

国際化サポート海外留学奨励金 留学報告書

研修名	ビクトリア大学
-----	---------

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	円	
図書費	円	
学用品費	円	
携帯・インターネット費	7,980 円	DHA SIM for CANADA. ブランド:Roger サイズ:15GB 現地電話番号付き
現地通学費	0 円	(研修先まで40~50分)Transitで適当なバスを探す。UMOカードで無料。
教養娯楽費	円	
被服費	23,565 円	UVIC スウェット及び Roots の雑貨を購入。
雑費	円	
その他	円	例:
その他	円	例:
合計	15万 円	詳細は覚えてません

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
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:新宿の金券ショップを巡り、一番安いところで2万円分両替した。 その他用意したもの: <input checked="" type="checkbox"/> クレジットカード(Sony Bank wallet と EPOS の家族カード) <input type="checkbox"/> 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
アマゾンで購入。連絡係だったため、電話番号が付いた 15GB の SIM を購入。連絡係でなければ 10GB ほどでよいと思う。Telus の SIM はつながらなかったようなので、Roger の SIM を使用することを薦める。
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
日本の写真集。ステイ先に高校生の女の子がおり、コミュニケーションに困っていたものの、写真を見せながら拙いながらも日本について紹介し、本をあげたら仲良くなれた。 ジムを無料で使えるので、鍛えたい人はトレーニングウェアとシューズを持ってくると良い。普段着でもできるため、そこまで気にする必要はない。 最終日付近でホストファミリーに手紙を渡すために、日本から和風の便箋を買えばよかった。

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)
<input checked="" type="checkbox"/> なし <input type="checkbox"/> 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?
特に何もなかった。

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。)
 Roger の SIM は特に不満なく使えた。ステイ先は契約上、必ず Wi-Fi が使えるため、特に心配はいらないそう。ただ、ステイ先では Wi-Fi の通信量に制限があるところもあるようなので確認が必要。UVIC 内は制限なく快適に使用できる。

滞在形態関連

1)留学中の滞在先の種類
 寮・アパート ホームステイ ホテル

2)部屋の形態
 個室 相部屋(同居人数2人 ホテル宿泊時のみ)

3)共有部分
 バス トイレ キッチン(自炊可 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)
 私のステイ先は、子供がいる家庭で保護者が若く、ハイキングや映画鑑賞など様々なアクティビティを経験できた。夕食で、アジア料理を振舞ってくれることも多く、温かく迎え入れてくれた。一方で、家族内で会話することが多く、その時会話のスピードが非常に早いため理解できず、気まずくなるが多かった。特に小さい子供がいる家庭は、留学生に対して十分な時間を取ることが難しく、コミュニケーション不足に陥ってしまうことがあるように感じた。また、カナダでは多くの人がペットを飼っているため、気になる人は事前にホストファミリーに確認した方がよい。

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
 Conversation Club や Sports Day、Coffee Social など様々なアクティビティがある。Conversation Club では、ボードゲームやクイズ大会をして、普段関わりのない人とも交流ができた。

2)課外プログラムについて
 2 night Vancouver Trip と Hockey Night に参加した。両方とも追加料金がかかるものの、値段以上に楽しめたので、是非参加してみたい。Vancouver Trip は最初の週に開催されるものと次の週に開催されるものがあると思うが、後者の場合、帰宅の翌日が Family Day という休日であるので、ゆっくり休むことができる。

3)滞在先・現地での生活に関すること
 ビクトリアは多民族社会であるので、様々な地方の英語が聞ける。メインはイギリス英語なので、イギリス英語に興味のある人は選択肢に入れてほしい。人柄に関しても、「大胆」よりも「紳士的」が似合い、建物に関してもイギリス風のものも多く、北米にいながらイギリスの文化についても学べる。また、ビクトリアは日本でいう沖縄にあたる温暖な地域であるため、雪はほぼない。気温も体感では寒いときの東京くらいなので、普段来ている防寒具をもってれば十分だと思う。

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)

- 理由-会話を重視していたため、会話の授業があり、かつホームステイができるビクトリア大学を選んだ。都会より自然が好きであるのもプラスに作用した。
- ステイ先の家族構成-子供の有無は現地での生活を大きく変える要素になりえるので、しっかり考えてから希望を出すとうい。希望は確実ではないものの、かなりの確率で反映される。同じステイ先の留学生は明大生であることが多いので、別の留学生用にお土産を持っていく必要はほぼないが、プログラム開始前に確認しておくとうい。
- 日本からの留学生-9割近くが日本人なので、英語しか話したくないという人には向かない。一方で、こうした環境でしか会えない人も多く、話を聞いてみるとバイタリティにあふれた面白いひとが多いので、帰国後の関係づくりにとらえるのもよいと思う。全国大会優勝者やお笑い芸人など特殊なひとが多かった。現地のひととも日本から来た人とも積極的に話していくと本当に面白い経験ができるので、是非話しかけてほしい。
- トイレのウォシュレット-カナダのトイレにはウォシュレットがない。慣れない海外で生活していると、お腹を下すことは非常に多い。胃腸に少しでも不安があるひとは、胃腸薬と一緒に携帯ウォシュレットを持参するとよい。

- 食事-私のホストファミリーは朝から晩まですべて作ってくれたが、基本的には自炊する必要がある。和食を食べなくなった時やホストファミリーにふるまいたくなったりときように、だしパックやみそ汁を持っていくと良い。また、手巻き寿司を作ると喜んでくれるため、巻くものと海苔をもっていくとよい。カナダの海苔は基本湿気ているので、日本からパリパリの海苔を持っていくとよい。食事のメニューは、朝はスムージー、シリアル、ヨーグルト、フルーツが多く、昼はサンドウィッチやベーグルが多かった。夕食も基本洋食だが、ホストファミリーによってはアジア料理を作ってくれることもある。
- 大麻について-カナダでは大麻が合法であり、路上で吸う人も少なくない。特に夜は大麻の臭いがあちこちです。長時間嗅いでいると気分が悪くなるので、注意して道を歩く必要がある。また、大麻使用者にからまれることも少なくない。実際一緒に参加した明大生はバンクーバーへの飛行機の中で大麻使用者に絡まれていた。バスの中にも乗り込んでくるので、様子のおかしなひとがいたら離れておいたほうが安全である。
- プログラム開始前のホストファミリーとのメールについて-渡航の1か月ほど前に UVIC から連絡先が送られてくるので、早めに挨拶を送るとよい。内容は、自分の好き嫌いや家族構成、どんなことに興味があるか、カナダとの共通点はあるか、将来の夢は何かなど細かめに送るとホストファミリー側も受け入れる準備がしやすくなり、結果的に留学生活が向上する。私は薄い情報しか送っていなかったため、到着後に紹介したが、話し言葉だと誤解を生みやすい(自分の発音では相手に伝わらないことが多い)ため、前もって文章で伝えた方が確実である。また、子どもがいる家庭では、どんなものが好きか聞いておくとお土産選びに役立つだろう。子どもとのコミュニケーションはプレゼントが肝心だと思うので、コミュニケーションに不安がある人は聞くべきである。また準備に必要なことや知っておきたいことがあれば細かめに聞くとよい。タオルの有無、シャワーの時間、洗濯の時間、門限、学校までの時間、留学生を受け入れた回数、留学生の有無、ペットの有無など、知っておきたい情報を会話の中から聞き出してみるとよい。特にビクトリアではほとんどの人がペットを飼っているため、確認するとよい。

まとめ

私は渡航前、内気な性格で友達を作ることも苦手でしたが、留学を通してコミュニケーション能力を学び、多くのかけがえのない友人を得ることができました。留学したいけど対人関係で不安があり、ためらっている人がいれば、是非この機会にチャレンジして、自分の殻を破ってほしいと思います。

国際化サポート海外留学奨励金 留学報告書

研修名	カナダ・ビクトリア大学
-----	-------------

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	15000 円	
図書費	0 円	
学用品費	0 円	
携帯・インターネット費	6000 円	eSIM 利用
現地通学費	0 円	(研修先まで バスで15分)
教養娯楽費	15000 円	
被服費	15000 円	ヒートテックなど購入
雑費	10000 円	観光地の入場料など
その他	30000 円	例:お土産など
その他	15000 円	例:パスポート取得費
合計	約 100000 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
パスポートは取得までに時間がかかるので、余裕をもって申請しておいたほうが良い。
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: 日本国内の両替所 その他用意したもの: <input checked="" type="checkbox"/> クレジットカード <input checked="" type="checkbox"/> 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
eSIM を申請しておいて、現地についてから自分の携帯に追加した。
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
手荷物としてリュックのほかに、ボディバッグなどもあったほうが出かけるときに便利。

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)
<input checked="" type="checkbox"/> なし <input type="checkbox"/> 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?
荷物を置きっぱなしにしない、財布やパスポートはチャック付きのポケットにしまうなど。 特に巻き込まれなかった。
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。)

大学とホームステイ先には Wi-Fi があり、接続も特に問題なかった。

滞在形態関連

1) 留学中の滞在先の種類

寮・アパート ホームステイ ホテル

2) 部屋の形態

個室 相部屋(同居人数 人)

3) 共有部分

バス トイレ キッチン(自炊可 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)

家庭によってハウスルールも様々なので、行く前によく確認しておいたほうが良い。
私の家庭は、洗濯やシャワーの時間も自由だったので、とても過ごしやすかった。

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

会話の授業と文法の授業の二種類があるので、どちらかに偏ることがなく学習することができた。

2) 課外プログラムについて

アイスホッケーの観戦や、バンクーバーツアーなど、追加料金はかかるけれど、貴重な体験をすることができた。

3) 滞在先・現地での生活に関すること

金曜日は授業がなく、大学主催のアクティビティが開催されているが、参加は任意のため各自で出かけたりすることもできる。

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)

私は、今回が初めての海外留学だったので、プログラムの中でも比較的治安が良いといわれるビクトリア大学を選択しました。研修では、初日にクラス分けテストがあり、自分のレベルにあった授業を受けることができます。二月は日本の大学が冬休みのため、日本人がかなり多い印象でした。

治安に関してもあまり悪いと感じた言雄はなく、夜一人で歩いていても特に問題はありませんでした。ですが、やはり物価は日本と比較するとやや高めだなと感じました。(特にレストラン)

日本円をカナダドルに両替して持っていきましたが、カナダドルは日本円と比較して硬貨の種類が多く、またどこでもクレジットカードが使えらるため、上限が大丈夫そうなら、両替は最低限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	ビクトリア大学 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	26000 円	
図書費	円	
学用品費	円	
携帯・インターネット費	7000 円	
現地通学費	円	(研修先まで 分)
教養娯楽費	60000 円	
被服費	13000 円	
雑費	円	
その他	円	例:
その他	円	例:
合計	106000 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
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: ネット その他用意したもの: <input checked="" type="checkbox"/> クレジットカード <input type="checkbox"/> 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
インターネットで調べて有名なものにした。
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
薬、ティッシュ

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)
<input checked="" type="checkbox"/> なし <input type="checkbox"/> 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？
犯罪に巻き込まれたことはなかった。ホストファミリーや学校の先生に危険地域を教えてもらい、夜はなるべく外に出歩かないようにした。貴重品は絶対に離さないようにした。
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。)

