

# 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: 2025/4/7

■ID: C24135

■参加プログラム/Program: NTU Spring+ Programs, Research and Culture

■プログラム情報/Program info.: [https://www.u-tokyo.ac.jp/adm/go-global/ja/s0501\\_00112.html](https://www.u-tokyo.ac.jp/adm/go-global/ja/s0501_00112.html)

■派遣先大学/Host university: 国立台湾大学

■プログラム期間/Program period 2025/2/17 ~ 2025/3/21

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

■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:

春休み中のプログラムであるため、授業に支障をきたすことなく、安心して楽しく参加できると考えました。

また、修士課程 2 年次に進級する前の貴重な長期休暇でもあることから、この時期を選びました。

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

最初は夏の研究プログラムに興味がありました。プログラム期間が東京の授業期間と重なってしまったため、参加を断念しました。春のプログラムは、タイミングが良かったことに加え、割引もあったので、すぐに参加を決めました。

## プログラムについて/Accommodation information

### ■概要/Overview:

研究プログラムに参加していたため、特に講義はありませんでした。一部の学生は、指導教員のゼミや研究室で研究を行っていました。私の場合は、文学専攻のため、基本的に週に一回、指導教員とキャンパス内の喫茶店で面談を行うだけでした。残りの時間は、図書館で自主学習をしたり、興味のある授業を聴講したりして過ごしました。また、春学期の初めには、台湾大学でフラワーフェスティバルなどのイベントが開催されます。ぜひ楽しんでください。

### ■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、旅行

### ■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:

学内のイベントや講座に行きました。または旅行ですね。

### ■週末の過ごし方を教えてください/How did you spend the weekends and vacations?:

台北以外の旅行と台北散策(天気による)。

## 派遣先大学の環境について/Accommodation information

### ■設備/Facilities:

図書館は非常に素晴らしい、広くて明るい環境が整っています。データベースは東京大学よりも充実してい

ると感じました(もちろん、専門分野によって体験は異なりますが)。食堂については、前述のように学内に複数の食堂があり、どれも便利です。一食あたり約 500 円(現地通貨で約 100~120 元)で、十分な量と質の食事が取れるため、非常に満足しました。また、キャンパス内のファミリーマートでは学生証を提示すると、10%割引が適用されるため、お得に買い物を楽しむことができました。スポーツ施設については利用していなかったため、詳細をお伝えすることはできませんが、PC や Wi-Fi 環境に関しては全く心配することはありませんでした。

■サポート体制/Support for students:

語学面では、私の母語が中国語であるため、特にサポートが必要ありませんでしたが、国際交流チームのスタッフや台湾大学の学生たちからは、非常に温かいサポートをいただきました。学習面では、私と友達の場合も指導教員またはそのゼミや研究室の先輩たちから多くの指導を受けることができました。生活面と精神面では、台湾での五週間という短い滞在でしたが、素晴らしい日々を送ることができました。

プログラム期間中の生活について/About life during the program

■宿泊先の種類/Type of accommodation:

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:

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

滞在時期が春だったため、台北では雨の日が多く、記憶が正しければ、5 週間の滞在中、晴れの日は合計で約 1 週間程度だったと思います。台湾大学の周辺には、有名なグルメ通りがあり、食事や買い物にも非常に便利です。美味しいお店がたくさん並んでおり、日常生活に困ることはありませんでした。交通手段としては、地下鉄やバスを利用しました。地下鉄はわかりやすく便利ですが、バスは待ち時間や運行状況の確認が少し複雑に感じることがありました。台湾大学のキャンパスはとても広く、学内には複数の食堂があります。一食あたりおよそ 500 円程度(現地通貨で約 100~120 元)で、十分な量と質の食事が取れるため、非常にありがたかったです。

■治安、医療関係事情、心身の健康管理で気をつけたこと等、危機管理/Aspects of risk and safety management, local health care system, and any actions taken to maintain your health:

治安が良くて、万が一何か問題が発生した場合でも、台湾大学の国際交流チームが迅速かつ適切に対応してくれると感じました。安心して過ごすことができました。

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

私は 15,000 台湾ドルの現金を持ってきましたが、実際には 5 週間の滞在で 20,000 台湾ドルの方が余裕を持って過ごせると思いました。現金のみで支払うお店も多いため、現金をある程度持っていると安心です。また、LINE PAY が広く使えるため、スマホ決済も便利です。クレジットカードで支払いができる場所も少なくないので、状況に応じて使い分けると良いでしょう。

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

キャンパス Wifi, SIM

参加前の準備・手続きについて/About preparations and procedures before participation

■プログラムへの参加手続き/Procedures for participation:

私は中国大陸出身の留学生であるため、台湾への渡航に際しては「入台証」の申請が必要となります。今回の申請手続きは、留学先の国際交流チームに対応していただきました。また、本プログラムは研究活動を含むものであるため、受け入れを希望する指導教員の先生には、事前に連絡を差し上げる必要があると考えました。

■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:

特に該当する事項はございませんでした。

■語学関係の準備/Language preparation:

中国語が母語なので、この項目については、該当ありません。

■ビザの手続き/Procedures for visa:

種類: 入台証(中国大陸出身の場合)、申請先: 留学先の国際チームが代理で申請してください、発行時間: ギリギリ出発月の前月。

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

台湾のドラッグストアは日本とほとんど同じような品揃えで、日本製の医薬品も多く取り扱っており、とても便利でした。なお、出発前には特別な健康診断や予防接種などは行いませんでした。

