

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2023年夏季
-----	----------------

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	25000 円	学食利用していない
図書費	0 円	
学用品費	0 円	
携帯・インターネット費	1000 円	Sim カード 現地調達
現地通学費	0 円	徒歩3分ほど
教養娯楽費	3000 円	映画など
被服費	8500 円	モールで購入
雑費	1500 円	日用品
その他	7000 円	例:お土産
その他	2500 円	例:週末の Grab の料金
合計	48500 円	1 ペソ=2.5 円で計算

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
なし 色々なものの提出期限があるので 大学からのお知らせメールはこまめにチェックしたほうがいい
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: 空港やモールで換金 40000円 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 カードは初日に団体購入した。 でもあまり寮の部屋の中では使い物にならないので、後で自分でモールなどで購入している人もいた。
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
インスタント麺や味噌汁 体調を崩したときや朝ごはんとして用意しておくとも便利。

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?
荷物に目を離さないように気を付けた。
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。)

寮の部屋で Wi-Fi 使えないし通信遅い。ロビーは比較的繋がる、大学には Wi-Fi ある。

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4 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)

部屋によっては害虫が出る。殺虫剤を現地購入したり、ブラックキャップを日本から持っていくといいと思う。
食べ残しはすぐに片付けたほうがいい。
シャワーがものすごく熱くなるけど慣れていく。

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

マンツーマン授業ではとにかくたくさん話す機会があるからだんだん英語で何か伝えることに慣れていく。
毎回トピックが変わってよく知らない分野だと話すネタに困ることもあったので前日に少し予習できると思う。

2) 課外プログラムについて

聖堂を見に行ったりリナショナルミュージアムへ行った。
歴史を知るきっかけになると思う。

3) 滞在先・現地での生活に関すること

食事は学食を利用せず学校の目の前のモールやコンビニで買っていたが費用はあまりかからない。
モールはご飯屋さんがたくさんあるので飽きずに色々なものが食べれるから良かった。

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)

この研修を選んだ最初の理由は欧米へ行く研修よりも費用がおさえられるからでした。また、マンツーマン指導が毎日 4 時間、グループレッスンが毎日 3 時間というスケジュールは他の研修より勉強時間が長く確保でき、英語力を鍛えられると思ったからです。特にマンツーマン授業が魅力的で担当の先生と会話を毎日交わしたり、トピックに対して自分の考えを伝えたりすることで、英語を使う楽しさを感じられました。3 週間という短い時間ではまだ自分の言いたいことがスラスラ出てくるまでにはなれないけど、実際に英語を使わざるを得ない状況にいたことで、もっと上達したいという気持ちになり帰国後の英語学習のモチベーションになった。生活面で日本と比べて不便なこともあるがそれも文化だと思えば新しいことがいろいろあって楽しいと思える。また、4 人部屋で同じ大学の人たちと一緒に過ごすのがさみしいと感じにくいと思うし、フィリピン人はみんな優しくて気さくだから楽しい研修になるので心配せず挑戦してほしいです。

国際化サポート海外留学奨励金 留学報告書

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	1291 円	500ペソ
現地通学費	0 円	(研修先まで 5 分)
教養娯楽費	0 円	
被服費	600 円	
雑費	400 円	ボディーソープ・食器用洗剤・バスマット
その他	約1200 円	例: タクシー代
その他	約4000 円	例: お土産
合計	47,491 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
三週間のためピザの申請行いませんでした。 今回初めての海外渡航だったためパスポートを作成しましたがかなりの時間(2週間程度)がかかるため、早めに申請することを強く勧めます。
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:3万円を現地の空港で両替 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
初日に現地コーディネーターが事前に用意してくれていたSIMカード(20G)を500ペソで買いました。 寮や大学ではWi-Fiが使用できます。
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;ビタミン剤(野菜を摂取するのが難しいのでオススメ)、洗濯バサミ、みそ汁、マグカップ、お箸、スプーン、部屋用サンダル、延長コード、水筒、イヤホン(初回の日に実力テストで使用しました。耳栓の代わりにもなります。)、油性ペン、メッセージカード、ティーバッグ、胃薬 準備したほうがよかったもの;衣服用の消臭剤、電子辞書 ※パソコンが持ち物に含まれていましたが、現地の大学スタッフから授業に持ってくるようにと指示されることはありませんでした!

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?
研修のしおりで禁止されている地域には近づかないようにしました。またタクシーはぼったくりにあう可能性があるため使いませんでした。現地で移動する際には Grab という配車サービスを利用していました。また、かばんは前掛けにするように心がけていました。詳しいことはオリエンテーションで説明があると思います。
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。)

Wi-Fi は階によってはつながらないところもあったらしいです。(私のいた4階はつながりました) ただし一度に多くの人を使うとつながりにくかったです。

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)	
<ul style="list-style-type: none"> ・共用スペースにウォーターサーバーと電子レンジ、冷蔵庫があります。ウォーターサーバーはお湯も出ます。 ・共用スペースも含め、食べ残しなどの始末が悪いとGが発生します。スーパーに殺虫剤が売っていたので購入しました。 ・現地のトイレは紙を流すことができないので黒のビニール袋を購入し個々で使うのがお勧めです。 ・毎日ゴミ箱の清掃があります。平日は清掃もしてくれます。 ・ランドリーサービスが週2回あります。洗濯物が返ってくるのは二日後くらいなので、7、8日分くらいは服をもっていかないと自分で洗濯することになります。 ・エアコンが枕元にあります。のどが痛くなったりしたためマスクをして寝ていました。 ・部屋は一つ一つ微妙にレイアウトや広さなどが違っているようでした。気になる人は色々な体験記を読んでみてください。 ・部屋割りには寮に到着してから言われました。 	

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	
マンツーマンもグループ(8人)もどちらも役に立ちました。マンツーマンでは自分で話したり、質問を聞き取ったりしなければならないので会話能力やリスニングが向上すると思います。グループではほかの生徒と休み時間等に日本語で会話をしたり、わからないところは互いに質問できるので多少リラックスして取り組めると思います。	
2) 課外プログラムについて	
私たちは2週目の土曜日にマニラ市内の観光に行きました。観光は無料でした。現地のガイドさんがバスで案内してくれます。日本のバスツアーに比べて段取りが悪かったため、待たされることも多かったです。昼食はファストフードのお店だったので、座席は事前に確保されておらず、外で長い時間待たされている学生もいました。途中で水を買う時間などはないため、飲料水を携帯することをお勧めします。	
3) 滞在先・現地での生活に関すること	
独特のおいなどが最初は気になるとは思いますが、そのうち慣れると思います。寮の向かい側にショッピングモールがあり、1階にはスーパーがあります。また丸亀製麺やペッパーランチなどもあるため食事には困らないと思います。寮の周辺はかなり治安のいい場所なので過度に不安にならなくて大丈夫です。私は買い物や食事の際の英会話に戸惑うことが多かったのですが、渡航する前に食事や買い物関連の用語を少しでも覚えておくことを勧めます。	

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)

<p>私がこのプログラムを選んだ理由は、マンツーマンや少人数でのグループレッスンなど自分から英語で話す機会が多いからです。マンツーマンの先生もグループの先生も私が話し終わるのを最後まで待ってくれるとてもやさしい先生でした。1日7時間授業があるため、かなり疲れを感じましたが部屋でルームメイトと話をしたりすることでリラックスできました。英語の技能の面では、リスニングが向上したと思います。授業の間だけでなく、買い物をする際にも英語でやり取りをするため自然と英語を聞く機会が増えたからではないかと思っています。またこの研修を通じて他学部の学生とも交流できたことは非常に良かったと持っています。色々な人と関わりが持てるという点でもオススメです。</p> <p>一つ目のアドバイスは食事に気を付けたほうが良いということです。野菜はかなり意識しないと摂取できないので、ビタミン剤を持っていくことを強く勧めます。(私はビタミンBとCを持っていきました。)サプリメントがあることで野菜のことを気にしなくて済んだので持って行って良かったと思います。また、食事がかなり脂っこいので気を付けないと胃もたれしてしまうと思います。なので胃薬は日数分くらいあるとよいと思います。余談ですがフードコートに『Little Manira』というフィリピン料理の店がありますが、ほかのフィリピン料理店に行ってからにしたほうが良いと思います。初めてのフィリピン料理としてはあまりお勧めしません。</p>

二つ目は睡眠をしっかりということ。毎日7時間の授業はかなり体力が必要になってくると思うので自分の体を第一に考え睡眠をしっかりするようにしてください。勇気を持って誘いを断ることも大切です。

最後になりますが、この研修を通して英語力はもちろんですが自分の生活スキルが向上したり、新たな人間関係を築けるなど英語以外にも自分を成長させてくれる時間になると思います。迷っている方は思いきってチャレンジしてみてください！！