接続は安定していた。大学では学校の Wi-fi を使っていた。

滞在形態関連	
1) 留学中の滞在先の種類	<input type="checkbox"/> 寮・アパート <input checked="" 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 3 人)
3) 共有部分	<input type="checkbox"/> バス <input type="checkbox"/> トイレ <input checked="" type="checkbox"/> キッチン(<input checked="" type="checkbox"/> 自炊可 <input 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)	最初にハウスルールを聞くべきだと思う。カナダは水や電気を節約する必要があるため、常に電気、水道を無駄遣いしないようにした。せっかくのホームステイなので、ホストファミリーや留学生の人とたくさん話したり遊んだりするべきだと思う。つたない英語でも自分からたくさん話しかけコミュニケーションをとることが大切で、カナダ人はみんな優しいので優しく受け入れてくれるしたくさん話してくれる。

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	ビクトリアに関する情報提供(治安、土地、雰囲気)
2) 課外プログラムについて	ホッケーゲーム、バンクーバーツアーは特に楽しかった。積極的にいろいろなプログラムに参加すべき。
3) 滞在先・現地での生活に関すること	とにかく夜寝るのと朝起きるのが早い。また水や電気を大切にしたり、プラスチック削減を徹底している印象を受けた。ダウンタウンは特に治安があまりよくないので、夜に行くことはおすすめしない。思った以上に大麻を吸っている人やホームレスの人が多かった。

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)

今回の研修を通して自分自身成長ができたと思うし、もっと長く滞在したいと思った。授業ではスピーキングがメインだった。自分の意見をきちんと発言する能力やなんでもいいからとりあえず英語を話してみる、というスタンスだったのでとてもためになった。しかしクラスは全員日本人だったので、留学生が少しでもいればいいのにな、と思った。ホストファミリーはホストマザーと留学生 2 人だった。休日には遊びに連れて行ってくれたり、話すときも少しスピードを落として話してくれたりとても優しくった。優しくったので、どんどん英語で話しかけにいけたり、聞き取れなかった言葉は何度も聞き返したりしやすかった。ビクトリアはイギリスの植民地であったこともあり建物がイギリスのような感じでとてもおしゃれだった。自然豊かで気温も日本の冬と同じくらいで、雨もあまり降らなかったためよかった。バンクーバーにも遊びに行けて、全く違う雰囲気だったがとても楽しかった。

国際化サポート海外留学奨励金 留学報告書

研修名	春期ビクトリア大学研修
------------	-------------

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	44162 円	外食は 1 回につき 2000 円くらいでした。お酒は税金が多く課税されるのでだいぶ高く感じます。
図書費	円	
学用品費	736 円	先生にもよりますが、授業でプリントをたくさんもらったのでファイルを持っていくと便利です。
携帯・インターネット費	16342 円	現地調達する SIM カードはプリペイド式契約にしないと短期滞在の人は高くなってしまいます…
現地通学費	円	(研修先まで 20分)umo カードという PASMO のようなものが大学から支給されました。
教養娯楽費	40718 円	ほとんどがバンクーバー旅行です。
被服費	27684 円	
雑費	40707 円	
その他	14374 円	例: お土産、ホストファミリーへのプレゼント
その他	16600 円	例: 自分へのお土産
合計	201323 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
特にありません。
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: 日本の銀行が運営している両替所で5万円くらいを両替しました。 その他用意した物: <input checked="" type="checkbox"/> クレジットカード <input type="checkbox"/> 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
物理的な SIM カードを用意しました。イエローモバイルという会社を仲介して phone box という会社で購入しました。しかし、現地に着くと不良品だったことが判明し、結局現地の TELUS ショップで購入しました。短期ではプリペイド式で購入するのが一般的らしいですが、私は異なる契約方法にしてしまったため、支払いにもだいぶ苦戦しました。
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
医薬品…私は使わなかったのですがお腹を壊した友達が何人かいたので胃薬があると安心だと思います。 洗濯ネット、洗濯ばさみ付きハンガー、ハンガー…洋服の整理に便利です。 運動靴…校内アクティビティだけではなく、ハイキングなどに出かけるときにも必要です。

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)
<input type="checkbox"/> なし <input checked="" type="checkbox"/> あり (問題の内容や相談した人等: ホストファミリー) 特記事項: SIM カードの契約、支払いの件
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？
リュックサックには念のため、南京錠をつけていました。荷物からは目を離さないようにし、どうしても離れるときは友人と交代で荷物を見守るようにしました。 ダウンタウンには大麻を渡してくる人や鉄の棒をもって叫んでいる人がいることもありますが、できるだけ距離をとって、話しかけられても応じなければ大丈夫です。

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。)
 基本的に大丈夫でした。ポケット Wi-Fi を使っていた人は場所によってはつながりにくいと言っていた時もありました。

滞在形態関連	
1)留学中の滞在先の種類	
<input type="checkbox"/> 寮・アパート <input checked="" type="checkbox"/> ホームステイ <input type="checkbox"/> ホテル	
2)部屋の形態	
<input checked="" type="checkbox"/> 個室 <input type="checkbox"/> 相部屋(同居人数 人)	
3)共有部分	
<input checked="" type="checkbox"/> バス <input type="checkbox"/> トイレ <input checked="" type="checkbox"/> キッチン(<input checked="" type="checkbox"/> 自炊可 <input 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)	
カナダでは健康意識が高い人が多めです。早寝早起きに加え、ヴィーガンやベジタリアンの人も多いです。私のホストファミリーはベジタリアンでもヴィーガンでもなかったのですが、食事は野菜が多めでした。また、甘いものもそんなに多くは食べない印象でした。今回の研修では海苔を持参した人が多かったのですが、苦手な人も多いようなので、ホストファミリーに寿司を振る舞う予定がある人以外には必要ないと思います。滞在先ではとにかくたくさん話すことが大切だと感じたので、自分の部屋にいる時間よりもリビングルームなどのファミリーが集まる場所にいることが必要だと感じました。	

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	
校舎の 2 階に学習センターのような部屋があります。そこでライティングのマンツーマンレッスンをしてもらったり、発音の練習をしたりすることができます。予約式で 20 分という短時間ですが、とてもためになりました。また、2 階のコミュニケーションセンターでは現地に住むボランティアの方と会話できるので、昼休みなど積極的に利用したいと思いました。	
2)課外プログラムについて	
金曜日は授業がなく、大学主催のアクティビティがある。前半は友達づくりのために参加するのをおすすめします!! また、ホッケーの試合観戦やバンクーバーツアーなどに参加することで、現地でしか出来ない経験が出来ます。また、アフターヌーンティーやバンクーバーツアーはプログラム外で申し込んでいる人も多かったため、それも1つの良い方法だと思います。	
3)滞在先・現地での生活に関すること	
現地の観光地でツアーに参加することをおすすめします。私と友人は州議事堂のガイドツアーに参加しましたが、始めは早すぎて何も聞き取れませんでした。しかし、ガイドブックを熟読してもう一度参加するとガイドさんの話していることが理解できるだけでなく、質問まですることが出来ました。その他の観光地でも説明を読んだり聞いたりすると、英語の練習になると感じました。	

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)

私はこの研修で英語を上達させたいと強く考えていました。そのため、最初は日本人ばかりの環境に落胆していました。確かに 2 月は日本の春休み期間で日本人は多くなってしまいます。しかし、そこで日本人とは仲良くしないという選択肢を選ぶのではなく、たくさん友達を作ることが大切だと思います。研修先に来ている人は英語を上達させたいという同じ目標を持った人々なのです。友達ができれば、自分一人では知りえなかったことを知ったり、自分だけでは出来ないことが出来るようになったりします。私は年齢や学年に関係なく、いろんな人と仲良くなれるこの環境が大好きでした。だからこそ、大学主催のアクティビティには積極的に参加した方がいいと思います。

また、困った時には周りの人に頼ることも大切です。私は SIM カードのことでたくさん悩みましたが、携帯ショップの方やホストファミリー、銀行の方などたくさんの人に相談しました。日本とは違うことだらけなので積極的にアドバイスをもらったほうがいいですし、質問することで英語を話す練習にもなります。

国際化サポート海外留学奨励金 留学報告書

研修名	ビクトリア大学 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	27,700 円	
図書費	3,800 円	個人的に買った小説と英語版の漫画
学用品費	0 円	
携帯・インターネット費	96,600 円	SIM カード、現地・機内 WiFi
現地通学費	0 円	(研修先まで 徒歩6 分)
教養娯楽費	24,700 円	2 回分のホッケーゲームのチケット、個人的に行ったバンクーバー等
被服費	7,500 円	個人的に買った Uvic のフーディ
雑費	16,200 円	日本へのお土産
その他	3,000 円	例: 日本からのお土産
その他	1,500 円	例: 帰国前のホストマザーへのお礼の品
合計	181,000 円	※十の位以下切り捨てで計算

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
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: 事前に郵送で自宅に届けてもらった。日本円で 10 万円分ほど換金したがカフェやレストランを利用した際はチップの支払いを自分で電子画面で選択出来るカードの方が不自由がなかったのでそこまで換金する必要はないように感じた。 その他用意したもの: <input checked="" type="checkbox"/> クレジットカード <input type="checkbox"/> デビットカード・キャッシュパスポート Visa2枚と Master 1 枚。基本的に自分の口座と紐づいている Visa カードを使っていた。残りの2枚は予備。 2つ目の身分証としても使えるので便利。
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
詳しくは後述しているが、SIM カードも WiFi も日本で契約して持参した。
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
トートバッグ、気回しやすい服、味噌汁、煎茶、スリッパは持ってきて良かった。家庭にもよると思うが自分のステイ先は玄関で外履きを脱ぐ家庭であった為スリッパは必須であった。逆にハンガー、タオルなどはステイ先に用意があったので事前にホストファミリーにそういったものは持参すべきか聞くのもいいと思う。

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)
<input checked="" type="checkbox"/> なし <input type="checkbox"/> 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?