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

保険については、東京大学から指定された「サイちゃんの海外留学保険」に加入しました。オンラインでの手続きは非常に簡単で、スムーズに申し込みを行うことができました。

費用・奨学金に関すること/Accommodation 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	72,980 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.)	210,000 円/JPY
教科書代・書籍代/Textbook / Book	0 円/JPY
海外留学保険料(東京大学指定のもの)/Overseas travel insurance fee (designated by UTokyo)	8,210 円/JPY
保険・社会保障料(留学先で必要だったもの)/Insurance and/or social security (required by host institution/region/country)	0 円/JPY

■その他、補足等/Additional comments:

■留学先で費やした生活費/Overall expenses spent during the program:	
家賃/Rent	60,000 円/JPY
食費/Food	45,000 円/JPY
交通費/Transportation	8,500 円/JPY
娯楽費/Entertainment/Leisure	45,000 円/JPY

<b>■その他、補足等/ Additional comments:</b>
すべて外食であったため、やや高めの金額になっているかもしれません、台湾の物価は比較的安く、キャンパス内の定食などは一食あたり約 450 円程度で済みました。なお、記載した交通費には、旅行等にかかる費用は含まれておりません。
<b>■プログラム参加のための奨学金の受給有無/Scholarships to participate:</b>
受給した
<b>■奨学金の支給機関・団体名等/Name of the source of the scholarships:</b>
東京大学
<b>■受給金額(月額)/Monthly stipend:</b>
60,000 円
<b>■受給金額についての補足等/Additional comments about the monthly stipend:</b>
東京大学超短期海外留学奨学金でした。一ヶ月分を受給しました。
<b>■奨学金をどのように見つけたか/How did you find the scholarships?:</b>
大学(上記以外)からの案内

<b>プログラムを振り返って/Reflection</b>
<b>■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:</b>
受け入れ先の指導教員とのやりとりを通じて、自分の研究に対してもっと自信を持つことができ、貴重な発見もありました。一人での海外生活は初めてではありませんが、どんな場面にも挑戦があり、それを乗り越えることで自分に対する勇気がつきました。
<b>■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:</b>
博士課程に進学する意欲がより強くなりました。
<b>■進路・就職先(就職希望先)/Career/Occupation (planned):</b>
研究職
<b>■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:</b>
学生時代の休みをぜひ活用して、勉強だけでなく、人生も楽しんでください。
<b>■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:</b>
特にありませんでした。

# 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 : 2025/4/18

■ID: C24136

■参加プログラム/Program: NTU Spring+ Programs, Chinese Language and Culture

■プログラム情報/Program info.: [https://www.u-tokyo.ac.jp/adm/go-global/ja/s0501\\_00112.html](https://www.u-tokyo.ac.jp/adm/go-global/ja/s0501_00112.html)

■派遣先大学/Host university: 国立台湾大学

■プログラム期間/Program period 2025/2/24 ~ 2025/3/19

■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:

中国語を学び始めて一年が経過し、ある程度話せるようになったと言うこと、そして夏休みに比べて、バイト、サークル、勉強などがあまり忙しくなかったことが理由です。

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

たまたま案内のメールが来たことによって、急に行きたい欲が出てきて衝動的に応募しました。後から考えてもいい選択だったと思います。

## プログラムについて/Accommodation information

### ■概要/Overview:

午前が語学の授業、午後は文化の授業と tutor session, cultural activity, cultural visit が同じくらいの頻度で交互にある。

### ■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:

台湾大学のジャズ研にいってセッションしました。

### ■週末の過ごし方を教えてください/How did you spend the weekends and vacations?:

大体観光地に行くか、部屋で休むかでした。

## 派遣先大学の環境について/Accommodation environment

### ■設備/Facilities:

図書館はプログラム参加者なら誰でも入れます。本郷の総合図書館よりも大きいです。スポーツ施設は大きい体育館があって有料ですがジムが使えます。

### ■サポート体制/Support for students:

語学面学習面は担当の先生が親身になって質問に乗ってくれたので困ることはませんでした。生活面精神面でのサポートは僕が受けなかったのでよくわからないです。

## プログラム期間中の生活について/Accommodation during the program

■宿泊先の種類/Type of accommodation:
co-living (働いている人から短期留学生まで様々な人のシェアハウス)
■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:
台湾大学がオファーしてくれたのでそれに応募しました。
■気候、大学周辺の様子、交通機関、食事等/Climate, environment around the institution, transportation, food, etc.:
気候は寒暖差が大きく最高気温が低い日で10度台後半、高い日は30度まで登ることもありました。なので色々な温度に対応した服装を持っていきましょう。湿度はかなり高く部屋干しではほとんど乾かなかったです。乾燥機を使いましょう。大学の目の前はちょっとした市場みたいになっていて、生活に必要なものはそこでほぼ全て集まりました。治安もそこそこ良かったです。交通機関は地下鉄とバスがありました。いずれを使う場合でも悠遊卡(easy card pasmoみたいなもの)は作っておきましょう。ただ僕が一番お勧めしたいのはUbikeです。これはシェアサイクルで、台北市内のどこでも借りてどこでも返せます。最初の30分は無料なのに一駅分くらいならdoor-to-doorでは最速でした。ただ朝はよく全部使わっていました。時間に余裕を持って出発しましょう。食事は外で食べるものはどれも安くて美味しかったです。ただちょっと味が濃く脂っこいので、寮にキッチンがあったので自炊もそこそこしました。
■治安、医療関係事情、心身の健康管理で気をつけたこと等、危機管理/Aspects of risk and safety management, local health care system, and any actions taken to maintain your health:
治安は全く問題なかったです。深夜に近くの公園でバスケを地元の高校生とできるくらいには治安よかったです。健康面では僕は全く問題なかったのですが、お腹を壊す人も結構いたので、胃腸薬は持っていた方がいいと思います。ただ屋台の食事はあまり多く食べるとリスク一かもしれません。医療機関は大学の構内に医療センターがあったのでそこで診てもらうといいでしょう。
■お金の管理方法、現地の通貨事情/Management of money and situation about local economy:
お金は台湾はまだかなり現金社会なので、コンビニやチェーン店などではクレカを使っておいてクレカの海外atm機能などで現金を引き出すのがいいかと思います。
■プログラム期間中に利用したネット環境/Internet service usage during the program:
キャンパスWifi, レンタルしたルーター

