

国際化サポート海外留学奨励金 留学報告書

研修名	エンデラン大学 6 週間
-----	--------------

留学費用項目	かかった費用 (円換算)	備考 特記事項があれば記入してください。
食費	50000 円	
図書費	0 円	
学用品費	0 円	
携帯・インターネット費	3000 円	
現地通学費	0 円	(研修先まで 徒歩 10 分)
教養娯楽費	0 円	
被服費	5000 円	
雑費	円	
その他	円	例:
その他	円	例:
合計	56000 円	きっちりとは数えてないので正確ではありません。

渡航準備について

1) ビザ等の申込み等で特記すること(困ったこと)はありますか

フィリピン大使館の対応が悪い。来るたびに違う書類を求められてさ 3 回ほどやり直しさせられた。おそらく 19 歳以下の人はあらかじめ親の英文残高証明書と親の英語の身分証明証を持っていくべき。

2) 現地通貨(現金)はどのように準備をしましたか

現金の用意方法: 日本で 30000 円ほど換金した。現金は合計で 50000 円ほど使ったが、現金支払いめんどくさいので基本的にクレカを使っていた。でもクレカは使えない店も多いし割り勘をする際に現金がないと詰む。

その他用意したもの: クレジットカード デビットカード・キャッシュパスポート

3) 現地で使用する通信手段(SIM カード、WiFi)はどのように準備しましたか

SIM カードをコンビニで買った。店頭に並んでいるわけではなく、店員さんに言わないと買えない。データをたくさん使いたい時は大学の Wi-Fi を使った。寮の共有スペースにも Wi-Fi があるが、たまに弱かったり人数が多くなると遅くなったりするので若干不便。

4) 日本から準備して行き助かったものや、準備したほうが良かったものはありましたか

下痢止め! 胃腸弱い人は胃薬とか整腸剤とか。ハンドソープや食器用洗剤。現地では大きいサイズのものしか売っていないので、日本のものを少量持ってきたほうがよい。自分が使う可能性のある薬はとりあえず手当たり次第持ってきたほうがよい。部屋に謎のダニみたいな虫がわいてあ痒くなったのでダニ取りシートなどがあるとよい。洗濯ローブがあると物干スペースが増えるので快適に過ごせる。デング熱が怖いので虫除けはあって損はない。

現地情報

1) 活動中、何らかの問題がありましたか。あった場合、誰に相談しましたか。

(例: 研修の相談窓口、現地の友人等)

なし あり (問題の内容や相談した人等:)

特記事項:

2) 現地の危険地域情報をどのように収集し、どのような防犯対策をしましたか。また、実際に盗難等を含む犯罪に巻き込まれたことはありますか? その際どのように対処しましたか?

危険だとされているところには行かないようにした。あと現地の人にどっか行こうと言われても絶対に行かない。

3) 携帯電話や、インターネットについて、現地での利用・接続はいかがでしたか。

(例: 寮のインターネット接続が不安定で1週間に1度は全く繋がらない時がある。街にあるほとんどのカフェでは WIFI 接続が可能であったので、寮で使用できない時はカフェに行った。)

あまり良くない。SMART と言うシムで十分だが、プランがいまいちよくわからなくて SNS が使えるプランにしたのに途中でラインが使えなくなった。

滞在形態関連	
1) 留学中の滞在先の種類	<input checked="" type="checkbox"/> 寮・アパート <input type="checkbox"/> ホームステイ <input type="checkbox"/> ホテル
2) 部屋の形態	<input type="checkbox"/> 個室 <input checked="" type="checkbox"/> 相部屋(同居人数 4 人)
3) 共有部分	<input checked="" type="checkbox"/> バス <input checked="" type="checkbox"/> トイレ <input checked="" type="checkbox"/> キッチン(<input type="checkbox"/> 自炊可 <input checked="" type="checkbox"/> 自炊不可)
5) 感想:(滞在先の感想とこれから留学する人のためのアドバイス)	私はとても楽しかったが、体感 9 割の日本人は途中で帰りたいと言っていた。ニオイにストレスを感じやすい人は特にお勧めしない。虫は私の部屋は 1 度も出なかったが、部屋による。多くの部屋では毎日出ているので虫対策グッズは必要である。エアコンがつかなかったトイレが流れなくなったりは日常茶飯事だが大抵のことは現地の人に言えば解決する。

