

## 東京大学 海外留学・国際交流プログラム報告書(3ヶ月以上1年未満用)

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

記入日/Date: 2025/7/6

■ID: A24090

■参加プログラム/Program: 全学交換留学

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

■派遣先大学/Host university: フローニンゲン大学

■留学期間/Program period (yyyy/mm/dd): 2024/8/30 ~ 2025/7/11

■東京大学での所属学部・研究科等/Faculty/Graduate School at UTokyo: 教養学部(前期課程) 文科三類

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

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

大学入学後、期待通り東大はさまざまな分野に秀でた学生が集まる場所だと感じていたが、その一方でお互いに似通った価値観や思考様式を持ち合わせた均質な集団であるという印象も抱いており、一度東大という枠組みから離れて異なる視座から物事を見てみたいと考えるようになった。1年生の夏休みごろに留学を考え始め、そこから提出書類の準備などを進めた。留学先を選ぶにあたり、英語力には自信があったため、あえて英語圏以外へ留学したいと思っていた。一方で、大学レベルの授業を受けられるだけの運用能力がある言語は英語のみだったため、英語に興味のある分野の授業を受けられるのかも重視した。留学資金を調達できるかが懸念点だったが、無事奨学金を受給できることになったため最終的に留学を決断した。

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

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

2024 / 学部2 / S2

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

留学

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

2025 / 学部3 / A1

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

留年せずに卒業できる可能性のある唯一の時期だったため

学習・研究について/About study and research

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

- Dutch Studies Lecture Series/5
- Research Methodology II/5- Web Design/5
- Minority Representations in Arts, Culture and Media I/5
- Minority Representations in Arts, Culture and Media II/5

- Language and Society 1: Multi- and Plurilingualism/5
- Central and Eastern European Studies: Russia and the Balkans/10
- Into the Local Laboratory: Language/10
- Into the Local Laboratory: Cultural Heritage/10

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

履修した授業の多くが講義とセミナーの二部構成になっており、各授業週に2コマほどあった。授業の数自体は少ないが、予習として大量のリーディングが課される。事前に目を通し掲示板にコメントする必要がある授業もあれば、講義で内容をカバーするため読まなくても支障のない授業もある。日本よりもディスカッションやプレゼンテーション、グループワークが多いように感じた。期末試験だけで評価される授業も中にはあったが、1セメスターや1タームをかけて各自でテーマ設定からデータ収集・分析を行い、アカデミックな論文の形式に仕上げる期末課題により評価される場合がほとんどだった。

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

4~6 / 21以上 以上

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

21時間以上/hours

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

文化活動, ボランティア

■ 学習・研究以外の活動で取り組んだものの内容、または取り組まなかった理由/Details of the activities you chose, or the reason why you did not take part in any activity other than study/research :

1年を通して、語学センターが開講している日本語の授業でボランティアをしていた。駄目元で語学センターに連絡したら快諾してくれたので、興味がある場合は自分から連絡を入れてみるのが良いと思う。返信には時間がかかる場合があるため気長に待つと良い。また、ESNという留学生向けのイベントを開催する団体に名簿登録し、定期的に文化交流や遠足のようなものに参加していた。

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

余裕のある週末はオランダ国内を旅行したり、ESNのイベントに参加したりしていた。図書館で勉強することも多かった。長期休暇はヨーロッパを観光したり、ヨーロッパ内の他の大学に通っている友人を訪ねたりしていた。

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

■ 設備/Facilities :

フローニンゲン市内には街の中心部と町の北西部の2か所にキャンパスと図書館がある。所属していたFaculty of Artsでは授業のほとんどが中心部で行われるため、そちらの図書館を主に利用していた。試験期間中は席を予約する必要がある。スポーツ施設は北西部のキャンパス近くにあったが、使用しなかった。会費を払えばさまざまなスポーツを体験することができるそうだ。食堂はあるが、値段が高い。昼食は持参することがほとんどだった。近くのスーパーで惣菜パンを購入することも稀にあった。大学構内ではeduroamが使えた。UTokyo Wifiのアカウントを利用してつなぐことができる。

■ サポート体制/Support for students :

使用したことはないが、精神面などのカウンセリングのシステムは充実していそうだった。大学の語学センターでオランダ語の授業を履修できるらしいが、こちらも利用しなかった。学習面や生活面に関しては、サ

ービスデスクがあるにはあるが、開室日時が非常に限られている。授業があると時間を合わせるのが難しい場合もあるため、何かあればメールで問い合わせた方が良いかもしれない。

