

国際化サポート海外留学奨励金 留学報告書

この報告書は、閲覧資料としてホームページに公開します。また、学内発行の留学関連冊子等にも掲載されることもありますので、ご了承下さい。
その際は匿名で公開します。

研修名	ケンブリッジ大学コーパスクリスティ・カレッジ 2024 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	60000 円	外食にかかる経費は高いです。
図書費・学用品費	0 円	
携帯・インターネット費	23000 円	
現地通学費	0 円	(研修先まで 1 分)カレッジのそばにある寮に宿泊したため
教養娯楽費	0 円	
被服費	0 円	
雑費	100000 円	全てお土産です
その他	0 円	例:
合計	183000 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: 空港で日本円から交換 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
全ての会計がクレジットカード。
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。
「世界そのままギガ」現地についてから SIM カードを入れ変えなくても、日本で利用している料金プランを海外でそのまま利用できる。SIM カードだと海外の携帯会社にも通信料金を支払うため、二重払いになってしまう。
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
飛行機→肩につける枕、アイマスク、サンダル(長時間靴を着用するのは不快)、飲料水(出国審査が終わったら) 現地→保湿剤(イギリスは乾燥している)、シャンプー(160ml)、コンディショナー(200ml、乾燥しているため持参推奨)、常備薬、リップクリーム(乾燥しているため)、ご飯、カップラーメン(外食ができない際に数食分持参すると良い、ふりかけがあると直良し)、味噌汁(インスタント)、コップ(コップがありませんでした、電子レンジで利用できるもの)、衣服(一週間分)、洗剤(一ヶ月の場合 14 回分の量)

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: PA (program Assistant)) 特記事項: 冷蔵庫に入れてあった私物のペットボトル一本を清掃員に盗まれた。 ショップで 8 ポンド分ばったくられそうになった。
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？
危険情報は「地球の歩き方」(株式会社地球の歩き方)を参照しました。盗難については上の項目より、Bedder(部屋やキッチンを掃除する方)にペットボトル一本を盗まれた。PA(program Assistant)に相談し、直接 Bedder にと質問してくれた。
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。
寮やカレッジ内でのインターネット環境は非常に充実していた。地下鉄だと稀に電波が繋がらないことがあるが、それ以外は特に不自由はない。

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)
オートロックなため、鍵の管理には注意が必要。

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。 我々は Entrepreneurship, Science, Art and Architecture, Environmental Leadership の 4 つの講座から 3 つ以上を選択しなくてはならない。私は Entrepreneurship, Science, Art and Architecture を受講したためこれらの授業について説明する。 Entrepreneurship の授業内容について 起業家の種類について具体的な企業名を挙げながら説明がされる。 Small business entrepreneurship Refers to the size of the business, and not profits. They tend to be family businesses, or businesses with small teams. Example: a small bakery owned by a single person or a family, serving the surrounding community with fresh croissants. • Scalable start-ups: These are, for example, tech start-ups. Lots of sources for investment, say from venture capital. Through innovation and technology, the return on this type of entrepreneurship is expected to be very high. Example: Uber or Tesla. • Social entrepreneurship: Entrepreneurship wants to tackle a social problem. For example, access to water, or poverty. Example: TOMS shoes donate a pair of shoes to a child in need for every pair sold. • Corporate entrepreneurship: Google allows their employees to be entrepreneurs. Employees are allowed to spend 20% of their time to work on projects that interest them, leading to the creation of Gmail, for example. この授業では特に Social Entrepreneurship に焦点を置き授業が進む。 Social entrepreneurs need to focus on the same things as tech entrepreneurs. • Innovation • Scalability • Collaboration (with other agencies, banks, NGOs, etc.) Business Model Canvas を用いて企業や市場を分析することを学ぶ。 Essentially, a blueprint for how the business functions and achieves its objectives. • How an organization creates, delivers, and captures value. • How it generates revenue, engages with customers, and sustains itself financially. The business model includes various things such as the value proposition, customer segments, revenue streams, cost structure, and key activities. • A well-defined business model is important for the success of any start-up, as it guides strategic decision-making and helps the organization adapt to changing market conditions. 授業内では実際に存在する企業を調査しその start-up 企業が今後どのような活動ができるかを分析する。 Science の授業について この授業では多くの場所を訪れた。 Zoology Museum, Homerton College, Cambridge tour, Botanical Garden, Astronomy, Sedgwick Museum, Punting このように私が受講した科目の中でこの講座が最も多くの場所に行った。 この講座の Zoology Museum は Science の講師 Dr. Paul が先行する分野である Zoology(動物学)の博物館である。多くの動物の標本が展示されており、Cambridge 大学出身の Darwin の進化論について触れているブースもあった。 1. Variation - differences between organisms as genes can occur in two or more alleles. 2. Differential Reproduction - some organisms have babies and some do not due to fitness differences. 3. Heredity - information is passed on between generations through DNA. Homerton College とは Dr.Paul が実際に教えている college である。そこを訪れ、Dr.Paul 自作の謎解きを解く。Cambridge tour とは大学院を訪れ、どのような研究が行われているかを知った。Botanical Garden では植物園において植物の多様性を学んだ。 The current botanic gardens were opened in 1846 by Professor John Stevens Henslow. The gardens are used as a teaching and research resource for the university. The garden is 40 acres and has a collection of over 10000 plant species. Sedgwick Museum では考古学者 Adam Sedgwick の名がついた博物館を訪れた。恐竜の化石を見た。Punting ではケム川を船で旅した。川からケンブリッジのカレッジを眺めた。船中ではニュートンの力学について説明があった。 Laws of Motion and Gravity: Newton showed that the same natural laws control the movement of objects on Earth and in space. He connected his ideas with Kepler's laws of planetary motion, which proved that the planets move around the sun. This helped to confirm that the sun is at the centre of the solar system.