プログラム選択の参考となる点を記載してください	
1) 研修先での役立つと感じたプログラムや内容	毎日 4 時間の 1 対 1 の授業がとても良かった。それぞれのレベルに合った授業をしてくれるのでとても英語力が鍛えられた。先生と合わなければ言えば次の日に変わってもらえるのでなるべく早く言ったほうがよい。他のプログラムにはないし、比較的安いので、短期間で英語力を上げたい人にはとてもお勧め。
2) 課外プログラムについて	課外プログラムでは他大学に新しい友達ができたのでとてもたのしかった。学校と寮のあるマニラから少し離れたところにバスで連れて行ってもらえるので自分たちだけでは行きにくいところへ行けたのは良かった。フィリピンの歴史を知ることができた。あとビュッフェが良かった。
3) 滞在先・現地での生活に関すること	フィリピン人は言わないと伝わらないので嫌なことや困ったことがあったらなんでも言うべき。拙い英語や翻訳を使っても大丈夫なので、とにかく言わないと損をして楽しい思い出が台無しになってしまうかもしれない。また、物乞いには物やお金を与えないことや、詐欺師を無視することは大事。留学生ばかりに声をかけてる人は怪しいので優しい人ほど警戒すべき。でも基本的には日本人に友好的でいい人が多い。

留学体験記

この研修先を選んだ理由、研修や生活全般について、後輩学生へのアドバイスなどを自由に記入してください。(200 字以上)

この研修を選んだ理由は他の欧米のプログラムと比べて価格が安く期間も長いから。集中的に英語を学び、実践できる環境が欲しかったので 6 週間毎日 7 時間の英語レッスンを受けられると言うところが魅力だった。そのため最初はフィリピンという国に特別な思いはなかったのだが、研修が終わる頃にはフィリピンが大好きになった。もちろん、日本と比べて不便なことも多いし、英語が伝わらないもどかしさを何度も経験したが、自分がだんだんと英語が話せるようになっていくのを感じることができる。3 週間プログラムだと、やっと英語での会話に抵抗がなくなってきたところで帰国になってしまうが、6 週間だとその先に行くことができるため、英語を伸ばしたい方には 6 週間をお勧めする。逆に、経験として留学をしたい程度なら 3 週間じゃないと、現地の生活の不便さに耐えられないと思う。 私はこの研修に参加して本当に良かったと思っているし、この経験は宝物になった。アドバイスとしては、現地では臆せず危険なこと以外はなんでもチャレンジしてみたほうがいい。食べ物は気をつけていたとしても多分日本人は何を食べてもお腹を壊すと思うのである程度で慣れる。逆に心配ない。下痢止めは大量に持つこと必須。

国際化サポート海外留学奨励金 留学報告書

研修名	エンデラン大学 6 週間
-----	--------------

留学費用項目	かかった費用 (円換算)	備考 特記事項があれば記入してください。
食費	65000 円	
図書費	円	
学用品費	円	
携帯・インターネット費	円	
現地通学費	円	(研修先まで 分)
教養娯楽費	10000 円	
被服費	円	
雑費	20000 円	洋服買った。
その他	円	例:
その他	円	例:
合計	95000 円	

渡航準備について

1) ビザ等の申込み等で特記すること(困ったこと)はありますか

事前学習では、口座に20万いれとけという話だったが、実際は親の口座の残高証明書と身分証明書が必要だったので気を付けてほしい。

2) 現地通貨(現金)はどのように準備をしましたか

現金の用意方法: 現金でしか払えないお店で使う。

その他用意したもの: クレジットカード デビットカード・キャッシュパスポート

3) 現地で使用する通信手段(SIM カード、WiFi)はどのように準備しましたか

Ahamo 勢の方々には 15 日間はデータローミング ON にすれば SIM を買うことなくネットが使えます。それを利用したのと、現地でSIMを買った。寮の館長が持っているので 40 ペソで買えます。多分。寮の中と学校は Wi-Fi が飛んでいるので外出の時に困らなければそれだけでいけます。

