

国際化サポート海外留学奨励金 留学報告書

研修名	チチェスターカレッジ研修
-----	--------------

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	約120000 円	フランス、スコットランドに旅行した時の食事代も含む
図書費・学用品費	0 円	
携帯・インターネット費	約7000 円	
現地通学費	0 円	(研修先まで 0 分)
教養娯楽費	約40000 円	
被服費	約8000 円	
雑費	約15000 円	
その他	約64000 円	例: フランス、スコットランドを旅行したため
合計	254000 円	

渡航準備について

1) 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: 5万円ほど現地に日本円を持って行った。
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

2) どの方法での支払いが役に立ったか等があれば記載してください
イギリスでは現金が使えないところがあるので、クレジットカードやキャッシュパスポートが役立ちました。特にキャッシュパスポートは足りなくなったら家族にお金を追加してもらえるので便利でした。

3) 現地で使用する通信手段(SIM カード、WiFi)は何を用意しましたか。良かった場合は具体的に記載してください。
海外携帯 ICHIBA を使っていましたが、個人的には入れ替えの必要がない eSIM の方が便利だと思います。友達が eSIM を使っていましたが、そちらの方が現地でのネットワークのつながりが良かったと思います。

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
カレッジの寮にはドライヤーがなかったので持って行って正解でした。また、現地のお米はタイ米が多く、口に合わなかったので日本米のバックご飯を準備した方が良かったと思います。

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)
☒ 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？
YouTube など事前に気を付けなければいけない行為などを確認していました。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。
イギリス全体において日本よりインターネットとの接続がかなり悪い印象を受けました。特に私が滞在していたチチェスターはかなり通信環境が悪かったです。

滞在形態関連

1) 留学中の滞在先の種類 2) 部屋の形態

☒ 寮・アパート ☐ ホームステイ ☐ ホテル ☒ 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)

4)感想:(滞在先の感想、これから留学する人のためのアドバイス等)

寮には様々な国からの留学生がいて、日常生活を共にするので自然と仲良くなり、とても楽しかったです。ただ積極的に話しかけないと短い期間でなかなか仲を深めることはできないと思うので、積極的にコミュニケーションを取ることが大事です。

プログラム選択の参考となる点を記載してください

1)研修先授業およびプログラムの良かった点、良くなかった等を記載してください。

研修先のプログラムは、スピーキングやディスカッションが多く様々な国の留学生と英語で意見を交わすことができ、大変勉強になりました。また、クッキング動画を作るといったユニークな課題が出たり、英語で他国の留学生と共同でプレゼンテーションをする機会もあったので自分自身の成長につながったと思います。

2)課外プログラムについて

ディスカッションクラブに参加しましたが、日本人の学生しかおらず、他国の留学生が全くなかったのであまり勉強になりませんでした。授業や寮の共同キッチンで話している方が英会話の練習になると思います。他国の留学生はあまりクラブ活動に参加しておらず交流が図れなかったため、そこは残念でした。

3)現地での生活に関すること

寮の共同キッチンは寮に滞在している留学生は必ず使うので、キッチンで交流を図ることが多々ありました。部屋にはヒーターなどもあり、比較的暖かく過ごすことができました。カレッジの周りにはカフェやパブなどがたくさんあり、放課後そういった場所で過ごすのも楽しかったです。また、ブライトンやポーツマスなどチチェスターの近くにも楽しい街がたくさんあったので放課後遊びに行くことも多々ありました。

交流等について

1)プログラム内で現地学生等との交流があれば記載してください。

カレッジ滞在中に科学展示会が開催され、現地の学生が作った作品を見に行く機会があり、そこで作品を体験させてもらいながら話をすることがあり勉強になりました。

2)プログラム外で交流等を行った場合、どのようにして交流したか、何をしたか等を記載してください。

寮の共同キッチンで話をしたり、料理を作ってもらったりとキッチンで交流を図ることが多かったです。キッチンで仲良くなった他国の留学生とパブに行ったこともありました。また、パブでも地元の人々と話す機会があり楽しかったです。

異文化体験について

1)日本とは異なると感じた、印象に残る体験があれば紹介してください。

他国の留学生は授業中に積極的に発言したり、意見を言うところが日本の学生とは全く違うと感じました。また、パブに行った時もイギリスの人々は初対面の人にも物おじせず、積極的に話しかけに行くなど日本と積極性が全く違うと感じました。また、イギリスでは信号が変わるのがとても遅いので、みな横断できるタイミングで道路を横切っていたのが印象的でした。

留学体験記

研修や生活全般、今後の学生生活への抱負等、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)

研修では、特に寮のキッチンや授業で他国の学生と交流をすることができ異なった価値観や考え方に触れて大変勉強になりました。研修中は日常的に英語で会話しなければならなかったため、自然と英会話力も向上したと感じています。ただ、何事も自分から積極的に取り組まなければ、留学に行っても大きな成長はないと思うのでこの研修を検討している方は、「積極性」を大事にこの研修に取り組んでほしいと思います。また、私は放課後パブにほぼ毎日通っていたのですが、そこには地元の年齢層の幅広いイギリスの人々が多くいるので、そういった人々と交流を図るのも楽しいですよ。政治の話や音楽の話など様々な価値観に触れられて、またネイティブの人との英会話の練習になるのでお勧めです。ぜひ行ってみてください。

国際化サポート海外留学奨励金 留学報告書

研修名	EF Perth 校
-----	------------

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	現地外食費
図書費・学用品費	円	
携帯・インターネット費	5600 円	
現地通学費	6000 円	(研修先まで 35 分)2000 円/週
教養娯楽費	35000 円	ツアー、水族館、動物園、その他アクティビティ
被服費	円	
雑費	15000 円	スーパーマーケットでの買い物など
その他	15000 円	例:お土産
合計	約 100,000 円	

渡航準備について
1) 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
2) どの方法での支払いが役に立ったか等があれば記載してください
クレジットカードが便利 現金は一万五千円を両替していき十分だった
3) 現地で使用する通信手段(SIM カード、WiFi)は何を用意しましたか。良かった場合は具体的に記載してください。
e-SIM (Airalo) 学校や家では Wi-Fi につなぐことができ、20GB で十分だった
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

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？
基本的には安全だったが、夜遅くなる時は di-di を利用していた。
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。
問題なし

滞在形態関連	
1) 留学中の滞在先の種類	2) 部屋の形態
☐ 寮・アパート ☒ ホームステイ ☐ ホテル	☐ 個室 ☒ 相部屋(同居人数 2 人)
3) 共有部分	
☐ バス ☐ トイレ ☒ キッチン(☒ 自炊可 ☐ 自炊不可)	

4)感想:(滞在先の感想、これから留学する人のためのアドバイス等) 私の家はとても広く、家族もやさしかったため過ごしやすかったが、中には、環境が悪い、家族が怒りっぽい、学校から遠いなどの理由でステイ先を変更している人もいた。EF では寮での生活も選べるので、自分に合った方を選択するとよい。現地の人の暮らしを実際に体験したいならホームステイ推奨。
--

プログラム選択の参考となる点を記載してください
1)研修先授業およびプログラムの良かった点、良くなかった等を記載してください。 春休みということもあり、私の通う学校には日本人も多くいたが、授業にはどのレベルも多国籍の学生が参加しており、文化交流ができた。1クラス 15 人程の授業だが、質問が飛び交っていてとても活発だった。CEFR のレベルによってクラスが決まるため、自分のレベルにあった授業を受けられる。クラスが合わない場合は変更できるのが良いと思った。
2)課外プログラムについて 多くのアクティビティプログラムが用意されていた。授業内での友達はもちろん、ほかのクラスの学生とも仲良くなるきっかけになったので、積極的に参加するとよい。
3)現地での生活に関すること Perth は平和な街として知られているが、日本比べて不審者は多いと感じた。ステイ先の地域によっては、夜一人で出歩くのは危険な場合もあるので、ホストファミリーに確認するのがよい。店員やバスの運転手は非常に親切な方が多く、聞き返すとゆっくり言い直してくれるため、買い物にはほとんど困らなかった。

交流等について
1)プログラム内で現地学生等との交流があれば記載してください。 語学学校のため現地学生との交流はないが、世界各国からの留学生がおり、15 か国以上の方と話ができた。
2)プログラム外で交流等を行った場合、どのようにして交流したか、何をしたか等を記載してください。 学生が集うバーが毎週開催されており、そこでは学校外の人とも交流が可能。

異文化体験について
1)日本とは異なると感じた、印象に残る体験があれば紹介してください。 東京とは大きく異なり、時間の流れがとてもゆっくりとしている。日曜日や祝日はほとんどの店が 5 時に閉店してしまう。また、就寝時刻もとても早く、10 時くらいには寝てしまう家庭が多い。 授業内では、フランス人やイタリア人の発言量に驚いた。わからないことがあると、すぐに先生に尋ねる姿をみて、日本との違いを感じた。

