did you spend the weekends and vacations?： |
| ロンドン観光。 |
| ■プログラム期間中の自由時間について、ご意見をお聞かせください/How did you think about the program time slot (time-zone difference)： |
| 特に不満はない。 |
| ■プログラム日数（長さ）はいかがでしたか/How was the length of the program?： |
| ちょうど良かった。 |

## 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 で基本情報および申請理由(日本語)などを書き込み提出し、大学側から許可を受けた後、派遣先大学の HP に別の申請書一式(英語)を提出しました。 |
| ■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 : |
| 海外旅行届を研究科に提出しました。 |
| ■語学関係の準備/Language preparation : |
| TOEFL 95 点で英語が得意ではありませんが、特に準備もしませんでした。ロンドンのガイドブックに載っている表現を覚えたくらいです。 |

## 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/Airfare | 300,000 円/JPY |
| 派遣先大学への支払い(授業料・施設利用料など)/Payment to host institution (tuition, facilities fee, etc.) | 445,000 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) | 7,000 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) | 3,400 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 | 228,000 円/JPY |
| 食費/Food | 120,000 円/JPY |
| 交通費/Transportation | 20,000 円/JPY |
| 娯楽費/Entertainment/Leisure | 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 : | |
| 受給した。 | |
| ■奨学金の支給機関・団体名等/Name of the source of the scholarships : | |
| Go Global 奨学金(東京大学海外奨学派遣事業) | |
| ■受給金額(月額)/Monthly stipend : | |

| |
|---|
| 100,000 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（本部国際教育推進課）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 : |
| 英語があまり好きではないし得意でもないのですが、3 週間だけなら普通に毎日を支障なく楽しめたので、英語に対する見方が少し変わった気がします。ただ、英語圏で長期間生活するとなると、高レベルの英語がやはり重要となってくるので、英語圏の生活は自分に向いていないなと自覚しました。<br>また、ロンドンがとても自由と感じました。東アジアと違う空気が味わえて、有意義な夏だなあと思いました。 |
| ■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 : |
| やはり日本で暮らそうと思いました。 |
| ■進路・就職先（就職希望先）/Career/Occupation (planned) : |
| 研究職 |
| ■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 : |
| ロンドンの物価は割と高いので、金銭的余裕があった方がいいと思います。 |
| ■準備段階や留学中に役に立ったウェブサイト、出版物/Websites or publications which were useful while preparing for or during your time overseas : |
| 特にありません。 |