

## 東京大学 海外留学・国際交流プログラム報告書(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: 2025/8/10

■ID: C25003

■参加プログラム/Program: NTU Summer+ Programs 2025

■プログラム情報/Program info.: [https://www.u-tokyo.ac.jp/adm/go-global/ja/s0501\\_00108.html](https://www.u-tokyo.ac.jp/adm/go-global/ja/s0501_00108.html)

■派遣先大学/Host university: 国立台湾大学

■プログラム期間/Program period 2025/6/23 ~ 2025/8/1

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

■学年(プログラム開始時)/Year at the time of Study Abroad: 学部 3 年

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

夏休みを有意義に利用するため。S セメスターから中国に留学していたのだが、事情により夏休みの間は中国滞在が不可能だった。しかし2ヶ月の夏休みをすべて日本で過ごすのは勿体無いと思ったのと、以前台湾に旅行しもっと長く滞在してみたいと感じていたため、同じ中国語圏である台湾で開催されるこちらのプログラムに参加することにした。

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

#### ■概要/Overview:

基本的に午前中は中国語の授業、午後は台湾の文化に関するレクチャーやフィールドワークまたは現地大学生との交流。中国語の授業は1クラス5人程度の少人数できめ細かく見てもらえる。3週間ごとに中間/期末のテストがあった。なお、教材は基本的に繁体字だが適宜簡体字で補足が入るので繁体字学習経験がなくても問題はない。レクチャーはすべて英語。文化体験プログラムには必須のものと自由参加のものがある。

#### ■プログラム以外の活動で、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

#### ■プログラム以外の活動で、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:

台湾の歴史及び文化に関心があったため、自由時間を利用して博物館や伝統芸能の公演などに訪れた。

### 派遣先の環境について/About environment at the host institution

#### ■設備/Facilities:

総合図書館は大変きれいだった。利用していないが24時間自習室などもあるそう。学内には全域にWi-Fiが通っている。

#### ■サポート体制/Support for students:

利用していないため不明。

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:

アパートなどの賃貸

■宿泊先の様子/Environment around the accommodation:

寮が高かったので Airbnb で見つけたアパートの一室に滞在した。台湾大学から MRT で二駅、駅から徒歩 5 分程度のアパートの 4F。エアコン、洗濯機、キッチン、冷蔵庫、トイレ、シャワーなどの設備は一通りあり、特に不便はなかった。部屋が複数あったため途中から他の滞在客が来てシェアハウスのような感じになった。

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

夏の台北は大変暑い。もっとも暑さについては東京も大差ないと思うが、台北では雨(スコール)も多いため、折り畳み傘を常備することを推奨。台湾大学は MRT の駅からすぐで交通の便は大変よい。また youbike というシェアサイクルが台北中で利用できる。食事は学内に学食及び弁当屋が複数ある。一食平均 500 円程度で、学外よりはかなり安い。その他公館駅周辺には飲食店も多数ある。

■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:

治安は普通にいいと思う。日本で気をつけるようなことを気をつければそれで十分。

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

現金、クレジットカード、LINE Pay の3つを利用した。台湾はまだまだ現金社会なので、キャッシングなどで十分な現金が手に入る状態にしておく必要がある。

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:

東大からの推薦を頂いたあとは、NTU Plus Academy のサイトから直接アプリケーションフォームを送信した。私は language and culture プログラムに応募したので、5 月半ばに NTU 担当者によるレベル分けのための中国語の oral test 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:

単位互換を希望しなかったため特になし。(留学許可証を提出していない)

■語学関係の準備/Language preparation:

英語: TOEFL91。ただし speaking は 20 点なく、大変苦手意識があった。実際苦労した。中国語: HSK5 級。S セメスターは大陸に留学しており中国語を使った生活には慣れていたので特に苦労はなかった。プログラムでも高度な中国語能力は特に求められない。

■ビザの手続き/Procedures for visa:

日本国籍保持者は 90 日間ビザ免除のため特になし。

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

付帯海学に加入。

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	54,000 円/JPY
保険関係(日本で加入したものと留学先で加入したものの合計)/Overseas travel insurance fee	0(中国留学の付帯海学でカバー) 円/JPY
上記以外の渡航のために要した費用(ビザ・予防接種等)/Travel-related expenses not covered in the above (visa, vaccinations etc.)	円/JPY
■その他、補足等/Additional comments:	
300,000 円(プログラム参加費及び手数料)	