## 参加前の準備・手続きについて/Accommodation before participation

■プログラムへの参加手続き/Procedures for participation:
まず東京大学に提出するものとしては、フライト情報、OSSMAの加入証明、付帯海学保険加入証明がありました。全て特に迷うようなところもなく、スムーズに進めることができました。ただいくつかの書類は提出が遅れてしまったものもありました。皆さんは遅れないようにしましょう。
■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:
春休みのプログラムだったので、特に東大の学業に干渉することはありませんでした。
■語学関係の準備/Language preparation:
出発前には英語はある程度話せるようになっておいた方がいいですが、英語が苦手な僕も行けたので東大学生の皆さんなら問題ないでしょう。中国語は僕は二外として普通に授業を受けていて成績も普通だったぐらいでした。中国語に関してはこのプログラムから学習を始める人もいて、割と細かくクラス分けされていたの

でどんな語学レベルの人でも大丈夫でしょう。ただ当たり前ですがいずれの言語にせよ話せれば話せるほど滞在を楽しめるでしょう。

■ビザの手続き/Procedures for visa :

ビザは不要でした。

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

特にしましたが、アレルギー薬、胃腸薬、葛根湯、風邪薬は小さいポーチに入れて各々適量持つていきました。

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

東大が指定していた保険に加入しました。今回事故は起こらなかったのでなんとも言えませんが、それさえ加入しておけば十分だと思います。

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

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

航空費/Airfare	60,000 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.)	155,000 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)	7,110 円/JPY
保険・社会保障料(留学先で必要だったもの)/Insurance and/or social security (required by host institution/region/country)	0 円/JPY

■その他、補足等/Additional comments :

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

家賃/Rent	100,000 円/JPY
食費/Food	30,000 円/JPY
交通費/Transportation	10,000 円/JPY
娯楽費/Entertainment/Leisure	10,000 円/JPY

■その他、補足等/ Additional comments :

あまり生活費の内訳がわからなかったので感覚で書きました。総額は5万程度でした。

■プログラム参加のための奨学金の受給有無/Scholarships to participate :

受給しなかった

■奨学金の支給機関・団体名等/Name of the source of the scholarships :

■受給金額(月額)/Monthly stipend :

<b>■受給金額についての補足等/Additional comments about the monthly stipend :</b>
<b>■奨学金をどのように見つけたか/How did you find the scholarships? :</b>

### プログラムを振り返って/Reflection

<b>■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 :</b>
このプログラムに参加して私の中国語力、英語力は飛躍的に伸びました。その点において僕はとても満足しています。それだけで十分です。またジャズ研に飛び込み参加することで現地学生、それも僕らのためにいるわけではなくて、完全に「素」の現地学生と交流できたことは僕の中で大きな収穫であったと感じています。
<b>■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 :</b>
今後のキャリアに対しては、このプログラムは、今円安によってますます欧米への渡航が難しくなっている世の中において中華圏に渡航するという可能性をさらに高めてくれたと言う点で大きな影響を及ぼしたと考えています。
<b>■進路・就職先(就職希望先)/Career/Occupation (planned) :</b>
公的機関
<b>■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 :</b>
迷っているくらいならお金さえ工面できれば応募しましょう。絶対にいい経験になります。
<b>■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 :</b>
weblio 中国語

# 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 : 2025/3/20

■ID: C24137

■参加プログラム/Program: NTU Spring+ Programs, Research & Culture

■プログラム情報/Program info.: [https://www.u-tokyo.ac.jp/adm/go-global/ja/s0501\\_00112.html](https://www.u-tokyo.ac.jp/adm/go-global/ja/s0501_00112.html)

■派遣先大学/Host university: 国立台湾大学

■プログラム期間/Program period 2025/2/17 ~ 2025/3/21

■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 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:

春季休暇と重なったため。また、4 月から就職が決まっており最後の春休みに学生の身分でしかできない経験をしたかったから。

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

費用が比較的高いので参加するか迷ったが、同時並行で応募していた海外プログラムに落選したので参加を決めた。

## プログラムについて/Accommodation information

### ■概要/Overview:

希望した研究室に所属して学習・研究を行う。また、台湾の文化の授業や体験活動もある。

### ■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:

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ヶ月と限られていたこともあって、研究室以外のコミュニティには所属しなかった。