Art and Architecture について Gothic, Classical 様式の建造物の特徴について学んだ。 実際に Kings College を訪れ違いを確認した。Fortz William Museum では前日に絵画の背景事情や意味を教わった絵画の実物を見に行った。 Oil painting, tempera, watercolor の絵画の違いを教わった。 この授業では授業内で知識を詰め込み、そしてその後の授業で実物を見るため作品が非常に頭に記憶されやすい。
2) 課外プログラムについて 課外プログラムは特になし
3) 現地での生活に関すること ケンブリッジはロンドンと比べると田舎であるが、コーパスクリスティカレッジがある付近には他のカレッジも連立しており楽えている。そのため食糧に困ることもなく生活することができる。平日は 3 食が食堂で提供されるためその点は心配がいらない。しかも美味しい。個室の寮で生活できるため、他人への配慮はいらない。洗濯機、乾燥機も寮に 5 台ほどあるため全く不自由を感じない。

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。 現地学生を PA(Program Assistant)と呼び、彼らと共にフットボールをしたり卓球をしたり、共にご飯を食べたり、授業内容を確認する複数人で構成される Discussion を行った。
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。 プログラム内外の区別が難しいが、PA の方が主催してくださったスポーツ大会に参加した。リンボーや二人三脚などユニークな運動をした。

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。 話す言語が違うこと、建物の印象が日本とは違うこと、衛生管理が違うこと、通貨が違うこと、時差があること、気候が違うこと、主食が違うことなどあらゆる点が日本とは異なっています。

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)

このプログラムを今後選択する方へ このプログラムは 18 年の歴史を 2024 年現在は持っているそうです。そのため Program Director の Mr. James Sharp はとても明治大学の学生のことをよく理解してくれています。また、Science in Cambridge の講師である Dr. Paul も長年このプログラムで教えてくださっているため、異国人に教えることに慣れています。そのため、英語力に不安がある方や留学に初めて挑戦する方でも安心して参加できます。なぜなら、実力派のサポーターが多く存在しているからです。 安心してそして、高クオリティの留学を希望する方にはこのプログラムが最適でしょう。このプログラムによって人生経験が豊かになることを私は保証します。

国際化サポート海外留学奨励金 留学報告書

この報告書は、閲覧資料としてホームページに公開します。また、学内発行の留学関連冊子等にも掲載されることもありますので、ご了承下さい。
その際は匿名で公開します。

研修名	ケンブリッジ大学コーパス・クリスティカレッジ夏季研修
-----	----------------------------

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	54,783 円	
図書費・学用品費	0 円	
携帯・インターネット費	2,919 円	
現地通学費	0 円	(研修先まで 1 分)
教養娯楽費	84,046 円	サッカー観戦、パブや施設入場料など
被服費	39,408 円	
雑費	45,307 円	お土産やアイス・コーヒーなど
その他	78,618 円	例: ロンドン 3 回、エディンバラ、マンチェスター、イーストボーンまでの交通費
合計	305,081 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: 三万円ほどレートの良い金券ショップにて両替を行ったが、まったくと言っていいほど現金を使わなかった。
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
カード、特にタッチ決済ができるもの。尚且つ、アップルウォレットなどに入れておくとかなり楽。たまに AMEX が使えないところがあるので注意。

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 カードは Giffgaff というものを使った。35GB のプランだったが、実際は 14GB も使わなかった。寮に在る間は寮の WiFi を用いていた。

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
携帯用ウォシュレットがかなり良かった。海外対応ドライヤーも必須。ハンガーやファブリーズ、カップ麺もとても役立った。洗濯用ネットを忘れてしまったのは後悔。長袖もそれなりに必要。Otter という録音アプリはかなり役立つ。