4) 日本から準備して行き助かったものや、準備したほうが良かったものはありましたか

朝、みそ汁系の食べ物が飲みたくなったとき用のみそ汁を持っていけばよかった。

現地情報

1) 活動中、何らかの問題がありましたか。あった場合、誰に相談しましたか。

(例: 研修の相談窓口、現地の友人等)

なし あり (問題の内容や相談した人等:)

特記事項: ルームメイトが体調を崩してそれが部屋全体に蔓延。1週間下痢が続いた。コーディネーターの方に相談して、病院に行った。病院に行けば薬とポカリスエット12本を提供してくれたのでそれを飲んで直した。

2) 現地の危険地域情報をどのように収集し、どのような防犯対策をしましたか。また、実際に盗難等を含む犯罪に巻き込まれたことはありますか? その際どのように対処しましたか?

とりあえずバッグを前にする。
そもそもバッグを持ち歩かない。

3) 携帯電話や、インターネットについて、現地での利用・接続はいかがでしたか。

(例: 寮のインターネット接続が不安定で1週間に1度は全く繋がらない時がある。街にあるほとんどのカフェでは WiFi 接続が可能であったので、寮で使用できない時はカフェに行った。)

寮では部屋までは届かないけれど、ラウンジで利用できるのでもう問題ではない。
外出時には必要になるが、自分の場合は最初の amamo のネット機能で使える15日間を過ぎてからは友達にすべてを任せました。

滞在形態関連	
1) 留学中の滞在先の種類	<input checked="" type="checkbox"/> 寮・アパート <input type="checkbox"/> ホームステイ <input type="checkbox"/> ホテル
2) 部屋の形態	<input type="checkbox"/> 個室 <input checked="" type="checkbox"/> 相部屋(同居人数 4人)
3) 共有部分	<input checked="" type="checkbox"/> バス <input checked="" type="checkbox"/> トイレ <input checked="" type="checkbox"/> キッチン(<input type="checkbox"/> 自炊可 <input checked="" type="checkbox"/> 自炊不可)
5) 感想:(滞在先の感想とこれから留学する人のためのアドバイス)	トイレットペーパーとかシャンプーとかは現地のショッピングセンターで買えます。なんなら洋服も、ZARA とかユニクロとかあるので現地で調達できます。ハンガーもってこいと最初の事前学習で言われたが、大量に部屋にあったのでいらないくと思う。下着は8日分は持って行った方がいい。洗濯をだしてから4日ほどかえてこなくて、ノーパンで過ごしたことがあったから。。

プログラム選択の参考となる点を記載してください	
1) 研修先での役立つと感じたプログラムや内容	1on1の学習。自分の英語の発音を1から鍛えてくれるのでいいです！ グループは、日本人同士なので日本での英語の授業でグループワークの時にみんな恥ずかしがって何も言わない。。みたいな状況になっていた。自分からは発言しよう！
2) 課外プログラムについて	7時間プラス課題なので英語に強制的に触れる機会は多いにあります。 土日にティンダーやお店の人と会話して話すのもいい手かなと思った。
3) 滞在先・現地での生活に関すること	日本と違う文化をいろいろ肌で感じることができます。経済格差が目に見えて実感できるので、世界をしるという点では、とてもいいのではないかと。スラムが高層ビルのすぐ近くに広がっているの、アメリカやカナダより、貧富の差を目ですぐに実感できるという点ではよかったが、インフラが整備されていないところが多い。時にトイレはトイレットペーパーが流せない。でもそれも文化の違いです。

留学体験記

この研修先を選んだ理由、研修や生活全般について、後輩学生へのアドバイスなどを自由に記入してください。(200字以上)

この研修はほかの研修に比べて費用が安いわりに6週間と長く滞在できるので、英語の勉強にはもってこいです。滞在中、フィリピン人と友達になれる機会は、実は自分から学校でたむろっている人たちに話しかけに行きその機会を作るしかないといってもいいくらいに少ないです。Tinder を使用すれば、友達として会ってくれる人はいるので、それを活用するのが最も早いかもしれない。授業は1対1が終わったらグループになるが、グループも日本人だけなので基本日本人との行動になるので英語は本当にじぶんから話に行くしかない。モール内で写真撮ってる人にナンパでもして一種に写真撮ってくれないかと言ったらとってくれる可能性があります。あと、インスタとか facebook 交換しようと言ったら交換してくれると思います。そういうところで人脈形成してくるのもありだと思った。
基本、寮の近くにあるベニスモールでなんでもそろいます。あとは、SM モールでもいろいろ買えます。日常生活品を何も持たなくても最悪何とかなるので大丈夫だと思います。