留学体験記

研修や生活全般、今後の学生生活への抱負等、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)

この留学は、自分を見つめなおす貴重なきっかけとなりました。幼い頃から漠然と留学に憧れていたものの、明確な目的を見出せず、なかなか決断できずにいました。しかし、大学 2 年の夏が終わろうとする頃、自分が何に熱中しているのか分からず、このまま大学生活を終わらせたくないという思いから、留学をより具体的に考えるようになりました。当初、別のプログラムを希望し、選考を受けましたが、参加することができず、留学を諦めることも考えました。それでも、今挑戦しなければ、同じような機会は二度と訪れないかもしれないと感じ、他のプログラムに応募する決意を固めました。 振り返ってみると、あの時留学を選んだことは本当に良かったと感じています。日本での遊びやアルバイトの日常では得られない、数多くの貴重な経験を積むことができました。英語の学習は日本でも可能だと思いますが、まったく異なるバックグラウンドや価値観を持つ人々と触れ合い、視野を広げることができたのは、留学ならではの魅力です。少しでも留学に興味があり、チャンスがあるのであれば、ぜひ勇気を持って一歩踏み出してみてください。きっと、新しい何かと出会い、自分自身を大きく成長させる素晴らしい経験になるはずです。
--

国際化サポート海外留学奨励金 留学報告書

研修名	CCEL クライストチャーチ英語研修
-----	--------------------

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	40000 円	
図書費・学用品費	0 円	
携帯・インターネット費	11000 円	eSIM 代
現地通学費	6000 円	(研修先まで50分)
教養娯楽費	35000 円	スクールトリップや、友達との交際費
被服費	0 円	
雑費	12000 円	お土産代等
その他	0 円	例:
合計	104000 円	

渡航準備について

1) 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: 成田空港内の両替所において、10000円と交換。
 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

2) どの方法での支払いが役に立ったか等があれば記載してください
 基本的にキャッシュレス決済の国なので、クレジットカード、デビットカードを使う機会が極めて多い。しかしながら、PayPay 等が使えないため、ある程度の現金(できるだけ細かいもの)の用意があると、割り勘等の状況に便利なので、現金の準備も大切。

3) 現地で使用する通信手段(SIM カード、WiFi)は何を用意しましたか。良かった場合は具体的に記載してください。
 Holafly という会社の eSIM を使った。簡潔に言えば、何一つ不自由のない、とても優れた eSIM であったといえる。1日単位で利用日数を申請できるうえ、値段も非常に良心的で、さらにデータ無制限なので、データ制限の恐れを全く感じることなく、好きに利用できた。特に、通信が遅い等の支障を感じる機会は無かったし、設定方法もきちんと調べれば、小学生でもできる程度のものであったため、非常にお勧めできる。

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
 一つは、スーツケースのレンタルサービスの利用があげられる。明治大学生ならば、10%OFF の割引もある。私は、海外旅行用の大きいスーツケースを持っていなかったため、わざわざ新しいものを買うよりも、レンタルサービスの利用のほうが自分に合っていたと思う。あとは、クライストチャーチは夏でもそこまで熱くないので、半袖は最悪なくてもよいので、長袖をたくさん持っていくべき。

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: 友達がパスポートをなくしてはいた。

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?
 外務省のたびれじの登録等を行った。実際被害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。
 不満を感じたことは一度もなかった。

滞在形態関連

1) 留学中の滞在先の種類 **2) 部屋の形態**

☐ 寮・アパート ☒ ホームステイ ☐ ホテル ☒ 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)

4)感想:(滞在先の感想、これから留学する人のためのアドバイス等)

ニュージーランドは、多民族国家で、いろんな国出身の人がいる。私のホストマザーは、ウイグル人で、イスラム教信者だった。ただ、人としての礼節は万国共通だと思うので、常に感謝と節度を忘れないことが大切。

プログラム選択の参考となる点を記載してください

1)研修先授業およびプログラムの良かった点、良くなかった等を記載してください。

授業は日本の学校と同様に文法の比重が大きいので、授業のみで、英語力の大幅な向上を目指すのは難しい。クラスメートもほぼ全員、スピーキングやリスニングの時間が少ないと感じていた。ただ、先生自体は、みないいい人だし、私の場合は、あまりに最初のクラスが簡単だったので、頼んだら、クラスの変更も認めてもらえた。学生の意見を真摯に聞く姿勢はある。

2)課外プログラムについて

結構いろいろあるが、どれも気軽に手を出せる値段ではない。ただ、ニュージーランドに来る機会など、人生においてそう多くないので、週末のスクールトリップはすべて貴重でいい経験になると思う。また、平日の放課後のアクティビティも、交友関係を広げるいい機会になるだろうから、積極的に参加したほうがよい。

3)現地での生活に関すること

ニュージーランドは基本的に、日本と同様に先進国なため、そこまで困る機会はないと思う。ただ、バスは普通に10分以上遅れるので、行きの家をでる時間とかは、それをこみで考えるべき。スーパーマーケットとかは、全て午後9時には締め、コンビニとかもないので、夜にそんな娯楽はない。逆にそれが健康的な生活につながる良い機会となると思う。

交流等について

1)プログラム内で現地学生等との交流があれば記載してください。

正直、ほぼなかった。

2)プログラム外で交流等を行った場合、どのようにして交流したか、何をしたか等を記載してください。

同じホームステイ先の学生(ルームメイト的な感じ)が、インドネシアからの留学生だが、現地の大学に進学していた。彼とは、何せ泊まる家と同じなので、英語で、現地の大学に関する情報とか話す機会がとても多くあり、非常にいい経験になった。

異文化体験について

1)日本とは異なると感じた、印象に残る体験があれば紹介してください。

一番印象に残っているのは、同じホームステイ先で泊まる学生たちと、部屋でお酒飲むながら話したこと。一人は、18歳のインドネシア出身の男子、もう一人は、26歳のウイグル自治区出身の女子、そして、私の三人が、その場にいた。三人とも、母国語は英語じゃないし、私は、インドネシア語もウイグル語もさっぱりだが、英語があればそういう人たちともある程度意思疎通がとれ、とても楽しい時間を過ごせた。英語は、英語を話す人々と繋がるツールであるが、そのみならず、母国語が異なるすべての人とつながる可能性を秘めた言語なんだと実感できた。英語をより一層学びたいと思うきっかけになった、忘れられない経験となった。

留学体験記

研修や生活全般、今後の学生生活への抱負等、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)

間違いなく、人生で一番有意義だった一か月になったといえる。英語を学ぶ意義を、実際に試してみることで改めて実感できたし、異文化交流もできた。普段触れることないいろいろな種類の人々と、接することができ、とても良い刺激を得られた。これまで、海外に行った事すらなく、ほぼ単一民族国家の日本にずっと住んでいたの、人種、文化、考え方、が多岐にわたるニュージーランドに行くことができて本当に良かった。逆に日本や、本学にいる留学生に人々もたくさんいると思うので、今後は、そういう人たちともっとかかわっていきたい。お金では買うことのできない、本当に貴重で有意義な経験を得られた。

国際化サポート海外留学奨励金 留学報告書

研修名	CCEL Christchurch 英語研修
-----	------------------------

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	25,000 円	
図書費・学用品費	0 円	
携帯・インターネット費	10,000 円	
現地通学費	2,000 円	(研修先まで 30 分)
教養娯楽費	40,000 円	
被服費	5,000 円	
雑費	10,000 円	
その他	0 円	例:
合計	92,000 円	

渡航準備について
1) 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
2) どの方法での支払いが役に立ったか等があれば記載してください
クレジットカード
3) 現地で使用する通信手段(SIM カード、WiFi)は何を用意しましたか。良かった場合は具体的に記載してください。
SIM カード
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
日本の食べ物やお土産

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？
荷物は常に手に持つようしていた。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。
Wi-Fi が通じにくい場所が多かった

滞在形態関連	
1) 留学中の滞在先の種類	2) 部屋の形態
☐ 寮・アパート ☒ ホームステイ ☐ ホテル	☒ 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)	

4)感想:(滞在先の感想、これから留学する人のためのアドバイス等) 家がとてもきれいで住みやすく食事もおいしかった。
--

プログラム選択の参考となる点を記載してください
1)研修先授業およびプログラムの良かった点、良くなかった等を記載してください。 良かった点としてはグループでの活動が多く様々な人と楽しむことができた。 良くなかった点としては日本人が多いため日本語が聞こえてくること。
2)課外プログラムについて 課外プログラムは充実しており、ニュージーランドの観光地や有名なところを周ることができた。
3)現地での生活に関すること 物価が日本よりも高いため気を付けないと予算オーバーになってしまう点