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？
特にないです。治安はよかったです。

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。
SIM も WIFI も電波はあまりよくないです。人混みだと特に繋がりがありません。

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)

部屋によって広い狭い・水場が綺麗汚いなどの当たり外れがそれなりにある。コーパスにはいくつか寮があるが 2024 年のジェネラルコースは古い寮と新しい寮の 2 つに割り振られた。どこの寮、部屋に当たるかは当日にならないと分からない。

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。

Art & Architecture: 様々な施設やカレッジに赴き、実際に目で見ることで絵画や建築物の理解を深めることができ、とても有意義な授業だった。

Science: こちらも実験や見学が多く、「サイエンス」というものを楽しむことが出来た。絶対に取った方がいいと思います。

Entrepreneurship: 起業についての授業を英語で学ぶことができ、とてもためになったが課題の量がとても多く苦労した。

2)課外プログラムについて

PA 企画のバプでのサッカー観戦や運動会、卓球大会やサッカーなど多くのことを行った。

3)現地での生活に関すること

夜の時間帯にお酒の販売をやめるスーパーがたまにあるので注意。日曜日は全体的にお店が閉まるのがかなり早いです。電車も頻繁にストライキや運転士不在などといった理由でキャンセルになるので気をつけてください。

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。

PA さんの企画や授業に関するディスカッションが週に三回程度あり、学びを深めることができた。

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。

サッカーやミニ音楽会などを行った。

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。

電車内に自転車を持ち込み移動している人が多く驚いた。また、電車内で大音量で音楽を流す人も多くパーティーみたいになる時が何度かあり、日本では考えられないことだと感じた。カフェとパブの数が異常に多く、昼はカフェでコーヒーを飲み、夜はお酒を飲むという人がとても多かった。ハリーポッターのような食堂で毎日ご飯を食べることができたのも素敵な経験でした。

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)

このプログラムは間違いなく私の今までの人生において、一番の思い出となりました。大学 4 年生であることから、最後に何か大きなチャレンジをしたいという想いで参加しました。不安もありましたが、気兼ねなく接してくれるプログラムのメンバーや PA と過ごす毎日がとても刺激的で充実した日々でした。もちろん、海外での生活は楽しいことばかりではなく、大変だったことも英語が上手く話せずに悔しい想いも数えきれないくらい味わいました。ですが、そのような想いを学生のうちに知ることが出来て幸せだと思うようにし、これからの人生においての糧にしていきます。参加するかどうか迷っている方がいたら絶対に参加した方がよいと断言できます。参加してみてどう思うかは人それぞれですが、このプログラムには人間的にも大きく成長できる環境が整っていると思います。そして何より、世界最高峰であるケンブリッジ大学で学ぶことができるという経験はまずないと思うので、ぜひ参加してみてください。

国際化サポート海外留学奨励金 留学報告書

この報告書は、閲覧資料としてホームページに公開します。また、学内発行の留学関連冊子等にも掲載されることもありますので、ご了承下さい。
その際は匿名で公開します。

研修名	ケンブリッジ大学コーパスクリスティカレッジ研修
-----	-------------------------

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	31000 円	土日の食事代・コーヒー代・ミネラルウォーター代など
図書費・学用品費	0 円	新規で購入せず
携帯・インターネット費	2850 円	giffgaff を購入
現地通学費	0 円	(研修先まで 徒歩1分)
教養娯楽費	53370 円	交通費・ツアー代金など
被服費	7200 円	ケンブリッジパーカーなど
雑費	46500 円	お土産代・小物代など
その他	円	例:
合計	140920 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
スマホにクレジットカードを登録して支払う方法は、毎回クレジットカードを出す必要がなく支払いやすかった。即時通知の来るカードだとより安心である。

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。
giffgaff を注文し、35GB の goodybag を購入しました。カレッジ内は WiFi を使用することができた。通信で困ることはなかった。

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
クレジットカードやパスポートなどを入れられるウェストポーチ、スマホにつける紐も役立った。気温差が大きいので、パーカーなどがあると良い。帰りの荷物が増えることを予想して持っていた折り畳みのボストンバッグも役立った。

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: 先生・PA)
特記事項: ロンドンからケンブリッジまでの電車がキャンセルされたときの対応。先生と PA からアドバイスをもらって代替手段を探して、無事帰ることができた。

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？
PA や先生から情報収集をした。実際に盗難のトラブルに巻き込まれたことはなかった。ロンドンなどでは怪しい勧誘もあったため、話しかけられても無視するようにした。

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。
カレッジの WiFi は Mind よりも通信速度が遅いように感じた。授業中に困る場面も少しあったが、Eduroam はケンブリッジ市内で接続しやすかった。地下鉄など一部のエリアでは通信ができないが、基本的に問題なく使用できた。Giffgaff も十分な量を契約したので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	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)
清潔感のある寮だった。トイレとシャワーが各部屋にあるため快適であった。また、洗濯機も寮内の使用することができた。1週間に1度、シーツとタオルを交換してくれ、部屋の掃除もしてくれた。