国際化サポート海外留学奨励金 留学報告書

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5万 円	
図書費	ほぼ0 円	
学用品費	ほぼ0 円	
携帯・インターネット費	約5000 円	
現地通学費	0 円	(研修先まで 分) 寮から歩いて10分圏内
教養娯楽費	約2万 円	
被服費	約5000 円	
雑費	約1万 円	
その他	円	例:
その他	円	例:
合計	約9万 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
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: 日本の空港で3万円分両替 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
現地で SIM カードを購入
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
ネット環境: 現地で SIM カードを購入すると事前オリエンテーションで聞いていたため、SIM ロック解除以外何も準備していなかったが、現地の SIM は通信速度が遅く、寮の Wi-Fi は本当に良くないので、国内で準備することを強く推奨します。現地で購入した方が安く済むなどの言葉を信じてはいけません。

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: 寮のスタッフ) 特記事項: トイレの水が流れない、シャワーの温度調節ができなくて熱湯か冷水しか出ない、シャワーの水がシンプルに臭いなど
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?
ネットから
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。)

大学の Wi-Fi はそこそこつながります。しかし、現地の SIM の通信速度は遅いです。また、私がこのプログラムに参加したときは、寮の3階から下は、寮の Wi-Fi につながりませんでした。したがって、上記したように、ネット環境の準備は、国内で済ませることを強く推奨します。

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)
<p>とにかく狭いです。期待した分だけ裏切られるので、絶対に期待しないでください。自分の部屋では、シャワーの水が臭い、温度調節ができず、熱湯か水しか出ない、トイレが詰まって水が流れないなどの問題がありました。また、寝室のエアコンがうるさくて、最初は寝づらいですが、これは慣れます。</p> <p>洗濯に関して、基本的には寮のスタッフの方が週に2回(火曜と金曜)洗濯してくれます。しかし、予定が遅れることがしばしばあるので、少なくとも7日分の服(下着などを含めて)を持っていくことを強く推奨します。</p> <p>フィリピンでは、紙がないトイレがあります。私は2日目の時にそれに気づかず、やらかしました。トイレは寮か大学であれば紙があるので、どちらかで済ませるのが良いと思います。</p> <p>ゴキブリが普通に出ます。これも慣れます。</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
マンツーマンの授業は、1日に4時間ほどあり、グループ授業も話す機会が多かったので、スピーキングを伸ばすには向いていると思います。
2) 課外プログラムについて
屋ご飯以外はよかったです。フィリピンでは、基本的に予定通りいかないです。
3) 滞在先・現地での生活に関すること
日本での生活がいかに素晴らしく、快適なのかが実感できます。

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)

<p>この研修を選んだ理由は、フィリピン人の彼女を作ることでしたが、できませんでした。しかし、明治の人や他大学の参加者、現地の人と仲良くなることができ、人間関係が広がったので、結果的にはこの研修に参加してよかったと思います。</p> <p>この報告書を見ている方々は、おそらく、マンツーマン授業があり、スピーキングを伸ばすことができそうだから、このプログラムに興味を持っていることだろうと思います。確かに伸びると思います。しかし、どのような姿勢でこのプログラムに参加するのが最も重要だと思います。マンツーマン授業の時は、先生に任せっきりにするのではなく、自分から話しかける、積極的に英語を使おうとしてください。グループ授業の時は、周りに合わせるのではなく、積極的に英語を使ってください。これらができている人は少なかつたように思います。恥ずかしいから英語を使わない、わざとたどたどしく英語を話すなどの、日本人特有の何の利益にもならない習慣は捨ててください。何の役にも立ちません。また、時間があろうな先生を捕まえて、授業以外でも話すようにするとかなり伸びると思います。基本的に、授業が終わったらすぐ帰る人がほとんどなので、差がつくと思います。</p> <p>2日目にクラス分けのテストがあり、おそらく成績順で分けられます。当然ですが上のクラスの方が、英語ができる方が多かつたように思います。なので、本気で英語を伸ばしたいのであれば、クラス分けのテストは本気で取り組んだ方が良いでしょう。</p>

国際化サポート海外留学奨励金 留学報告書

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	25,000 円	
図書費	0 円	
学用品費	0 円	
携帯・インターネット費	1,500 円	現地でSIMを購入
現地通学費	0 円	(研修先まで5分)
教養娯楽費	0 円	
被服費	0 円	
雑費	1,000 円	
その他	10,000 円	例:お土産代
その他	2,500 円	例:タクシー代
合計	40,000 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: 現地で換金 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
現地でSIMを購入しました。寮にはWiFiがありませんでした。
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
近所に出かける時に使う小さいかばんは持って行ってよかった。 洗濯の際に下着が紛失してしまい、枚数がギリギリだったため多めに持っていくべきだった。

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 type="checkbox"/> なし <input checked="" type="checkbox"/> あり (問題の内容や相談した人等: 現地コーディネーター) 特記事項: 発熱が続いていたため、病院に案内していただいた。
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?
事前に配布された資料を参考に情報を収集した。寮と学校の周辺は治安も良く、安全だったため特に対策はしていなかった。
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。)

寮の部屋の中ではインターネットの接続が不安定で、毎晩ロビーでスマホをいじっていました。学校には WiFi に接続できたので快適に使えました。街中でも基本的に問題なくインターネットに接続できました。

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)
寮自体には期待はあんまりない方がいいです。ただ想像していたよりもきれいでした。部屋によってアタリ、ハズレがあります。自分の部屋はシャワーから冷水しか出ず、寮のスタッフに相談して一週間後に直りました。 同じプログラムに参加している人たちと過ごす時間は、英語の授業での疲れを忘れさせてくれるので大切にすべきだと思います。

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
一日4時間のマンツーマンレッスンがこのプログラムの魅力です。先生は優しい人ばかりで、生徒のレベルに合わせて授業を提供してくれます。英語を話さないとコミュニケーションが取れないので、スピーキングの練習にとっても効果的だと思います。
2) 課外プログラムについて
週末アクティビティでは、マニラの歴史的な大聖堂や博物館を巡るというもので非常に面白かった。また、普段はしゃべっていなかった人とも話すことができました。ただ、一日動くので結構疲れます。
3) 滞在先・現地での生活に関すること
寮から徒歩一分のショッピングモールには飲食店がたくさんあり、スーパーマーケットもあるため困りませんでした。また食事に関しては、丸亀うどんなどの日本のお店があるので、良かったです。

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)

私がこの研修を選んだ理由は、1日7時間という英語漬けの生活を送ることで、英語力の向上が見込まれると思ったからです。実際に、英語力が急激に伸びたわけではないですが英語を話すことに対する恐怖心はなくなり、自信ができました。また、私は今後長期留学に行きたいと思っているため、外国での生活を体験しておきたいという思いもこの研修に参加した一つの理由です。日本とは違う人、文化、食べ物を体験できたのは非常に良い経験になったに違いありません。他の短期留学プログラムより、費用を抑えることができ、授業時間が長いエンデラン大学のプランは魅力的です。

国際化サポート海外留学奨励金 留学報告書

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	25000 円	
図書費	0 円	
学用品費	0 円	
携帯・インターネット費	3500 円	
現地通学費	0 円	(研修先まで 5分)
教養娯楽費	20000 円	
被服費	0 円	
雑費	5000 円	
その他	円	例:
その他	円	例:
合計	53500 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
特になかった。何か提出しなければならないことにオー明治を通じて連絡が来るのでとても助かった。
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: 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
明大生みんなで購入した。
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
ドライヤーが寮にない。味噌汁。これはふざけてるわけではなく、日本食が本当に恋しくなる時が来るので準備しておいてよいと思う。

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？
寮の人や現地コーディネーターがいてくださるので不安はありませんでした。
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。)

正直寮では全く Wi-Fi は通じないので(部屋によるらしい)ギガがなくなる一方だった。しかし学校には Wi-Fi があったので基本的に連絡はそこでできるようにしていた。節約して、20 ギガで買って、最終的には 8 ギガくらい余りました。

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)	寮に対しての不満は一切ない。また 1 年生ということ相部屋は最初は不安でしたが先輩たちがとても優しく居心地がとてもよかった。1階の部屋でしたがゴキブリが 3 週間で 2 匹しか見ませんでした。寮の中では基本明大生とは日本語で話せるのでストレスはなかった。もしずっと英語がよいならおすすめはしないが、最初の留学にはちょうどよかった。