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

### ■ 宿泊先の種類/Type of accommodation :

学生寮

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

大学と提携している、SSH という学生向け住まい斡旋業者を介して見つけた。大学側から業者サイトへの登録方法などが送られてくるため、それに従って手続きを進めればよい。予約する際に 3 か月分の家賃を前払いする必要がある。ただし、予約が開始されると直ちに部屋が埋まってしまうため注意が必要。SSH で予約できず、自力で宿泊先を見つけた知り合いも少数だがいた。予約した学生寮は街の中心部にあるキャンパスまで自転車で 10~15 分、街の北西部にあるキャンパスまで自電車で 5 分ほどの場所にあった。電気・水道・インターネット代込みで月 600 ユーロ前後と安くはないが、オランダの深刻化する住居不足の状況を考慮し妥協した。8 人でキッチンを共有し、トイレとシャワーは各個室にあった。ひとつ難点があるとすれば、洗面所の鏡の位置が高すぎることだろう。世界的に見て身長の高いオランダ人仕様で設計されているためか、平均的な日本人女性が鏡の前に立つと、頭のとっぺんしか映らない。幸いクローゼットの開き戸の内側にも鏡が設置されていたため、不便な思いをすることはなかった。敷地内にコインランドリーもあり、洗濯機と乾燥機が備わっている。屋内の自転車倉庫もあるため、盗難のリスクは比較的低い。なぜかサドルだけ盗られた人は知り合いにいた。比較的小人数での共同生活は、お互いそれなりに親しくなりやすい環境だったように思う。ただ、フラットメイトの多くが夜中に活動的になる方々で、週末や試験後は 22 時過ぎまでキッチンで一次会をした後パブへ飲みに行き、明け方 3~4 時ごろに寮へ戻ってくるという、個人的な基準から見ても凄まじい生活を送っていた。衛生基準も人によってまちまちで、食器を 1 週間ほどシンクに放置している人も中にはいた。自分にとっての常識が必ずしも他人にとっての常識であるわけではないという文化の相対性を、非常に身近な例で実感できる機会となった。一方で、寮からの眺望が非常に美しく、その他のデメリットがすべて帳消しにされた。周りに高い建物が少なく、部屋も東向きだったため、天気の良い日は地平線から太陽が昇る様子を見ることができた。

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

暑すぎず寒すぎず、非常に過ごしやすい気候だった。冬は雨天や曇天が多かったが、それでも例年と比較して降水量が少なかったらしい。セントラルヒーティングがあるため、冬でも室内が暖かいのが非常に良い。2 月頃に一時建物全体の暖房装置が故障し、数日間お湯が出ず部屋も冷え切ったときは大変だった。街の中心部のキャンパス周辺には、飲食店やカフェが多くあり、日中は地域の住民や学生で賑わっている。かつての要塞の一部が公園になっており、夏が近づくにつれ堀のほとりで日光浴やピクニックをしつつろぐ人を多く見かけるようになる。休日に公園でコーヒーを片手に本を読む、などという優雅で丁寧な暮らしをいとも簡単に実現できてしまう環境で、街全体の生活水準の高さを感じた。フローニンゲン市内は自転車があれば基本的にどこへでも行ける。雨が降ったとしても霧雨~小雨程度であり、またオランダ人曰く人間は「砂糖でできていない」ため、防水ジャンパーを羽織れば問題ない。折り畳み傘を使うことはほとんどなかった。自転車は月額制で借りることができるが、中古の自転車を買って帰国する際に売った方が安く収まる場合もある。オランダでは自転車の盗難が多いと聞かため、駐輪時はチェーンロックなどを使用し二重に鍵をかけると良い。フローニンゲン市外へ遠出をする際は、電車が主要な移動手段となる。運賃は

高い。国鉄のサイト上で、週末の乗車料金が無料になったり、ピーク時間帯外の乗車料金が 40%オフになったりする定期券が比較的求めやすい価格で売られているため、それらを購入することをおすすめする。食事は基本的に自炊をしていた。アジア系スーパーもあり、醤油やみりん、味噌などの調味料も入手できるが価格は高い。支払いは現地で発行したデビットカードまたは現金でのみ可能なため注意が必要。オランダ系スーパーは大きく2つのチェーン店があり、その他ドイツ系の格安スーパーもある。品揃えは前者の方が豊か。どちらもクレジットカードが使用できる。ほぼ毎週何かしらのセールが行われているため、事前に各スーパーのアプリで確認し、その時にほしいものが安く手に入る場所で買い物をしていた。