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。
特に良かった点は2点ある。1つ目は現地のPAや先生との交流の機会が多かったことである。授業やディスカッションの時間だけでなく、フォーマルディナーやレジャーの時間など交流の機会が多く設けられていた。2つ目はケンブリッジ大学の講師や研究者が担当するユニークな授業が興味深かったことである。ゲストスピーカーから貴重なお話が聞けたり、フィールドワークで美術館やその他のカレッジを訪れたりできたことは非常に貴重な経験だった。 一方で、各コースのレベルが高く、専門的な知識が求められる場面が多いため、復習や課題に取り組む必要があるプログラムである。
2)課外プログラムについて
ケンブリッジ市内を探索するゲームや、ケム川でのPuntingなど、非常に多くのアクティビティを経験することができた。PAが積極的にイベントを計画してくれたため、活動を通して様々な話をする事ができた。4週間の滞在を通じて、ケンブリッジが思い出の地となった。
3)現地での生活に関すること
物価は日本に比べて高いが、PAがおすすめのスーパーなどを教えてくれた。ケンブリッジはイギリスの中で治安が良い地域とされるが、夜間は単独行動をしないほうが安全である。オリエンテーションの際に、正しい警戒の仕方についてレクチャーしてもらった。その点に気をつけながら生活したため、プログラムを通じてトラブルには巻き込まれなかった。

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。
授業内でのサポートやディスカッションだけでなく、課外アクティビティやスポーツイベント、食事会などをPAの学生が主体となって企画してくれたため、交流する機会が多かった。また、食堂での毎日の食事の際にもコミュニケーションをとる機会が多かった。ケンブリッジ大学の学生と多様なテーマについて話すことができる貴重な機会であった。
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。
PAオフィスと呼ばれるスペースでは、日本とイギリスの違いについて専攻について、将来のキャリアについてなど幅広いテーマを話し合うことができた。また、ケンブリッジ市内のカフェやアパレルショップに出かけて関係を深めることもできた。そして、おすすめの観光スポットなどを紹介してもらうこともあった。

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。
日本とイギリスの違いについては2点挙げられる。 1点目は、イギリスが日本に比べて多文化社会であると感じた。様々なバックグラウンドを持った学生や住民が生活しており、貧困も1つの問題となっている。また、駅員や店のスタッフの英語も多種多様であった。 2点目は、イギリスでは日本に比べて主体性が求められることである。トラブルが起きたときに自分から交渉することが求められる。実際に電車のキャンセルや切符の発券ミスなどは自分からその場で対応しなくてはならなかった。

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)

今回が初めての海外渡航であったが、PAやプログラムディレクターのサポートのおかげで充実した4週間を過ごすことができた。海外の学園都市での生活に憧れているという人にはぜひ参加を検討してほしいと思う。特に中長期留学や大学院留学を考えている学生にとって大きな刺激となることは間違いないと考える。 ケンブリッジ大学の講師や研究者が授業を担当してくれるため、ケンブリッジだからこそ学べる内容が多い。また、PAも様々なバックグラウンドを持っており、多彩な才能を持っている学生が非常に多かった。日本の大学生活では出会うことのない面白い学生と関わることでできる貴重な機会である。授業の内容だけでなく、専攻やキャリアについて話すことでより多くの学びを得ることができるため、積極的に交流の機会を作ると良いと考える。また、プログラム中も週末の旅行期間も英語を使う機会が溢れているので、英語での会話に慣れておくことと不安が減る感じた。

国際化サポート海外留学奨励金 留学報告書

この報告書は、閲覧資料としてホームページに公開します。また、学内発行の留学関連冊子等にも掲載されることもありますので、ご了承下さい。
その際は匿名で公開します。

研修名	ケンブリッジ大学コーパスクリスティ・カレッジ 2024 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	5 万 円	
図書費・学用品費	円	
携帯・インターネット費	円	
現地通学費	円	(研修先まで 分)
教養娯楽費	10 万 円	
被服費	6000 円	
雑費	円	
その他	5 万 円	例:
合計	20万 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: その他用意した物: ☒ 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 クレジットをよく使った。現金はほぼ使わなかった。 JCB カードは使えない店が多かった
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。 Giffgaff を購入していった。
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 サンダル、サングラス、暖かい服

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? かばんはしっかり閉めること、こまめに確認することを意識した。
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。 たまに繋がりがづらいことがあった。