### ■週末の過ごし方を教えてください/How did you spend the weekends and vacations?:

台湾の地方へ遠出した。

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

### ■設備/Facilities:

東大と差異はほとんどない。食堂は非常に充実している。

### ■サポート体制/Support for students:

LINE を通していつでも相談可能。

## 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:

<b>アパートなどの賃貸</b>
■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:
Airbnb で月単位で借りられる場所を探した。台湾大学からの紹介もあるが、費用が高い。
■気候、大学周辺の様子、交通機関、食事等/Climate, environment around the institution, transportation, food, etc.:
3月でも朝夜は冷えるので上着は必須。公共交通機関はバス地下鉄ともに非常に便利で安い。自炊は費用対効果が非常に悪いので外食ばかり。
■治安、医療関係事情、心身の健康管理で気をつけたこと等、危機管理/Aspects of risk and safety management, local health care system, and any actions taken to maintain your health:
特になし。日本より治安は良いように感じた。
■お金の管理方法、現地の通貨事情/Management of money and situation about local economy:
屋台の食事には基本的に現金が必要。クレジットカードに加えて、QRコード決済を使えるようにしておくと便利。
■プログラム期間中に利用したネット環境/Internet service usage during the program:
キャンパス Wifi, SIM

<b>参加前の準備・手続きについて/Accout preparations and procedures before participation</b>
■プログラムへの参加手続き/Procedures for participation:
志望理由ならびに先生からの推薦書、英語の能力証明など。参加の可否ではなく、所属研究室の選択に影響をしていると思われる。
■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:
なし。
■語学関係の準備/Language preparation:
Duolingo で中国語を少し勉強した。台湾大学の学生は英語が流暢なので中国語を喋れなくても全く問題なかった。
■ビザの手続き/Procedures for visa:
なし。
■医療関係の準備/Preparations or actions taken to maintain your health:
常備薬は十分に準備する。
■保険関係の準備/Preparations/procedures for insurance:
大学指定のものに加入。

<b>費用・奨学金に関するここと/Accout expenses and scholarships to participate in studying abroad</b>
■参加するために要した費用/Expenses of participation:
航空費/Airfare 50,000 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.) 210,000 円/JPY
教科書代・書籍代/Textbook / Book 0 円/JPY

海外留学保険料(東京大学指定のもの) /Overseas travel insurance fee (designated by UTokyo)	8,210 円/JPY
保険・社会保障料(留学先で必要だったもの) /Insurance and/or social security (required by host institution/region/country)	0 円/JPY
■その他、補足等/Additional comments :	

■留学先で費やした生活費/Overall expenses spent during the program:	
家賃/Rent	71,000 円/JPY
食費/Food	50,000 円/JPY
交通費/Transportation	3,000 円/JPY
娯楽費/Entertainment/Leisure	40,000 円/JPY
■その他、補足等/ Additional comments :	
■プログラム参加のための奨学金の受給有無/Scholarships to participate :	
受給した	
■奨学金の支給機関・団体名等/Name of the source of the scholarships :	
東京大学	
■受給金額(月額)/Monthly stipend :	
60,000 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? :	
ネット上の情報や掲示物などから見つけた	

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 :
日本以外の大学の様子を1ヶ月間体験できたことは非常に良かった。事前準備が活動の充実ぶりに直結することを痛感した。
■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 :
もし大学院進学などでアカデミックに戻ってくることになれば確固たる問題意識を持ち、それに取り組むことができる機関をしっかり選ぶ必要があると思った。「何となく」修士号を取ろうという意識はなくなった。
■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 :
どんな経験も必ず糧になるので積極的に参加しましょう！

■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(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 : 2025/3/25

■ID: C24138

■参加プログラム/Program: NTU Spring+ Programs, Chinese Language and Culture

■プログラム情報/Program info.: [https://www.u-tokyo.ac.jp/adm/go-global/ja/s0501\\_00112.html](https://www.u-tokyo.ac.jp/adm/go-global/ja/s0501_00112.html)

■派遣先大学/Host university: 国立台湾大学

■プログラム期間/Program period 2025/2/24 ~ 2025/3/19

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

■学年(プログラム開始時)/Year at the time of Study Abroad: 学部 1 年

## ■参加にあたってこの時期を選んだ理由/Reason for choosing this period to participate:

後期課程での長期留学を考えているため、前期課程で少しでも留学のイメージを掴みたいと考えていたため。

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

昨年3月、このプログラムに参加していた高校時代からの友人が非常に有意義なプログラムだったと話しており、自分自身も長期留学に対するイメージを掴みたかったため、昨年3月の時点で参加することを決めていた。

## プログラムについて/Accommodation information

### ■概要/Overview:

授業前に教科書に示されている単語をプレビューし、授業で教科書の内容+日常で使える表現集を学んだ。また、実際に授業担当の先生と台湾料理を食べに行き、中国語の表現や中国語の料理名などを学んだこともあった。復習として中間テスト、期末テストが行われた。また、台湾文化を学ぶ授業が行われ、台湾の道教の神・媽祖や音楽、台湾茶について学ぶことができ、非常に興味深かった。

### ■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:

24日間という短期間のため、取り組む時間がなかった。

### ■週末の過ごし方を教えてください/How did you spend the weekends and vacations?:

週末は同じプログラムに参加している友人と台湾の観光スポットを巡ったり、台湾の食を楽しんだ。

## 派遣先大学の環境について/Accommodation environment

### ■設備/Facilities:

図書館、スポーツ施設は配布された学生証を提示することで利用することができた。また、学内にはさまざまな飲食店があり、一部の飲食店では学生証を提示することで割引を受けられた。Wifi 環境については、

場所によって Wifi がつながりにくい建物があつたが、概ね良好だつた。また、Wifi は事前に個人番号とパスワードが伝えられた。

■サポート体制/Support for students:

語学・学習面では、週1、2回ほどのサポートがあり、現地の大学生が授業でわからなかつたことや発音、日常生活で使える表現などを教えてもらつた。生活面では、中国語等で困つたことがあればすぐに語学担当の先生やサポートをしてもらつて現地大学生と連絡が取れるようにしてゐた。