自分のホストマザーにも聞いたがビクトリアは治安のいい街なのでそこまで四六時中四方八方に気を配らなければならないような状況にはならない。ただ、場所によってはホームレスが多かったり大麻の匂いがキツかったりした印象がある。これらはいずれも自分で気づいて回避できるものだった為友達とも情報を共有したりして自身で回避していた。ダウントウンは夜一人で出歩くのは控えた方がいい。

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。)

自分は SIM カードだけでは不安だったため Global WiFi の留学プランを契約して行った。(当初契約していたプランでは全くギガ数が足りなかったのがビクトリア到着後しばらくしてから日本にいる母に相談して数万課金してギガ数無制限にした。)現地では日本でも使っているスマートフォンの SIM はそのまま、もう一つ昔使っていた機種に事前に日本で購入した SIM カードを入れて使っていた。

【SIM カード】
 基本ステイ先には WiFi がある契約になっているらしいし Uvic にはもちろん WiFi があるのでこの環境でやっていけそうなら SIM カードだけでもいいと思う。ただ、私の友人はこちらに到着した後日本で契約していた SIM が使えず結局ビクトリアに着いてから現地の携帯会社で契約し直していたのでそういったリスクも考えておいた方がいい。どこのものかいいとは一概には言えないが自分の利用していた SIM も踏まえて述べると、「トラブルが起こってもすぐに対応してくれる、十分な通信速度のあるもの」が良いと思う。SIM を使っていて良かったなと思ったのは、何度か現地の電話番号が必要になったことである。具体的にはホッケーゲームのチケットを取ったりなどであるが、ホストファミリーに電話で連絡を取る際にも必要になってくると思うのでそういったことを念頭に置いておくと良いと思う。

【Global WiFi】
 無制限の契約にしていればある程度無敵だった。電波の通じにくいところに行っても自分の WiFi がある為道に迷うことはなかった。無制限の契約にしたら基本的はこちらのスマートフォンを使っていた。何かトラブルがあった時にもとても役に立つと思った。現地の電話番号を鑑みなければこちらをお勧めしたい。

滞在形態関連

1)留学中の滞在先の種類

寮・アパート ホームステイ ホテル

2)部屋の形態

個室 相部屋(同居人数 人)

3)共有部分

バス トイレ キッチン(自炊可 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)

あまりホームステイに夢を抱きすぎないことが大事だと思う。それぞれの家庭環境があってそれぞれの家族構成がある。もし自分の想像と違ってその環境を楽しむことが大切だと感じた。自分のステイ先は女性の方が2匹の猫と暮らしているご家庭で、ホストマザーが朝早くから仕事があり家でも仕事をされているような方であった為、一緒に食卓を囲んだり、どこかに行くことはなかったが毎日朝と帰宅時に”How are you?” と聞いてくれたりビクトリアのおすすめの場所を教えてくれたりといとても環境だった。ハウスルーはあったが大変だと感じたのはシャワーの時間が1日1回 10 分以内と決まりがあったことくらいで門限などはなく比較的自由だった。ステイ先の希望はある程度事前の提出書類で伝えられるのでペット有無、食事の希望などはそちらに書くと良い。

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

基本的に授業は週5回 9:00~15:00 の2コマで1コマのうちに休み時間が10分。自分のクラスは18人のクラスだった。4技能を満遍なく学べる印象を抱いた。課題も出るがそこまで大変とは思わなかった。基本的にペアワークや、グループディスカッション。クラス内は English Only、このような授業方式だったからこそ授業中で友達も沢山出来るし、英語を話すことに戸惑いがなくなったように感じる。放課後にはさまざまなアクティビティがあったりしたのでそういったものに積極的に参加すると英語を話す機会が増えるのでいいと思う。先生もとても優しく時間の過ぎるスピードがとても早く感じ流ほど充実した楽しい時間だった。

2)課外プログラムについて

前述した通り放課後のアクティビティはとても充実していると言える。CA と呼ばれる Uvic の学生さんなどが色々なことを計画して連れて行ってくれたりする。個人的にお勧めしたいのは Save-On-Foods Memorial Centre というダウントウンに程近い場所で行われるアイスホッケーの試合観戦である。ビクトリアには Victoria Royals という WHL のホッケーチームがあってその試合が大体金曜日と土曜日にあるので友達を含め皆よくそこに行ってゲームを見ていた。ルールを知らなくても一回ゲームを観ればハマってしまうような楽しい経験である。チケットは学割が効いて大体\$20くらいである。バンクーバーは Additional Cost Activity にあったが個人的にいった方が安く収まる。しかし当たり前なことだが自分でホテルなどを探さなければならないのと、公共交通機関のバスを使わなければならないので色々大変だった。

3)滞在先・現地での生活に関すること

ビクトリアはとても治安の良い街でカナダの中でも南の方に位置する為気候なども比較的穏やかであると言える。自分の滞在期間中も雪は舞う程度にしか降っておらずそこまで寒いと思わなかった。(ただ滞在期間中は雨季であった為雨の日は多かったと思う。)そういったことやホームレスの方への福祉が整っていることもありホームレスの人が多く傾向にあるが普通に歩いていて何か害をなしてくるわけではないので安心して欲しい。個人的にはバンクーバーよりはマリファナなどの匂いはキツくないように感じた。交通手段はバスで学校の初日に配布される umo カードでバンクーバー島内はほぼ行くことができる。チップに関してはファストフード店やテイクアウトでは支払わなかったが料理をサーブしてくださる方がいるところでは基本的にどこも最低額以上のチップは必ず払っていた。会計の際にチップが入って請求されるところもあれば自分で機械を操作して選択して払うところもあったのでチップが入っているか知りたいときは店員の方に聞いていた。どこもワンプレートの量が多いので友達とシェアするか持ち帰りのボックスをもらって持ち帰っていた。朝食と昼食は自分で作る形だったが朝食はワッフルをトーストして食べていたし昼食は買って置いておいてくださった材料を使ってサンドウィッチを朝に作って持参していた。(＋ヨーグルト、バー、りんご丸々1つ)友達も夕飯の残りをタッパーに詰めて持参している人が多く自分でがつつり調理をする必要はないから不安になる必要はない。学校には電子レンジもポットもあったのでカップラーメンなどの調理も可能だった。

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)

自分がこの研修を選んだのは漠然とカナダに留学してみたいという思いがあったからであった。元々長期留学を考えていてその第一ステップとして参加を決めた。結論を言うと思っていたよりも「収穫と発見」が大きかった。そしてこの報告書を読んでくださっている方に最も伝えたいのは、ビクトリアは素晴らしい街であることである。街も綺麗で人々もとても優しい。自分は今まで一度も海外経験はなく渡航前は不安が大きかったがそれを塗り替えるほどの素晴らしい出会いと経験が得られた。自国を離れ全く違う環境に身を置くことで自分に新しい視点が生まれ、やりたいことも見つかった。「井の中の蛙大海を知らず」の言葉をこの身を持って体験した。少しでも悩んでいたらぜひこのプログラムに参加してみたい。とても幸せな1ヶ月だった。

国際化サポート海外留学奨励金 留学報告書

研修名	ビクトリア大学 2023 春季研修
------------	-------------------

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	32000 円	
図書費	0 円	
学用品費	600 円	大学のファイル
携帯・インターネット費	8000 円	SIM 代(スマホ盗難補償付き)
現地通学費	0 円	(研修先まで 30 分)
教養娯楽費	3000 円	アイスホッケー観戦、映画鑑賞
被服費	27500 円	大学のスウェット、フェアウェルパーティー用ドレス(日本で購入)
雑費	円	
その他	15000 円	お土産代
その他	円	
合計	86100 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

特になし。自分で行う必要があったのはパスポートの申請くらいでした。
カナダへの入国審査の際、入国目的を聞かれ「To study.」と答えたところ証明を求められたため、ビクトリア大学の入学許可証をあわせて探しました。事前に入学許可証と、念のためホームステイ先の住所等を手元に用意しておくことをおすすめします。

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: 成田空港で2万円を両替。カナダはカード払いが主流のため、私の場合現金を使用する機会はゼロでした。

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

イエローモバイルという会社を通じて PhoneBox の eSIM を購入しました。研修が32日間だったので30日間の短期プランではなく月額制の長期プランを契約し、帰国後すぐ解約しました。カナダ到着後に eSIM を設定してもモバイル通信が使えるようにならないトラブルがありましたが、イエローモバイルにメールで問い合わせたところ、eSIM を再発行してもらったり回線を確認してもらったりでき、無事使えるようになりました。カード型の SIM だとこのような時にすぐ再発行してもらえないので、eSIM にして良かったと思っています。対応もとても迅速だったのでおすすめです。大学や家には Wi-Fi があると思うので、データ量はそこまで多くなくて良いと思います。私は20GBのプランにしましたが余りました。SMS 認証などが意外と必要になりやすいので、カナダの電話番号が付いている SIM が良いと思います。

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

- 助かったもの: ウエットティッシュ・箱ティッシュ(家に無かった)、フード付き防水ダウン(冬のカナダは雨期のためしょっちゅう小雨が降り出す)、洗濯ネット(洗濯機の洗浄力が強い)、お菓子(カナダのは甘すぎる)、目薬(乾燥しているためコンタクトを長時間つけているとしんどかった)、腕時計(自室に時計が無かった)
- 準備したほうが良かったもの: 小さいバッグ(リュックだと観光のときは大きすぎて邪魔だった)
- 逆に持ってこなくて良かったもの: ドライヤー・タオル類(私の場合は貸出があった)、洗濯洗剤(私の場合はホストマザーが洗濯してくれた)、水筒(大学から貰えた)

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:

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？

明治大学から提供された情報を参考にしました。パスポートはコピーを持ち歩き、原本はスーツケースに入れて鍵をかけていました。リュックの外ポケットに貴重品を入れないようにしたり、スマホをポケットに入れるときは必ずチャック付きのところにしようにしたりしました。他には荷物から目を離さないようにする、公共交通機関では寝ないようにするなどの対策を取りました。治安は良いと思います。ダウントウンで薬物使用者らしきふらついた人に後ろを歩かれて少し怖かったです。(何もされませんでした。)

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。)

ホームステイ先のWi-Fiはごくたまに繋がりにくいときがありましたが、基本的にはWi-FiもSIMによるモバイル通信も快適に使用できました。

滞在形態関連

1) 留学中の滞在先の種類

寮・アパート ホームステイ ホテル

2) 部屋の形態

個室 相部屋(同居人数 人)

3) 共有部分

バス トイレ キッチン(自炊可 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)

〈食事〉朝食: 平日は用意されたシリアル、休日はパンケーキなど 昼食: 平日はサンドイッチやカップ麺、休日はスープなど 夕食: ハンバーガー・サラダ・餃子・キッシュなど日による、量は少なめ、時間は早め(うちの場合は18時) 自分で作る必要はありませんでした。外食するため食事がいらぬような時は事前に伝えておけば問題ありませんでした。

〈洗濯〉私の場合は週1回ホストマザーがしてくれました。靴下や下着は乾燥機を使いますがズボンやトップスは干してくれて、ニットは平干しまでしてくれました。感謝です。

〈その他〉バス・トイレは留学生専用のものでありました。門限は特になし。

ホストマザーと、私を含めた日本人留学生2人で合わせて3人での生活でした。ホストマザーは夕食中と夕食後によく話してくれて、一緒にクイズ番組やニュースを観たり、日本とカナダの違いについて話したり、ホストマザーの話を聞いたりしました。基本的に休日もお互い自由に過ごす感じでした。指示を聞き取れないことが多々あったり、英語に自信がなくてなかなか自分から喋れなかったり、迷惑をかけた自覚がありますが、ホストマザーはいつも優しくフレンドリーに接してくれました。ただ、私の場合はやはり他人と一緒に暮らすことに最後まで慣れることができず、気が抜けない毎日でした。もともと気にしすぎてしまう性格のためストレスが大きく、もまた留学する機会があってもホームステイは選ばないだろうと思います。