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	マンツーマンレッスンが 4 時間あったため、リスニングやスピーキングは否が応でも伸びると思う。先生も優しく本当に楽しかった。
2) 課外プログラムについて	自分たちではいけないようなところにも連れて行ってくださったのでいい経験になった。ガイドの人の指示が時々曖昧なのでそこは怖かった。
3) 滞在先・現地での生活に関すること	寮の近くにショッピングモールがあるので食事には基本困らないと思う。そのほかにもタクシーを使って 10 分くらいで日本の表参道のようなきれいな町にも出ることができるし便利で暮らしやすかった。それこそタクシーは固定料金があることはあるが、正直それに従って出してくれる運転手はいない。気候は日本と似ているし、時差も大してないのでおすすめです。

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)

私がフィリピンを留学先にした理由は研修内容が充実していると思ったからです。実際に行ってみて、予想よりも遙かにより研修内容でした。マンツーマンレッスンに先生は優しいし本当に生徒思いで、自分の成長を心から喜んでくれるような人たちばかりでした。研修中の生活については旅行とは違ってつらいこともありました。シャワーから水しか出ないとか、雨が降って校舎が使えないとか(下水の排水機能がよくない)、またトイレではトイレットペーパーが常備されていなくて詰んだり。。。それでもすべてがよい経験だったと思っています。明治大学のほかの学部、また他学年の先輩とも仲良くしていただき、行ってよかったと思っています。これから、国際日本学部の中長期留学を迎えるにあたってよい経験になりました。

国際化サポート海外留学奨励金 留学報告書

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	
図書費	0 円	
学用品費	0 円	
携帯・インターネット費	20580 円	SIM ロック解除ができなかったためデータローミング使用
現地通学費	0 円	(研修先まで 徒歩5分)
教養娯楽費	0 円	
被服費	0 円	
雑費	3000 円	
その他	0 円	例:
その他	0 円	例:
合計	53580 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
特にありませんでした。
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:ニノイ・アキノ空港の換金所で日本円から換金しました。 その他用意したもの: <input 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
現地で使用できる SIM カードは現地コーディネーターが用意してくださり、その場で代金を支払えば使えるようになりますが、SIM ロック解除ができなかったため日本に住む家族に頼んでソフトバンクの海外あんしん定額に申し込んでもらい、インターネットに接続していました。
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
正露丸などの胃腸のトラブルに効く薬は、現地の料理が体に合わなかった時などにとても役立ちました。 また、ヘア 드라이ヤーを持っていくのを忘れてしまったため、持って行ったほうが良かったと思いました。

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?
危険地域の情報は特に収集しませんが、学生全員が参加するツアー以外では絶対に徒歩で寮に帰ることができない距離には行かないようにして犯罪に巻き込まれないように予防していました。
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。)

私が滞在した部屋ではほとんどの時間インターネットに接続できず、動画の視聴などの課題が出された場合は寮のロビーで行う必要がありました。

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 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)
コンビニに行くときは小さい金額のお金で支払いをすることをお勧めします。そうでなければ、店員が受け取りを嫌がったりするなど買い物が円滑に進まなくなってしまうからです。 また、最寄りのモールでの食事はジャンクフード中心になってしまうため、健康の観点からビタミンのサプリメントを日本から持ってくるか現地のスーパーで柑橘系の果物を食べることをお勧めします。

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
マンツーマンレッスンは分からないと思ったことをすぐに聞くことができ、現地の人から英会話を通して直接話を聞くことでその国の文化について知ることもできたので、単なる英語の学習以上の価値があると思いました。
2) 課外プログラムについて
滞在2週間目の土曜日にホセリサール公園などの歴史的価値のある観光名所に赴き、バスガイドさんの解説を聞きながら各所を巡りました。日本とは全く異なる分化を移動時間も含めて十分に体感することができたのでとても満足度が高かったです。
3) 滞在先・現地での生活に関すること
寮の近くに様々なレストランが含まれたモールがあり、日本人の舌に合う食事も多く提供されているため食事に関して困るということはありません。また、寮から歩いて数秒のところコンビニエンスストアもあるため、日常生活は大変快適に過ごせるかと思えます。

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)

今回私がフィリピンを研修先として選んだのは、日本と同じアジア諸国であるため英語以外基本的に使用しないアメリカなどに比べて日本人である私はなじみやすいのではないかと、思ったからです。実際に過ごしてみてその馴染みややすさというのは感じられ、現地のレストランの店員などは日本と同じくらい親切で、とても快適に滞在中の食事を楽しむことができました。また、研修については受験勉強での英語学習のような堅苦しいものではなくオリエンテーションを交えたもので楽しく行えて、かつ多くの会話を現地人である教師の方々と交わすことで英会話能力は大幅に向上したと思いました。なので、これから参加しようと思う方はぜひ積極的に先生たちとお話することをお勧めいたします。 最後に、寮のインターネット接続についてですが、お世辞にも利用しやすいと言えるものではなかったためポケット Wifi を持参するなど各自で事前に準備をしてからくることをお勧めいたします。

国際化サポート海外留学奨励金 留学報告書

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	0 円	
携帯・インターネット費	1300 円	
現地通学費	0 円	(研修先まで 徒歩 15 分)
教養娯楽費	18000 円	交通費含む
被服費	0 円	
雑費	1600 円	寮のティッシュや紙コップ等
その他	0 円	例:
その他	0 円	例:
合計	52900 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
写真に規定があり、間違えないようにしなければならない。
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: 現地の空港で両替 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
アドバイザーの方に用意してもらったものをお金を支払って受け取った。wi-fi は寮に無く、データ利用によってインターネットを利用した。
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
助かったもの: 上着(教室が寒い場合がある)、余分の服 準備したほうがよかったもの: 現地の先生に渡す日本のお土産、延長コード

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: 現地の寮のアドバイザー) 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?
事前に受け取ったしおりで危険地域を把握した。貴重品は首から下げる小さなバッグに入れ、見えないように持っていた。
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。)

寮にインターネットはなかった。寮の自分たちの部屋では基本的にデータも使えなかった。ロビーではデータ利用によってインターネットを使えるのでロビーでスマホ利用や宿題は行った。大学ではwi-fiが繋がったので、大学での学習はインターネットを使うことができた。

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)
感想:寮での生活はとても楽しく、勉強へのモチベーションになった。寮内で問題はたくさん発生するのでフロントに状況を伝えるいい機会にもなっていた。 アドバイス:共同生活になるので共用物の会計などをきちんと把握したほうが良い。睡眠時間と起床時間に一人一人差があるためきちんと相談してから寝る。情報共有がかなり大事なので積極的に寮にいる人と話す。

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
マンツーマンレッスンはとても役に立つと感じた。様々なトピックが用意されていて会話に困ることはなく、実践的なトレーニングを積みむことができた。それに加え、4時間というまとまった時間があるので徐々に英語に慣れていくとともに、成長を1日でも感じる事ができた。
2) 課外プログラムについて
課外授業では、フィリピンの歴史や文化を知ることができるいくつかの観光地を訪れた。英語を学ぶだけでなく、今のフィリピンがどのようにできたのか、国民性やその理由など、国についてよく学ぶことができた。
3) 滞在先・現地での生活に関すること
海外での生活と聞くとハードルが高いように感じていたが、慣れれば概ね問題なかった。キッチンや風呂、トイレの使用など、必要最低限の設備は確認する必要があるが、現地の人と同じ生活をするのも楽しむ要素の一つになりうる。事前に調べておくことも重要。

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、1日7時間という英語学習時間の長さである。また、7時間のうちマンツーマン授業が4時間であり、短期間で成長できるのではないかと考えたからだ。3週間の研修を終えて、今自信をもってこのエンデラン大学プログラムをお勧めしたい。この3週間で英語力の伸びを実感することができただけでなく、日本語が話せない人に対して臆さずに英語を話せるようになった。長時間のマンツーマン授業をやることにより自信が付き、未熟な自分の英語でも伝えたいことを伝えられるのではないかと考えたのである。留学において大切な“経験”がたくさん得られるこのプログラムに、英語に自信を持っていない人に参加してほしい。

国際化サポート海外留学奨励金 留学報告書

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	円	
学用品費	円	
携帯・インターネット費	1500 円	
現地通学費	円	(寮から研修先まで5分)
教養娯楽費	円	
被服費	2000 円	
雑費	2000 円	
その他	円	例:
その他	円	例:
合計	20500 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
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: 現地の空港にて、両替 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
SIM カードは、大学のアドバイザーの方が用意して下さるので、お金と SIM カードを交換しました。設定は研修生と一緒に行うので、問題ありません。
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
カップラーメン、インスタントの味噌汁などの日本食があると安心。 箸、カトラリー類があると、寮で食べるときに困りません。 基本的に、近くにあるモールで全て揃えることができるので、なんとかなります。

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?
部屋の掃除が入るので、貴重品はロッカーにしまう。
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。)

--

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 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)
シャワーの水圧が弱いので、覚悟しましょう。