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)
たまにファイヤーアラームが鳴ることがある。

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。
選ぶ授業によっては課題の量が結構多かった。
2)課外プログラムについて
PA の方々が様々な企画をしていろいろな場所に連れて行ってくれた。
3)現地での生活に関すること
土日は行きたい場所に行くことができ、平日でもパブに行ったりジェラートを食べたりと充実していた

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。
ロンドンを観光する計画を助けてくれたり、PA オフィスでたくさんおしゃべりしたりして仲良くなれた。
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。

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。
乗る予定だった電車が理由もわからずにキャンセルになることが多かった。

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)

このプログラムでは毎日充実していてもものすごく楽しくて、一生に残る思い出が出来ました。到着初日は不安や緊張があったけど PA の方々は優しく助けてくれるので不安もなくなり、安心して過ごすことが出来ました。一緒に行く友達も最初は知らない人達で緊張したけど一緒に生活するうちに仲良くなれるし、何よりも友達が頑張っているのを見て自分のモチベーションが上がりお互いに高め合うことが出来ました。もし、迷っている方がいたら挑戦してみるべきだと思います！
--

国際化サポート海外留学奨励金 留学報告書

この報告書は、閲覧資料としてホームページに公開します。また、学内発行の留学関連冊子等にも掲載されることもありますので、ご了承下さい。
その際は匿名で公開します。

研修名	ケンブリッジ大学コーパスクリスティカレッジ 2024 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	38000 円	
図書費・学用品費	0 円	
携帯・インターネット費	2850 円	Giff gaff
現地通学費	45000 円	(研修先まで 分)
教養娯楽費	0 円	
被服費	0 円	
雑費	65000 円	
その他	0 円	例:
合計	150850 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: 羽田空港内の換金所で日本円3万円分
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
クレジットカードでの決済が中心で小銭は余ってしまうことが多いため、現金は最低限あれば構わない。
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。
Giff Gaff という 1 ヶ月分、35G、15 ポンドのイギリスの格安ローミングサービスを利用した。場所によっては全く動かなくなってしまうこともあるが、基本的に街中では何も問題はないので、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
長時間フライトになるため、飛行機の中で履くスリッパを持っていくと良い。 荷物にはなってしまうが、ガイドブックは必須。「地球の歩き方」読者の声を集めており、ランドマークだけではなく治安情報も細かく掲載されているので便利。)

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)
☐ 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？
地下鉄は特に治安が悪く、手荷物は前で抱えて背中では壁につけて隙を与えないよう心がけた。自分の前後に怪しい人や集団がいたら距離を取った。歩きスマホは絶対にしない。話しかけられても返答しない。(感情に訴えかけてくる物乞いが多い) 自分が行く場所の治安情報あらかじめは事細かく調べておくこと。
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。
日本と違って街と街の間は何もない草原や畑であることがほとんどなのでその場所は電波が飛んでいない。基本的に地下鉄駅や地下鉄車両内はローミングサービスは使えない。大学構内にフリーwifi が飛んでいるが速度が遅く最初数日間パソコンが使えなかった。

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)	
居室は申し分ないほど綺麗で広く、快適な空間だった。週に一回清掃もしてもらえる。タオルは小さいものとバスタオルが一枚ずつあり、石鹸ももらった。ただし部屋によって格差があった。	

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 現地の学生の授業支援がとても手厚いもので、授業だけではなく日常生活での疑問(列車の切符の購入、郵便局の使い方などを質問した)もサポートしてもらえた。積極的にコミュニケーションを取ろうとしてくれて、こちらが片言の英語でも聞き取ろうとしてくれた。講師もとても親切で内容は一部難しいものもあるがこちらが理解できるように構成されていると感じた。フィールドワークも多かった。フォーマルディナーはテーブルマナーを学んだり、現地学生との交流ができて貴重な経験だった。
2)課外プログラムについて
Art and architecture, science は課外活動が多かった。研究機関や他のカレッジの教会、望遠鏡など観光では見学することが出来ない場所も見ることができて充実した講義だった。
3)現地での生活に関すること
平日は3食ついていてとても助かった。週末は自分で用意する必要があるがレストランはどんなに安くても1食 2000 円以上するためスーパーで済ませることが多かった。Sainsbury というスーパーが安くおすすめ。洗剤は Sainsbury で 20 回分で 800 円くらいで、寮に乾燥機と洗濯機が備え付けだったので洗剤さえあれば洗濯できる。

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。
食事は同じダイニングホールで、ほぼ毎食現地学生と一緒に会話をしながら食べられた上、それぞれの授業に 1 人ずつ担当の現地学生がいて、授業以外にもディスカッションも含まれていたため毎日かなりの時間交流できて楽しかった。
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。
各々で予定を立てて放課後一緒にレストランやパブに行きスポーツ観戦をした。休日ピクニックやアフタヌーンティーに行ったりしている人もいた。