■留学先で費やした生活費/Overall expenses spent during the program:	
宿泊費/Rent	97,000 円/JPY
食費/Food	55,000 円/JPY
交通費/Transportation	5,000 円/JPY
娯楽費/Entertainment/Leisure	53,000 円/JPY
■その他、補足等/Additional comments:	
7,500 円(SIM カード)	
■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:	
寺浦さよ子記念奨学財団、公益財団法人三洲倶楽部	
■受給金額(月額)/Monthly stipend:	
250,000 円	
■奨学金をどのように見つけたか/How did you find the scholarships?:	
ネット上の情報や掲示物などから見つけた、知人から聞いた	

#### 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:
わかりやすい進歩としては、大陸の普通話と異なる台湾華語への理解が深まったこと及び繁体字の読解能力が身についたことがある。台湾文化について学ぶという点でも、大学側が原住民文化体験、台湾茶の収穫など様々なアクティビティを準備してくれたため個人旅行ではできないような体験ができた。また、米国西海岸出身者が参加者の体感 8 割を占めていたため、強制的にネイティブに混ざって会話をすることになり、自身の英語力の不足を痛感し、英語学習のモチベーションが高まった。1 ヶ月台湾に滞在したことで、個人でも様々な場所を訪問できた。特に個人的に関心のある布袋戲に関連する複数のイベントや施設を訪れることができたことに大変満足している。
■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:
短期プログラムのため直接的な影響は特になし。

■進路・就職先(就職希望先)/Career/Occupation (planned):
民間企業, 修士・博士に進学
■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 :
ネイティブとの会話に差し支えないレベルの英語力を身につけていくことを強く推奨する。
■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(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: 2025/9/3

■ID: C25004

■参加プログラム/Program: NTU Summer+ Programs 2025

■プログラム情報/Program info.: [https://www.u-tokyo.ac.jp/adm/go-global/ja/s0501\\_00108.html](https://www.u-tokyo.ac.jp/adm/go-global/ja/s0501_00108.html)

■派遣先大学/Host university: 国立台湾大学

■プログラム期間/Program period 2025/8/3 ~ 2025/8/23

■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

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

去年の留学で台湾人の人と仲良くなったので、もともと台湾旅行を計画していた。しかし冬に偶然このプログラムを見つけ、ちょうど第二外国語で中国語を学んでいたこともあり、参加することを決めた。何種類かのプログラムがあったが、大学の授業と被らない日程は当プログラムのみだったことが理由である。

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

■概要/Overview:

平日は大学があり、午前中は中国語の授業、午後は日替わりで現地学生との交流や、台湾文化体験など様々なプログラムが用意されていた。授業は少人数なため、スピーキング力は相当鍛えられると思う。

■プログラム以外の活動で、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

■プログラム以外の活動で、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:

週末は現地でできた友人と台湾の観光地、九份や台中に旅行に行って過ごした。また、プログラムは遅くとも夕方には終了したため、夜は友人と夜市に行くことも多かった。

### 派遣先の環境について/About environment at the host institution

■設備/Facilities:

図書館を数回利用した。設備は全て綺麗で広く、とても使いやすかった。

■サポート体制/Support for students:

特に困ったことはなかった。現地の学生、寮の人含めて皆とても親切だった。

### 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:

学生寮

■宿泊先の様子/Environment around the accommodation:

部屋は個室でトイレ、シャワー等は共用だった。設備で特に困ったことはなかったが、虫がよく出ると、布団が薄くて寒かったことは気になった。
■ 気候、滞在先周辺の様子、交通機関、食事等 / Climate, environment around the institution, transportation, food, etc. :
日本より蒸し暑く、日差しも強いので虫除けや日焼け止めは必須。寮や大学まわりは地下鉄がすぐ近くを通っている他、バスも利用できたので交通で不便を感じることはなかった。食事は私の口にはあったが、台湾料理は割とクセがあるので合わない人には合わないと思う。そういう人は日本食のお店に行きましょう。
■ 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 :
治安は日本と同程度に良かったので、気をつける点はなかった。
■ お金の管理方法、現地の通貨事情 / Management of money and situation about local economy :
現金社会なので現金はかなり多めに持っていくと良い。