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
マンツーマン授業では、自分が苦手なことが明かになり良いと感じた。
2) 課外プログラムについて
市街を探索でき、新しい友達と楽しい時間を過ごすことができました。
3) 滞在先・現地での生活に関すること
基本的には変わりませんが、トイレはトイレトペーパーが流せない、基本外食などです。 雨は、強く降る時もありますがすぐに止みます。日差しが強いため、日焼け対策が大事です。

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)

<p>研修先を選んだ理由は、3週間のプログラムで濃密な授業を受けることができると考えたためです。実際に感じたことは、とても大変ということです。1日3時間のグループ授業、4時間のマンツーマン授業と大変でしたが、とても力の付くプログラムでもあります。生活面では、トイレやシャワーなどに対して日本とは違うため、不便です。</p> <p>私はこのプログラムで新しい友達をつくることができました。初めての海外での生活もあり、緊張や戸惑いがありましたが、精神的に助けられることが多くありました。また、異文化を肌に触れて感じることで自分の中の考えや、価値観を広げることができたと考えています。</p> <p>英語の学習プログラムですが、それ以外のことも大きく学ぶことができると感じました。迷っているなら、行って見て間違いはないと思いました。</p>

国際化サポート海外留学奨励金 留学報告書

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	35000 円	大学の学食を利用していたらもっと安く済んだと思う。
図書費	0 円	
学用品費	0 円	
携帯・インターネット費	1250 円	現地の携帯会社のキャンペーンで20Gの通信量のSIMを50ペソで購入できた。
現地通学費	0 円	(研修先まで 5分)
教養娯楽費	円	
被服費	10000 円	
雑費	3000 円	ハンドソープやティッシュなど、生活に必要な物が部屋に備え付けられていない物が意外に多く、各自で調達しなければならなかった。
その他	円	例:
その他	円	例:
合計	約50000 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

ビザは不要だった

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:

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

現地で使えるSIMカードは到着後すぐに手に入ったが、そのSIMでは通信が不安定になることが多く、何かを調べようとするたびに時間がかかるのには少しストレスを感じた。かといってレンタルWiFiは大変高額なので、用意する必要はない。

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

寮で食事を済ませる機会が思ったより多かったため、箸やスプーンなどのカトラリー類は用意したほうがよいと思う。また、現地では体調不良に陥ることが珍しくないため、頭痛薬・胃腸薬・整腸剤・下痢止めは最低限各自で用意するべきだと感じた。ノートパソコンは全く使う機会がないので、必要ない。

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: 研修の相談窓口)

特記事項: 最終週で風邪をこじらせ、高熱が出たため病院へかかることになった。日本語が話せるマネージャーの方に相談をし、病院の送迎と、英語での診療の補助を行ってもらった。

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?

現地の危険地域情報については留学のパンフレットが情報を載せてくれたため、それを常に持ち歩き、参考にした。防犯対策としては、バッグは常に体の前側に寄せ、財布などの貴重品をむやみに取り出さないことに努めた。幸いにして盗難等の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。)

寮のWi-Fiは一部のフロアの人だけが使える仕様になっていた。大学のWi-Fiは普通に使えたため、大量の通信料を要する作業は大学で行ったほうが良い。最初に手に入れるSIMは、前述したとおり通信が不安定になることが多いが、全く使えないわけでもないのでWi-Fiとうまく使い分けるのがよい。ちなみに通信量は3週間で20Gがあれば十分である。

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)	
滞在先は4人1部屋が基本となっており、上記の共有部分のほかに寝室に2段ベッドが2つと、リビングに長机1つと椅子4つがある。プライベートな空間はほぼないに等しいので、神経質な人にとってはつらいものがあるかもしれない。また、共用スペースとして開放されている部屋が存在するフロアには、ゴミブリが出るので気を付けたほうが良い。共用スペースだからといって汚く使用する人たちがいるようで(もちろん明治生ではないと思われる)、その部屋を住みかとしてゴミブリが大量発生する。実際に私たちの部屋にもたびたびゴミブリが出た。	

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	
マンツーマンレッスンの chatter box の授業は、スピーキングの力を伸ばすことはもちろん、自らの経験や自身の考えについても深く理解する機会となり、1番得るものが多い授業だったと感じた。授業内容としては、1つのテーマに沿った数十の質問に答えていくというものだった。それなりの予習が必要となってくる授業だったので、一番大変でもあった。	
2) 課外プログラムについて	
フィリピンの被統治と独立の歴史に関わる観光地を巡った。かつてフィリピンを統治した3つの国の影響がそれぞれ今でも残っていることを自分の目で見て感じ取れた。また、フィリピンの独立を訴えて処刑された英雄についても知ることができ、この国の核心となる出来事に関心を持つきっかけを与えてくれたプログラムだった。東南アジアの国々に興味のある人たちはぜひ推薦しておきたい。またツアーガイドの方は英語で説明をされていたので、リスニングの勉強にもなった。英語で話しかけてみることも、スピーキング能力向上に寄与するだろう。	
3) 滞在先・現地での生活に関すること	
滞在先の寮は基本きれいで、毎日清掃が入る。しかし先述した通り、他の寮生がどう使い、その影響がこちらにどう及ぶかはわからない。また、寮の設備が壊れることが頻繁にある。その点は相談すればすぐに動いてくれるので、英語での交渉力も付くと考えればあまり不満は残らなかった。そして、現地で数週間生活すると、かなりの数の体調不良者が出てくる。規則正しい生活はもちろん、薬を持参するなど体調が悪化した時の備えができていないと大変な思いをする。	

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、中長期の留学という目標へ向けて、母国語以外の言語を使って生活する体験をしてみたかったのと、現地の講師とのマンツーマンのレッスンという珍しいプログラムが受けられることに魅力を感じたからです。実際に留学を終えた今、このプログラムからはこの2つ以上の意義を見つけられたと感じています。研修を通して痛感したことの一つに、自分の意志を相手に詳細に伝えることの大切さがあります。母国語以外の言語を使って生活することは、すなわち自分の意見をどれだけ相手に正確に伝えられるかにかかっています。特に病気にかかった時やトラブルに巻き込まれた時など、有事の際は英語しか使えない環境に不安を抱きますが、そういう時こそ自分の意志を正確に伝えることが大事になります。その際には、あきらめなくて何度も質問をし、相手に自分の意志が伝わるまで交渉しようという姿勢が大事なのだと学びました。また、研修では自身のことについて英語で話す機会が多く設けられていたので、考えを英語で話すだけでなく、自身のことについても深く考える機会になりました。これまでの自分の行動を整理して、また新たな目標を見つける機会にもなったと思います。もしこれらの点に魅力を感じるなら、このプログラムを受講することを強く推奨します。この経験はきっとあなたに良い変化をもたらしてくれるはずですよ。

国際化サポート海外留学奨励金 留学報告書

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	
図書費	0 円	
学用品費	0 円	
携帯・インターネット費	1500 円	SIM 代
現地通学費	0 円	(研修先まで 5 分)徒歩
教養娯楽費	5500 円	水族館入場料等
被服費	7000 円	
雑費	4000 円	タクシー等の移動手段
その他	8000 円	例:お土産
その他	3000 円	例:嗜好品(授業合間のコーヒー等)
合計	59000 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
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:ATM で少しずつおろした。 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
500Piso で現地担当者から sim カードを購入し、教わりながら設定した。WiFi は大学でのみ使った。
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
日本のものを先生にプレゼントするために何か持ってきた方がよい。また、普段使いの薬は多めに持ってくるのがいい。

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)
<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?
持ち歩く荷物を最低限にし、財布やスマホ等の貴重品をズボンの後ろポケットには入れないようにした。
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。)

通信は大学で WiFi を繋げているとき以外は常に悪い。LINE やインスタでの連絡がスムーズにできないことが多かった。

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 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)	体力的には結構削られる。実際に体調を崩している人もいた。1番大事なことは体調管理だと思う。うまく自分の体をメンテナンスできれば、とても楽しめるし、勉強もできる。日本から持ってくるものについては、あまりたくさん持ってこなくてもよい。現地である程度調達できるし、スーツケースにお土産用のスペースを作れる。

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	1 対 1 での授業では、英語が出てなくても、何とかして自分の考えを伝えなければならないので、とても力がついた。1 対 1 の授業がある留学プログラムは他にはなかなかないので、そこはこのプログラムの特徴と言える。
2) 課外プログラムについて	課外プログラムでは充実した時間を過ごせたが、12時間は流石に長いと感じた。
3) 滞在先・現地での生活に関すること	寮生活で同室は日本人なので、授業以外は日本語を話すことができ、息抜きになった。ホームステイとの差はここにあると思う。