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。
授業や課外活動などプログラムは上記で述べた通り申し分の無い最高の内容だった。1 ヶ月滞在すると旅行では分からない暗い部分も見えてきた。研修先のケンブリッジは比較的治安の良い街で少なかったが、ロンドンでは屋でも物乞いで溢れていた。場所にもよるが中心部の地下鉄駅は治安が悪く、話しかけられることも多く感情に訴えかけてくるものが多いが危険なので絶対に無視すること。電車には寝てしまうと荷物は盗まれてしまうため、常に注意が必要。置き引きも頻繁に起きているようなので飲食店に入っても荷物は絶対に話さないこと。クレジットカードや現金は分散させて財布とパスポートは腰に巻きつけるタイプのバックがおすすめ。現金を使う場面は少なく、換金レートも高いため、最低限で十分だと感じた。(自分は羽田空港で最低限と思って 30000 円分換金したが、それでも少し多かった。)

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)

このプログラムを通してとても充実した1ヶ月を過ごすことができた。講義で求められる英語力は自分の能力よりもはるかに上だと感じたがなんとか追いつこうとする姿勢が大切で、不明点があれば現地学生や他の参加者に質問した。講義では何かのテーマについて考えて自分の意見を発信するという場が多く、自分は文学部でディスカッションをする場は日常ではほとんどなかったが、講義ではかなり多かった。バックグラウンドや学部、将来など人によってそれぞれでなんとなく自分と他の参加者を比較して劣等感抱いてしまい辛いことや肩身の狭い思いをしたことも多かったが、他の参加者の授業への姿勢や大学生として今頑張っていること、先輩もいたので就活についても詳しく聞くことができるととても良い機会で、現地学生含め周りの人から受ける影響はとても大きく、「何か始めなければまずい」ではなく、「自分も何かに向けて頑張りたい」と思えるようになったことが1番の成長だと感じている。帰国後はTOEIC対策だけではなくアウトプットとしてオンライン英会話を始めた。旅行とは違ってその街の住人に溶け込んで生活することができるのも留学の魅力であると感じた。

国際化サポート海外留学奨励金 留学報告書

この報告書は、閲覧資料としてホームページに公開します。また、学内発行の留学関連冊子等にも掲載されることもありますので、ご了承下さい。その際は匿名で公開します。

研修名	ケンブリッジ大学コーパスクリスティカレッジ 2024 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	450000 円	
図書費・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	55000 円	
被服費	10000 円	
雑費	0 円	
その他	20000 円	例:
合計	130000 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
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。
日本で giffgaff を購入しました
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
かなり涼しいため厚手のコートを用意してい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？
街なかで声をかけてくる人は無視しましょう。スリが多いので常に周囲に注意し、肩掛けの財布やチャック付きのカバンを使いましょう
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。
ワイファイが繋がっているところは問題ないのですが、電波はかなり不安定です。

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)

私が使用した部屋は、清潔感があり、そこでは毎日快適に過ごすことができました。これらの部屋は借りているものですので、汚さないようにこまめに整理整頓しておくのがいいと思います。おそらく必ず留学中なにかしらのトラブルは体験すると思われますが、その際には焦らず信頼できるPAさんや周りの大人に相談しましょう。英語で助けを求めたり、相談をするのは難しいと思いますがそれは自身の成長の機会ですので積極的に挑戦していきましょう。

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。

自分個人だけの留学ではないので同じ日本人がいるという安心感は良かったと思います。

2)課外プログラムについて

課外プログラムでは、植物園や博物館、美術館などに行きました。そこでは写真や本だけでは得ることができない知見や貴重なものをたくさん見ることができました。

3)現地での生活に関すること

イギリスはヨーロッパの中でもかなり治安の良い方であり、夜間でも二人であるならば夜で歩いても大丈夫だと思います。英語はたとえカタコトでもいいから話し続けると自身の成長に繋がります。

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。

PAさんとは授業中だけではなく、PAさんが企画してくれたsport dayなどプログラム中に沢山交流することができました。

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。

PAさんが企画してくれたSportDayにスポーツによる交流を行ったり、個別に食事に誘ったりして交流しました。

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。

私が日本と異なると感じた部分は交通関係です。ロンドンとその他の都市の電車関係の様式が異なったり、ゾーン制やオイスターカードなど最初に調べておかないと必ず混乱します。現地の人たちは基本的に優しくかったです。

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)

この研修が始まる前は、イギリスに対するイメージはユニオンジャックやビックベンなどいわゆる表層的なところしか知らなかったのですが、イギリスで生活することによって作り上げられたイメージによるイギリスではないリアルなイギリスを少しは知ることができたように感じます。電車はキャンセルになるし、思ったよりゴミは落ちているし、ここにはかけないようなこともありました。日本を出たことないという人はぜひこの研修に参加して、いろんな世界を見る最初の一步にしてください。