#### 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 :
出国の 1 ヶ月前くらいに全体のプログラムの流れを記した資料と、中国語のクラス分けをするためのレベル測定問題が送られた。(なお筆者はメール後半にあるレベル分けテストの存在を見落としていて回答しなかったため強制的に一番下のクラスに放り込まれた、大学からのメールは最後まで見ましょう。)
■ 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 :
夏休み中の留学だったので特別留意すべき点はなかった。期間中に進学振り分けの手続きと被ったことぐらいか。
■ 語学関係の準備 / Language preparation :
英語は日常生活の会話程度なら円滑にできるレベル、中国語は授業で一年やっただけでとてもまともに喋れるレベルではなかった。私は特別な対策は行わなかったが、中国語は日本でちゃんと復習すべきだったと思っている。(想像以上にみんなできる)
■ ビザの手続き / Procedures for visa :
3 週間滞在の場合、台湾はビザが不要だった。
■ 保険・医療関係の準備 / Preparations or actions taken to maintain your health :
大学指定の保険以外には特に加入しなかった。

#### 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	90,000	円 / JPY
保険関係(日本で加入したものと留学先で加入したものの合計) / Overseas travel insurance fee	3,000	円 / JPY
上記以外の渡航のために要した費用(ビザ・予防接種等) /		円 / JPY
■ その他、補足等 / Additional comments :		

特になし

■留学先で費やした生活費/Overall expenses spent during the program:

宿泊費/Rent	70,000 円/JPY
食費/Food	50,000 程度 円/JPY
交通費/Transportation	20,000 程度 円/JPY (観光含む)
娯楽費/Entertainment/Leisure	30,000 程度 円/JPY

■その他、補足等/Additional comments:

正直本気で節約するなら上記の半額には抑えられると思う。

■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:

■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:

もともと台湾という国にはとても興味があった。たった 3 週間ではあったが、台湾という国の様子、雰囲気を理解するには充分なものであったと思う。現地学生の英語はとても堪能なうえに、積極的にコミュニケーションを交わしてもらえてとてもやりやすく、ローカルなことまで知ることができた。これは旅行するだけでは叶わないところだと思う。

■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:

大学生になってから単身海外へ赴くようになったが、行くたびに世界の広さ、自分が知らないことの多さをわからされる。将来的には民間企業に就職することになると思うが、日本だけに留まらず海外の人とも関わっていけるようなキャリアを形成していきたいと強く思う。そのためにも海外の人とどうにかしてコミュニケーションをとっていく経験はとても貴重だった。

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

修士・博士に進学

■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:

悩んでる暇があったらとりあえずやってみましょう。どうにかなります。この手のものは最初は不安でもいざ終わると満足感に満ち溢れるものです。大学生でしかできないことですし、積極的にやっていくべきだと思います。

■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 :



## 東京大学 海外留学・国際交流プログラム報告書(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: 2025/9/2

- ID: C25005
- 参加プログラム/Program: NTU Summer+ Programs 2025
- プログラム情報/Program info.: [https://www.u-tokyo.ac.jp/adm/go-global/ja/s0501\\_00108.html](https://www.u-tokyo.ac.jp/adm/go-global/ja/s0501_00108.html)
- 派遣先大学/Host university: 国立台湾大学
- プログラム期間/Program period 2025/8/3 ~ 2025/8/23
- 東京大学での所属学部・研究科等/Faculty/Graduate School at UTokyo: 法学政治学研究科
- 学年(プログラム開始時)/Year at the time of Study Abroad: 修士 2 年

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

・学業が落ち着いた時期に留学をして中国語の勉強をしたいと思っていたからです。・その年の春休みにプログラムを見つけて応募しました。・中国語の勉強として、中国本土でなく台湾でいいのか迷いました。

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

#### ■概要/Overview:

・原則、午前 9-12 時はクラス別の授業、午後は台湾文化の講義を受けたり、外出をしたり、台湾文化の体験をしたり、といったアクティビティが用意されています。・2 回のテストと最後にプレゼンテーションがあります。・授業の内容はそこまで重くないので、学校が終わった後や休日は遊びに行くことができます。

#### ■プログラム以外の活動で、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

#### ■プログラム以外の活動で、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:

・プログラムの参加者と遊びに行ったり、1 人で外出したりしました。

### 派遣先の環境について/About environment at the host institution

#### ■設備/Facilities:

図書館、食堂

#### ■サポート体制/Support for students:

台湾大学の学生がチューターとしていて、質問があれば彼らに聞くと答えてくれます。プログラム開始 1 週間前くらいに LINE グループに招待されました。学生はみなさん英語も堪能で、熱心に接してくれました。体調を崩した場合は、医者への案内もしてくれるようです。