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、本プログラムを選んだ理由については、欧米に比べ、プログラム費用が安かったから、1 対 1 の授業が魅力的に映ったからの 2 点である。費用については、金欠大学生としては助かったし、他のプログラムと比べて安くても、質には満足できた。中でも 1 対 1 では、自分の考えや意見を言うタイミングが沢山あるので、とても力がついたと思う。

続いて、生活について。日本と比べて、不便と思うところも少なからずあったが、慣れれば全く問題なかった。食事では人によって合う合わないがあると思うが、丸亀製麺など、日本食の店も割とあるので、心配する必要はない。現地伝統の食べ物も試してみれば、美味しいものがあった。普通に生活していると野菜不足になりがちなので、スーパーでカットフルーツ等買うのがよいと思う。

最後に、自分は 3 週間のプログラムだったので、その立場からいうと、3 週間はあっという間なので、やってみたいことがあったらとにかくやってみること、授業に積極的に参加して沢山吸収することが大切だと思う。その観点からいうと、体調不良はロスとなるので、うまく管理したい。また、3 週間があっという間だったからだといって、6 週間の方がよかったと思ったかという、そうでもない。3 週間でも十分な経験ができたし、体力的には 3 週間で十分かなとは思った。

国際化サポート海外留学奨励金 留学報告書

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	円	
学用品費	円	
携帯・インターネット費	1500 円	
現地通学費	円	(研修先まで 5分)
教養娯楽費	円	
被服費	円	
雑費	円	
その他	10000 円	例:お土産
その他	円	例:
合計	51500 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
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: 日本で2万円をペソにかえた 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
現地で担当者の方が準備してくださっていた SIM を購入した。
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
現地のスーパーには日本食が売られていないので、カップみそ汁やお茶のパックなどを持っていくと良いと思った。

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？
お財布、スマホをカバンの中にしまい、外ではなるべく出さないようにしていた。
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。)

学校では不自由なくWIFIを使うことができたが、寮では接続が悪くWIFIをあまり使うことができなかった。

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 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)	シャワーヘッドが外れたり、ゴキブリが出たりすることがストレスだった。しかし、そこ以外はそれなりに整備されているのであまり不便は感じなかった。

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	グループレッスンでは毎日ペアを変えてロールプレイを行ったり、自分の考えを相手に伝えたりした。必死に伝えようとするが伝わらないことも多々あり、その度に英単語を1つずつ身に着けることができているなど感じられた。
2) 課外プログラムについて	有名な観光スポットをいくつか回った。フィリピンの人にとって偉大な人物の記念館みたいなおもしろいところ行ってみたが、あまり立ち止まることができなかった。詳しく知りたい人は事前に調べていくことをお勧めする。
3) 滞在先・現地での生活に関すること	教室の温度が低すぎて、震えながら授業をしたこともあったので、上着を持って行った方がよい。また、私は帰国してすぐにインフルエンザに感染していることが分かった。東南アジアではインフルエンザB型にかかりやすい。帰国の前後は体調管理をさらに気を付けた方がいいと思った。

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)

私がこの研修に参加した理由は、1年生の時に大学生の夏休みを経験して暇だなと感じ、2年の夏は少しでも有意義なものにしたいと思ったからです。実際に参加して、有意義だったと感じています。現地の先生は優しい方ばかりで、授業中に間違っても毎回励ましてくれました。そのおかげで間違いを恐れずに発言することができ、多くの学びを得ることができました。また、毎日7時間の英語学習によって英語の学力が向上したことはもちろん、寮で同じ生活をともにしていくうちに一緒に参加したメンバーと仲を深めることができました。ただ日本にいたら、2年生の夏休みもただただ生活を送っていたと思います。しかし、このプログラムに参加して多くの学びを得ることができ、参加してよかったと思います。

国際化サポート海外留学奨励金 留学報告書

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	22000 円	
図書費	0 円	
学用品費	0 円	
携帯・インターネット費	1300 円	
現地通学費	0 円	(研修先まで徒歩5分)
教養娯楽費	6000 円	
被服費	1300 円	
雑費	13500 円	お土産
その他	1800 円	例: 交通費
その他	円	例:
合計	45900 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: 日本円を5万円持って行って、そのうちの3万円ほどを両替して使った。 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
現地に着いた日に20GB分のSIMカードを500ペソ(約1250円)で購入し、学校、部屋以外で使う際に使用した。 部屋にはポケットWi-Fiが2日目に支給されたので、部屋では基本的にWi-Fiを使用していた。 学校では学校のWi-Fiを使っていた。
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
ドライヤーは日本のものを持っていくと200Vに対応していないことがあるので、それを確認して、海外用のドライヤーを購入して持って行ったことはよかった。また、みそ汁とお湯を入れて作れるお茶を持って行ったことで、リラックスすることができた。みそ汁だけでなく、コーンクリームスープや卵スープなどバリエーションがあってもよかったと思う。日本のお米を食べたい人はパックご飯を持っていくこともありだとは思いますが、荷物が多くなってしまうことが懸念される。モールの韓国料理店や日本料理店では、日本と同じお米を使っているところもあったので、そのようなところに行くこともありだと思う。カップ麺も持っていくことはありだと思いが、スーパーやコンビニでも日本のカップ麺を買うことは可能だった。洗濯の回数が少ないので、少なめに衣類を持っていく場合は、洗濯用洗剤やハンガーを持っていき、部屋で手洗いすると思う。

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?
事前学習で情報を収集した。盗難があると聞いたので、貴重品は小さなバッグに入れて、常に自分の前で持つことを心掛けた。また、貴重品を使い終わった後はなるべく早くしまうことも意識した。私はやっていないが、周りの人にはスマホホルダーをスマホにつけてスマホを持ち歩いている人もいた。 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。)

寮のポケット Wi-Fi は、時々つながらなくなったが、Wi-Fi の電源を一度落として、電源を入れるとつながるようになることがほとんどだった。少し Wi-Fi が弱いと感じることもあったが、基本的に生活する分には不自由なく過ごすことができた。他の部屋では、Wi-Fi がないところや部屋で電波が通じないところもあったようだ。そのような人たちはコモンスペースやロビーでスマホを使用していた。学校の Wi-Fi は通じにくくなることがあったり、教室によっては Wi-Fi がつながらず教室もあったりした。しかし、ほとんどの時間は不自由なくインターネットを使用することができた。

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 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)	
部屋は少し大きめの机と椅子が4つ、2段ベッドが2つあった。荷物を置けるスペースは限られていたので、荷物はなるべく少なめの方がよいと思う。何か忘れてしまったということがあっても、たいていは寮の目の前にあるモール内のスーパーで買うことができる。	

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	
マンツーマンレッスン 今まで発音の仕方を理解はしていても、なかなか実践することがなく、日本語英語になってしまっていたところをマンツーマンで先生に直してもらい、少し英語らしい発音ができるようになったと思う。	
2) 課外プログラムについて	
他の休日に自分たちで行ったところとはまた違って解説をしてくれるガイドさんがいたので、よりフィリピンのことを理解できると思う。また、課外プログラムに行く前に少しでもフィリピンの歴史について知っていると、より楽しむことができたと感じた。	
3) 滞在先・現地での生活に関すること	
寮の近くにモールがあるので、何か足りなくなってもそこで買い足すことが可能なので、必要以上のものは持って行かなくても大丈夫だった。日本料理や韓国料理など様々な国の料理のお店があるので、食に困ることはあまりないのではないと思う。危険だと言われているところに行かなければ、安全に過ごすことができるので、必要以上に心配することはない。	

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)

私がこのプログラムに参加した理由は、マンツーマンの授業があるからだ。私の留学の目的が、ネイティブスピーカーのようにきれいな発音で自分の意見を言うことができるようになることだった。この目的を達成するために最適なプログラムがこのエンデラン大学留学であると考えた。実際、マンツーマンの授業では、先生が私の発音を聞いて、細かいところまで発音を直してくれたため、今までよりも発音の仕方が理解でき、ネイティブに近づけたと感じられた。

生活面で困ったことがあれば、寮のマネージャーに相談すれば、たいていのことは解決できると感じた。また、授業の面で困ったことがあれば、日本語で対応してくれることもあり、授業に不自由さを感じることはないと思う。

私は初めて海外に行ったが、日本とは違うところに驚くことがあって、貴重な体験をできて行ってよかったと思っている。他の国へ行く留学よりも安く行くことができ、授業の時間が多くあるため、もし、金銭面の不安があって留学をためらっている人がいるのであれば、このプログラムをお勧めしたいと思う。

国際化サポート海外留学奨励金 留学報告書

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	3万 円	
図書費	円	
学用品費	円	
携帯・インターネット費	1000 円	
現地通学費	円	(研修先まで 10 分)
教養娯楽費	円	
被服費	円	
雑費	5000 円	
その他	1万 円	例: 旅費
その他	1万 円	例: お土産
合計	56000 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: 現地の空港で換金 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
明大生全員 GOMO という同じ SIM を使用した。20GB
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
正露丸等の薬 他のは基本的に全て近くのモールで揃います。 ジムがあるので必要な人は運動着もあると良いと思います。