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

資産証明のために大学へ送金する際や、オランダの銀行口座に送金する際に Wise を使用した。銀行口座開設に関しては、大学のオリエンテーションか留学生団体 ESN のイベントかどこかで案内をもらった。口座開設後、指示に従って口座情報を大学に知らせれば、資産証明として送金した額が口座に返金される。現地で銀行口座を開設するまでに 1~2 週間かかるため、その間は日本のクレジットカード/デビットカードを使用した。アジア系のスーパーや一部の本屋など、まれに日本のカードを受け付けない場所もあるため、現金を少額もっておくといざという時に安心かもしれない。街中には ATM もあるため、日本のカードから現金を引き出すことも可能。

■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 :

学生都市で治安は非常に良い。図書館などでパソコンを置いたまま席を離れる人も多くいた。時折刺傷事件が起きたとの報道もあったが、深夜に一人で外を出歩かないなど、基本的な防犯対策を行えば事件に巻き込まれるリスクは低いと思われる。留学期間中、幸い心身を患うことはなかった。2~5 月ごろに花粉症の症状が出た際は市販の抗ヒスタミン薬を買った。ドラッグストアで簡単に手に入る。病院にかかったことはないが、聞くところによるとオランダでは診察を受けるためにかかりつけ医の登録を行う必要があり、入院や手術、高度な診察が必要な場合はかかりつけ医から大学病院への紹介状をもらうらしい。診察を受けても最低限の薬しか処方されないようで、周りにかかりつけ医に登録している人はあまり見なかった。

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

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

大学からのメールにしたがって進めれば特に問題はない。東大からの推薦書、語学証明書、成績証明書、志望動機、パスポートのコピーなどを提出した。また、資産証明として1年分の生活資金(15,000 ユーロ≒240 万円)を大学側に振り込む必要がある。奨学金受給証明書を資産証明の一部として使えるため、実際に振り込んだ額はこれより少ない。大学に送金した分は後日オランダで開設する銀行口座に戻ってくる。

■ビザの手続き/Procedures to obtain visas :

大学が居住許可証を手配してくれる。送られてくるメールの指示に従って必要な書類を揃えればよい。手数料として大学に 228 ユーロ(≒36,500 円)支払う必要があった。パスポートのコピーや経歴証明書(前科の有無などの確認書)、送金証明書などを大学のシステム上にアップロードした。オランダ到着後すぐ、各自で予約を取って移民局のような場所へ行き、顔写真と指紋の登録をする必要がある。2 週間ほどで居住許可証兼 ID カードが発行された旨の通知が来た覚えがある。受け取り時間の予約をし、指定された場所まで取りに行った。大学側に提出する書類をアップロードするサイトや、居住許可証発行申請が通った際に移民局からメールで送られてくる書類(居住許可証の有効期限が記載されている)などで、自分の留学

期間が正しく登録されているか逐一確認することを推奨する。大学側のミスで留学期間が半年として登録されていたため、最初に受け取った居住許可証の有効期限が5月上旬までになっていた。同じような状態になっている人が周りに数人いたため、その人たちと情報交換しつつ、大学へ確認のメールを送るなど対応を進めた。返信に2週間ほどかかる場合もあり、その過程で気長に辛抱強く待つ忍耐力と心の余裕を会得することができた。忘れられていると感じた際に自分から返信を催促する押しの強さも大切になると強く感じた。2月頃になってようやく延長手続きのメールが来て、5月になってついに新しい居住許可証を手にすることが出来た。帰国日まで残り1カ月ほどしかなく、その間オランダ国外へ出なかったため、果たして新たに取得する意味があったのかどうかは甚だ疑問である。再発行にかかる費用を大学が支払ってくれたのは良かった。

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

使い慣れた風邪薬を持っていった。予防接種や健康診断は特に行っていない。

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

大学の指示に従えば問題ない。

■東京大学の所属学部・研究科(教育部)での手続き/Procedures required by faculties or graduate schools at UTokyo:

留学期間が前期課程と後期課程に跨っていたため、前期課程と後期課程で進学する可能性のあるすべての学部の教務課で留学に関する注意事項などの説明を受けた。また、進学選択の学部・学科ガイダンスで、必修科目などの履修に支障をきたさないか確認を取った。

■語学関係の準備/Language preparation:

IELTS 8.5を取得した。英語の他には、CEFR A1-A2程度の基本的なオランダ語を独学した。

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	220,510 円/JPY
派遣先への支払い(授業料・施設利用料など)/Payment to host institution (tuition, facilities fee, etc.)	0 円/JPY
教科書代・書籍代/Textbook / Book	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)	88,980 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	100,000 円/JPY
食費/Food	25,000 円/JPY
交通費/Transportation	6,000 円/JPY
娯楽費/Entertainment/Leisure	30,000 円/JPY