プログラム期間中の生活について/Accommodation during the program

■宿泊先の種類/Type of accommodation:

シェアハウス

■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:

国立台湾大学がおすすめしていた。一人部屋と二人部屋が選べ、私は一人部屋を選んだ。ベッド、タンス、デスク、机、冷凍庫付き冷蔵庫、ハンガーしかなく、そのほかは個人で持ち込むか、現地のスーパーで購入した。

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

気温の上下が激しかつた。上着が必要になる程肌寒い日もあれば、半袖 T シャツ一枚で十分なほど暑い日もあつた。雨天が多かった。大学周辺には商店街があつた。大学周辺にはバス、MRT(地下鉄)が走つており、非常にアクセスがよかつた。シェアハウスでは食事が提供されないため、自分で毎日食料を調達しなければならなかつた。大学内・周辺、シェアハウス周辺には安くてお腹いっぱい食べられる飲食店が多かつた。しかし、油っぽい料理が多いので、プログラムが始まって1週間ほどはお腹の調子がすぐれなかつた。

■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:

虫に刺されないように虫除けスプレーを持っていった。緊急時の電話番号をしっかりと控えておいた。なるべく一人で出歩かないようにしてゐた。

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

渡航する前に現金を約9万円分両替して持つていていた。十分だつた。現地でクレジットカードを使おうと考えていたが、ほとんどの場所でクレジットカードを使えなかつた。

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

キャンパス Wifi, SIM

参加前の準備・手続きについて/Accommodation during the program

■プログラムへの参加手続き/Procedures for participation:

成績証明書、顔写真、パスポートの顔写真が載つてゐるページを提出した。成績証明書は駒場キャンパスのアドミニストレーション棟にある自動発行機で英語版のものを発行した。

■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:

留意事項について確認を教養学部前期課程の窓口で行つた。また、UTOL から受入許可証、渡航情報届を提出し、OSSMA 加入、付帯海学保険加入の報告を行つた。

■語学関係の準備/Language preparation:

出発前は全く台湾華語が理解できない状態だった。
■ビザの手続き/ Procedures for visa :
90 日以内の滞在だったため、ビザは不要だった。
■医療関係の準備/Preparations or actions taken to maintain your health :
風邪薬や酔い止め薬を用意した。
■保険関係の準備/Preparations/procedures for insurance :
東京大学が推奨していたサイちゃんの海外留学保険サイトから保険をかけた。

費用・奨学金に關すること/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	88,730 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.)	266,375 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)	7,110 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 :	
任意選択の活動があり、その活動に参加したため 746.69 円要した。	

■留学先で費やした生活費/Overall expenses spent during the program :
家賃/Rent
食費/Food
交通費/Transportation
娯楽費/Entertainment/Leisure
■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:

中国語が全く話せない状態から非常に簡単なコミュニケーションができるようになったこと、他大学の人と友達になることができたこと、現地の人と交流できたことに非常に満足している。しかし、プログラムの期間が短く、もう少し中国語を上達させたかったとも思う。

■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:

海外の大学に長期留学したり、海外の企業で働いてみたいと強く思うようになった。

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

専門職(法曹・医師・会計士等)

■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:

参加するかどうか迷っているなら、是非参加してみてください。すぐに役立つような経験を手に入れられるわけではないかもしれません、いつかきっと自分を支えてくれるような経験が得られると思います。

■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:

国立台湾大学 NTU Plus Academy の ウェブ サイト ↓<https://oia.ntu.edu.tw/short-term-programs/courses/420549124B16#section2>

# 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 : 2025/4/12

■ID: C24139

■参加プログラム/Program: NTU Spring+ Programs, Chinese Language and Culture

■プログラム情報/Program info.: [https://www.u-tokyo.ac.jp/adm/go-global/ja/s0501\\_00112.html](https://www.u-tokyo.ac.jp/adm/go-global/ja/s0501_00112.html)

■派遣先大学/Host university: 国立台湾大学

■プログラム期間/Program period 2025/2/24 ~ 2025/3/19

■東京大学での所属学部・研究科等/Faculty/Graduate School at UTokyo: 人文社会系研究科

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

24 年度冬休み期間中、できるだけ長い間中国語語学留学を行きたかったため。

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

冬休み期間中、長い間中国語語学留学に行きたかった。

## プログラムについて/Accommodation

■概要/Overview:

午前は語学、午後はカルチャープログラム

■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:

午後のカルチャープログラムに参加した。

■週末の過ごし方を教えてください/How did you spend the weekends and vacations?:

旅行

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

■設備/Facilities:

台湾大学は非常に広かったし、とても綺麗。

■サポート体制/Support for students:

チューターがいて、いろいろサポートしてもらった。

## プログラム期間中の生活について/Accommodation

■宿泊先の種類/Type of accommodation:

AIRBNB

■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:

私は台湾大学から案内してもらった宿泊先が高いと思ったので(8~9万円)直接探したが、大学連携の施設に泊まった学生たちは大体満足した。

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

夜は思ったより寒かったので、持って行った電気毛布が非常に役に立った。

■治安、医療関係事情、心身の健康管理で気をつけたこと等、危機管理 / Aspects of risk and safety management, local health care system, and any actions taken to maintain your health:

特になし

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

現金使用が多かった。

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

キャンパス Wifi, SIM

#### 参加前の準備・手続きについて / About preparations and procedures before participation

■プログラムへの参加手続き / Procedures for participation:

東大での手続き及び NTU SPRING+プログラムのページに直接応募。

■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:

メールで留学前の案内をいただいた。

■語学関係の準備 / Language preparation:

とくに準備したことはなかった。

■ビザの手続き / Procedures for visa:

なし

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

なし

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

なし

#### 費用・奨学金に関するこ / 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	48,000 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.)	160,000 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)	13,000 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:

なし

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

家賃/Rent	40,000 円/JPY
食費/Food	70,000 円/JPY
交通費/Transportation	5,000 円/JPY
娯楽費/Entertainment/Leisure	40,000 円/JPY

■その他、補足等/ Additional comments:

なし

■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:

台湾に着いてから全般的にずっと体調が良くなかったのが一番残念、とてもいいプログラムだった。

■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:

台湾大学の PD なども念頭に置くようになった。

■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:

大学生のうちにできれば留学することをすすめたい。

■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(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: 2025/4/7

■ID: C24273

■参加プログラム/Program: NTU Spring+ Programs, Research & Culture

■プログラム情報/Program info.: [https://www.u-tokyo.ac.jp/adm/go-global/ja/s0501\\_00112.html](https://www.u-tokyo.ac.jp/adm/go-global/ja/s0501_00112.html)

■派遣先大学/Host university: 国立台湾大学

■プログラム期間/Program period 2025/2/17 ~ 2025/3/21

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

■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:

修士課程の中でもっとも時間の余裕が確保できると見込まれたため。

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

卒業までに留学を経験したかった より遠い国と、近いがプログラムが魅力的な台湾で迷った。

## プログラムについて/Accommodation

■概要/Overview:

台湾大学のラボの一員として加わり、研究活動を経験できた。

■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:

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:

プログラムに含まれる文化体験イベントに参加した。

■週末の過ごし方を教えてください/How did you spend the weekends and vacations?:

野球観戦、散策

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

■設備/Facilities:

図書館、スポーツ施設、食堂すべてがプログラム参加中は使用可能であった。

■サポート体制/Support for students:

使用することはなかったが、台湾大学のサポート体制は万全であったようである。

## プログラム期間中の生活について/Accommodation

■宿泊先の種類/Type of accommodation:

アパートなどの賃貸

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

ワンルームのシェアハウスを airbnb により探した。
■気候、大学周辺の様子、交通機関、食事等 /Climate, environment around the institution, transportation, food, etc.:
春先の台北は気温も過ごしやすく、飲食店も豊富にあり日本より快適であった。
■治安、医療関係事情、心身の健康管理で気をつけたこと等、危機管理 /Aspects of risk and safety management, local health care system, and any actions taken to maintain your health:
台北はほとんどのエリアで夜間でさえ安全と感じた 危険とされるエリアを調べ、近づかなければトラブルはほとんどないと感じた。
■お金の管理方法、現地の通貨事情 /Management of money and situation about local economy:
台湾全土で使える easy card を頻繁に利用した。
■プログラム期間中に利用したネット環境 /Internet service usage during the program:
SIM

参加前の準備・手続きについて /About preparations and procedures before participation
■プログラムへの参加手続き /Procedures for participation:
在学証明や志望理由書をオンラインで提出した。
■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:
指導教員からの許可を得た。
■語学関係の準備 /Language preparation:
英語、中国語共に特になし。
■ビザの手続き / Procedures for visa:
不要
■医療関係の準備 /Preparations or actions taken to maintain your health:
特になし
■保険関係の準備 /Preparations/procedures for insurance:
大学指定のものに加入

費用・奨学金に関するこ /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 80,000 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.) 200,000 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 :

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

家賃/Rent	110,000 円/JPY
食費/Food	40,000 円/JPY
交通費/Transportation	5,000 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 :

自らの英語力の至らなさを、コミュニケーションを通して痛感できた。

■今後のキャリアに対する考え方や就職活動に与えた影響/Impact of the program on your thoughts for a career or job hunting :

海外で働く際に求められる能力について解像度が上がった。

■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 :

台湾大学は学習面、生活面共に非常に環境が整っており、初めての海外滞在でも難なく過ごせる大学だと感じました。

■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 : 2025/4/15

■ID: C24275

■参加プログラム/Program: NTU Spring+ Programs, Chinese Language and Culture

■プログラム情報/Program info.: [https://www.u-tokyo.ac.jp/adm/go-global/ja/s0501\\_00112.html](https://www.u-tokyo.ac.jp/adm/go-global/ja/s0501_00112.html)

■派遣先大学/Host university: 国立台湾大学

■プログラム期間/Program period 2025/2/24 ~ 2025/3/19

■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:

春休み

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

中国語を学びたかったから。

## プログラムについて/Accommodation

■概要/Overview:

中国語の授業に加え、台湾の文化を体験するイベント。

■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:

寮の近くに公園があったのでそこで運動をしていた。

■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。

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

■設備/Facilities:

図書館、ジム、食堂などとても充実している。

■サポート体制/Support for students:

チューターが宿題面を助けてくれた。

## 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:

<b>大学の紹介</b>
■気候、大学周辺の様子、交通機関、食事等 /Climate, environment around the institution, transportation, food, etc.:
温暖で交通機関は整備されている。食事はおいしい。
■治安、医療関係事情、心身の健康管理で気をつけたこと等、危機管理 /Aspects of risk and safety management, local health care system, and any actions taken to maintain your health:
特になし。
■お金の管理方法、現地の通貨事情 /Management of money and situation about local economy:
現金とクレジットカードを使っていた。
■プログラム期間中に利用したネット環境 /Internet service usage during the program:
キャンパス Wifi, SIM