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 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: シャワーが冷水しか出ない。Dormitory の管理者に相談
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?
行く場所の前調べは毎回入念に行った。また、バックは前に抱え、スリ対策をした。 実際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。)

部屋の中は伝播が弱いので、ロビーに人が集まっていることがありました。基本的には SIM で通信できます。また、大学内は WIFI があり、さくさくつながります。

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 type="checkbox"/> バス <input type="checkbox"/> トイレ <input 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)	寮はとても綺麗で生活しやすいです。基本的には明治大生 4 人で相部屋のため居心地が良く、よき友人ができます。洗濯物は週に 2 回収され、しっかり畳まれて返されます。部屋のゴミも毎日回収されます。大学、モールとも近く非常に生活しやすいです。

プログラム選択の参考となる点を記載してください	
1) 研修先での役立つと感じたプログラムや内容	毎日 4 時間のマンツーマンレッスンは非常に有意義でした。講師の方も優しくフレンドリーで、授業はもちろんですがお互いの文化について様々な意見交換を行いました。たまに伝統の料理やお菓子を持ってきてくれました。3 週間で英語を完璧に話せるようになるのは難しいですが、先生方のおかげで前向きに今後も語学に取り組もうという気持ちになりました。
2) 課外プログラムについて	2 週目の土曜日にマニラ市内を観光しました。個人的には団体行動よりも数人で自由に動くことが好きなので、課外プログラムの無い週末に自由に観光する方が好きでした。ただ、歴史的なスポットを巡り、しっかりと説明してくれるので利点もあると感じます。
3) 滞在先・現地での生活に関すること	現地に行く前は、フィリピンの生活環境は劣悪なのではないかと少し心配していました。しかし来てみれば寮や大学は綺麗で、目の前にあるモールでは何でも買うことができます。なんなら丸亀製麺やペッパーランチなど日本食もあります。生活環境については安心できます。

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)

この研修先を選んだ理由は東南アジアの中で英語圏であることが理由です。欧米に比べて費用も安く、また今まで行ったことのないような「良く分からない」国に留学してみたいと考えました。また、英語学習の内容としてマンツーマン授業の時間が長くあり、自分の意見を英語で伝える特訓に良いと考えました。結果としてこの理由でこの研修先を選んだのは妥当でした。 この研修を楽しむための秘訣は当たり前ではありますが、何事にも前向きに挑戦してみることだと思います。3 週間もいれば授業にはつかれることもありますし、食事が合わずお腹を下すことも人によってはあります。しかし、新しい表現を使ってみることや、現地の料理に挑戦したり、授業後にたくさん様々な場所に訪れることなど前向きにいろいろな事をするのが良いと思います。寮からタクシーで様々な場所に行けますし、週末には遠出することもできます。様々な場所に行って様々なことを経験し、様々な人と話すことが何より楽しかったです。 もし参加を迷っているのでしたら、是非参加をお勧めします。英語学習はもちろん、海外に住み様々な経験を積むために環境が確実にあります。少なくとも私にとっては最高に思い出深い 3 週間になりました。
--

国際化サポート海外留学奨励金 留学報告書

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	
図書費	0 円	
学用品費	0 円	
携帯・インターネット費	1280 円	
現地通学費	0 円	(研修先まで 徒歩 5 分)
教養娯楽費	0 円	
被服費	0 円	
雑費	5000 円	
その他	3000 円	例: grab
その他	8000 円	例: お土産
合計	47280 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
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: マニラの空港で一万円^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 <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
着いてすぐにプログラム全体で用意してくれた SIM をお金と交換して入れた Wi-Fi は学校のと寮のを使った
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
寮で履くスリッパはお風呂上がってすぐ履けるように布製じゃないものが良い 布のスリッパを持っていったので現地でサンダルを購入した

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？
バックは常にチャックを閉じて目に見えるところに持っていた 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。)

寮の私の部屋は4階で問題なくWi-Fiが使えましたが、一階などの部屋でWi-Fiはおろかインターネットさえ使えない部屋があったという話を聞いた。寮でWi-Fiが使えればSIM20ギガで問題なく足りました。

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 type="checkbox"/> バス <input type="checkbox"/> トイレ <input 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)	まずフィリピンはどこもトイレトペーパーが流せません。私はそれを知らなかったのだからかなりショックを受けました。覚悟しておくとういことです。学校や比較的大きなモールに行くトイレの個室にも紙がありますが、学校の横のモールのトイレの個室には紙がありませんでした。入り口で取っていくスタイルなので覚えておくとういことです。また、シャワーの水圧は弱くわたしの部屋はシャワーヘッドがかなりの頻度で外れました。ストレスですが、少しは慣れます。また、ゴミブリは週に3回くらい出ました。これも少しずつ慣れてきますが、部屋のみんで叫びながら倒れていて毎回疲れました。新聞紙をある程度持参した方がういことです。また、初日に現地のスーパーでゴミジェットのようなものを買って部屋に置いておくとういことと安心です。4人で一つの部屋を使うとういことと、行く前はすごく嫌でしたがいつもと違う環境の中で1日過して部屋に帰ると絶対に誰かいるし、夜になっても一人にならないとうい安心感は確実にあったので良かったとういと思います。楽しかったです。

プログラム選択の参考となる点を記載してください	
1) 研修先での役立とうと感じたプログラムや内容	マンツーマンレッスン 自分が話さないと進まないのとうい良い練習になったとおもいます
2) 課外プログラムについて	自分たちで出かける時は色々タクシーを呼んだり場所を調べたり大変でしたがみんなで行くとういこととバスで運んでくれる場所もついでにいけば有名な観光地に行けるのとういことも助かりました。みんな一緒なので他の部屋の子とも話せるよい機会です。ダル〜と言いながら参加してしまいましたが本当に楽しかったです。
3) 滞在先・現地での生活に関すること	クラブという安いタクシーはとても便利です。学校が寮から近いのでありがたかったです。

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)

私がこのエンデラン大学を選んだ理由はマンツーマンレッスンに魅力を感じたからです。私は自分の英語力の自信のなさから人前であまり発言することができないので、グループレッスンのみだと確実に授業についていけなくなるとおい思いました。実際マンツーマンレッスンは自分に合わせたペースで進んでいくので比較的安心です。また、分からないところはわからないとはっきり言った方がういことです。グループレッスンでも勇気を出して分かりませんとおいことはとても大切でういことです。先生たちはみんな優しく、質問してくれてありがとうとて言ってくれました。毎日の授業量はとても多いですが徐々に慣れてきます。

生活に関しては、わたしは初海外だったので特にカルチャーショックで最初の1週間はずっと帰国したいとおい思っていました。ですが、二週目あたりから慣れてきて少しずつ心にも余裕が出てきます。風邪をひいている子がかなりいたので風邪をひかないように体調管理には気をつけたほうがういことです。特に、氷は水道水で作られていることもあるみたいなのでドリンクを注文する際には氷を抜いてもらった方が良さそうです。お腹の薬は一応持参したほうがういことです。

最終的にはとても楽しかったです！

国際化サポート海外留学奨励金 留学報告書

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	35000 円	
図書費	0 円	
学用品費	0 円	
携帯・インターネット費	1250 円	
現地通学費	0 円	(研修先まで 分)
教養娯楽費	0 円	
被服費	3000 円	
雑費	円	
その他	5000 円	例:お土産代
その他	円	例:
合計	44250 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: マニラの空港で両替 その他用意したもの: <input 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
現地での引率者が用意してくれた SIM を使用。ただ、通信環境が悪かったので、自分で用意した方がいいと感じた。Wi-Fi は大学構内でのみ使用。
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
一通りの常備薬は必ず持って行った方がいいです。体調崩す人が多いです。あと粉末のスープ等朝ごはんにできるもの。

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: 体調を崩した(発熱・腹痛)) 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?
マンツーマンの先生に行きたい場所を話して、実際に現地の認識でも安全なところなのか聞いた。
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。)

寮のインターネット接続が不安定。階によるがなぜか Wi-Fi がある階があったりする。つながりやすいロビーによく滞在していた。

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3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)

洗濯回数が少ないので多めに着替えは持ってきておいた方がいいです。

プログラム選択の参考となる点を記載してください

1) 研修先での役立つと感じたプログラムや内容

アクセントトレーニングは実際にアメリカ英語の発音を細かく学ぶことができたので有益だった。

2) 課外プログラムについて

課外プログラムであるマニラ市観光を体調不良で欠席したので特筆すべき点はないです。

3) 滞在先・現地での生活に関すること

暑いと思われがちですが、日本の夏よりはすこしだけましです。しかし、夏のプログラムの時期は雨期にあたるので、スコールのような雨が降ることがあります。折り畳みは常に携帯しておいた方がいいです。