国際化サポート海外留学奨励金 留学報告書

研修名	エンデラン大学(派遣 6 週間)2023 春季
------------	-------------------------

留学費用項目	かかった費用 (円換算)	備考 特記事項があれば記入してください。
食費	63500 円	食堂・外食・カフェなど
図書費	490 円	本屋で1冊購入
学用品費	2970 円	消しゴムとペンケース
携帯・インターネット費	2160 円	SIM カードとロードカード
現地通学費	0 円	(研修先まで 徒歩7分)
教養娯楽費	10680 円	休日のお出かけ費や Grab 代
被服費	2600 円	(T シャツ3枚購入)
雑費	円	
その他	8170 円	例:お土産
その他	5000 円	例:アクセサリ、美容
合計	120000 円	レシート紛失、割り勘などで金額が不明なものが多いため、実際はこれぐらい使ったと思う。

渡航準備について

1)ピザ等の申込み等で特記すること(困ったこと)はありますか

特になし。

2)現地通貨(現金)はどのように準備をしましたか

現金の用意方法: 初日に SIM カードを購入するお金として、予め日本で5000円分換金した。その他日本円20万円を持参して、現地で換金して利用した。

その他用意したもの: クレジットカード デビットカード・キャッシュパスポート

3)現地で使用する通信手段(SIM カード、WiFi)はどのように準備しましたか

現地で SIM カードとロードカードを購入して利用した。いずれもローソンで購入した。GlobeとSmartの二つがあるが、私も周りの人もみんなSmartを使っていた。使い方はSIMカードを入れ替え、Smartのアプリを入れて登録を行った後に、ロードカードを使って、アプリにお金をチャージし、そのお金でプランを購入して利用するという流れだった。私は最初の登録に少し苦戦したため、寮のマネージャーと一緒に登録を行った。やり方を聞くと親切に教えてくれたため、初日のうちに登録できた。ただ、空港からSIMカード購入までの間は、一切通信できないので、それが気になる人は日本で予め用意していくのもありだと思う。

4)日本から準備して行き助かったものや、準備したほうが良かったものはありましたか

【日本から準備して行き助かったもの】
 ビオフェルミン→特に最初の頃は便秘に悩んだため、毎日飲んでた。
 食器用洗剤、スポンジ→水筒やお皿などを洗うのに頻繁に利用した。
 クロックス→外から帰ってきたら常に履き替えていた。寮で過ごす時に足が楽に感じた。
 ファブリーズ→服は洗濯に出さずファブリーズをして、2回着ることも多かった。
 除菌シート、消毒液→食べる前に使用した。毎日使う必需品だった。
 日本のお菓子、先生にお礼に渡す品→先生にもよと思うが私の先生は、毎日お菓子をくれたため、そのお返しとして役に立った。
 その他、物干しの紐、スマホストラップ、風邪薬、電子辞書が役に立った。衣服は一週間分あれば十分。パジャマも2セットあれば足りる。