<b>参加前の準備・手続きについて /About preparations and procedures before participation</b>
■プログラムへの参加手続き /Procedures for participation:
パスポート、成績証明書がいる。
■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:
特になし。
■語学関係の準備 /Language preparation:
HSK5 級 9 割程度
■ビザの手続き / Procedures for visa:
大学がとてくれた
■医療関係の準備 /Preparations or actions taken to maintain your health:
特になし。
■保険関係の準備 /Preparations/procedures for insurance:
特になし。

<b>費用・奨学金に関するここと /About expenses and scholarships to participate in studying abroad</b>
■参加するために要した費用 /Expenses of participation:
航空費 /Airfare 40,000 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.) 250,000 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) 1,000 円/JPY
■その他、補足等 /Additional comments:

--

<b>■留学先で費やした生活費/Overall expenses spent during the program:</b>
家賃/Rent 90,000 円/JPY
食費/Food 30,000 円/JPY
交通費/Transportation 3,000 円/JPY
娯楽費/Entertainment/Leisure 50,000 円/JPY
<b>■その他、補足等/ Additional comments :</b>
<b>■プログラム参加のための奨学金の受給有無/Scholarships to participate :</b>
受給しなかった
<b>■奨学金の支給機関・団体名等/Name of the source of the scholarships :</b>
<b>■受給金額(月額)/Monthly stipend :</b>
<b>■受給金額についての補足等/Additional comments about the monthly stipend :</b>
<b>■奨学金をどのように見つけたか/How did you find the scholarships? :</b>

<b>プログラムを振り返って/Reflection</b>
<b>■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 :</b>
中国語が上達したこと。
<b>■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 :</b>
将来的に台湾で働く可能性を考えた。
<b>■進路・就職先(就職希望先)/Career/Occupation (planned) :</b>
<b>■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 :</b>
特になし。
<b>■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 :</b>
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 : 2025/3/28

■ID: C24276

■参加プログラム/Program: NTU Spring+ Programs, Chinese Language and Culture

■プログラム情報/Program info.: [https://www.u-tokyo.ac.jp/adm/go-global/ja/s0501\\_00112.html](https://www.u-tokyo.ac.jp/adm/go-global/ja/s0501_00112.html)

■派遣先大学/Host university: 国立台湾大学

■プログラム期間/Program period 2025/2/24 ~ 2025/3/19

■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:

春休みで授業期間と被っていないかったから。

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

春休みに短期留学に行きたいと思っており、プログラムを見つけてから締め切りまで 2 週間ほどしかなかったためすぐに応募した。

## プログラムについて/Accommodation

■概要/Overview:

平日は、午前中に 3 時間中国語の授業があり、午後は Tutor Station(学生のチューターが授業の復習をしてくれたり、普段の生活に役立つフレーズを教えてくれたりする)か台湾の文化についての授業があった。午後だけでバスで遠出する回が 2 回、丸一日かけて小旅行に行く日が 1 日あった。

■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:

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:

博物館に行ったり、台北を歩き回るウィーキングツアー(National Taiwan Museum/国立台湾博物館のやっている Blast to the Past という英語ツア)に申し込んだりした。

■週末の過ごし方を教えてください/How did you spend the weekends and vacations?:

九份に観光に行ったり、台湾鉄道と高速バスを使って台中まで行ったりした。最後の方は Final Presentation の準備に追われていた。

## 派遣先大学の環境について/Accommodation

■設備/Facilities:

図書館は居心地がとてもよいが、電波の入りが悪かった。学内に食堂(Cafeteria)がいくつかあり、それぞれ何個かお店が入っているフードコートのような形式になっている。大学の WiFi は設定が難しく、iPad は設定できたが、スマホとパソコンの設定は失敗したので、eSIM の回線をテザリングで使っていた。

**■サポート体制/Support for students:**

Student Advisor という学生のチューターがついてくれて、サポートをしてくれた。中国語のクラスがレベル別に分けられるので、完全に初習だったが問題なかった。

**プログラム期間中の生活について/Accommodation during the program****■宿泊先の種類/Type of accommodation:**

大学が用意したシェアハウス

**■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:**

Pure Co-living by 9floor というシェアハウスだった。キャンパスからは歩いて 30 分かかるくらい。2 人部屋か 1 人部屋か選べるシェアハウス(自分は申し込みが遅くなつたため 2 人部屋しか選べなかつた)。国立台湾大学のプログラムの申し込みページで、accommodation も希望するを選択すると申し込める。部屋にはトイレもシャワーも水道もなく、共用部分のものを使うため、スリッパなど持つているとよい。毛布は薄いものが 1 枚しかないため、寒い日と暑い日両方に備えてパジャマなど用意するとよい。

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

2 月末から 3 月は寒暖差が激しく、30°C 近くになる日もあれば 15°C にもならない日もあつた。大学周辺は電車(MRT)やバスがあり、とても便利。食事はコンビニで買つたり大学のカフェテリアで食べたり、地元のお店に行って食べたり(台湾のお店はたいていテイクアウトもできる)していた。外食も高くなく、お店がたくさんあるので、食事の心配はあまりしなくてよいと思う。