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)

この研修を選んだ理由は「他の短期プログラムのなかでも授業時間が多かった」点にあります。夏休みの間という短い間だったのでより濃い時間を過ごせるように授業時間に着目しました。最初はやはりしんどさもあると思いますが、数日経過すると慣れてあまりストレスを感じることなく授業を受けられるようになると思います。エンデラン大学の先生方もみんなとてもいい方だったので思ったことは何でも気兼ねなく相談するべきだと思います。そして何よりもまわりに同じ明大生がいたことが心強かったです。留学と一緒に経験することによって普段の生活では得られない人とのつながりが持てると私自身感じました。

国際化サポート海外留学奨励金 留学報告書

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	28000 円	
図書費	0 円	
学用品費	0 円	
携帯・インターネット費	1250 円	SIM 代
現地通学費	0 円	(研修先まで 8分)
教養娯楽費	0 円	
被服費	0 円	
雑費	4270 円	お土産代、Grab(タクシー)代
その他	円	例:
その他	円	例:
合計	33520 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: 出発前に羽田空港で約 3 万円分を両替しておきました。 その他用意したものの: <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 カードは現地に着いてから大学内で一斉に料金を払って購入しました。 Wi-Fi は現地のスタッフに ID やパスワードを教えてもらって接続しました。
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(腹痛用のもの、風邪薬)、日焼け止め、日傘、延長コード、アルファ米、ゼリー飲料、冷房対策(カーディガンなど羽織るもの、長ズボン)、衣類用洗剤、のど飴 現地の食事は肉や揚げ物が多く野菜不足になりがちだったので、インスタントの野菜スープなどを持って行けばよかったと思います。中にはビタミン剤を持って来ていた人もいました。

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?
危険地域はオリエンテーション等で現地スタッフの方が教えてくださり、しおりにも記載されていました。 防犯対策として、外出時は手荷物を必要最小限にし、カバンは常に肩から下げて前に持つようにしました。
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。)

大学内のWi-Fiは特に問題なかったものの、寮のインターネット接続は少し不安定でした。Wi-Fiの接続が時々切れたり、通信が遅い時があったりしました。寮のWi-Fiは私が滞在した階にしか教えてもらえなかったらしく、寮ではWi-Fiが使えなかったという人も多かったです。

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)	
寮の部屋は綺麗で、ハウスキーパーの方がほぼ毎日部屋の掃除をしてくださいました。ただ、部屋によっては高頻度で虫が出るので、殺虫スプレーを現地で購入するか防虫グッズを日本から持って行くことをお勧めします。お風呂はシャワーしかなく、水や熱湯が出てくる場合もあるので注意が必要です。私の部屋ではシャワーヘッドが頻繁に外れました。洗濯は週に2回ありますが、予定日に返ってこなかったり他の人の洗濯物と混ざっていたりすることがありました。そのため私は約1週間分の服を持って行き、下着は自室で洗って干していました。	

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	
Oral Communication や Social Club(グルーブセッション)ではペアワークや自分の考えを発表する機会が多くあり、教室を出て大学内の人やマンツーマンレッスンを受けている他の生徒にインタビューすることもあったためスピーキング力やコミュニケーション能力を上げるのに役立ったと思います。	
2) 課外プログラムについて	
フィリピンの歴史や文化が学べたのはよかったのですが、施設を見て回れる時間が非常に少なかったり無駄な待ち時間があったりして手際があまり良くなかったのは残念でした。	
3) 滞在先・現地での生活に関すること	
現地の方はとても優しくフレンドリーでした。大学や寮付近の治安はとても良かったです。学食はレポートリーがあまりなかったものの毎回外に買いに行く手間を考えると頼んで良かったと思います。フィリピンではどこに行ってもトイレトペーパーを流せないで注意が必要です。場所によってはトイレトペーパーが置いていない所もあるのでティッシュペーパーは常に持ち歩いた方が良いでしょう。しおりの持ち物にパソコンと書いてありましたが私は全く使わなかったのを持って行かなくても問題ないと思います。	

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)

私がこのプログラムに参加した理由は主に2つあります。1つ目は、費用が比較的安い上に他のプログラムではなかなかできない1日7時間の授業で自分の英語力がもっと伸びるのではないかと思ったからです。2つ目は、留学してみたいという気持ちはあるもののいきなり長期の留学に行くのはハードルが高かったため、まずは短期の語学研修に挑戦してみようと思ったからです。実際に英語力が上がったかどうか実感はあまりありませんが、プログラムの終わりの方に受けたテストの点数が最初に受けた時よりも上がり、先生方に自分の発音などを褒めてもらい自信が付き、今後学習していく上でのアドバイスももらえてとても勉強になりました。その上色々な人と出会うことができ、異文化をじかに感じることで普通の大学生活より格段に充実した3週間を送れたので、本当に行き良かったと思っています。私がこのプログラムに申し込んだ時はほとんど知り合いがいなくて不安でしたが、授業や普段の生活を通してたくさんの人と仲良くなれたので、勇気を持って積極的に話しかけるのが大事だということも学びました。今後この研修への参加を考えている方の中には、英語力に自信がないという人もいます。ですが現地の先生方は、言葉が詰まってしまってもちゃんと話を聞いたり励ましたりしてくれる優しい人達なので、恥ずかしがらず失敗を恐れずにとにかく伝えようと努力してみてください。

国際化サポート海外留学奨励金 留学報告書

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	38000 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10分)
教養娯楽費	0 円	
被服費	13000 円	服が不足してしまったため現地で購入した。
雑費	0 円	
その他	1300 円	例: sim
その他	9000 円	例: グラブ、ウエットティッシュ、お土産など。
合計	61300 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
3週間の場合はビザ申請がなかった。
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:10万円持っていき、マニラ空港到着後すぐに空港内で3万円換金した。また、ショッピングモールで1万円換金した。 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
初日に全員でSIMカードを購入し、設定まで行った。寮にWiFiはない。学校やヴェニスモールでは利用できる。
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
味噌汁と常備薬は準備していた良かった。ヘアアイロンと紙コップは必要だと思った。パソコンは授業で一切使わなかったため持っていく必要はない。また、服は多めに持っていくことをおすすめする。

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 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: 自分を含めルームメイト全員で体調不良になってしまったが特に相談はせず、準備していた薬を飲んだ。自分はすぐに回復したが、友達は風邪の症状が1週間ほど続いていた。また、2日間突然蕁麻疹が体中に出ってしまったが、病院に行くと8時間ほどかかると聞いたため、病院には行かずに薬局で薬を処方してもらった。
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?
外務省のホームページから危険地域の情報を収集した。さらに事前学習の時に防犯対策を教えていただいたため、その注意事項に気を付けて行動していた。バックは常に前にしてもっていた。盗難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。)

寮の部屋では接続が不安定だったが、ロビーは接続が安定していた。ショッピングモールでは Wi-Fi が使える。

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 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)	シャワーの水圧が日本と比べて弱いため初めは使いにくいと思うが、段々慣れてくるためそこまで気にならなかった。しかし水温が非常に熱かった。トイレは天井から水滴が垂れてくる時があった。インターネットがほとんど利用できないため、SNS を見る代わりに翌日の授業の予習や宿題をして早めに寝ていた。ランドリーサービスが火曜日と金曜日の2回で、火曜日に出したら金曜日に返却されるため服が足りなくなった。出した洗濯物が他の人のところに混ざっていた人が多かった。非常に小さいゴミブリが3週間で30匹確認できたが、アリほどの大きさなので問題はなかった。1階には出ないらしいが4階の部屋には出る。初めは日本と比べてあまり快適ではないと感じたが最終的には慣れるのでこれも文化の一部として理解することが大切だと思った。

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	個人的にはアクセントトレーニングとチャッターボックスが非常に役に立った。アクセントトレーニングでは発音の基本からしっかり指導してくれるため、自分の苦手な発音を理解して、その発音矯正に集中することができた。チャッターボックスでは様々なトピックについて先生と話したことが自分にとって有益であった。特にあるトピックではこの単語がよく使われているのかというように新たな発見があった。
2) 課外プログラムについて	2週目の土曜日に様々な場所をまわった。特にリサール公園ではフィリピンの英雄であるホセ・リサールについて詳しく知ることができた。また、ナショナルミュージアムではフィリピンの植物や海の生き物が展示されており、日本では見ることのできない自然が魅力的だった。そして、La Fiesta でディナーを食べた後にマニラベイの海の夜景がとても綺麗だった。1日でたくさんの名所に行くことができて満足だった。
3) 滞在先・現地での生活に関すること	フィリピンのトイレではトイレトイレットペーパーがないところもあったのでティッシュペーパーを常に持ち歩いていた。ショッピングモールのトイレは比較的綺麗だった。お会計の時にカードが使用できないお店もある。現金はなるべく小さいお金を持ち歩いていた。