【準備した方が良かったもの】
 最後に先生に手紙を書くのに、便箋や封筒がなくて困った。また蚊に刺されたときにムヒを持っていなくてあせった。

【準備したが必要ななかったもの】
 寒いときにはおる用の上着は3枚持って行ったが、行きと帰りの飛行機以外では使わなかったため、個人的には1枚で十分だった。

現地情報

<p>1)活動中、何らかの問題がありましたか。あった場合、誰に相談しましたか。 (例:研修の相談窓口、現地の友人等)</p> <p><input type="checkbox"/>なし <input checked="" type="checkbox"/>あり(問題の内容や相談した人等:)</p> <p>特記事項:入国した際にイミグレーションのスタッフが滞在可能期間の記載ミスを起こしたため、帰国2日前に急遽変更の手続きを行い移民局まで行った。パスポートは手続き上、入国してすぐに担当の人に提出し、帰国1日前まで預かってもらっていたため、対応は現地の人ほとんどやってくれた。しかし、その日のマンツーマンレッスンは受けられず、帰国まで日数もなかったため補講もできなかった。イミグレを受けた後に、パスポートに記載された日付をその場で確認することを強くお勧めします。</p>
<p>2)現地の危険地域情報をどのように収集し、どのような防犯対策をしましたか。また、実際に盗難等を含む犯罪に巻き込まれたことはありますか?その際どのように対処しましたか?</p> <p>週末に出かける場所を選ぶ際は、しおりに記載された危険地域ではないかどうかを確認してから決めた。かばんを肩にかけて前に抱える、財布とスマホの所在を頻繁に確認する、しおりに書かれた危険地域には行かない、常に団体行動するなどの注意をしていれば、何も問題はなく、犯罪にも特に巻き込まれなかった。また、スマホはスマホストラップをつけて常に首から下げておいた。</p>
<p>3)携帯電話や、インターネットについて、現地での利用・接続はいかがでしたか。 (例:寮のインターネット接続が不安定で1週間に1度は全く繋がらない時がある。街にあるほとんどのカフェではWiFi接続が可能であったので、寮で使用できない時はカフェに行った。)</p> <p>寮の共有スペースにWi-Fiがあったため、Wi-Fiを使いたい時に利用した。また大学にもWi-Fiがあった。通信速度には特に問題がなく、寮のWi-Fiも大学のWi-Fiもとても安定していた。</p>

滞在形態関連

<p>1)留学中の滞在先の種類</p> <p><input checked="" type="checkbox"/>寮・アパート <input type="checkbox"/>ホームステイ <input type="checkbox"/>ホテル</p>
<p>2)部屋の形態</p> <p><input type="checkbox"/>個室 <input checked="" type="checkbox"/>相部屋(同居人数 4人)</p>
<p>3)共有部分</p> <p><input checked="" type="checkbox"/>バス <input checked="" type="checkbox"/>トイレ <input checked="" type="checkbox"/>キッチン(<input type="checkbox"/>自炊可 <input checked="" type="checkbox"/>自炊不可)</p>
<p>5)感想:(滞在先の感想とこれから留学する人のためのアドバイス)</p> <p>寮の部屋はとほころど劣化は見られるが、想像していたよりもきれいで、6週間過ごすうえで大きな問題は特になかった。ただ部屋はクーラーをつけないととても暑かったため、常にクーラーをつけていた。しかしクーラーの風はとても強く、クーラーの目の前のベッドで寝る人が、冷えてしまうため夜はクーラーを消して寝た。そのため朝は部屋が暑かった。またWi-Fiが使える共有スペースにもクーラーがなく、そこで自習するのは暑すぎてきつかった。水回りが弱く、トイレが流れないこともあった。またシャワーの水圧も日本に比べると弱かったが、許せるレベルだった。フィリピンのトイレはトイレトペーパーが流せないため、最初は何度も流しそうになってしまい、慣れるまでは少し大変だった。でも、シャワーもトイレも生活に慣れてしまえば、何も不満は感じず、自然に使えたため、気になるのは最初だけだと思う。ゴキブリなどの虫が出るかどうかは部屋によるみたいで、私の部屋は一回も出なかった。何かわからないことがあったら寮のマネージャーに聞けば、なんでも教えてくれた。想像していた以上に快適に過ごせたため、とてもよかった。また寮のルームメイトとはすぐに仲良くなれた。</p>