国際化サポート海外留学奨励金 留学報告書

この報告書は、閲覧資料としてホームページに公開します。また、学内発行の留学関連冊子等にも掲載されることもありますので、ご了承下さい。
その際は匿名で公開します。

研修名	ケンブリッジ大学コーパスクリスティ・カレッジ 2024 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	16,000 円	週末の食費、お菓子
図書費・学用品費	0 円	
携帯・インターネット費	27,000 円	
現地通学費	0 円	(研修先まで 2 分)
教養娯楽費	20,000 円	図書、遊園地、ツアー
被服費	9,600 円	大学パーカー等
雑費	25,000 円	お土産代
その他	22,400 円	例:週末の交通費
合計	120,000 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: Traveler にて日本で両替
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
デビットカードもしくはクレジットカード。現地のほとんどすべてのお店や地下鉄の改札、電車のチケットの予約などすべての支払いで使えます。電車のチケットはまとめて購入するとお得なので、銀行振込をすぐにできるようにしてあると便利です。

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。
Softbank の海外安心定額プランを使用しました。24 時間で 3 ギガもしくは 72 時間で9ギガを選べるのですが、設定時間が終了するごとに更新が必要で不便でした。平日はほとんど学校にいるのであまりギガを使いません。

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
・シャワールーム用のビーサン。PA に配るお菓子等のお土産。消臭スプレー(部屋によっては下水のにおいなどがきつかったりします)。洗濯ネット(共同の洗濯機が気になる人はネットがあると安心だし便利です)
・カトラリー類は使い捨てではなく、洗って使いなおせるものをもっていけばよかったと思いました。部屋で食べることも多かったのでも使い切った後はスーパーでもらっていました。

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)
☐ なし ☒ あり(問題の内容や相談した人等: PA)
特記事項: 家にあった旧札が使えなくなっていたので相談したところ、PA の銀行口座を使って両替をしてくれました。

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?
事前に週末の旅行の予定は全て伝えていたので、危ない場所や近づかない方がよいところは教えてもらえました。私は一人で出かけず、夜も遅い時間に寮から離れた場所にいたので危ない経験は一度もありませんでした。ただ、人がたくさんいるところでは常に荷物に気を付けていました。

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。
寮の WiFi は場所などによって接続が悪かったり、動きが遅かったりしたことがたまにありました。

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)	
私たちのプログラムでは寮が2つに分かれており、一つは比較的可れいでもう一つは古い寮でした。私が滞りしたのは古い方の寮でしたが、歴史のある建物で、有名な観光地の上の部屋でした。窓からはキングスカレッジの教会が見えてとても良い眺めでした。どちらの寮もシャワーは汚いと感じる人が多いかと思うので、シャワー中に履く用のビーサンがあるといいと思います。また、壁は比較的薄くて音が聞こえるので、気になりやすい人は耳栓があるといいと思います。	

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。
研修先では Art & Architecture, Science, Environment,の授業を選択しました。どの授業の内容も面白く、先生たちも優しく楽しんでばかりでした。課外授業などもたくさん用意してくれて、楽しく授業を受けられました。各授業の担当のPAとのディスカッションの時間も用意されており、十分に内容を理解できるようになっていました。お昼ご飯の時間ギリギリに3限の授業が終わるのが少し大変でしたが、課外授業から食堂までみんなで走ったのもすごくいい思い出になりました。
2)課外プログラムについて
初日にはケンブリッジの街をよく知るためにスカベンジャーハントやビンゴ、サッカー観戦、運動会、フットボールのゲーム、卓球の大会、カフェ、アイスクリーム屋さん、パブなど PA たちが数多くのイベントを企画してくれました。イベントや PA との時間がたくさんあったので放課後も毎日楽しく充実した時間を過ごすことができました。
3)現地での生活に関すること
イギリスは日本よりも気温が低く、雨が多いと聞いていました。私たちが行ったときは晴れの日が多く、気温も過ごしやすい温度でした。現地の人は親切な人が多く、駅員やスタッフなどが困っていないかと声をかけてくれることがよくありました。拙い英語を一生懸命聞こうとしてくれる人や日本語であいさつをしてくれる人も多くいて、とても過ごしやすいかったです。

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。
授業にはPAが必ず一緒に出席していました。食堂ではPAが近くの席に来てくれてたくさんお話ができました。また、放課後の時間や空き時間には、アイスクリーム屋や、スポーツデイ、フットボール、テーブルテニス、パブなど PA が様々なイベントを計画してくれました。質問があるときでもないとときでもPA オフィスにいくと、PA たちが一緒に話をしてくれました。
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。
週末はイベントなどはありませんでしたが、仲良くなった PA を誘ってみんなでピクニックへ行ったりしました。何かイベントに誘ってくれたり、コーヒーを買いに行ったりするのに声をかけてくれたときは、なるべくすべて参加するようにしていました。すぐに名前を覚えてくれて仲良くなれました。また、スチューデントディスカウントやPAの使っているポイントカードなどもあるので、ショップや本屋に行くときは声をかけると一緒に来てくれます。