交流等について
1)プログラム内で現地学生等との交流があれば記載してください。 日本人が多いがタイ人や中国人とも交流ができた。
2)プログラム外で交流等を行った場合、どのようにして交流したか、何をしたか等を記載してください。 英語を使い典型的な質問をしたり、写真を見せあってニュージーランドでしたことを話して交流した。

異文化体験について
1)日本とは異なると感じた、印象に残る体験があれば紹介してください。 日本とは異なりニュージーランド人は生活に焦りがなくゆったりと暮らしていると感じた。 仕事の勤務時間は日本より少なく、家族との時間を大切にしていると感じた。

留学体験記
研修や生活全般、今後の学生生活への抱負等、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) CCCEL 内には日本人、タイ人、中国人などのアジア系の人種の方が多くいた。初めは緊張して日本人としか積極的に話しかけに行けなかったが、勇気を出して話しかけると仲良くなることができて遊びに行くような関係にもなれた。恥ずかしがらず積極的に話そうとする姿勢が大切だと実感することができた。また、日常生活において自身の英語力のなさを痛感することが多々あった。日本へ帰国後も英会話をするなどをし、英語力をあげていこうと思う。またこれから CCCEL へ留学に行く方は渡航前に英会話を行っていくことを勧める。少しでも英語での会話に慣れることで現地での会話の頻度も増えると思うからだ。

国際化サポート海外留学奨励金 留学報告書

研修名	2025年オックスフォード春季英語研修
-----	---------------------

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	20100 円	
図書費・学用品費	0 円	
携帯・インターネット費	980 円	
現地通学費	12300 円	(研修先まで30分)定期代
教養娯楽費	40420 円	
被服費	6200 円	
雑費	0 円	
その他	0 円	例:
合計	80000 円	

渡航準備について
1) 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: 日本で外貨両替をしました。 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
2) どの方法での支払いが役に立ったか等があれば記載してください カードが役に立ちました。現金は一度も使いませんでした。
3) 現地で使用する通信手段(SIM カード、WiFi)は何を用意しましたか。良かった場合は具体的に記載してください。 屋外では海外データストリーミングを使用しました。ホームステイ先と学校では WiFi を使用しました。
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 日本の風邪薬は持って行き助かりました。海外の風邪薬は効能が強いものが多いと聞くので、買い足さないで済むように 1 週間分くらい風邪薬を持って行くことをおすすめします。また、食事が合わない可能性があるので非常食のようなものを持って行くと安心です。

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) ☒ なし ☐ あり (問題の内容や相談した人等:) 特記事項:
2) 現地の危険地域情報をどのように収集し、どのような防犯対策をしましたか。また、実際に盗難等を含む犯罪に巻き込まれたことはありますか？その際どのように対処しましたか？ 危機管理に関する冊子を読んだり、動画を視聴したりして情報収集を行いました。防犯対策として、ロンドンに観光に行く際などには貴重品は小さい鞆に入れ、常にコートの中に隠して持ち歩いていました。実際に犯罪には巻き込まれませんでした。
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。 電波が通じにくいこともしばしばありましたが、生活に支障はありませんでした。

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)	

4)感想:(滞在先の感想、これから留学する人のためのアドバイス等) 一人部屋だったので落ち着いて過ごすことができました。暖房がついていても寒い可能性があるので、カイロを多めに持って行くなどの対策をすることをおすすめします。
--

プログラム選択の参考となる点を記載してください
1)研修先授業およびプログラムの良かった点、良くなかった等を記載してください。 ペアやグループで話し合う時間が多く設けられているところが良かったです。少人数制で、様々な国の出身の人たちと関われたので、色々な文化を学ぶことができました。先生も親しみやすい先生ばかりで、休み時間にも雑談をして楽しく過ごせました。
2)課外プログラムについて 博物館から運動系まで様々な種類のアクティビティがありました。自分が参加したいものに気軽に参加できます。
3)現地での生活に関すること 物価が高かったです。朝は道が混んでおり、車が渋滞していました。天気が変わりやすいため折りたたみ傘を携帯していましたが、雨が降ることは少なかったです。

交流等について
1)プログラム内で現地学生等との交流があれば記載してください。 授業中に必ずペアやグループで話し合う時間があるので、交流する機会は十分にありました。
2)プログラム外で交流等を行った場合、どのようにして交流したか、何をしたか等を記載してください。 休み時間に買い物に行ったり、放課後にカフェに行ったり、夕食を一緒に食べたりしました。

異文化体験について
1)日本とは異なると感じた、印象に残る体験があれば紹介してください。 通学で利用した二階建てのバスが印象的でした。窓から見える街並みは歴史的な建造物が多く、とてもきれいでした。バスに犬が乗車できる点も日本と異なり印象に残っています。

留学体験記

研修や生活全般、今後の学生生活への抱負等、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)

この留学を通して、英語での日常会話ができるようになりました。日常会話は簡単な単語で成り立っており、英会話ができるようになるためには知識をインプットするよりリスニングやスピーキングの機会を増やし、たくさんアウトプットすることが大切だと気づきました。今後の学生生活では、英語の勉強を続けることはもちろん、世界のニュースにもこれまで以上に目を向けて生活していきたいと感じました。オックスフォードは歴史的な街並みがとても美しく、有名な観光地も多くあるため勉強しながら観光も楽しむことができます。イギリスは食事があまりおいしくないと言われますがそんなことはなく、レストランやカフェの食べ物や飲み物はとてもおいしかったです。

国際化サポート海外留学奨励金 留学報告書

研修名	EF パース校
-----	---------

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	55000 円	ランチ代、夜友達との外食、自炊、軽食
図書費・学用品費	0 円	
携帯・インターネット費	9000 円	
現地通学費	0 円	(研修先まで徒歩 12 分)
教養娯楽費	46000 円	観光、水族館、動物園
被服費	11000 円	Perth バーカーと T シャツ
雑費	2665 円	かばん
その他	30000 円	例: 交通費、洗濯費、お土産
合計	153665 円	

渡航準備について

1) 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

2) どの方法での支払いが役に立ったか等があれば記載してください

オーストラリアはカード社会なので、ほとんどクレジットカードで支払いをした。現金は日本円で 3 万円分両替して持ってきたが、正直 1 万円あれば十分だったと思う。

3) 現地で使用する通信手段(SIM カード、WiFi)は何を用意しましたか。良かった場合は具体的に記載してください。

私は、esim を利用した。Holafly を使ったが、通信制限がなかったため、WiFi の調子が悪い時も何も気にせずに利用することができたので、とても使い勝手が良かった。スマートフォンが使えないとかなり困るシーンが多いので、無制限はおすすめです。

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

・暑いので、上着を一枚だけしか持っていかなかったが、冷房がかなり効いているため、スウェットなど持って行けば良かったと思った。

・トートバッグはかなり使えるシーンが多いので、何枚か持って行って良かった。

・ティッシュペーパーとウェットティッシュは多めに用意する方が良い。多いに越したことはないくらい使う場面が多かった。

現地情報

1) 活動中、何らかの問題がありましたか。あった場合、誰に相談しましたか。
(例: 研修の相談窓口、現地の友人等)

☒ なし ☐ あり (問題の内容や相談した人等:)

特記事項:

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?

日本より治安がいいのではないと思うくらい治安がかなり良かった。少し治安が悪いところについては、先にいた生徒に話を聞いて情報収集した。基本的に夜は人があまりいないところが多いため、寮の子と一緒に帰るなど最大限の危機感を持って行動した。パスポートは長時間外出する日は持ち歩いたり、ビーチに行く時は持っていないなど常に意識していた。

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。

何も問題なく利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

☒ 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→3 人)

3) 共有部分

☒バス ☒トイレ ☒キッチン(☒自炊可 ☐自炊不可)

4)感想:(滞在先の感想、これから留学する人のためのアドバイス等)

寮での共同生活という経験は初めてだったので、とても緊張したが、自分のスペースがしっかりと管理されていたので、共同生活をする上でストレスになるようなことはなかった。ただ、国籍の違う人と暮らすため、私自身は積極的にコミュニケーションを取るようになり、トラブルなど起こらないように意識して行動するようしていた。認識のズレがないようにとにかく小さなことから質問していくことが大切であると思う。