### 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:

学生寮

<p>■宿泊先の様子/Environment around the accommodation:</p> <p>私は個室に泊まりましたが、個室には限りがあるので早めの予約が必要です(私は東大から最速のメールをもらい、5月くらいにしました)。お風呂、トイレは共用です。共有スペースには清掃が入ってるので、割と綺麗です。ドライヤーがありませんでした。共用キッチンは道具、食器、調味料がかなり充実しています。ただ、気になる人はマイ箸やマイコップがあるといいかもしれません。InstagramのNTU Academyというアカウントに紹介動画があります。</p>
<p>■気候、滞在先周辺の様子、交通機関、食事等/Climate, environment around the institution, transportation, food, etc.:</p> <p>日本と同じくらいの暑さでした。突然の雨が多かったので、折り畳み傘も必須です。初日に交通カード兼学生証が支給されました。寮に食事はついていない+自炊は面倒だった、ので朝昼晩ほとんど外食でした。</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>特にありません。</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>両替をして得た現金と、クレジットカードで生活しました。現金は、4万円弱使いました。対人銀行は平日の15時?にしまるので、両替のタイミングには注意が必要です。私は空港と校内の銀行で両替しました。クレジットカードを使えるところは多かったですが、屋台等で使えないのはもちろん、台湾のカードしか使えないお店もあったので、ある程度の現金はマストです。</p>

<p>参加前の準備・手続きについて/About preparations and procedures before participation</p>
<p>■プログラムへの参加手続き/Procedures for participation:</p> <p>大学を通せば費用が安くなるとのことだったので、プログラムに参加したい旨を国際教育推進課にメールしました。その後は、国立台湾大学のホームページから直接自分でアプライをしました(そこに、私は東大生で割引対象者ですと記載する欄がありました)。HSKやTOEICの点数は不要です。</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>所属研究科にメールをして留学の許可をもらい、そのあと海外渡航のフォームを提出しました。</p>
<p>■語学関係の準備/Language preparation:</p> <p>1ヶ月前に中国語のオンラインテストがあり、それによりクラス分けがされます。初学者はテストを受けないことも可能です。実際授業を受けてみて、自分のレベルに合わないと感じた場合、移動も可能です。アクティビティは英語で進むので、英語が全くわからない場合はきついです。カタコトさえできれば問題ないです。</p>
<p>■ビザの手続き/Procedures for visa:</p> <p>ビザは不要でした。</p>
<p>■保険・医療関係の準備/Preparations or actions taken to maintain your health:</p> <p>大学で指定されたもののみに入りました。</p>

<p>費用・奨学金に関すること/About expenses and scholarships to participate in studying abroad</p>				
<p>■参加するために要した費用/Expenses of participation:</p> <table border="1"> <tr> <td>航空費/Airfare</td> <td>円/JPY</td> </tr> <tr> <td>保険関係(日本で加入したものと留学先で加入したものの合計)/Overseas travel insurance fee</td> <td>10,000 円/JPY</td> </tr> </table>	航空費/Airfare	円/JPY	保険関係(日本で加入したものと留学先で加入したものの合計)/Overseas travel insurance fee	10,000 円/JPY
航空費/Airfare	円/JPY			
保険関係(日本で加入したものと留学先で加入したものの合計)/Overseas travel insurance fee	10,000 円/JPY			

上記以外の渡航のために要した費用(ビザ・予防接種等)/	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 :	
宿泊費/Rent	40,000 円/JPY
食費/Food	50,000 円/JPY
交通費/Transportation	2,500 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 :	
■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 :
・台湾大学の学生がサポート役として熱心に接してくれます。・台湾の文化や歴史を学ぶことができます。・中国語の授業自体は、1 日 3 時間しかないのに、授業だけで語学力が上がるかは微妙です。そのため、語学力の向上というより、文化交流や台湾での生活を楽しむことを目的とするのであれば、良いプログラムだと思います。
■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 :
・特にありません。
■進路・就職先(就職希望先)/Career/Occupation (planned) :
専門職(法曹・医師・会計士等)
■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 :
・3 週間と短く、場所も台湾と身近であるので、気軽に参加したい方にはとてもおすすめです。・プログラム前に特別準備することもないので、7 月まで忙しい方でも参加可能です。・授業＋アクティビティという形なので、スパルタに語学を学びたいという方よりは、楽しく台湾で過ごしたいという方におすすめです。
■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 :

特にありません。