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)

私は高校生の頃から留学に興味を持ち、大学生になったら絶対に留学したいと思っていた。このプログラムは、4時間のマンツーマンレッスンに加え、3時間のグループレッスンが特にスピーキングスキルを伸ばしたい私にとって魅力的だった。初めは先生と話すことに緊張して、中々自分の伝えたいことを上手く伝えられなかったが、先生方が親切に接してくれて、上手く伝えられなくても伝えようとする姿勢が大切だと気付かせてくれた。また、グループレッスンでは、英語に対するモチベーションが高い仲間だったため、自分も良い刺激を受け、積極的に発言するように意識していた。さらに、時間が経つにつれ、英語を話すことに抵抗がなくなり、自分の伝えたいことを伝えるまでに時間を要することがなかった。生活面に関しては、時々不満に思ってしまうこともあったが、段々受け入れられるようになった。毎日通っていたショッピングモールではカフェの店員さんと仲良くなったり、お店の店員さんと話したりしていた。フィリピンの生活と日本の生活スタイルは全く異なるため、普段出ない症状が出る可能性があるので常備薬を多めに準備しておくことをおすすめする。最終日にはマンツーマンの先生とお別れするのが悲しくなるほど良い関係を築けていた。フィリピンの研修以外にもたくさんの短期留学のプログラムがあるが、私はこのプログラムを選んで良かったと思う。

国際化サポート海外留学奨励金 留学報告書

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	38750 円	
図書費	0 円	
学用品費	0 円	
携帯・インターネット費	33070 円	ポケット Wi-Fi(自分用):28820円、SIM カード:約1250円(500ペソ)
現地通学費	0 円	(研修先まで 徒歩 5 分)
教養娯楽費	2500 円	お土産代
被服費	0 円	
雑費	0 円	
その他	2500 円	例: 交通費(grab)
その他	円	例:
合計	76820 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

クレジットカードを持っていくために新たに作成する場合は、出国の直前ではなく、3か月前くらいから準備しておかないと出国に間に合わないことがあるので、早めに準備するべきだと思います。

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: 羽田空港で1万円換金、ニノイ・アキノ空港で2万円換金、ベニスモールで2万円換金
帰国時、約5000円の残金

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
クレジットカードを作らなくても生活はできるが、grab を使うときに必要になります。
クレジットカードが使えないお店もあるので、現金をある程度持っておくことを推奨します。

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

現地の担当の方があらかじめ用意していただいた SIM カード(GOMO)を購入しました。
SIM カードは寮に到着後、全員でエンデラン大学に向かい、3階の食堂で大学の Wi-Fi に繋ぎながら登録を進めました。
Wi-Fi は大学の施設であれば、接続できます。
(事前にもらった資料には、寮では各部屋にポケット Wi-Fi が支給されるという記述がありましたが、支給されませんでした。)
私はパソコンを使用する予定だったので、日本でポケット Wi-Fi を申し込み、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

(持って行って良かったもの)
ビニール袋、ジッパー付き袋、洗濯ネット、延長コード、ラゲッジスケール、折りたたみウォータータンク、マスク、パーカー、フィルム石鹸、小銭入れ
(準備したほうが良かったもの)
風邪薬、固形石鹸、乳酸菌タブレット

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？

<p>事前に配布された資料や大学の図書館にあった本から危険地域情報を収集しました。 防犯対策として、斜め掛けのカバンをアウターの下に忍ばせていた。 危険な地域に近づかなければ、基本的には安全だと思います。</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>SIM カードの登録さえできれば、携帯電話を快適に使用できます。 大学の Wi-Fi も快適に使用できます。 借りていったポケット Wi-Fi は、不安定になることがあったが、基本的には満足して使えたので、必要であれば持っていくとよいと思います。</p>

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 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)
<p>滞を開始日の夜に大きなゴキブリが3匹くらい廊下だったので、この先何匹もゴキブリを見ることになるだろうと覚悟していましたが、その日以降に見たのは2, 3匹の小さいゴキブリだけでした。この研修に参加していたほかの方から聞いた話によると、4階では何匹もゴキブリが部屋に出没していたので、4階に割り当てられる人はゴキブリに何度も遭遇することになる可能性が高いと思われます。滞在先では、シャワーの温度が熱かったり、トイレが詰まったりしたが、寮の職員の人に相談すれば、すぐに直してくれるので、何か不具合が起きたらすぐに相談するとよいです。部屋割りは寮に到着後、ロビーで発表され、私は部屋が同じ人と行動を共にしていました。寮の隣にはセブンイレブンがあり、目の前にベニスモールがあるので、立地はとても良いと感じました。門限は22時で、毎日寮の職員の人々が部屋に確認に来て、起きている人だけで写真撮影をしました。洗濯は週二回で、すぐに返却されるわけではないので、洋服類は多めに持っていくとよいです。3階の一番奥の部屋にある冷蔵庫、ウォーターサーバー、電子レンジを利用していました。歯磨きのときやコンタクトレンズを着ける前に手を洗うときに使用する水は、水道水だとおなかを壊したり、目に炎症が起きたりするかもしれないと考えたので、折りたたみウォータータンク(日本のダイソーで購入)にウォーターサーバーの水を入れて部屋に保管しておいて、その水を使用していました。2段ベッドが2台置いてある部屋にエアコンがあり、乾燥しがちなので、寝るときはマスクをして風邪予防をするとういことです。</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>マンツーマンレッスン(Accent Training, Chatter box) Accent Training は発音を学ぶことができました。私は S と TH の発音の区別がきちりできていなかったことに気づき、改善することができた。 Chatter box では、プレゼンテーションが苦手だということに先生が気づき、人前で発表する機会を多く設けてくださり、self-confidence の改善に取り組むことができました。 マンツーマンレッスンでは、自分が何を学びたいのかを先生に伝えれば、それに合わせてくれると思うので、先生とともにより良い授業を作り上げていく意識を持つとよいと思います。また、日本ではなくフィリピンなので、先生に対して遠慮することなく、フランクかつフレンドリーに接していけば、楽しく授業を受けられると思います。</p>
2)課外プログラムについて
<p>2週間目の土曜日に課外プログラムがあり、有名な観光地をガイド付きで回ってくれるので、とても楽しむことができました。私が2週間目の木曜日あたりで体調を崩したように2週間目は疲れがたまって、体調を崩しやすいので、体調管理をきちりして、ぜひ参加してほしいと思います。</p>
3)滞在先・現地での生活に関すること
<p>近くにあるベニスモールはベニスという名前通りのイタリアの雰囲気コンセプトとなっているので、レストランはパスタやピザを販売している店が複数ありました。また、バーガーキング、マック、ケンタッキー、丸亀製麺など日本でも有名なお店もありました。スーパーもあり、歯ブラシ、ボディソープなど豊富な品揃えだと感じました。 マンツーマンレッスンはすべてベニスモールにある大学の部屋で行われ、グループ授業は1週目に大学の教室を使っていたが、2週目以降はベニスモールにある大学の部屋でグループ授業を行うようになり、ベニスモールでほとんどのことが完結するようになりました。</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)

今回、私がこの研修先を選んだ理由は、マンツーマンレッスンに魅力を感じたからです。私は、中学生のころから英語のリーディングやリスニングをメインに学習してきた、大学入学後スピーキングやライティングの能力がとても低いことに気が付きました。そこで、マンツーマンレッスンを通じて、これらの能力を改善したいと考え、このプログラムに参加することにしました。今現在、帰国して、これらの能力がどの程度になっているかはわかりませんが、英語に対する熱意は出国前よりも高まっているので、今後も引き続き学習を続けていきたいと考えています。

現地での生活は、慣れればそこまで不便には感じないと思います。現地での生活に早く順応したいと思うのであれば、日本の当たり前とフィリピンの当たり前が違うことを頭に入れ、フィリピンの当たり前を受け入れる心構えをもつ必要があると思います。

テストに関しては、エンデラン大学で行われるセレモニーの後にリーディング、リスニング、ライティング、スピーキングのテストを受け、その結果に応じて、クラス分けされます。クラス分けはグループ授業のときのメンバーと午前中にマンツーマンレッスンをやるのかグループレッスンをやるのかを区別するときに活用されます。

私はこの研修に参加し、初めて海外に出て、充実した日々を送ることができ、とても良い経験ができたと感じています。そのため、もし、この研修に参加する機会をつくれるのであれば、ぜひ参加してほしいと思います。