共同生活をする以上、自分のスペースだけではなく、共有スペースは常に綺麗に保つことを意識することが大切だと思う。

プログラム選択の参考となる点を記載してください

1)研修先授業およびプログラムの良かった点、良くなかった等を記載してください。

私が利用した EF は授業もアクティビティも不満ないくらい充実したものだ。授業は、話す機会が多だけでなく、文法なども徹底的に学ぶことができたため、楽しく学びの多いものだった。クラスレベルは、事前に行ったテストをもとに組まれていたため、自分にあったレベルで授業進度に出遅れることもなく、物足りないというわけでもなく非常に良かった。授業では、少人数で構成されている中で、ペアワークやグループワークが多く、英語で自分の意見を伝えなければならない状況が多かったため、苦戦したが、クラスメイトから教わるなど私がこの留学で一番課題としていたスピーキングの面で成長できる機会が豊富だった。選択授業は、楽しみながら興味のあることについて学ぶことができたため、息抜きにもなって良かった。

2)課外プログラムについて

ほとんど毎日任意のアクティビティが用意されていたため、自分が参加したいと思ったアクティビティには全部参加することができた。有料のものから無料のものまであったが、アクティビティの幅が広い印象だった。Daytrip などは、自分で手配する必要がなかったため、気楽に楽しく参加することができた。

3)現地での生活に関すること

・気温は 30℃を超える日が多く、紫外線がとても強かったが、日本の夏とは異なり湿気のない暑さだったため、全く苦しいとは感じなかった。ただし、紫外線はとても強いので、毎日日焼け止めは欠かさず塗ったり、塗り直しをするなど意識的に行っていた。日照時間が非常に長く、夕方は明るい上に涼しくなるため、毎日快適に過ごすことができた。

・全体的に店が閉まる時間が早い。カフェは朝の6時台からやっている代わりに、14 時、15 時に閉まる場所がほとんどだった。スーパーマーケットでさえ、土日は 18 時に閉まるため、夜に買い物はすることができなかった。夜空いている店は、Bar やレストランくらいしかなかったと思う。図書館などの公共施設も 18 時には閉まっていた。そのため、夜はパース駅周辺も人がまばらというくらい少なかった。

・とにかく治安が良かった。若干治安が良くないところもあったが、基本的に日本の繁華街より治安が良いというレベルで治安が良かった。電車にも、定期的に警察が見回りをして、無賃乗車していないか確認に来たり、警察が同じ車両に乗っていたことが多かったため、夜でも安心して電車に乗ることができた。

交流等について

1)プログラム内で現地学生等との交流があれば記載してください。

語学学校のため、現地学生とプログラムの中で交流する機会はなかった。

2)プログラム外で交流等を行った場合、どのようにして交流したか、何をしたか等を記載してください。

現地の人は話しかけてくれる人が多かったため、話しかけてくださった人とは積極的に会話するようにしていた。また、毎週水曜日に行っていた Bar では学校の生徒だけでなく、現地の人も多くいたため、思っていたより現地の人と関わる機会はあった。中には、一緒にカフェに行った人もいた。

異文化体験について

1)日本とは異なると感じた、印象に残る体験があれば紹介してください。

まずは、車優先社会だということは日本とかなり違うなと思った。歩行者より車が優先のため、渡る時など常に車を優先して行動していた。また、都市部を離れると信号がないところばかりのため、車が通っていない隙に渡るといったスリルあつちの経験ができた。とにかく、車が多い上に、バスがとても発達していた。無料で乗れる「cat bus」や日曜日は全交通機関が無料で乗れるといった日本にはない特徴が多く見受けられた。

次に、海外ならではのと思うが、人が本当にフレンドリーだった。バスで目の前に座っている人に話しかけられることが当たり前だった。寮のエレベーターで初対面の人と会話が始まるといったことも何度もあった。この文化は日本人にはあまりない特徴だからこそ、新鮮でとても良いものだった。

留学体験記

研修や生活全般、今後の学生生活への抱負等、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4週間は私にとって夢のような時間であり、一生忘れることのない経験をたくさんすることができた。個人渡航のため、はじめは誰も友達がいなかった状態でパースに行ったが、当時は想像もできないくらいの友達を作ることができた。初日から日本人だけでなく、いろいろな国の人に積極的に話しかけることを意識して行動したことで、幅広い国の友達を作ることができた。とにかく、内向的にならずに自分から話しかけに行くということを意識して行動することが大切だとこの留学で学んだ。

また、基本的に誘われたものには行ってみることも積極的に色々な国籍の人を誘ってみるということもより充実した留学生活を送る上で大事だと思った。私はこの4週間で誘われたものには全部行ったが、全てがここでしかできない貴重な経験になった。ただランチに行くだけでも、そこら辺にいる学校の生徒に、一緒に行かない？と声を掛けたりするなど常に誰かと交流するということを意識して行動した。結果的に、帰国後の今でも連絡を取る友達が多かった。

春休みのため、学校に日本人は思った以上にいるが、自分の動き次第では環境を大きく変えることができるため、目的を頭に入れた上で行動することは大切だと思う。私は、自分以外の日本人+別の国籍の友達のように日本人同士も英語を話さないといけない環境に常にしていたことで、楽しみつつ学べる環境を作ることができた。

実際に、英語力がどれだけ上がったのかはわからないが、確実に海外の人と英語を話すこと自体に抵抗は無くなったことに加え、初日と比べて自分の意見を伝えられるようになったと思う。

今、留学に行くか悩んでいる人は、絶対に日本にいたらできない素敵な経験、体験が待っているので行くことを私はおすすめします。

国際化サポート海外留学奨励金 留学報告書

研修名	個人渡航型 EF マルタ校
-----	---------------

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	20000 円	
図書費・学用品費	0 円	
携帯・インターネット費	6000 円	
現地通学費	0 円	(研修先まで 50 分)
教養娯楽費	6000 円	
被服費	0 円	
雑費	2000 円	
その他	円	例:
合計	34000 円	

渡航準備について
1) 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: 用意せず、現地 ATM で引き出し 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
2) どの方法での支払いが役に立ったか等があれば記載してください カード
3) 現地で使用する通信手段(SIM カード、WiFi)は何を用意しましたか。良かった場合は具体的に記載してください。 eSIM トリファ
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 パスポートコピー、調節可能な上着

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？ 旅レジに登録、盗難防止ポーチを服の下につける、現金はほとんど持ち歩かない
3) 携帯電話や、インターネットについて、現地での利用・接続はいかがでしたか。 スムーズではなかったが、問題はなかった

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)	

4)感想:(滞在先の感想、これから留学する人のためのアドバイス等)
ホームステイはホストマザーの訛りが強いはじめは聞き取れなかった。基本的には綺麗でなにも問題なく過ごせた。日本食をもつて行って作ってあげるのをおすすめ。

プログラム選択の参考となる点を記載してください
1)研修先授業およびプログラムの良かった点、良くなかった等を記載してください。
生徒も先生も親しみやすく人間関係に悩むことはなかった。授業もレベルが合わなければすぐに変えてもらえたり、わからないことがあれば先生に丁寧に説明してもらえたりと、対応も素晴らしかった。
2)課外プログラムについて
費用は高かったが参加するとそこで友人を作れた。研修先の地域の観光名所を安全に回れるためガイドツアーは良かった。
3)現地での生活に関すること
天気が崩れやすいため雨具や調節可能な上着などを持参すると良いと思う。

交流等について
1)プログラム内で現地学生等との交流があれば記載してください。
現地学生との交流はなかったが、留学生同士で放課後に出かけることがあった。
2)プログラム外で交流等を行った場合、どのようにして交流したか、何をしたか等を記載してください。
カーニバルの時期だったため学生同士で集まってカーニバルを見に行った。

異文化体験について
1)日本とは異なると感じた、印象に残る体験があれば紹介してください。
時間にルーズであること。マルタにはバスしかなく、バスはしばしば遅延したり満員になって乗れなくなったりして 30 分以上バスを待つことも多かった。

留学体験記

研修や生活全般、今後の学生生活への抱負等、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)

マルタでの留学を通じて、語学力の向上だけでなく、異文化への適応力も養うことができた。現地の人々との交流よりは学校での留学生同士の交流の方が多くかった。ヨーロッパ、南米、アフリカ、アジアなど様々な地域から人が集まっているというのはマルタの特徴だと思う。日本人も多かったもののアジアやオーストラリアなどに比べると日本人以外の他学生と交流しやすい環境だと思う。留学中に土日でイタリアへ旅行している人もいて、私自身も留学後にヨーロッパを周遊した。せっかく行くなら格安航空などを使ってヨーロッパの他の国にも行ってみるのも良いと思う。また、事前に現地の生活環境を調べておくと、不安が減り、より充実した時間を過ごせると思う。