■その他、補足等/Additional comments:

娯楽費(旅費等)は各月の平均をとって3万円としたが、月によってばらつきがある

■ 留学のための奨学金の受給有無/Scholarships for study abroad :
受給した
■ 奨学金の支給機関・団体名等/Name of the source of the scholarships :
業務スーパー・ジャパンドリーム財団
■ 受給金額(月額)/Monthly stipend :
200,000 円
■ 受給金額についての補足等/Additional comments about the monthly stipend :
留学一時金: 25 万円
■ 奨学金をどのように見つけたか/How did you find the scholarships? :
大学(本部)からの紹介

### 今後の予定について/About your future plans

■ 留学先で履修した授業科目のうち、単位認定申請をする(予定のもの)/The subjects for which you plan to (are planning to) transfer credit to UTokyo :
- Minority Representations in Arts, Culture and Media I/5 - Minority Representations in Arts, Culture and Media II/5 - Language and Society 1: Multi- and Plurilingualism/5 - Into the Local Laboratory: Language/10
■ 留学前に取得済みの単位数/Number of credits earned at UTokyo BEFORE your study abroad :
84 単位/credit(s)
■ 留学先で取得し、単位認定申請を行う(予定の)単位数/Number of credits earned and (planned to be) transferred to UTokyo :
8 単位/credit(s)
■ これから本学で取得予定の単位数/Number of (expected) credits to be earned on return :
76 単位/credit(s)
■ 卒業/修了予定/(Expected) year/month of graduation (yyyy/mm) :
2027 年 3 月

### 留学を振り返って/Reflection

■ 留学の意義、その他所感/Impact of the study abroad experience on yourself or your thoughts :
フローニンゲン大学が首都圏から離れた地方都市にあることもあり、自然豊かでのどかな環境の中で生活することができた。時間の流れもゆったりとしていて、秒刻みで電車や人が行き交う東京では感じることでできない落ち着きがあった。留学前は一見生産性のなさそうな時間を過ごすことにやや抵抗を感じることもあったが、留学を通して日常に余白を作ることの意義を改めて認識することができた。学業面でも興味のある事柄を追求でき満足しているが、忘れかけていた息継ぎのしかたを再習得できたことが結果的に一番の収穫になったと思う。
■ 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 :
いろいろな生き方をしてきた人に出会い、過去や将来について考える機会が多くあった。自分自身を含

め、日本で関わってきた同世代の多くは効率性を重視し、短期間にいかに多くの成果を出すかという部分にとらわれすぎているような気がする。それが必ずしも悪いわけではないが、あまり生き急がずにもう少しゆるりふわりと生きていきたいと思うようになった。

■ 留学による今後のキャリア・就職活動へのメリット・デメリット/Merit/Demerit of studying abroad on your future career/job hunting :

大学院進学を考えていたため、就職活動に参加できなかったことをデメリットとは捉えていない。むしろ、一度働いてから大学に戻ってきた人や、高校卒業後すぐに大学へ進学せずギャップイヤーを取っている人など、さまざまな人と会う中で人生の選択肢の幅が広がり、メリットが大きかったと感じている。

■ 留学中に行った就職活動/Job hunting activities during study abroad :

いずれも行っていない

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

未定

■ 今後留学を考えている学生へのメッセージ、アドバイス/Any messages or advice for future participants :

留学をする上で不安な面もあるかと思いますが、それを上回る良い経験ができると思います。周りを上手く頼り、どんなことが起きてもとりあえず楽しむ心持ちで臨んでください。意外と何とかなります。

■ 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 :

Go Global ウェブサイト、ブログ等

## 東京大学 海外留学・国際交流プログラム報告書(3ヶ月以上1年未満用)

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

記入日/Date: 2025/10/28

■ID: A24091

■参加プログラム/Program: 全学交換留学

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

■派遣先大学/Host university: フローニンゲン大学

■留学期間/Program period (yyyy/mm/dd): 2024/8/30 ~ 2025/7/11

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

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

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

いつか行きたいと前から思っていた。

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

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

2024 / 学部3 / S2

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

留学

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

2025 / 学部4 / A1

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

特になし

## 学習・研究について/About study and research

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

Dutch Society in a Comparative Perspective (1000-Present)/5Dutch Studies Lecture Series, Semester 1/5

Academic English for International StudentsLanguage Optimization/10

Aid, Trade and Beyond: Dutch International Development Policy, Past and Present/5