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

授業は月～木曜日の9時から15時まで1日5時間ほど。クラスは10～15人くらいで、私のクラスは全員日本人でした。午前と午後で異なる先生の授業を受けます。どちらの授業でも、ペアやグループで、あるいは立ち歩いて自由にペアを見つけてとにかく英語で話しました。スピーキングがメインではありましたが、リーディング(英作文)、リスニング、リーディングなど日本の授業つぼい活動も想像より多かったです。大きな活動としては、個人でのプレゼンとグループでのプレゼン、そしてグループ対抗でのディベートがありました。宿題も少しでしたが大体毎日ありました。それにプラスしてプレゼンなどの準備が必要という感じです。初日にスピーキングと英作文のテストを受けて、その結果に基づいて5段階のレベルに分けられてクラスが編成され、私はレベル3だったのですが、周りは比較的すらすら単語が出てきて良く喋れる人が多く、なんでこの人たちと同じレベルなのか？と思わされることもありました。授業内ではリスニング・リーディング・文法などの小テストも何度かあり、プログラムの終わりには再びスピーキングテストがあります。

授業を受けていくうちに、英語を話すことへの抵抗が明らかに無くなっていったのが分かりました。英語が出てくるスピードが早くなったり、帰国後に英語のアナウンスなどが以前より聞き取れるようになっていたり、という実感があります。ただ英語力がペラペラになったかと言われると、やはり1ヶ月では変化としては微妙かなと思います。体感として、授業はめっちゃくちゃ長く、自分のスキル不足をこれでもかと実感させられるので、つらいときも多かったです。

2) 課外プログラムについて

現地のボランティアの学生たちがさまざまなプログラムを用意してくれました。全て参加は任意でした。
(水曜日)放課後16～18時に Conversation Club という、ボードゲームなどを通してボランティアや留学生と英語で交流する催しがありました。コーヒーやお茶、クッキーなども用意されていて嬉しかったです。

〈金曜日〉授業がないため、午前中から夕方にかけて無料のアクティビティがありました。ダウンタウンのウォーキングツアー、スポーツ(ダンス・バスケット・クライミング・インドアサッカー・バドミントン)など。

〈休日〉有料のアクティビティがありました。2泊3日のバンクーバー旅行、アフタヌーンティー、アイスホッケーの試合観戦など。

3)滞在先・現地での生活に関すること

事前に聞いていたことではありませんでしたが、学校には日本人がめちゃくちゃ多かったです。なので英語漬けになりたい！と思っている人には向かないかもしれません。ただ、私は初めての留学だったことに加えて、英語力向上よりも外国での生活を体験してみる、ということ重視していたため、日本人の友人は心強い存在でもありました。朝から午後まで同じクラスで授業を受けるという生活は良くも悪くも高校のころを思い出して、楽しかったです。ちなみに私は人見知りということもありますが、日本人以外の友達はできませんでした。

気候は、個人的には全然耐えられる寒さでした。東京より少し寒いかな？というぐらいです。雨の日もやはり多く、さらに風も強いので私は折りたたみ傘を1本折りました。要注意です。

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)

私は北米へ漠然とした憧れがあり、治安が良いところ、という点で留学先をカナダに決めました。カナダという国にそこまで興味があるわけではなかったのですが、カナダのことを学ぶというよりは一般的な会話などを学びたいと思い、授業内容を重視してビクトリア大学のプログラムを選びました。滞在先については私の選択は良かったと思っています。ビクトリアは都会すぎず田舎すぎず、治安も良く、街の人々もとても親切でした。

私は自分のことが嫌いで、外国に行くことは自分を変えるチャンスかもしれない、と思っていました。でも、変われませんでした。外国に行ったら気になった性格も変わるかな？と思っていましたが、それはむしろ逆だったかもしれません。慣れない英語でリカバーする自信がないからより失敗を恐れて気にすることになるし、失敗してしまったときも上手く対処できず、胸にわだかまりが残ったままになります。もしかしたら、もっと長く生活すれば変わることができるのかもしれませんが、でも、私には無理だな、とも思いました。日本が好きだし、日本語が好きだな、とカナダに行って改めて実感しました。

ただ、これは後悔ではないです。「自分は簡単に変われない」ということに気づけたことが、本当に本当に大きな収穫でした。日本で今のまま生活していたら、私は変わろうとして苦しみ続けたら、と思います。カナダに行って変われないのならもう無理だ！と開き直れるようになり、背負っていた大きすぎる荷物をやっと下ろせた気がしました。楽になれました。失敗しても成功しても貴重な経験だった、と思えるようになりました。やったことをあまり後悔しなくなったことも、私にとっては大きすぎる成長でした。留学に行ってきた、と心から思います。

カナダにはいろんな人がいます。カナダ人も、日本人も、他の国からの留学生もたくさんいます。異国の地で、いろんな人のいろんな価値観に触れることは、自分と向き合うきっかけになるはずです。

国際化サポート海外留学奨励金 留学報告書

研修名	ビクトリア大学
-----	---------

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	40000 円	
図書費	0 円	
学用品費	0 円	
携帯・インターネット費	19000 円	カナダ sim+アメリカ sim
現地通学費	0 円	(研修先までバスで 15 分)
教養娯楽費	48000 円	
被服費	50000 円	
雑費	32000 円	
その他	17100 円	例: シアトルへのバス代+バンクーバーでの交通費
その他	900 円	例: アメリカ入国税
合計	207000 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
特になかったです。自分はバンクーバートリップでシアトルに行きましたが、アメリカ入国に必要な ESTA も問題なく取得できました。
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: 空港で二万円分だけ換金しました。 その他用意したもの: <input checked="" type="checkbox"/> クレジットカード <input checked="" type="checkbox"/> 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
Phone Box を利用していたのですが、途中で使えなくなってしまったので trifa の esim を契約して使いました。また、アメリカ用の esim も同様に trifa のものを利用しました。
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
小さいポーチとお土産用の袋はあった方が便利かと思います。

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)
<input checked="" type="checkbox"/> なし <input type="checkbox"/> 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?
パスポートの扱いには十分注意した方がいいと思います。また、バンクーバーはビクトリアよりも若干治安が悪くガスタウンと呼ばれる周辺にはホームレスがかなりいます。夜のうちにはあまり外出しない方がいいと思います。
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。)

特に問題なかったです。ただ、屋外で使う場面が多かったため容量は多めのほうが良いと思いました。

滞在形態関連	
1) 留学中の滞在先の種類	<input type="checkbox"/> 寮・アパート <input checked="" type="checkbox"/> ホームステイ <input type="checkbox"/> ホテル
2) 部屋の形態	<input checked="" type="checkbox"/> 個室 <input type="checkbox"/> 相部屋(同居人数 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 checked="" type="checkbox"/> 自炊可 <input 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)	基本朝食、弁当は自前です。朝が苦手な方は頑張ってください。

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	とにかくグループワークが主体です。自分はレベル3でしたが周りはほぼ日本人しかいません。奥手になるのではなく積極的に参加してみましょう。
2) 課外プログラムについて	バンクーバートリップというものがありますが、正直参加しなくてよかったと思います。二泊二日の割には高すぎる(食事なし)ので、自分たちで計画してバンクーバーやシアトルに行くのもありだと思います。
3) 滞在先・現地での生活に関すること	ビクトリアよりもバンクーバーのほうがお土産の値段は安いです。また、ビクトリアの地元にあるスーパーは特に安いのでお勧めです。

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)

自分は大学で英米文学を学んでいるのですが、実際に海外に行ったことがなく、せっかく留学するのであれば英語圏が良いと思いカナダを選びました。(アメリカは銃社会で少し怖かったのと物価がえぐいのでやめました)研修の意図として英語でのコミュニケーション能力の向上があったと思いますが、その通り、対話やグループワークが主体です。自分のクラスでは一人でやるプレゼン 1回、グループプレゼン 1回、ディベート 1回の計三回プレゼン的なことがありました。周りはほぼ日本人しかいませんが、いやでも英語に触れなくてはならない環境に身を置くことになるので、意識次第ではかなり英語力が向上するのではないかと思います。また自分は滞在中にシアトルに行きましたが、シアトルに行くのであればバンクーバーからバスで行くのがおすすめです。

国際化サポート海外留学奨励金 留学報告書

研修名	ビクトリア大学短期留学
-----	-------------

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	39,020 円	
図書費	0 円	
学用品費	0 円	
携帯・インターネット費	0 円	
現地通学費	0 円	(研修先まで 分)
教養娯楽費	0 円	
被服費	0 円	
雑費	0 円	
その他	7,002 円	例: 博物館やお城の入場費など、観光費
その他	24,409 円	例: お土産費
合計	70,431 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
ビザの申込みはしませんでした。
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: 成田空港で3万円をカナダドルに両替しました。 その他用意したもの: <input checked="" type="checkbox"/> クレジットカード <input type="checkbox"/> 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
Phone Box さんの SIM カードを使用しました。(eSIM ではなく、入れ替え式のもので) WiFi は購入していません。
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
<ul style="list-style-type: none"> ・お弁当箱を持って行きました。毎日お昼ご飯を自分で作っていたため、お昼代を節約することができ、非常に良かったです。 ・洗濯ネットを3つ持って行きました。ルームメイトと洗濯物が混ざらないので、お互い気にせず洗濯することができました。 ・ノートよりもルーズリーフの方が、課題提出がしやすいためおすすめです。

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)
<input checked="" type="checkbox"/> なし <input type="checkbox"/> 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?
現地の Culture Assistant の学生さんに危険な地域の情報を教えてもらいました。女の子だけで歩くときや夜遅いときは、その地域を通らないように気をつけました。 盗難などの犯罪には巻き込まれていません。
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。)

問題なく使用することができました。

滞在形態関連	
1) 留学中の滞在先の種類	<input type="checkbox"/> 寮・アパート <input checked="" type="checkbox"/> ホームステイ <input type="checkbox"/> ホテル
2) 部屋の形態	<input checked="" type="checkbox"/> 個室 <input type="checkbox"/> 相部屋(同居人数 人)
3) 共有部分	<input type="checkbox"/> バス <input type="checkbox"/> トイレ <input checked="" type="checkbox"/> キッチン(<input checked="" type="checkbox"/> 自炊可 <input 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)	日本食を作ったときにホストファミリーに喜んでもらったのが嬉しかったです。もし日本食を作りたいと考えているなら、あらかじめレシピを調べていくことをおすすめします。私はお好み焼きを作りました。現地にお好み焼きの粉がなかったため、小麦粉とベーキングパウダー、出汁粉末を混ぜて作りました。

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	ビクトリア大学は毎週水曜日の放課後に Conversation Club、毎週金曜日に Coffee Social という任意参加のプログラムがあり、そこで現地の学生と交流することができました。私は初対面の現地学生に積極的に話しかけたり、放課後の過ごし方を決めたりすることが苦手です。そのため、学校主催の Conversation Program があるビクトリア大学を選びました。
2) 課外プログラムについて	ビクトリア大学主催の Vancouver Night Trip に参加しました。バンクーバーの街を自由に回ることができとても楽しかったです。同じカナダでも、ビクトリアとバンクーバーでは街の雰囲気が大きく違い、興味深かったです。また、私は参加していませんが High tea や Hickey Game の観戦など、他にもいくつか申込制の課外プログラムがあり、とても良かったです。
3) 滞在先・現地での生活に関すること	私は穏やかな街に留学したいと思い、ビクトリアを選びました。街も大学も非常に穏やかで、日本よりも時の流れがゆっくりと感じられる、良い滞在先でした。