国際化サポート海外留学奨励金 留学報告書

研修名	Oxford Union
-----	--------------

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	41970 円	
図書費・学用品費	3794 円	
携帯・インターネット費	12190 円	
現地通学費	7494 円	(研修先まで 30~40 分)
教養娯楽費	36209 円	レミゼラブルのチケット代、その他観光施設の入場料
被服費	7101 円	オックスフォード大学の公式パーカー
雑費	43615 円	お土産代
その他	27766 円	例:ロンドンへの交通費、ロンドンでの宿泊費
合計	18,0139 円	

渡航準備について

1) 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: 空港の両替所で出発当日に日本円からポンドに両替
 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

2) どの方法での支払いが役に立ったか等があれば記載してください
 クレジットカード、特にタッチ決済ができるものが役立ちます。バス、地下鉄ではクレジット決済が主流なので、そうした場面で便利です。

3) 現地で使用する通信手段(SIM カード、WiFi)は何を用意しましたか。良かった場合は具体的に記載してください。
 Trifa の eSIM 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
 イギリスでは突然小雨が降ることがあるので、折り畳み傘を持参して正解でした。また、ホストファミリーに和食をふるまおうとしたとき、料理酒、みりん、めんつゆなど和食向けの調味料は一般のスーパーで入手しづらかったので、日本から持参したほうが良いと思います。

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)
☒ 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？
 先生方やホストファミリーに直接聞きました。オックスフォード市内ではあまりないのですが、ロンドンではスリが多いので地下鉄や歩道ではバッグを体の前に持つ、iphone をみだりにポケットから出さないなどのことを徹底しました。また、夜8時以降の外出はできるだけ避けていました。
 友人を含め、犯罪被害にあった人はいませんでした。

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。
 たまに eSIM の通信速度が遅くなり、バスに乗るための QR コードが出せないこともありましたが。安いプラン、アプリだとうした事態が起りやすいので、なるべく高くても充実したものを選んでください。

滞在形態関連

1) 留学中の滞在先の種類	2) 部屋の形態
☐ 寮・アパート ☒ ホームステイ ☐ ホテル	☒ 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)
4)感想:(滞在先の感想、これから留学する人のためのアドバイス等)
ホストファミリーの方と一緒に過ごす中で、「日本だとどんな料理を食べるの?」「イギリスでは地域によって発音が大きく違うけど、日本でもそういうことはあるの?」など日本とイギリスの違いについて聞かれることがあります。英語を学ぶことだけでなく、ともに時間を過ごしなが、外国との文化の違いを受け入れ、日本での習慣を見つめ直すことも存分に楽しむことができました。これから留学される皆さんも、このことを忘れないようにしてください。

プログラム選択の参考となる点を記載してください
1)研修先授業およびプログラムの良かった点、良くなかった等を記載してください。
講義の内容(宗教、オックスフォード大学の建築など)や現地の生活を踏まえて動画を作成する課題がありますが、動画編集の経験がない人にも、カメラのアングル、動画の構成について指導が充実しているので安心して取り組むことができました。ただ、講義のレジュメに日本語(ただしアルファベット)で英単語の意味について注釈があるので、英語が熟達している人には少し物足りないかもしれません。
2)課外プログラムについて
セントメアリー教会、アシュモレアン博物館などオックスフォード大学内の歴史ある施設を見学することができます。また、クリームティー(紅茶とスコーンと一緒に楽しむこと。アフタヌーンティーの略式版)を体験できます。
3)現地での生活に関すること
ホストファミリーの家1軒につき、日本人が2人以上割り当てられることはないので、24時間英語に触れ続けることができます。

交流等について
1)プログラム内で現地学生等との交流があれば記載してください。
オックスフォード大学の学生に普段の学生生活などについて聞き、その学生の所属するカレッジを案内してもらう機会が設けられています。
2)プログラム外で交流等を行った場合、どのようにして交流したか、何をしたか等を記載してください。
私はそのようなことはしませんでした。友人は課題の動画作成のために現地の学生に対し街頭インタビューをしていました。

異文化体験について
1)日本とは異なると感じた、印象に残る体験があれば紹介してください。
日本に比べて、ドアを押さえて後ろの人を通すなど気遣いが上手な人が多く、さすが紳士の国だなと思いました。自分のことで忙しく他者への配慮を忘れてしまっていないかと気づかせられました。

留学体験記

研修や生活全般、今後の学生生活への抱負等、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)

実は私は、今回のプログラムの1年前に、似たようなプログラムでアメリカに行ったことがあります。当時は英語力を鍛えるという目的のために努力はできたけれど、日本とアメリカの文化、習慣の違いすべてに戸惑い、不安に苛まれるばかりでした。でも、今回は「こういうこともあるよね」現地なりのやり方を受け入れることができました。前回と違い現地の生活、文化全体を楽しみに行く、というマインドを持っていたからだと思います。その延長線上で、英語学習も楽しみました。皆さん楽しんでください。

国際化サポート海外留学奨励金 留学報告書

研修名	LSI ポーツマス研修
-----	-------------

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	約 20000 円	1 日昼 800 円前後、金土日は外食で 3000 円くらい
図書費・学用品費	0 円	学校から教科書やノートが配られたためなし
携帯・インターネット費	0 円	アハモを使っていたため海外でそのまま使えました。
現地通学費	0 円	(研修先まで 徒歩 15 分)
教養娯楽費	約 22000 円	週末観光の交通費
被服費	約 20000 円	
雑費	約 5000 円	おやつ代
その他	約 20000 円	例:お土産代
合計	87000 円	

渡航準備について

1) 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: 日本で約 3 万円分両替していきしました。
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

2) どの方法での支払いが役に立ったか等があれば記載してください
カードです。ただ、私は visa を使っていたのですが特定の機械だけ支払いができず、友達に立て替えてもらったこともありました。後日 Apple Pay で支払ってみたらできたので iPhone の方は登録しておくことをお勧めします。

3) 現地で使用する通信手段(SIM カード、WiFi)は何を用意しましたか。良かった場合は具体的に記載してください。
私は日本でアハモを使っており、アハモだと海外もそのまま使え、15 日間は通信制限なく 30GB まで使い放題なのでとても楽でした。最終週だけ通信制限にかかりましたが滞在先も学校も Wi-Fi が使えたのでそこまで困ることはなかったです。

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
・日本の調味料
ホストマザーに日本料理をふるまおうと思ったのですが現地では日本の調味料で良いものが見つけられなかったので料理作ってあげようと思っている人は持って言った方がいいかなとも思いました。
・折り畳み傘
天気が変わりやすいので、晴れていても雨が降ってくる日もありました。持ち歩気が便利な折り畳み傘は持って行って正解でした。

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)
☒ 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?
イギリスに行ったことがあり詳しい友人に聞いたり、エージェントの人に質問したりして情報を集めました。スリに気を付けるよう言われていたので貴重品は肌身離さず持っているようにしました。財布はチェーンで服に引っ掛け、携帯は首から提げていました。そのおかげでなのか盗難に巻き込まれることはなかったし、恐れていたほど治安が悪いと感じることもなく思ったより平和でした。

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。
前述の通りですがアハモだったので困らなかったです。滞在先と学校の Wi-Fi も問題なく使用できました。

滞在形態関連

1) 留学中の滞在先の種類	2) 部屋の形態
☐ 寮・アパート ☒ ホームステイ ☐ ホテル	☒ 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)
4)感想:(滞在先の感想、これから留学する人のためのアドバイス等)
暮らしやすくてなにも不自由はなかったです。私が泊まった家庭はおばあさんが 1 人のおうちで受け入れにも慣れていたので「この3週間は自分の家だと思って過ごさない」と言っていたので、最初何をするにも許可をとっていたら「自分の家なんだから好きにしない」と言われたため安心して好きなように使わせてもらいました。ただ水道代・電気代は高いと言っていたので、水と電気だけは使いすぎないように気を付けていました。何をするにもしっかり許可は取り、「何をしてもいいよ」と言ってくれる優しい家庭だとしても最低限のマナーを守り、気を配ることができれば全く問題ないかと思います！