**■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:**

治安は日本と変わりない。寒暖差が激しいので、風邪を引かないように夏服から冬服まで持つておくと安心。

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

悠遊カードという公共交通機関とコンビニで使えるカードが、学生証とセットになつていた。

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

キャンパス Wifi, eSIM、シェアハウスの WiFi

**参加前の準備・手続きについて/Accommodation before participation****■プログラムへの参加手続き/Procedures for participation:**

年末に手続きして、Official Transcript を手に入れるのが間に合わなくなりそうになつたので、早めに準備するとよい。

**■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:**

特に何もしていない。

**■語学関係の準備/Language preparation:**

まったく準備をせずに臨んだ。

**■ビザの手続き/Procedures for visa:**

ビザの取得は必要なかつた。

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

インフルエンザのワクチンだけ打ちました。

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

大学が加入必須にしている保険に入った。

#### 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	79,940 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.)	230,000 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)	7,110 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 :

参加費は 1500USD、内訳は Program Fee USD:900、Accommodation Fee USD:600

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

家賃/Rent	0 円/JPY
食費/Food	30,000 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 :

6 万円を両替して 24 日間でちょうど使い切った。他に、高速バスや台湾鉄道の切符、お土産などはカードも使って払い、そちらは 1 万 5000 円程度になった。

■プログラム参加のための奨学金の受給有無/Scholarships to participate :

受給しなかった

■奨学金の支給機関・団体名等/Name of the source of the scholarships :

■受給金額(月額)/Monthly stipend:

■受給金額についての補足等/Additional comments about the monthly stipend :

■奨学金をどのように見つけたか/How did you find the scholarships?:

#### プログラムを振り返って/Reflection

<b>■プログラムに参加したことの意義、その他所感</b> /Impact of the participation on yourself or your thoughts :
中国語を勉強してみたいという目的は、かなり達成された。かなり勉強メインのプログラムだが、ある程度期間が長いこともあり、色々な場所に行けたこともよかった。
<b>■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</b> /Impact of the program on your thoughts for a career or job hunting :
中国語の勉強を続けてみたいと思った。
<b>■進路・就職先(就職希望先)</b> /Career/Occupation (planned) :
研究職
<b>■今後留学を考えている学生へのメッセージ、アドバイス</b> /Any messages or advice for future participants :
迷ったらとりあえず行ってみる、くらいの気軽さで参加してみるといいと思います！
<b>■準備段階や留学中に役に立ったウェブサイト、出版物</b> /Websites or publications which were useful while preparing for or during your time overseas :
ネットで検索すると他大学からの参加者の報告書なども見られるので、参考になる。

# 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: 2025/7/6

■ID:C24276

■参加プログラム/Program: NTU Spring+ Programs, Research & Culture

■プログラム情報/Program info.: [https://www.u-tokyo.ac.jp/adm/go-global/ja/s0501\\_00112.html](https://www.u-tokyo.ac.jp/adm/go-global/ja/s0501_00112.html)

■派遣先大学/Host university: 国立台湾大学

■プログラム期間/Program period 2025/2/17 ~ 2025/3/21

■東京大学での所属学部・研究科等/Faculty/Graduate School at UTokyo: 理学部生物化学科

■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:

卒業する前だったため

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

入学時から留学がしたかったため

プログラムについて/Accommodation during the program

■概要/Overview:

研究室に所属して研究しつつ文化体験も行う

■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:

台北と台南旅行

■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:

三連休だったので友達と台南へ行きました

■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・交流

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

■設備/Facilities:

医学部の研究室は大学病院内にあり、病院内の様子もうかがい知ることができた

■サポート体制/Support for students:

研究室の秘書の方が open-minded な方で楽しく過ごせた

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:

Dormitory, 2 person in the room

■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:

Commodity suggested by the program
■気候、大学周辺の様子、交通機関、食事等 /Climate, environment around the institution, transportation, food, etc.:
NTU の公館駅のまわりは大学街になっていて安く美味しい食事ができます。ただし、スシローは割高なので注意が必要です。
■治安、医療関係事情、心身の健康管理で気をつけたこと等、危機管理 /Aspects of risk and safety management, local health care system, and any actions taken to maintain your health:
治安はとても良い
■お金の管理方法、現地の通貨事情 /Management of money and situation about local economy:
1 元=40 円
■プログラム期間中に利用したネット環境 /Internet service usage during the program:
Wifi が大学内も研究室内も家でもサクサク使えた

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:
online
■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:
理学部生物化学科に書類提出
■語学関係の準備 /Language preparation:
なし
■ビザの手続き / Procedures for visa:
5-weeks は必要なし
■医療関係の準備 /Preparations or actions taken to maintain your health:
台南で両手を謎の虫に 20 箇所以上刺され、虫刺され用のステロイド薬があればいいなと思いました。
■保険関係の準備 /Preparations/procedures for insurance:
学生のための保険に入った

費用・奨学金に関するこ /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 40,000 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.) 250,000 円/JPY
教科書代・書籍代/Textbook / Book 0 円/JPY
海外留学保険料(東京大学指定のもの)/Overseas travel insurance fee (designated by UTokyo) 10,000 円/JPY
保険・社会保障料(留学先で必要だったもの)/Insurance and/or social security (required by host institution/region/country) 10,000 円/JPY

■その他、補足等/Additional comments:

なし

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

家賃/Rent	180,000 円/JPY
食費/Food	100,000 円/JPY
交通費/Transportation	10,000 円/JPY
娯楽費/Entertainment/Leisure	100,000 円/JPY

■その他、補足等/ Additional comments:

なし

■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:

留学を体験できた。また台湾の文化にどっぷりつかることができた。

■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:

研究室が大学病院と併設していたため、大学病院の雰囲気が感じられたのがよかったです。

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

他大学への進学

■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:

1-3 年生のうちに留学するとたくさんの選択肢があるので、留学をしたい方ははやめの留学をおすすめします。

■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:

とくになし