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)

私は以前から「初めての留学はカナダ」と決めていました。そのため、滞在先を決める際にプリティッシュコロンビア大学のプログラムを選ぶか、ビクトリア大学のプログラムを選ぶか非常に迷いました。私が最終的にビクトリア大学を選んだ理由は 2 つあります。1 つ目は街の雰囲気です。私は忙しい大都市よりも穏やかな街が好きです。旅行サイトでバンクーバーとビクトリアの評価を調べると、ビクトリアの方が治安が良く、穏やかだと書いてあります。Vancouver Night Trip に参加した際、路上で大麻の匂いがきつく、治安も悪い気がしたので、ビクトリアを選んで正解でした。 2 つ目はプログラムの内容です。私は現地学生と積極的に話すことを目標にしていました。初対面で話すことができるか不安な私にとって、Conversation Club や Coffee Social などのコミュニケーションプログラムは非常に魅力的でした。実際、先生方や学生におすすめのビーチやレストランを教えてもらうことができました。 また、私は第二外国語で勉強したスペイン語を使うチャンスだと思いメキシコ人やスペイン人の学生に積極的に話しかけました。英語だけでなくスペイン語も学ぶことができ、充実の 1 ヶ月間でした。スペイン語で友人たちと会話する時間がとても楽しかっただけでなく、1 年間やってきたスペイン語の勉強が無駄ではなかったと感ずることができました。

国際化サポート海外留学奨励金 留学報告書

研修名	2023 年度 春季海外語学研修 ビクトリア大学
-----	--------------------------

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	30000 円	外食時に一食 1000 円以内に収まることは基本不可能と思ってよい
図書費	3000 円	書店に訪れた際興味を持った洋書を一冊購入した
学用品費	2000 円	ノート、バインダーを大学で購入した
携帯・インターネット費	3000 円	渡航前に電話番号のない格安 sim を購入した
現地通学費	0 円	(研修先まで約 50 分) 通学のために現地にて追加で支払うことはなかった
教養娯楽費	10000 円	どの観光地も入場料が高価だった
被服費	5000 円	バンクーバーで一着購入した
雑費	2000 円	バンクーバーでのバス料金など
その他	30000 円	例: 現地の人との交流目的でエレキギターを購入した
その他	15000 円	例: 日本の家族、友人へのお土産
合計	100000 円	全体的に物価が高価であり、なにもかも日本の倍以上の値段であった

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

30 日という短期間の渡航でしたのでピザを取得することはありませんでした。パスポートをお持ちでない方、有効期限が迫っている方は留学を志した時点で申請の準備をすると思います。必要な書類を揃えるのに手間がかかりますし、パスポートを申請してから手元に届くまで結構時間がかかります。

2)現地通貨(現金)はどのように準備しましたか

現金の用意方法: 成田空港で換金しましたが、カードで事足りてしまったため現金を用意する必要は無かったかもしれません。

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

渡航前に北米大陸で使える 30 日間 10GB の格安 sim を購入しましたが電話番号が無いことに sim を差し替えた後気が付きました。電話を使わなくても LINE などのスマホアプリに搭載されている通話機能を使用できたので困ることはありませんでしたが、緊急事態に備えるために現地で安価なプリペイドタイプの携帯電話を購入してもよかったのかなと思いました。

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

デビットカードが非常に便利でした。GooglePay 等でスマホと連携することで快適に買い物ができるので、お持ちでない方は用意されることをおすすめします。盗難やスキミングの被害に遭った際のリスクがクレジットカードに比べて低いのも魅力です。また飛行機内やホテルで快適に過ごすのにスリッパがとても活躍しました。お世話になるホストファミリーへのお土産はぜひ持っていきましょう。

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: ビクトリアは欧米の他の都市と比べてとても治安が良いです。しかしダウンタウンはホームレスがちらほらいるので夕暮れ以降は怖い印象を受けるかもしれません。また大麻が合法化されていることもあって街を歩いていると誰かが吸っている強烈な大麻の臭いを嗅ぐことが頻繁にありました。非常に臭いので鼻が敏感な人は少し覚悟しておいてください。

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?

ビクトリア空港にて出迎えて下さった日本人スタッフの方がビクトリアにおける危険地域情報を教えてくださいました。また渡航前にステイファミリーの方とのメールでのやり取りを通じてどのような場所が安全かそうでないかを聞いておきました。犯罪に巻き込まれることなく、誰かが巻き込まれたという話も一切聞きませんでした。

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。)
 ステイ先の家、ホテル、大学すべてにおいて WiFi を使用することができとても快適でした。友人の一人が日本で購入した sim カードがカナダでうまく機能しなかったため、現地の携帯ショップに行って sim カードを新しく購入していました。

滞在形態関連

1)留学中の滞在先の種類

寮・アパート ホームステイ ホテル

2)部屋の形態

個室 相部屋(同居人数 人)

3)共有部分

バス トイレ キッチン(自炊可 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)

ホストファミリーの方がとてもやさしい方々で、快適に一月間過ごすことが出来ました。しかし同じプログラムに参加した友人の中に、ホストファミリーの価値観とうまく折り合いがつけられずに困っている人がいました。またホストファミリーのうちの一人に冷たい言葉を吐かれてしまったという人もいました。留学において理想と現実のギャップが最も大きく現れるのが滞在先の環境かもしれません。カナダは移民の国ですので、日本と比べて様々な価値観を持った方がいると思います。ホストファミリーがどのような人なのかいち早く知るために、ホストファミリーが決まったらすぐメールをこちらから送りハウスルールの有無などを聞きましょう。気候は正直冬の東京と同程度です。雪が積もるほどに降ることは稀だそうです。カナダ＝雪国というイメージでビクトリアへ来ると肩透かしを食らうかもしれません。物価は何もかもが非常に高いです。自販機の水が 300 円します。洗顔料等よく使う日用品は必ず持参しましょう。

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

ビクトリア大学はスピーキングを重視していると感じました。プレゼンやディスカッションをする機会が沢山用意されており、グループワークで協力しながら話を進めていくのがとても難しかったのですが、同時に挑戦し甲斐があるなと思いました。文法やリスニングについてもネイティブによる生きた英語を通じて教えて頂けるので、新しい発見がいくつもありました。

2)課外プログラムについて

学校主催の 2泊3日のバンクーバー旅行へ行ってきました。参加費は約 30000 円で、ホテルの宿泊費、バンクーバーへの往復フェリー料金が含まれています。食事料金は含まれていませんのでレストランへ行くなどして自分で用意する必要がありますが、バンクーバーのレストランはとても高価なので注意してください。マクドナルドやピザ屋は比較的安いので迷ったらここにしましょう。

3)滞在先・現地での生活に関すること

大麻が合法化されているので昼夜問わず街中で現地の人が吸っています。大麻を扱うお店も街のいたるところに存在しています。カナダの人にとって大麻は酒や煙草に準じるものとして扱われていますが、完全に安全であるとみなされているわけではありません。大麻はあらゆる薬物の入り口と言われています。大麻が合法化されているカナダに来たのだからせつかつきちょっとだけ……などと興味本位で使用するのは絶対にやめましょう。興味本位でなくても絶対にやめてください。

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)

当初はアメリカ、オーストラリア、カナダのどの大学に行くか迷っていたのですが、北米大陸に行ってみようという気持ちと以前からカナダという国に興味を持っていたこと、30 日程度の滞在が可能ということ、そして秋学期終了後直ちに出發でき帰国後まとまった春休みが確保できるという点からビクトリア大学に行くことを決めました。ビクトリアはカナダ第三位の規模を誇る大都市バンクーバーに近く、ブリティッシュコロンビア州の行政機関が置かれている州都ではあるものの、いわゆる地方都市であり静かな町です。しかしそのおかげで集中して英語の学習に専念することができ、自身のスキルとしっかり向き合うことで今後の英語学習において自分が何をすべきかという課題をしっかりとあぶり出すことが出来たと思っています。最終的には Farewell Party で生徒を代表してお別れの挨拶をする Valedictorian として大勢の前で英語のスピーチするという貴重な経験をさせて頂きました。日本食が恋しくなったりプレゼンの準備が煩わしくなったりと辛い瞬間は多くありましたが、本当に来てよかったと思っています。春休みなので日本人生徒が多いという点は留学という英語と直に触れられる機会を薄めることに繋がり、英語学習において障壁となりかねないという意見はもっともなのですが、それは裏を返せば辛い気持ちを分かち合える仲間がいつもそばにいるということです。そして治安の良いビクトリアは初めて留学をするという人にぴったりだと思います。あなたも春休みにぜひ、ビクトリア大学で生きた英語に触れてみてください。

国際化サポート海外留学奨励金 留学報告書

研修名	2023 年度春季 海外語学研修【ビクトリア大学】
------------	---------------------------

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	30,000 円	カフェやドーナツショップによく立ち寄った
図書費	0 円	
学用品費	0 円	
携帯・インターネット費	5,000 円	イエローモバイルの Phone Box を使用
現地通学費	0 円	(研修先まで 50 分) 研修先から Umo card が配布された
教養娯楽費	30,000 円	アフタヌーンティーやアイスホッケー観戦など
被服費	7,000 円	大学のスウェット
雑費	0 円	
その他	30,000 円	家族や友人へのお土産
その他	円	
合計	10,2000 円	

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
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: 成田空港で換金 その他用意したもの: <input checked="" type="checkbox"/> クレジットカード <input type="checkbox"/> 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
イエローモバイルの PhoneBox20GB プラン(eSIM)
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
タッチ決済対応のクレジットカード(ほぼすべての店でクレジットカードが使用できるので、タッチ決済が楽です) のど飴 緑茶のティーバッグ

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)
<input checked="" type="checkbox"/> なし <input type="checkbox"/> 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？
ホストファミリーから危険な地域を教えもらったり、友人同士で危険な場所について情報共有したりした。 財布は上着の内ポケットに入れ、鞆は目の届く場所置いていた。 ダウンタウンの一部では大麻の臭いがきつかったが、犯罪には巻き込まれなかった。
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。)

ホームステイ先も研修先も WiFi が安定していた。

滞在形態関連	
1) 留学中の滞在先の種類	
<input type="checkbox"/> 寮・アパート <input checked="" type="checkbox"/> ホームステイ <input type="checkbox"/> ホテル	
2) 部屋の形態	
<input checked="" type="checkbox"/> 個室 <input type="checkbox"/> 相部屋(同居人数 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 checked="" type="checkbox"/> 自炊可 <input 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)	
とても清潔な家で料理もおいしく、衣食住に不便を感じることはなかった。 ただ、良くも悪くもビジネスライクな家庭で、ホスト側からなにかを誘ってくることはなかった。そのため、料理や食器洗いを手伝う、犬の散歩についていく、おすすめの観光スポットについて質問するなど、こちらから積極的にアクションを起こした。自分から積極的に動くことが大切です。	