プログラム選択の参考となる点を記載してください
1)研修先授業およびプログラムの良かった点、良くなかった等を記載してください。
良かった点は多国籍の人と共に英語を学ぶことができたことです。私はクラス分けで運のいいことに日本人が少ないクラスに入ることができ、サウジアラビアとウクライナの人々と学ぶことができました。文化の違いや考え方の違いなどを感じることができ、意見を交わす機会も多かったため、新たな考え方を知ることができました。また、授業がスピーキング中心で行われ、アクティビティも盛んであったことから楽しみながら英語を使うことができました。
2)課外プログラムについて
毎日放課後に所要時間 1 時間ほどのアクティビティが開催されていましたが、私は初日のウェルカムドリンクというイベントにしか参加しませんでした。理由としてはウェルカムドリンクには日本人学生しか参加しておらず、英語を話す機会に繋がらなかったからです。しかし、交流を深めるという上ではとても良いイベントでし、他のプログラムに参加していた友人はとても楽しんでいました。週末にはロンドンやブライトンといった日帰り小旅行が開催されており、そちらは参加したかったなと思っていましたが自分で予約をしてしまっていたので断念しました。行く人はぜひ参加してみてください！
3)現地での生活に関すること
私が参加した 2 月～3 月にかけては日本より少し寒いくらいで、基本的には日本で着ている防寒具で事足りました。夜は極寒でした。また日本のように朝日で目覚めるということが一度もなく、曇りばかりだったのが印象的です。また、晴れていても急に雨が降ってきたりと天気が変わりやすかったです。 何といってもお風呂は大変でした。水道代が高いので使いすぎないように気を付けていましたが、3 週間一度も湯船に浸かることができなかったのがつらかったです。また、私的には車の速度がとても速いのと、歩行者にあまり気を配っていない車が多い印象で事故に合わないかととても不安な日々を過ごしました。自分で気を付けていないと事故にあいかねません。

交流等について
1)プログラム内で現地学生等との交流があれば記載してください。
語学学校ということもあり、現地学生との交流はなかったですが、前述の通り、サウジアラビアやウクライナの人々と交流がありました。ほかにもトルコ人や中国人の学生とも挨拶を交わすことができました。一緒にお昼を食べたり休み時間に英語で会話を楽しんだりしました。
2)プログラム外で交流等を行った場合、どのようにして交流したか、何をしたか等を記載してください。
プログラム外での交流は特になし

異文化体験について
1)日本とは異なると感じた、印象に残る体験があれば紹介してください。
日本とは異なると感じた点は、食文化です。お米を食べないということも驚きでしたが、ある日の晩御飯にパスタが出た時にパンを勧められた時は驚きました。また、ホストマザーがマッシュポテトに塩を大量にかけていてびっくりしました。笑薄味が一般的だと聞いていたので濃い味が好きなホストマザーには驚きでしたが日本人の私にとっては助かりました。他には、授業中に手を挙げて発言しないことに驚きました。同じクラスのサウジアラビア人やウクライナ人は手を挙げずとも自ら発言をしていてシャイな日本人とは違うなと感じました。その環境に慣れるのには少し時間はかかりましたが、もう今では手素挙げずに発言することへの抵抗感はなくなりまし、少人数であれば日本でも取り入れていけば授業も活発になるのではないかと感じました。

留学体験記

研修や生活全般、今後の学生生活への抱負等、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)

私は今回の留学の目標を「多文化を理解受け入れ、新たな価値観を得る」と設定していましたが、まさにこの LSI ポーツマス研修で達成することができたと感じています。イギリスならではの文化を体験することができただけでなく、学校ではイギリス以外の国の文化にも触れることができました。それにより、自分が当たり前と思っていたことが全てではないと気づくことができました。また、日本以外で住むことによってたくさんのありがたみも感じることができました。家族や友達がそばにいることの尊さ、日本のお米のすばらしさなど、小さなことへも感謝することができた気がします。私は大学 4 年なのでもう卒業しますが、卒業後は英語の教員になります。今回の留学で得た経験や知識を活かして子供たちに英語の楽しさを感じてもらえる教員になりたいと思います。留学に行くか迷っている後輩のみなさん、私も迷って迷って 4 年になりましたが、もっと早く行っておけばよかったと思っています。行く前はもちろん怖かったし、日本から長く離れたことがなかったので寂しい気持ちにはなりましたが、行ってからは楽しくて刺激があつてあつという間でした。今ではイギリスで過ごした日々が夢だったかのように感じています。日本で大学に通って暮らしているだけでは経験できないような時間が待っています。一歩踏み出してみてください。絶対後悔しません。応援しています！

国際化サポート海外留学奨励金 留学報告書

研修名	CCEL クライストチャーチ
-----	----------------

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35000 円	昼食のみ
図書費・学用品費	0 円	
携帯・インターネット費	約10000 円	
現地通学費	0 円	(研修先まで およそ徒歩で10 分)
教養娯楽費	約30000 円	テカボ湖、アカロア
被服費	0 円	
雑費	約5000 円	お土産
その他	0 円	例:
合計	約80000 円	

渡航準備について

1) 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: 現地での換金
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

2) どの方法での支払いが役に立ったか等があれば記載してください
クレジットカード

3) 現地で使用する通信手段(SIM カード、WiFi)は何を用意しましたか。良かった場合は具体的に記載してください。
ポケット Wi-Fi

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
ウェットティッシュ、長袖 T シャツ

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？
貴重品を常にカバンにしまっておくこと。

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。
インターネットを接続できる場所が多かった。

滞在形態関連

1) 留学中の滞在先の種類 2) 部屋の形態

☐ 寮・アパート ☒ ホームステイ ☐ ホテル ☒ 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)

4)感想:(滞在先の感想、これから留学する人のためのアドバイス等) 親切に対応してもらえてうれしかった。
--

プログラム選択の参考となる点を記載してください
1)研修先授業およびプログラムの良かった点、良くなかった等を記載してください。 英語の文法を勉強した。ゲームをして英語を学ぶこともあり、楽しかった。
2)課外プログラムについて アカロアに行くプログラムに参加した。船の上から海を泳ぐイルカを見た。
3)現地での生活に関すること おいしいお店がたくさんあり、放課後も楽しめた。

交流等について
1)プログラム内で現地学生等との交流があれば記載してください。 それぞれの地元について聞いた。
2)プログラム外で交流等を行った場合、どのようにして交流したか、何をしたか等を記載してください。 ご飯を食べに行き、観光をした。

異文化体験について
1)日本とは異なると感じた、印象に残る体験があれば紹介してください。 遠くへの移動手段がほとんどバスのみで面白かった。

留学体験記

研修や生活全般、今後の学生生活への抱負等、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)

ニュージーランドで生活をしていて思ったことは、とても生活がしやすいということです。日本での生活スタイルと比べても意外と違いがないため、全く不便なく初日から生活できました。また、様々な動物や自然、おいしい料理、周りの人のやさしさに触れることで自分の考え方がニュージーランドの道路と同じくらい広がったためとてもいい経験になりました。もう一度行きたいと思ったので留学を考えている方は現地での心配を気にせず、考えてほしいと思っています。

国際化サポート海外留学奨励金 留学報告書

研修名	EF バンクーバー校
-----	------------

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	14500 円	
図書費・学用品費	8400 円	
携帯・インターネット費	15295 円	esim と、ホームステイ先での wifi 代
現地通学費	25000 円	(研修先まで 60 分)
教養娯楽費	0 円	
被服費	5000 円	パーカー
雑費	0 円	
その他	33190 円	例: アクティビティ参加費
合計	101385 円	

渡航準備について

1) 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: 日本国内の金券ショップ
 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

2) どの方法での支払いが役に立ったか等があれば記載してください
 クレジットカード

3) 現地で使用する通信手段(SIM カード、WiFi)は何を用意しましたか。良かった場合は具体的に記載してください。
 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
 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)
☒ 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？
 体験談のサイト、ブログ、Youtube など
 パスポート用のウエストポーチを常に携帯、チャックを二段階であけるやつを購入
 盗難には合わなかった

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。
 電話はつながらないため、もしクレジットカードが盗難された場合などに、自分の携帯からすぐ電話を掛けられない状況だったので困った。
 接続はよかった。

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 2 人)

3) 共有部分

☒ バス ☒ トイレ ☒ キッチン(☒ 自炊可 ☐ 自炊不可)

4)感想:(滞在先の感想、これから留学する人のためのアドバイス等) 相部屋がなぜか日本人だった。 ホームステイ先の対応・食事・ルームメイト・部屋などは、すべて運で決まるので、その中でいかに充実した生活を送るかが重要。もし気に入らなければ、すぐに変えてほしいというべきだと思う。
--

プログラム選択の参考となる点を記載してください
1)研修先授業およびプログラムの良かった点、良くなかった等を記載してください。 レベルがかなり細かく分かれていたので、自分の英語力にあったクラスで学ぶことができた。 しかし、レベルを分けるテストは 4 技能を見るが、クラスで重要なのはスピーキング力のため、クラス内でかなり英会話力の差が開いていた。
2)課外プログラムについて 多種多様なアクティビティが用意されていた。 オーローラやロッキーマウンテンなどの旅行から、お菓子づくりやゲーム大会などの学校内でのイベントなどが用意されていた。
3)現地での生活に関すること ホームステイ先から学校へは 1 時間かかりました。 ホームステイを選んだ人の中でも、時間や交通費にかなり差があったのはよくないと感じました。 洗濯は週に一回しかできませんでした。