English Linguistics: The Language of Hip-Hop/5

Language and Society Plus 3: Language inHistory/5

English Language Variation/5English Employed/5

Language and Society Plus 4: Language and Power/5

Learning and Teaching English as a Second Language/5

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

社会言語学が盛んで自身の卒業論文の構想の助けにもなった。

■ 留学先での 1 学期あたりの履修科目数と履修単位数/Number of subjects registered per semester and credits earned per semester :
4~6 / 11~20 以上
■ 1 週間あたりの学習・研究に費やした時間/Hours spent for study/research per week :
11~15 時間/hours
■ 学習・研究以外の活動で取り組んだもの/Activities you took part in other than study/research :
スポーツ, 文化活動
■ 学習・研究以外の活動で取り組んだものの内容、または取り組まなかった理由/Details of the activities you chose, or the reason why you did not take part in any activity other than study/research :
地域のバーでのジャムセッションの参加、絵画の個展の開催など。
■ 週末や長期休暇の過ごし方/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 :
図書館はまあまあ広かった。Wifi が強い。
■ サポート体制/Support for students :
サポートは特にない。

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

■ 宿泊先の種類/Type of accommodation :
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 :
メールで送られてきたウェブサイトで見つけた。

■ 気候、大学周辺の様子、交通機関、食事等/Climate, environment around the institution, transportation, food, etc. :
寒く、雨も多い。自転車はほぼ全市民が利用する。食事は外食が高すぎるため自炊。
■ お金の管理方法、現地の通貨事情/Management of money and situation about local economy :
オランダで口座開設が必須だった。
■ 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 :
ビタミン D の薬を持って行った。

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

■ 留学先への入学手続き/Procedures for enrollment required by the host institution :
主にメールで要求されたものを提出したのみ。2、3 枚の書類をメールで送信するのみだった。
■ ビザの手続き/Procedures to obtain visas :
大学を通じてビザを得る予定だったが、向こうの処理ミスにより、誤った有効期限のビザが発行された。オランダ入国後、一度その間違った期間のビザが支給されてしまい、高い電車代を払ってわざわざ再度ビザを受け取りに行かされた。大学に電車代の補償のメールを複数回送ったが、はぐらかされた。

■医療関係の準備/Preparations or actions taken to maintain your health :
保健センターに行った。
■保険関係の準備/Preparations/procedures for insurance :
学校から指示のあったものだけ加入した。
■東京大学の所属学部・研究科(教育部)での手続き/Procedures required by faculties or graduate schools at UTokyo :
文学部のオフィスに行って指示をもらい、その通りに数枚書類の手続きをただけなので複雑ではなかった。
■語学関係の準備/Language preparation :
IELTS の受験を複数回行った。

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
派遣先への支払い(授業料・施設利用料など)/Payment to host institution (tuition, facilities fee, etc.)	0 円/JPY
教科書代・書籍代/Textbook / Book	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)	50,000 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	100,000 円/JPY
食費/Food	30,000 円/JPY
交通費/Transportation	4,000 円/JPY
娯楽費/Entertainment/Leisure	10,000 円/JPY
■その他、補足等/Additional comments :	

■留学のための奨学金の受給有無/Scholarships for study abroad :	
受給した	
■奨学金の支給機関・団体名等/Name of the source of the scholarships :	
JASSO	
■受給金額(月額)/Monthly stipend :	
105 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)からの紹介

今後の予定について/About your future plans

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

上記全て

■ 留学前に取得済みの単位数/Number of credits earned at UTokyo BEFORE your study abroad:

32 単位/credit(s)

■ 留学先で取得し、単位認定申請を行う(予定の)単位数/Number of credits earned and (planned to be) transferred to UTokyo:

20 単位/credit(s)

■ これから本学で取得予定の単位数/Number of (expected) credits to be earned on return:

20 単位/credit(s)

■ 卒業/修了予定/(Expected) year/month of graduation (yyyy/mm):

2027 年 3 月

留学を振り返って/Reflection

■ 留学の意義、その他所感/Impact of the study abroad experience on yourself or your thoughts:

海外院への意欲が湧いた。

■ 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:

上に同じ。

■ 留学による今後のキャリア・就職活動へのメリット・デメリット/Merit/Demerit of studying abroad on your future career/job hunting:

とりあえず CV などに留学が載るのはメリットだと感じる。

■ 留学中に行った就職活動/Job hunting activities during study abroad:

いずれも行っていない

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

■ 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:

とりあえず行ってください。

■ 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:

あまりない。