プログラム選択の参考となる点を記載してください	
1) 研修先での役立つかと感じたプログラムや内容	
ライティング、リーディングよりもスピーキングに関する授業が多く、英語を話すことへの抵抗が薄れてとても良かった。先生方も明るい人が多く、気軽に質問ができる雰囲気だった。プレゼンが 2 回あり少し大変だったが、日本でも使えるプレゼン技術を習得できたためになった。	
2) 課外プログラムについて	
研修の後半はほぼ毎日ラーニングセンターに通い、ボランティアの方のお話ししていた。トークテーマはおすすめカフェやカナダの成り立ち、日本のポップカルチャーなど様々で、とても楽しかった。ボランティアの方は出身や年齢もさまざまでいろんなタイプの英語に慣れることができた。	
3) 滞在先・現地での生活に関すること	
はじめは日本で購入したビクトリア観光ガイドを参考にしていたが、現地の学生や大学スタッフの口コミがとても参考になった。カナダで絶対にアフタヌーンティーに行きたいと思っていたため、詳しい大学スタッフの方におすすめのティールームを聞き、安くておいしい場所を紹介してもらった。 また、鞆に日本のキャラクターを付けていると話のネタになったので、自分の好きなものを身につけているといいと思った。	

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)

私はスピーキング力を伸ばしたいと考え、コミュニケーションを重視しているこの研修先を選んだ。実際に、ビクトリア大学の授業はスピーキングに特化しており、たくさん英語を話すことができた。授業後もラーニングセンターに行けばボランティアの方とたくさん話すことができた。町中にいる人やショップの店員さんたちもたくさん話しかけてくれるので、スピーキング力を向上させる機会がたくさんあった。ホストマザーやバスで出会ったお兄さん、ボランティアで出会った親子など、たくさんの人が「あなたの英語は上手だよ」と言ってくれたので、とても自信が付き自分からたくさん話そうという意欲につながった。 滞在先はホストマザー、犬、私の二人一匹で、ホストマザーはダブルワークで忙しく物静かな人だったため、最初はとても孤独だった。しかし、買い物についていく、料理中にそばにいる、盛り上がりやすい会話内容を探るなどいろいろ試行錯誤し、ホストマザーとの交流を増やせるよう努力した。ホームステイ先の雰囲気は本当にひとそれぞれなので、想像していたものと違ってめげずに解決策を探しましょう。 また、現地では現金を使うことがまったくないので、換金はしなくても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	ビクトリア大学 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	51547 円	
図書費	0 円	
学用品費	0 円	
携帯・インターネット費	14700 円	au の世界データ定額を利用
現地通学費	550 円	(研修先まで 20 分) 通学初日のバス代金
教養娯楽費	46033 円	オプションアクティビティの費用を含む
被服費	7149 円	
雑費	605 円	
その他	28583 円	例: お土産
その他	円	例:
合計	149167 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
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: 成田空港にて外貨両替 その他用意したもの: <input checked="" type="checkbox"/> クレジットカード <input type="checkbox"/> 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
au の世界データ定額を利用
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
常備薬、特に胃腸薬は準備してよかったと思った。また、ティッシュペーパーやウェットティッシュも準備してよかったと思った。しかし、持っていった量が少なかつたため、後半足りなくなつてしまい、もう少し量を持っていけばよかったと思った。その他に関しては、物価は高いものの、現地調達が可能なので、特段準備したほうが良かったものはなかったと感じる。

現地情報

1) 活動中、何らかの問題がありましたか。あつた場合、誰に相談しましたか。 (例: 研修の相談窓口、現地の友人等)
<input checked="" type="checkbox"/> なし <input type="checkbox"/> 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?
出発前にインターネットで情報収集をした。防犯対策として、スマホホルダーストラップを利用し、肌身離さずスマホを持ち歩いた。また、セキュリティポーチを用意し、そこに財布やパスポートなどを入れていた。実際に盗難等を含む犯罪には巻き込まれていない。
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 接続が可能であつたので、寮で使用できない時はカフェに行った。)
au の世界データ定額を利用し、問題なくインターネットを利用することができた。簡単に手続きを行うことができ、便利だと感じた。また、滞在先のホストファミリーの家の Wi-Fi も問題なく使えた。

滞在形態関連

1) 留学中の滞在先の種類
<input type="checkbox"/> 寮・アパート <input checked="" type="checkbox"/> ホームステイ <input type="checkbox"/> ホテル
2) 部屋の形態
<input checked="" type="checkbox"/> 個室 <input type="checkbox"/> 相部屋(同居人数 人)
3) 共有部分
<input type="checkbox"/> バス <input type="checkbox"/> トイレ <input checked="" type="checkbox"/> キッチン(<input checked="" type="checkbox"/> 自炊可 <input 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)
快適かつ広い個室が与えられ、何不自由なく過ごすことができた。私の滞在先は、留学生が私一人だったため、必然的に英語のみを使わなければならない環境がとてもよく感じた。また、滞在先は快適で、ハウスルールも少なかったため、ストレスなく過ごすことができた。アドバイスとしては、ホストファミリーと積極的に交流するべきだと感じる。例えば夕食後など、ホストファミリーとリビングで時間を過ごすことがおすすめである。

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
月曜日から木曜日にかけて、1日5時間、1週間合計20時間の授業時間で構成され、4技能のうち特にスピーキングを重点的に学ぶことができた点が魅力的に感じた。授業では、ディスカッションの時間が多く、英語を楽しく学ぶことができた。さらに、プレゼンテーションも数回あるため、スピーキング力を実践的に伸ばすことができる点も魅力的に感じた。スピーキング以外にも、リーディング、ライティング、リスニングもしっかり授業中に扱うため、4技能を満遍なく学ぶことができた。ほぼ毎日宿題も出るため、自学時間も確保することができ、良かったと感じている。
2) 課外プログラムについて
ビクトリア大学は、課外プログラムが非常に充実している。例えば毎週水曜日の放課後に行われる conversation club では、ゲームを通じて、多くの人と話すことができたり、Cultural Assistants と呼ばれる現地スタッフとカードゲームを楽しむことができたりと、満足度が高かった。他にも、sports day などスポーツを楽しめるプログラムや、Cultural Assistants によるダウンタウンツアーなど、無料で参加可能な課外プログラムが充実しており、とても良いと感じた。さらに、無料参加が可能な課外プログラム以外にも、追加料金を払うことで参加できるバンクーバートリップツアーや、ホッケーゲームなどもあり、とても充実した日々を過ごすことができる。
3) 滞在先・現地での生活に関すること
まず、ビクトリアはとても治安が良いと感じた。私はセキュリティポーチなどの対策をしていたが、それが不要ないと感じるほど、治安が良かった。ビクトリアの人々はとても親切で、質問しても嫌な顔せず答えてくれた。また、ビクトリアは自然豊かであり、ゆったりとした生活を送ることができる。現地での生活では、ビクトリア市内において使えるバス乗り放題券が大学から支給されるため、どこに行っても交通費がかからない点はとても魅力的であった。街並みに関しては、ダウンタウンはお店も多く、楽しむことができる。注意点としては、日本と比べて早く閉まってしまうお店が多いということだ。また、大麻の匂いがとてもきつく感じる。暖かい気候もあってか、ホームレスも少し多いと感じた。物価に関しては、日本に比べて高価であり、外食するとなるとチップも含めて20ドルは大体のお店で超えてしまうと思った。また、生活必需品等の物価に関しても、もちろん日本より高価だと感じたため、持って行けるのであれば日本から持っていくのが賢明である。また、支払い方法に関しては、クレジットカードが主流であるため、現金はあまり使わなかった。両替した現金を使ったこともあったが、はるかにカード支払いのほうが楽であった。そのため、現金は両替しすぎないほうが良いと思う。

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)

まず前提として、私が短期留学しようと思った理由は、海外に行くことで異文化に触れ、自分の視野を広げたかったのと、英語を使う環境に身を置き、語学力やコミュニケーション力を少しでも向上させたかったからだ。そして、数々の研修がある中で、この研修先を選んだ理由について述べていく。まず、ビクトリアという場所が非常に魅力的に感じたからだ。温かい人々と豊かな自然の中で、様々な異文化に触れながら、学びを深めたいと思った。次に、プログラム内容が自分に合っていると感じたからだ。様々なアクティビティを通じ、カナダの文化に触れることができることと、コミュニケーション力やスピーキング力向上に重きを置いた授業がとても魅力的に感じた。

次に、研修や生活全般について、後輩学生へのアドバイスを記入したいと思います。まず、海外研修は日本には出来ない経験を沢山できるので、本当に貴重な経験だと思います。その機会を無駄にすることなく、主体的に行動するべきだと思います。特に1ヶ月という短い期間なので、目的や目標を持って過ごすことをお勧めします。留学に参加する目的は様々だと思いますが、語学力に関する目的を持っている人は多いと思います。1ヶ月という短い期間なので、自分から積極的にコミュニケーションを取ることをお勧めします。例えば、ホストファミリーとたくさん話をする事で、英語を話すことへの抵抗感がなくなったり、会話表現を学べたりするなど、多くの学びがあると思います。次に、私は研修先をビクトリアに決めて本当に良かったと思いました。治安がとても良いこと、温かくて親切な人々が多いこと、自然がたくさんあり、ゆっくりとした時間を過ごすことができること、挙げたら切りがありませんが、ビクトリアにはたくさんの良さがあります。本当に貴重で、楽しい1ヶ月を過ごすことができました。研修先選びの際、少しでも参考になれば嬉しいです。

国際化サポート海外留学奨励金 留学報告書

研修名	春季海外研修ビクトリア大学
-----	---------------

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	3~4万 円	
図書費	0 円	
学用品費	0 円	
携帯・インターネット費	2000 円	
現地通学費	0 円	(研修先まで 20分) 学校側がバスカードを渡してくれました
教養娯楽費	2~3万 円	
被服費	3万 円	
雑費	0 円	
その他	1万 円	例:お土産
その他	円	例:
合計	10万 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
学校側が行ってくれたため特にはないです
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: 日本で事前に両替していった その他用意したもの: <input checked="" type="checkbox"/> クレジットカード <input type="checkbox"/> 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 カード使用しました
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
味噌汁やのりなど簡単に食べることのできる日本食

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)
<input checked="" type="checkbox"/> なし <input type="checkbox"/> 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？
大学のオリエンテーションや友人から情報を共有してもらった。ウエストポーチに財布などの貴重品を入れました。
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。)

最初 SIM がつながらなかったが、SIM を借りた会社に電話をし対応してもらった。それ以外でインターネットの接続において困ることはなかった

滞在形態関連

1) 留学中の滞在先の種類
<input type="checkbox"/> 寮・アパート <input checked="" type="checkbox"/> ホームステイ <input type="checkbox"/> ホテル
2) 部屋の形態
<input checked="" type="checkbox"/> 個室 <input type="checkbox"/> 相部屋(同居人数 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)
ホストファミリーが色々な場所に連れて行ってくれたり、いろいろなお話をしてくれるのであまり部屋にこもらずホストファミリーと会話をしたほうが英語の勉強にもなってよいと思います。