交流等について
1)プログラム内で現地学生等との交流があれば記載してください。 アクティビティに参加した先で、南米やアジアからの留学生と一緒に行動した。 しかし、現地大学に通う学生との交流は、語学学校なのでできない。
2)プログラム外で交流等を行った場合、どのようにして交流したか、何をしたか等を記載してください。 カフェなどに行った。

異文化体験について
1)日本とは異なると感じた、印象に残る体験があれば紹介してください。 バスが予定時刻よりも 20 分くらい早く出発してしまうことが常時ある。待ってくれないので、通学が大変だった。 様々な人種の方がいて、多種多様な文化に触れることができた。

留学体験記

研修や生活全般、今後の学生生活への抱負等、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)

1 か月の短期留学だったので、最初から経験を重視しようと決めて参加しました。 語学に関しては、やはり学ぶよりも、実際に会話して、経験して積むものだと感じました。今回は、自分の英語力の不甲斐なさに気づいたと同時に、これから特に伸ばしたい分野を見つけることができた機会だったと思います。TOEIC や大学受験でやってきたリスニングがいかにテスト仕様にくれていていたものだったのか気づかされました。 とにかく精神面での成長が大きかったです。みんな一人で来て、自分から声をかけないと何も始まらないので、積極性は身についたと思います。やはり他国からの留学生は間違えを恐れることなく、どんどん発言していたので、自分も負けずと発言するように心がけていました。日本人はかなりシャイだと感じました。 やはり旅行とは違い実際に生活する場面で使う実用的な英会話ができるので、私にとって一歩成長できた機会だったと思います。

国際化サポート海外留学奨励金 留学報告書

研修名	チチェスターカレッジ研修(UTS)
-----	-------------------

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	学校の食堂は、1 回 900 円くらいで、朝はパンを食べていました。
図書費・学用品費	0 円	学校から教科書・プリントが配られます。
携帯・インターネット費	7800 円	学校の wifi は無料です。SIM は日本で購入しました。
現地通学費	0 円	(研修先まで 5 分) 徒歩で行けます。
教養娯楽費	50000 円	三笥選手の出場したブライトン 2 試合、ロンドン観光、アルンデル観光
被服費	0 円	日本から持っていけば問題ないと思います
雑費	3000 円	洗濯代(1800 円)、洗剤(1200 円)
その他	20000 円	例: お土産代
合計	131800 円	

渡航準備について

1) 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: 日本でポンドに交換して行きました。
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

2) どの方法での支払いが役に立ったか等があれば記載してください
イギリスはキャッシュレス決済がかなり進んでいるので現金は少額で良いと感じました。ほとんどマスターカードで支払いを行っていました。ただ、使えないこともあったのでもう1枚持っていくと安心だと思います。

3) 現地で使用する通信手段(SIM カード、WiFi)は何を用意しましたか。良かった場合は具体的に記載してください。
SIM は日本で入れ替え式の SIM を購入しました。友人は入れ替え不要の eSIM を使っていました。WiFi は、学校・寮にて無料で接続できるので心配ありません。

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
みそ汁やレトルトパックご飯は持って行ってよかったと感じました。また、お菓子も持っていくと小腹がすいた時に助かります。ハンガーはもう少し持っていけば良かったです。

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)
☒ 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?
イギリスは思っていたほど治安は悪くありませんでした。首から下げるポシェットを日本で購入しスマートフォンと財布を別々のポシェットに入れました。パスポートは必要な時に持ち歩きそれ以外は寮に置きました。

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。
携帯電話の通信はたまにつながらないことがありましたが、ほとんど場所で繋がり、日本と変わらないスピードでした。

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)

4)感想:(滞在先の感想、これから留学する人のためのアドバイス等)
寮にはフロアごとにキッチンがありましたが、清潔に保たれていました。部屋は個室でプライバシー環境が守られていました。シャワーはきちんとお湯が出ました。

プログラム選択の参考となる点を記載してください
1)研修先授業およびプログラムの良かった点、良くなかった等を記載してください。
研修先の授業は楽しく英語を学ぶことが出来ました。ゲームをしたり、歌を聞きリスニングをすることもありました。先生方は、廊下ですれ違った際も楽しく会話をしてくれるためフレンドリーで良かったです。日本人が多かったため他国の学生と交流することは少なかったですが、グループワークで同じ班になった時にそれぞれの文化について話し合えました。
2)課外プログラムについて
Discussion クラブに参加して多様性についての話し合いを行いました。また、カレッジが小旅行を企画してくれ安い値段で旅行するプログラムもありました。
3)現地での生活に関すること
チチェスターカレッジには日本人のスタッフさんがいるので何か困ったことがあれば相談できる環境が整えられていました。歩いて15分ぐらいのところに tesko という大きいスーパーマーケットがあるので時間があるときに買い物に行けます。

交流等について
1)プログラム内で現地学生等との交流があれば記載してください。
プログラム内ではイギリス人の学生と交流する機会はありませんでしたが、授業内でアルゼンチン・フランス・イタリア・韓国の学生と交流しました。
2)プログラム外で交流等を行った場合、どのようにして交流したか、何をしたか等を記載してください。
カレッジのスポーツセンターでテニスをしたときに高校生と一緒に体を動かしました。英語を使いコミュニケーションを取り、最後に記念撮影をしました。

異文化体験について
1)日本とは異なると感じた、印象に残る体験があれば紹介してください。
アルゼンチン人の留学生と記念写真を撮る時にポーズを教えてくださいました。

留学体験記

研修や生活全般、今後の学生生活への抱負等、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)

チチェスターカレッジは、初めて留学する際にはぜひおすすめします。日本人が多く馴染みやすく周辺環境はとても安全です。先生方のフォローアップ体制も整えられており定期的に面談があります。そして、カレッジには日本人のカウンセラーさんがいるので悩み事や病気になった時に相談できます。留学するにあたり心理的にハードルは高いものであると思いますが、一歩足を踏み出せば日本では感じられないような文化や雰囲気を体感することが出来ます。また、他大学の学生とも交流し、新たな友人も作ることが出来ます。列車の乗り方から文化の違いまでいろいろ戸惑うこともあると思いますが、チチェスターカレッジの留学にこの報告書を通じて興味を持っていたただければ幸いです。
--

国際化サポート海外留学奨励金 留学報告書

研修名	LSI ポーツマス英語研修
-----	---------------

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	48,000 円	
図書費・学用品費	0 円	
携帯・インターネット費	6800 円	
現地通学費	0 円	(研修先まで徒歩35分)
教養娯楽費	8000 円	
被服費	0 円	
雑費	0 円	
その他	60,000 円	例: 交通費、お土産
合計	122,800 円	

渡航準備について
1) 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: 日本の外貨換金所で現地通貨を用意した 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
2) どの方法での支払いが役に立ったか等があれば記載してください デビットカード、クレジットカード キャッシュレスカードが基本であるため、現金を多く持っていく必要はなかった。しかしたまにカード決済がエラーで使えないこともあったので、最小限は持ち歩くべきであると思う。
3) 現地で使用する通信手段(SIM カード、WiFi)は何を用意しましたか。良かった場合は具体的に記載してください。 World e-SIM
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、折り畳み傘

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？ 夜はなるべく外に出ないようにしていた。また日が暮れたらバスを使うなど、一人で歩かないように気を付けていた。
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。 家も学校もインターネットがつながっていたので特に問題はなかった。

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)	

4)感想:(滞在先の感想、これから留学する人のためのアドバイス等) ホストマザーがとても親切で掃除、洗濯などを定期的にしてくれた。部屋もきれいに保たれていたのが気になるところは特になかった。初日に家での過ごし方やキッチン、シャワーの使い方などを説明してもらいそのルールを守って過ごした。もし何か少しでも気になることや、分からないことがあれば適宜質問をするようにしていた。また滞在先ではなるべく部屋にこもらず、ホストマザーやハウスメイトと時間を過ごすようにしていた。

プログラム選択の参考となる点を記載してください
1)研修先授業およびプログラムの良かった点、良くなかった等を記載してください。 少人数制のため発言しやすく積極的に授業に参加することが出来た。授業内ではペアワークなどもあり、色々な国の人と話せる機会もあって楽しむことが出来た。
2)課外プログラムについて 放課後、また土日にプログラムが実施されていた。UNO や卓球トーナメントからロンドン、ブライトン観光など様々なプログラムが実施されていた。
3)現地での生活に関すること ポーツマスは比較的治安も良く過ごしやすかった。学校の近くにはカフェやスーパーなどがあるため昼食に困ることはなかった。比較的大きなショッピングモールもあってショッピングを楽しむこともできるし、海が近いので自然を感じながらのんびり過ごすこともできた、