プログラム選択の参考となる点を記載してください

<p>1)研修先での役立つと感じたプログラムや内容</p> <p>マンツーマンレッスンではアクセントトレーニングとチャッターボックスというプログラムに取り組んだ。アクセントトレーニングは英語の発音について、基礎から学ぶことができてとても有意義だった。一音一音正しい発音の仕方を丁寧に教えてもらったため、英語の発音がいかに大切なのかよくわかり、発音に対する意識がより一層強まった。チャッターボックスでは、1日1トピック先生と話した。英語でどう伝えたいのかわからない時や単語が出てこない時は毎日あったが、先生のサポートを受けたり、辞書を使ったりしながらなんとか答えていた。話したいことがあるのに英語で伝えられない悔しさは毎日感じたが、考えたことを即座に英語で表現する力が大きく伸びたと思う。</p> <p>グループレッスンでは、知らない人に話しかけに行ったり、クラスメイトの前で演技したり、スピーチ大会をしたり、様々な経験をさせてもらった。私はこの留学前は自分の英語が正しいのか不安で、英語を話すことについて自信がなかったが、これらの経験を通じて、自信が強くなったと思う。また、英語の基本的な力はもちろん伸びたと思うが、どのように相手に英語を伝えるのが効果的か学ぶことができたため、自分の英語を相手に伝える力も飛躍的に伸びたと思う。</p> <p>最初は1日7時間の授業がつからな感じだったが、先生と仲良くなると、毎日が楽しくてむしろ時間が短く感じた。マンツーマンもグループレッスンも、日本では決して教わる内容で、一瞬一瞬が自分の英語力向上につながる貴重な時間だと感じた。</p>
--

2) 課外プログラムについて
1 回目のプログラムはビーチに行った。海外のリゾートビーチは初めて行ったが、海がとてもきれいでご飯もおいしく最高だった。2 回目のプログラムはマニラ観光をした。代表的な観光地を1 日でたくさん巡れたため、とてもありがたかった。また、フィリピンの文化や歴史に触れられて、とても良い学びになった。バスガイドさんもフィリピンの歴史について教えてくれたため、勉強になった。夜のビューフェもフィリピン料理をいろいろ食べられて楽しかった。どちらのプログラムもかけがえのない思い出です。
3) 滞在先・現地での生活に関すること
朝8:30 に授業開始だったため毎日7:00に起きるといった健康的な生活をしていた。また朝早い分、夕方4:30には授業が終わったため、放課後も遊びに行ったり、自習時間が取れたり、毎日とても良い時間が過ごせたと思う。 1 ペソ=約 2.7 円というレートに慣れるのにだいぶ時間がかかり、金銭感覚がバグって、どの商品も安く見えてしまい浪費してしまった。慣れるまでは、面倒だがいちいちスマホで計算するのもありだと思う。 6 週間プログラムは、マンツーマンもグループもベニスモール内にあるエンデランの教室で授業を受けたため、毎日きれいなベニスモールの景色が見られて幸せだった。またタピオカが日本よりも安く飲めるので、授業後に頻繁に飲んだ。

留学体験記

この研修先を選んだ理由、研修や生活全般について、後輩学生へのアドバイスなどを自由に記入してください。(200 字以上)

<p>他のプログラムにはないマンツーマンレッスンが魅力的で選んだ。実際4時間のマンツーマンレッスンのおかげで、英語が話しやすくなったと思う。また、授業でも現地での生活でも英語を常に聞いて理解しなければならない状態に身を置いたことで、英語を理解しやすくなったと実感した。英語のスキル以外にも、自信を持つことや何かをやり遂げる力などを学ぶことができたし、毎日が新たな学びであふれていた。</p> <p>寮の人や、大学の先生など現地の方は、みんなフレンドリーで優しかった。1日7時間の授業は他のプログラムよりも、英語を話す時間が長く確保できてよかったし、日本の授業と違って、発言や実践が求められる授業だったため、「英語を使う力」が常に伸びているのを感じた。治安や水回り、清潔面などいろいろ気になる気になるところはあるかもしれないが、それを理由に他国のプログラムを選んではしまうのはもったいないと思う。大学のプログラムなので安全は確保されているし、言われたことを守り、生活に慣れてしまえば、とても快適に過ごすことができた。また困ったときにすぐに相談できる人がいたため、安心感があつた。また、何か相談したときの大学側の対処が迅速だったのがとてもありがたかった。個人的には、最高のクラスメイトとともに今までの人生で一番濃い6週間を過ごすことができたし、英語力の伸びも実感できたため、このプログラムを選んで本当に良かったと思う。6週間は振り返ってみると確かに長かったが、個人的には3週間では英語力を含めた自身の変化はあまり感じられなかった。また6週間を選んだからこそ、先生やクラスメイトともすごく仲良くなれたし、週末にフィリピンのいろいろな場所を訪れられた。これらの理由からも、私はこのプログラムを強くお勧めします。</p>