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
バンクーバーへの旅行
2) 課外プログラムについて
ホッケーなどカナダならではの文化に触れることができたので参加する価値はあるとおもいます
3) 滞在先・現地での生活に関すること
外食はチップや税金でかなり高くなるうえに、量がかなり多いのでごはんをシェアするなどの工夫をしてもいいと思います。

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)

人生で一度はカナダに行ってみたくていたのでカナダに決め、カナダの中でもビクトリアは温暖で自然も豊かであると知りビクトリア大学に決めました。一か月の生活の中では毎日の早起きが少し辛かったです、学校は三時に終わるので、放課後カフェに行ったり、晴れた日にはハイキングやビーチに行ったりなど楽しんでいました。ホストファミリーの中にはベジタリアンで肉や魚が全くないという話も聞いたので、味噌汁や米、のりなど簡単に食べることでできる日本食があるといいのではないかと思います。

国際化サポート海外留学奨励金 留学報告書

研修名	ビクトリア大学
-----	---------

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	約 40,000 円	
図書費	0 円	
学用品費	0 円	
携帯・インターネット費	7,000 円	Phonebox の eSIM
現地通学費	0 円	(研修先まで 20 分) (バス通学) 登校初日にカードがもらえ、ビクトリア市内はそのカードで移動できた。
教養娯楽費	0 円	
被服費	約 25,000 円	お土産に何着か洋服を購入した。大学のトレーナーがかわいい。
雑費	0 円	
その他	約 17,000 円	お土産
その他	約 40,000 円	アクティビティや施設の入場料など
合計	129,000 円	

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: 事前に両替して行った。2万 5000 円分両替したが、ほとんどカードで払えるのもっと少なくとも良かったと思う。 その他用意したもの: <input checked="" type="checkbox"/> クレジットカード <input type="checkbox"/> 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
phonebox の eSIM を購入し、バンクーバー空港に着いてから切り替えた。私は問題なく使えたが、設定しても使えず会社に問い合わせたり、現地で別の SIM を購入したりしていた人もいたので普通の SIM の方が良かったかもしれない。しかし会社の人はとても丁寧に対応してくれていた。
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
パーティー用のフォーマルな服、スリッパ

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)
<input checked="" type="checkbox"/> なし <input type="checkbox"/> 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?
ビクトリアは治安がいいのであまり心配はいらないと感じたが、ホストファミリーから情報を教えてもらうと良いと思う。パスポートは基本的にステイ先に保管して持ち歩かないようにした。
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。)

ステイ先や大学の WiFi は問題なく使えた。ギガも念の為大容量のプランにしたが、あまり使わないで済んだ。

滞在形態関連	
1) 留学中の滞在先の種類	
<input type="checkbox"/> 寮・アパート <input checked="" type="checkbox"/> ホームステイ <input type="checkbox"/> ホテル	
2) 部屋の形態	
<input checked="" type="checkbox"/> 個室 <input type="checkbox"/> 相部屋(同居人数 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 checked="" type="checkbox"/> 自炊可 <input 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)	
ホームステイ先は私含めて4人 留学生がおり(内2人が日本人)、2人で1つのバス・トイレを使用する形であった。部屋は1人1つ与えられ、とても広く快適に過ごすことができた。ただ、私と共同のバス・トイレを使用する留学生が深夜にシャワーを浴びたり、早朝から電話をしたりして眠れない時があったため、ホストファミリーに相談した。ホストファミリーはとても親切に対応してくれたため、何か困ったことがあれば遠慮せずに相談すると良いと思う。また、1か月はあっという間に過ぎてしまうので、ホストファミリーと積極的にコミュニケーションをとることをお勧めする。	

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	
毎週月曜から木曜まで、9時から 15 時の授業だった。私のクラスは全員日本人であったが、日本での英語の授業とは異なり会話中心で楽しかった。ディスカッションやペアワークがとて多いため、クラスメイトと仲良くなれるうえ、スピーキング力も高められた。プレゼンやディベートの準備は少し大変であったが、先生からフィードバックがもらえ達成感と自信につながったため、良い経験だったと感じる。	
2) 課外プログラムについて	
毎週水曜日の conversion club では、大学のボランティアの方が用意してくれた遊びやカードゲームなどをしたが、ボランティアの方や他大学の人と仲良くなることができ楽しかった。 有料のアクティビティであるバンクーバートリップやアイスホッケー観戦はとても楽しく良い思い出になったため、ぜひ参加することをお勧めする。	
3) 滞在先・現地での生活に関すること	
ビクトリアの気候に関して、はじめは天気良く過ごしやすかったが、最後の方は雨が早く朝晩の冷え込みが厳しかったため、日本より少し寒いと想定して洋服を用意すると良いと思う。また、ビクトリアは都会と田舎の中間という感じでとても素敵な街だった。自然豊かで夕方にビーチに行けば美しいサンセットを見ることができ、一方ダウンタウンにはたくさんお店がありショッピングを楽しんだりできた。治安が良く人も優しく過ごしやすかった。物価はかなり高くレストランではチップも払う必要があるため、私はなるべく家で食事をするようにした。	

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)

私は留学への憧れとカナダに行ってみたいという気持ちから、このプログラムへの参加を決めた。英語にはあまり自信がなかったため不安が大きかったが、プログラムを終えて、参加して本当に良かったと感じている。1か月という短い間ではあったが、色々なことを経験でき毎日がとても充実していた。そう思えたのはビクトリアが非常に魅力的な街であるからだと感じている。時間の流れがゆっくりと感じるほど落ち着いていて景観が美しく、現地の人も困っていることがあれば優しく助けてくれ暖かい街だと感じた。英語に関しては、はじめは緊張や不安からうまく話せず落ち込むこともあったが、会話中心の授業で楽しく学びながらスピーキング力を鍛えられ、ホストファミリーとも良いコミュニケーションを取ることができた。間違えを恐れずに自分から積極的にコミュニケーションを取ることが大切だと思う。この留学はかけがえのない良い経験になると思うので、迷っている人には是非参加をおすすめしたい。

国際化サポート海外留学奨励金 留学報告書

研修名	ビクトリア大学
-----	---------

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	58500	円	値段は高いが量も多い
図書費	0	円	
学用品費	0	円	
携帯・インターネット費	6000	円	現地で Sim を購入
現地通学費	300	円	(研修先まで 10 分) バンクーバー旅行の時のみ交通費あり
教養娯楽費	35000	円	バンクーバー旅行、バスケ、アイスホッケー観戦
被服費	20000	円	Roots や大学 T シャツなど自分へのお土産の服
雑費	34500	円	お菓子、お土産類
その他	5600	円	例: キャピラノ吊り橋入場料
その他		円	例:
合計	159900	円	

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:5万円ほどを空港で両替しました(4万円ほど使用)。コインは両替できないので注意が必要です。 その他用意したもの: <input checked="" type="checkbox"/> クレジットカード <input checked="" type="checkbox"/> 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
Phonebox の SIM カードを日本で買い、アクティベーションしてから行きましたが、なぜかカナダについてから使えなかったため一日目は友達のポケット Wi-Fi を借りました。SIM カード会社に連絡したり、ネットで調べたりもつながらなかったため、ホストマザーと合流した後に現地のお店に買いに行きました。現地で買った方が安い気がします。他にも同じような境遇の人が数人いました。
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
室内用のサンダルがあった方がいいです。また、圧縮袋があると荷物整理に便利です。雨の日が多いので折りたたみ傘を意外と使いました。水は学校に汲めるところがあるので、軽い水筒を持っていけばと後悔しました。最終日のフェアウェルパーティー用のセミフォーマルな服は必須です。男子は一部カジュアルな人がいましたが、女子はドレスの人がほとんどでした。スーツでも浮くことはないです。

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)
<input type="checkbox"/> なし <input checked="" type="checkbox"/> あり (問題の内容や相談した人等:) 特記事項: 上記の SIM カードが繋がらない問題が生じました。
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?
バスの中などではバッグを前に抱えるようにし、基本的に財布は外に出さないようにしました。正直いらなかったですが首からスマホを下げるストラップを持っていきました。ビクトリアは安全な街なので一通りの少ないところに行かない限り危険はないと思います。バンクーバートリップに参加する場合は事前の説明会で危険区域の説明をしてもらるので、それを参考にすればいいと思います。
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。)

ほとんど遅延や不具合などなく使用できました。家と学校に Wi-Fi があるためあまりギガの心配はする必要はないです。自分のようにインスタなどを見まくと15ギガくらいはいきます。

滞在形態関連	
1) 留学中の滞在先の種類	
<input type="checkbox"/> 寮・アパート <input checked="" type="checkbox"/> ホームステイ <input checked="" type="checkbox"/> ホテル	
2) 部屋の形態	
<input checked="" type="checkbox"/> 個室 <input type="checkbox"/> 相部屋(同居人数 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 checked="" type="checkbox"/> 自炊可 <input 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)	
<p>どのホームステイ先も日本に比べれば大きな家であるため、スペースの心配はなくとても快適に過ごせました。ペットを飼っている家庭がとても多く、自分のところは一匹猫を飼っていました。シャワーに関することは、自分のホームステイ先は特に何も言われなかったです。朝食と昼食を自分で作る形式でした。自分が食べたいものを頼めば買ってきてくれるため、そこまで大きな問題はありませんでした。気になることがあれば留学前でもホームステイ先と連絡を取って聞けるので、あまり心配し過ぎなくても大丈夫です。</p>	

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	
<p>週に4回しか授業がないため、英語を勉強するのが苦でないのはよい点だと感じた。最初のスピーキングテストでクラスが5段階(2か3レベルが多い印象)に分けられるため、自分と同じくらいの実力の人と共に授業が受けれるのが良い。授業は、与えられたトピックに対して自分の考えや意見を言うスピーキング形式のものがほとんどで、他には基本的な文法やリスニングの練習も行った。4人で一つのグループを作り、その中でさらに2つのグループに分かれて話し合いをすることがほとんどであった。そして、そのペアの人と日常会話から環境問題まで様々なトピックのディスカッションを行った。授業内でちよくちよくリスニングや長文、文法の小テストがあったが、高校英語レベルであったためこれは英語力向上に役立つとは感じなかった。</p>	
2) 課外プログラムについて	
<p>授業外では、水曜日の授業後と金曜日にコンパセーションクラブという、現地の CA さん達によるアクティビティがあるのでそれに参加するのもよいと感じた。しかし、日本人と一緒にいると日本語しかしゃべれないため、勇気を出して海外からきている留学生に話しかけるのをすすめてほしい。他には、現地のリタイアした方々がボランティアで来てくださり、一緒に話すことができるエリアがあり、ここに暇なときに行って会話をするのはすごく役立つと思った。個人的に良かったと思うのは、CARSAと呼ばれる体育館とジムがある場所に行き、現地の人とバスケを通してコミュニケーションをしたことである。</p>	
3) 滞在先・現地での生活に関すること	
<p>ホームステイした場所は住宅街にあったため、車の通りは多少あるくらいの静かな町並みであった。一方ダウンタウン(メインのエリア)は一通りも多く、ホームレスの人たちがあちこちにいる印象である。そしてカナダは大麻が合法であるため、この匂いがかかりきつかった覚えがある。大学はダウンタウンからバスで20分ほどのところにあるため、ショッピングやご飯を食べに行くのに困ることは基本的にない。ビクトリアは小さな町だが、自然豊かな土地で人々も温かいためとても過ごしやすい。しかし、ほとんど曇りか雨であるので雨がめっちゃくちゃ嫌いな人は厳しいかもしれない(基本的に小雨程度)。大学に行くのに使うバスは一時間に3本ほどであるためそこまで通学に困ることはないが、夜遅くなるとバスの本数がかなり減るので長い間バス停で待つことなどもあった。カナダの水はおそらく硬水であるため、慣れるのに少し時間がかかる人が多い。家での食事は基本的に質素なので日本人にとっては少し少なく感じると思うが、頼めばスナックなどをくれるのでそこまで大きな問題ではない。外食は一人で食べきれないことが多いので、3人で二皿くらいがちょうどよいと思う。</p>	