交流等について
1)プログラム内で現地学生等との交流があれば記載してください。 昼食はラウンジで食べていたため、そこで違うクラスの学生と知り合って話すことが多かった。
2)プログラム外で交流等を行った場合、どのようにして交流したか、何をしたか等を記載してください。 語学学校で知り合った友達と放課後に散歩をしたり、カフェに行ったりした。

異文化体験について
1)日本とは異なると感じた、印象に残る体験があれば紹介してください。 バスが時間通りに来ることは少ない。

留学体験記

研修や生活全般、今後の学生生活への抱負等、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)

最初は自分の英語に自信がなかったため留学を少しためらっていましたが、思い切ってチャレンジして本当に良かったと思います。色々な国の人とコミュニケーションをとり様々な文化を知れたのもとても良い経験になりました。ホストファミリーにも恵まれ特に不便を感じずに過ごすことが出来ました。最初は授業中やそれ以外でも緊張してなかなか積極的に話すことが出来ませんでした。なるべく自分から話すようにしようと努力しました。留学先に行っただけで英語力が向上するわけではないので、行った先では環境を無駄にせずたくさんの人とコミュニケーションをとることが大事だと思います。留学は1か月という短期間でしたが、これからもこの1か月を無駄にしないように英語学習を頑張っていこうと思います。また留学先で出会った人達とはこれからも連絡を取り合い、関係を続けていこうと思います。
--

国際化サポート海外留学奨励金 留学報告書

研修名	EF Oxford
-----	-----------

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 7 万 円	食べ物の値段高かった。
図書費・学用品費	約 2600 円	自分で本を二冊ほど買った。
携帯・インターネット費	3800 円	
現地通学費	14756 円	(研修先まで 50 分)
教養娯楽費	約 7 万 円	観光
被服費	0 円	
雑費	0 円	
その他	0 円	例:
合計	約 16 万 円	

渡航準備について

1) 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: 国内で換金
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

2) どの方法での支払いが役に立ったか等があれば記載してください
クレジットカードのタッチ決済

3) 現地で使用する通信手段(SIM カード、WiFi)は何を用意しましたか。良かった場合は具体的に記載してください。
world-sim 色々なプランから選べるのでいいと思う。

4) 日本から準備して行き助かったものや、準備したほうが良かったものはありましたか
現金 たまにクレジットカードが使えない時があったから。
エコバッグ(中身透けていないもの) スーパーマーケットに行く時などに役立った。
日焼け止め 晴れの日がかなり多かった。

現地情報

1) 活動中、何らかの問題がありましたか。あった場合、誰に相談しましたか。
(例: 研修の相談窓口、現地の友人等)
☒ なし ☐ あり (問題の内容や相談した人等:)
特記事項:

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？
パスポートを肌身離さず持っていた。

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。
Wi-Fi は色々なところにあったが日本よりも電波が弱かった気がする。地下鉄や電車などに乗る際には県外になってしまうので調べ物をしたら、スクリーンショットなどをしておいた方がいいと思った。

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)

4)感想:(滞在先の感想、これから留学する人のためのアドバイス等) 朝ごはんなどは自分で用意することが多い。

プログラム選択の参考となる点を記載してください
1)研修先授業およびプログラムの良かった点、良くなかった等を記載してください。 良かった点は特別授業を自分で選べた点、良くなかった点は同じクラスに日本人がたくさんいて普通の大学の英語の授業のようになっていた点。
2)課外プログラムについて 授業以外にアクティビティが用意されていたが、平日のものはどれも時間が遅めで寮で生活している生徒用だと思った。土日などはアクティビティに参加するでも自分で行きたいところに行くでも良いと思う。
3)現地での生活に関すること 横断歩道が少ないので道路を横断する時に注意しなければならないと思った。昼食については、各スーパーマーケットなどがMealDealを実施しているのでそれを利用するのがいいと思った。食事の栄養が偏りがちになってしまうのでヨーグルトや野菜を自分で買って対策した。

交流等について
1)プログラム内で現地学生等との交流があれば記載してください。 現地学生との交流は特になかった。授業の中でプレゼンをしたり、インタビューしたりする機会があった。そこで同じクラスの人と協力した。
2)プログラム外で交流等を行った場合、どのようにして交流したか、何をしたか等を記載してください。 同じ家にホームステイしている人と一緒にカフェやバーに行った。

異文化体験について
1)日本とは異なると感じた、印象に残る体験があれば紹介してください。 バスに乗っていた時に、ペットの犬を連れて乗ってきていたことや、そのペットを通して現地の人々がフレンドリーに話していたことである。全然見知らぬ人であっても、すごく気さくに話していたのが印象的だった。プログラムの中でインタビューをしなければいけない時も、公園にいた人が特に嫌な顔をせずにインタビューに答えてくれたことが心に残っている。

留学体験記

研修や生活全般、今後の学生生活への抱負等、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)

今回が初めての海外だったのでとても緊張したが、いい緊張感を保ちつつ楽しむことができた。学習面では日常生活の中で英語に触れられたことがとても良かったが、圧倒的に上達させることはできなかった。もっとより多くの時間を外国人の友達と過ごすなど工夫ができれば良かったと思う。ホームステイの生活もそこまで理想を高く設定しないで過ごしたことでがっかりすることがなかった。考え方を変えるだけで楽に過ごせると思うのでこれからも行き詰まった時は考えを変えてみるようにしたい。また、周りの人が英語をスムーズに話しているのを聞いて自分の英語学習のモチベーションにとても繋がった。洋画を見たり、洋楽・ポッドキャストを聞いたりしてわからない単語があれば調べてスピーキングの練習もたくさんして自分が行ったことのない国に行って現地の人と関わりたい。

国際化サポート海外留学奨励金 留学報告書

研修名	クライストチャーチ語学研修
-----	---------------

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	15000 円	
図書費・学用品費	1000 円	
携帯・インターネット費	3000 円	
現地通学費	2500 円	(研修先まで 45 分)
教養娯楽費	30000 円	
被服費	0 円	
雑費	1000 円	
その他	10000 円	例:お土産
合計	62500 円	

渡航準備について
1) 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: 日本の空港で両替 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
2) どの方法での支払いが役に立ったか等があれば記載してください
クレジットカード
3) 現地で使用する通信手段(SIM カード、WiFi)は何を用意しましたか。良かった場合は具体的に記載してください。
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
帽子は持って行って助かった。水筒をもっていけばよかった

現地情報
1) 活動中、何らかの問題がありましたか。あった場合、誰に相談しましたか。 (例: 研修の相談窓口、現地の友人等)
☒ なし ☐ あり (問題の内容や相談した人等:) 特記事項:
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？
インターネットや行ったことのある人に話を聞いた
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。
最初はつながらなかったがいろいろな方法を試した結果接続できた

滞在形態関連	
1) 留学中の滞在先の種類	2) 部屋の形態
☐ 寮・アパート ☒ ホームステイ ☐ ホテル	☒ 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)	

4)感想:(滞在先の感想、これから留学する人のためのアドバイス等) 日本のものが食べなくなるかもしれないので簡単に作れるレトルト食品などをもっていくと良い

プログラム選択の参考となる点を記載してください
1)研修先授業およびプログラムの良かった点、良くなかった等を記載してください。 良かった点としては改めて基礎から英語を学ぶことができたことで、良くなかった点としては学校に日本人が多かったためどうしても日本人と仲良くなって日本語でしゃべってしまった点。
2)課外プログラムについて 自分だけではできないような体験をすることができてとても良かった
3)現地での生活に関すること 思っていたよりも寒暖差が大きく調節のできるような服をもっていけばよかったと思った

交流等について
1)プログラム内で現地学生等との交流があれば記載してください。 同じように語学学校に通っている人たちと交流することができた
2)プログラム外で交流等を行った場合、どのようにして交流したか、何をしたか等を記載してください。 スポーツをしたり、放課後にクラブのようなものが開かれていてそこで交流した

異文化体験について
1)日本とは異なると感じた、印象に残る体験があれば紹介してください。 食文化が日本とは違って興味深かった

留学体験記

研修や生活全般、今後の学生生活への抱負等、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)

旅行であれば経験できないような現地の暮らしを感じることができただけでなく、他の国の文化をじかに学ぶことができとても良い経験になりました。訪れた国の人たちや文化を学んだだけではなく語学学校にいた他の国の人たちやなどからも多くのことを知ることができました。今回の経験を通じてもっといろいろな国の人たちと会話できるようになるためにも英語の勉強をもっと頑張りたいと思いました。今回出会った人たちが暮らしている国にも行ってみたいと思うようになり様々な国に興味を持つきっかけとなりました。行きたいけれどどうするか悩んでいるという人がいれば短期でも良いので留学に行ってみることをお勧めしたいです。
--