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)

自分がこの研修先を選んだ理由は英語の発音、カナダに行きたかった、安全面、週4回の授業、アクティビティが豊富な5つである。まず一つ目の「英語の発音」は、カナダ人の英語の発音がとてもきれいであるという噂を聞いたことからであり、英語を聞くとときにクリアな発音だとリスニングが向上しやすいのではと思ったためである。2つ目の「カナダに行きたかった」は文字通りであり、自然が豊かで広大な土地に行きたかったためである。また、カナダは多民族国家であるため様々な文化を持った人々と関われるのは面白いに違いないと思ったことも理由である。3つ目の「安全面」は、カナダの特にビクトリアは小さな町であるため、危ない事件に巻き込まれたりする可能性が低いと感じたためである。4つ目と5つ目の理由は、授業が週に4回しかないため英語の勉強以外にもいろいろ経験ができると思ったからである。ビクトリア大学には、水曜日と金曜日に開催されるコンバセーションクラブや土日のオプションアクティビティなど様々なアクティビティがある。自分はアイスホッケー、バスケ観戦やバンクーバートリップに行った。アイスホッケーはカナダのメジャースポーツであり、ホストファミリーが好きだったので家でも観戦した。現地に直接行ってみるとテレビでは迫力が全然違ったのでぜひ見に行してほしい。バンクーバートリップはガイドさんについていくとかはなく、2日間自由行動であるため行きたい場所に行くことができる。カナダの自然の広大さや都市の建物群など、日本ではまず体験できないことばかりでとても充実した日々を過ごせた。

留学に行こうと考えている人は向上心が高い人が多いと思うので、アドバイスをするとしたら積極的に海外の人に話しかけることである。現地の学生と話すチャンスは自分から行かない限りほとんどないとおいた方がよい。自分は思ったよりも留学中日本語を話してしまったと後悔しているため、見知らぬ学生とかでも良いので話しかけるなど留学という貴重な時間を無駄なく過ごしてほしい。海外は基本フレンドリーな人が多いため、相手側が話しかけられて抵抗があるということはほとんどない。学校の勉強だけでなく、ホストファミリーとの会話も積極的に行うとよい。日常会話でよく使うフレーズをネットで調べて実際に使ってみるなど、ネットを有効活用できる人は間違いなく英語力があがると思う。

国際化サポート海外留学奨励金 留学報告書

研修名	ビクトリア大学
-----	---------

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	値段を気にしないで注文しすぎた
図書費	0 円	
学用品費	2000 円	ノートやファイル
携帯・インターネット費	20000 円	
現地通学費	0 円	(研修先まで 20 分)
教養娯楽費	10000 円	
被服費	25000 円	学校のパーカー、ダウンタウンの靴屋で靴を買ったりした
雑費	50000 円	お土産
その他	35000 円	バンクーバートリップ
その他	円	例:
合計	192000 円	値段を気にしないで使っていたので、もう少し安く抑えられそう

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
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: 日本にいるうちに両替してきました。 その他用意したもの: <input checked="" type="checkbox"/> クレジットカード <input checked="" type="checkbox"/> 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
docomo の「世界そのままギガ」というプランを使用した。SIM などと比べると少しお金がかかるが、面倒な設定をする必要がないため、楽だった。
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
運動するとき用の服は準備しておいて助かったと感じた。靴は外履きそのままジムや体育館に入れるため、こだわりがある人以外も持っていく必要がないと感じた。圧縮袋は準備しておけばよかったと感じている。

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)
<input checked="" type="checkbox"/> なし <input type="checkbox"/> 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？
情報収集は特になしなかった。防犯対策としてはボディバッグを持っていき、大切なものはその中に入れた。実際に犯罪に巻き込まれることはなかった。
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。)

ホームステイ先、学校ともにインターネット接続が安定していたため、不満はなかった。

滞在形態関連	
1) 留学中の滞在先の種類	<input type="checkbox"/> 寮・アパート <input checked="" type="checkbox"/> ホームステイ <input type="checkbox"/> ホテル
2) 部屋の形態	<input checked="" type="checkbox"/> 個室 <input type="checkbox"/> 相部屋(同居人数 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 checked="" type="checkbox"/> 自炊可 <input 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へのアドバイス)	私のホームステイ先には私以外にもう一人同じプログラムの生徒がいた。そのため、バスとトイレはその生徒と共用であった。私のホストファミリーはとても良い人であった。しかし、周りの話を聞くといろいろな意見があるため、ある程度の覚悟を持ってプログラムへの参加を決めたほうが良いと感じた。

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	授業ではディスカッションが多いため、英語を話すことに抵抗感が少なくなったように感じた。
2) 課外プログラムについて	バンクーバートリップはとても楽しかった。迷っているなら参加したほうが良いと思う。
3) 滞在先・現地での生活に関すること	治安は良かった。バスは手を挙げないと止まってくれないことがあるため、気を付けたほうが良い。滞在先では、ホストファミリーと積極的に話すことでリスニングや発音の練習になると感じた。特にリスニングは鍛えられる。

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)

私がこの研修先を選んだ理由はディスカッションを授業にたくさん取り入れているからである。私は、リスニングとリーディングはある程度できるが、スピーキングに自信がなかったためディスカッションが多いことは私にとってとても魅力的であった。授業中にたくさん発言することを心掛けたほうが良いと感じた。そうすることで先生や生徒から認知されプレゼンテーションやテストのときによりホームな環境を作ることができると思う。圧縮袋は絶対に持って行った方が良い。私は母親から圧縮袋いらぬのかといわれたときに、圧縮袋のイメージが掃除機で空気を抜く袋のイメージであったため、いらぬと答えた。しかし、実際の圧縮袋は特別な機器を用いることなく人力で空気を抜いて圧縮するというものである。そのため、持って行った方が良いと思う。

国際化サポート海外留学奨励金 留学報告書

研修名	ビクトリア大学 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	0 円	
図書費	0 円	
学用品費	0 円	
携帯・インターネット費	5,580 円	
現地通学費	0 円	(研修先まで 45 分)
教養娯楽費	0 円	
被服費	0 円	
雑費	0 円	
その他	0 円	例:
その他	0 円	例:
合計	5,580 円	

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
ありません。
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: 成田空港 その他用意したもの: <input checked="" type="checkbox"/> クレジットカード <input type="checkbox"/> 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
Trifa という e-sim を使用した。アプリを入れて簡単に購入できて、現地でもすぐに繋げた。電話番号がないタイプだったが、特に問題はなかった。全部で 8 ギガ使った。 Wifi は学校とホームステイ先で用意されていた。
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
カップ麺や味噌汁を持って行ったが、ホストマザーもカップ麺を買っておいてくれたので自分で用意した物は食べなかった。急に日本のお茶を飲みたくなった時期があったので、緑茶や麦茶パックは買っておけば良かったと思った。また、乾燥しているので保湿クリームやのど飴などがあると良いと思う。

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)
<input checked="" type="checkbox"/> なし <input type="checkbox"/> 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?
特に危険地域に関する情報は収集しなかった。犯罪に巻き込まれるようなことはなかった。ホームレスの方に一度だけ話しかけられたが、念のため聞こえないふりをした。
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。)

学校で接続が不安定になることはなかった。しかし、ホームステイ先では最後の 1 週間だけ接続が不安定だった。ホームステイ先の wifi に問題があったのか自分のスマホに問題があったのかは分からないが、ギガが残っていたので特に大きな問題にはならなかった。

滞在形態関連

1) 留学中の滞在先の種類
<input type="checkbox"/> 寮・アパート <input checked="" type="checkbox"/> ホームステイ <input type="checkbox"/> ホテル
2) 部屋の形態
<input checked="" type="checkbox"/> 個室 <input type="checkbox"/> 相部屋(同居人数 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 checked="" type="checkbox"/> 自炊可 <input 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)
とても良いホストファミリーだった。たくさん話しかけてくれて、カナダの話を聞けたり、日本の話をしたりもした。お別れ会の時にドレスアップをするという話もしていたので、ドレスに合うブレスレットもプレゼントしてくれた。 夜ご飯の時間が 5 時で、学校で友達と話してから帰るとご飯が遅れてしまった。 とても酷いホストファミリーの話は聞かなかったのが、あまり不安に思わなくて良いと思う。

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
授業は役立つと思う。授業は午前と午後で先生が変わった。授業は会話中心に進められるが、午前の授業では文法を学ぶこともあった。しかし、基本的には生徒同士で話すことが求められるので、楽しみながらスピーキングのスキルアップが目指せる。最初は国日の授業に近いと感じたが、1 か月のプログラムということもあり、生徒も日本語を使わないように努力していたし、授業内容が濃かった。
2) 課外プログラムについて
水曜日と金曜日にアクティビティが用意されている。カードゲームをしたり、スポーツをしたりできる。必ず CA という現地の学生がいるので交流する機会になる。しかし留学生に対する割合が少ないのでしっかりとした会話をするのは難しいと感じた。それとは別に子ども向けアート教室のボランティアに参加した。これに参加できる留学生の人数が限られていたので、CA や現地の他大学の学生と話しやすく、いつもよりも CA と話すことができた。
3) 滞在先・現地での生活に関すること
気候は日本とほとんど変わらない。雨や雪はパラパラしか降らない。現地で傘をさしている人はいなかった。日本よりも乾燥しているのどを痛めた人が何人かいた。

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)

現地の学生との課外活動があることがこのプログラムを選ぶ決め手となった。他のプログラムでは現地の学生と関わることはできない可能性があると考えた。実際に毎週水曜日の放課後に行われる conversation club では CA と呼ばれる現地学生と話したり、遊んだりすることができた。ただ、留学生のほとんどは日本人でした。日本人が多いとは聞いていたが、クラスの全員が日本人だとは思っていなかった。やはり、日本人同士で話していたほうが会話が弾むし、笑いも起きるので conversation club でも仲の良い人達と遊んでしまうことが多かった。居心地の良い空間に身を置き続ける努力は必要だと思った。 ずっと英語でしゃべるので、スピーキングスキルを伸ばせる。授業やホストファミリーと話す以外にも、バス停で仲良くなったカナダ人の女の子やボランティアの時にも現地の人と交流を持てた。ビクトリアの人達は親切な人ばかりなので、現地の人とたくさん交流したい人にはとても良い研修先だと思う。