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。
道路の渡り方などが印象的でした。日本では信号は青になるまで待ちますが、イギリスの人は車がいなければわたる人が多かったです。また、信号の時間が非常に短いのも驚きました。

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)

研修やケンブリッジでの生活を通して、計画的に行動することの大切さを強く感じました。慣れない土地での生活と学業を両立させるためには、スケジュールを立てて余裕を持った時間の使い方が不可欠でした。また、たくさんの明治大学やケンブリッジ大学の学生と関わり、同年代の彼らが将来について考えながら、勉強や活動に励んでいることに非常に刺激を受けました。今後の学生生活において、将来を真剣に考えながら、自分の興味のある学びと挑戦を大切にしたいと思います。私は英語を話すことがあまり得意ではなく、自信のない状態でプログラムに参加しました。しかし、PA や教授と積極的にたくさん話すことを心がけて過ごすうちに、仲良くなる事ができ、冗談を言って笑いあえるようになりました。英語が著しく上達するということはありませんが、なるべくたくさんの経験をできるように失敗を恐れずに積極的に行動することがこのプログラムでは重要だと思います。

国際化サポート海外留学奨励金 留学報告書

この報告書は、閲覧資料としてホームページに公開します。また、学内発行の留学関連冊子等にも掲載されることもありますので、ご了承下さい。
その際は匿名で公開します。

研修名	ケンブリッジ大学コーパスクリスティ・カレッジ 2024 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	23000 円	休日の食費
図書費・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 0 分)
教養娯楽費	8000 円	ミュージカル鑑賞
被服費	6000 円	
雑費	2000 円	シャンプー
その他	102000 円	例: 交通費、お土産代
合計	143000 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: 事前に空港で3万円分両替しました。
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
クレジットカードを使うことが多かったです。店によって現金払いができないところがありました。
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。
Giffgaff という SIM を購入しました。1 か月の使用量が約 10G だったので、1 か月 20G のプランがおすすめです。 申し込みから 1 週間ほどで日本に郵送してくれるので、イギリスについてからすぐに使用することができました。
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
スリッパやサンダルを用意していたので快適に過ごせました。 虫が多いため、ムヒや薬などがあると良いです。

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)
☒ 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？
スマホは首から下げていました。外出するときは小さめのショルダーバッグを使用し、貴重品だけを入れていました。 また、観光地では怪しい人に話しかけられても無視していました。
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。
地下鉄やお店で繋がりにくいところはあったが、基本的には問題なく使うことができました。学校や寮の Wi-Fi は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	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)

一か月間快適に過ごすことができました。

清掃の方はとても優しいので、困ったことや気になることがあれば、積極的に質問すると良いと思います。

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。

フィールドワークや英語でのディスカッション、ディベートなど日本ではできない貴重な経験ができました。Art&Architecture や Science の授業では美術館や博物館に行き楽しく勉強することができました。Environment Leadership の授業は、内容が難しく最初は苦労していたが、最後には自分の意見を話すことができるようになりました。

2)課外プログラムについて

授業終わりに PA の方がスポーツ大会やアフタヌーンティーなどを企画してくれました。

3)現地での生活に関すること

現地では快適に生活することができました。寮や大学の周りにはたくさんのお店があり、現地での生活に飽きることはありませんでした。

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。

全ての授業に PA の方がいるので、授業で分からなかったことを授業終わりに教えてくれました。

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。

PA の方が企画したアクティビティーに積極的に参加しました。PA の方はとても優しく、間違った文法の英語でも聞き取ってくれたので、安心して英語を話すことができました。

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。

電車が特に日本と大きく異なると感じました。電車のストライキやキャンセルや、切符が改札を通らないなど計画通りに移動できないことがありました。電車が止まり寮に帰れなくなるかもしれない、となった時は焦りましたが、駅員に聞き、別の方法で無事に寮に戻ることができました。

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)

初めての留学であることと、英語で授業を受けられることを理由にこの留学プログラムに参加することを決めました。今まで留学や一人暮らしをしたことがなく、留学初日は海外で生活することが少し不安でした。しかし、PA の方が放課後にイベントを企画してくれたので、一人でいる時間が少なくホームシックになることはありませんでした。また、英語で授業を受けることやコミュニケーションをとることも初めは不安でしたが、先生や PA の方がとても優しく、聞き取りやすい英語を話してくれたので授業を理解することができました。この留学を振り返ってみると、とても充実した1か月だったと思います。現地で学ぶこと、実際に自分の目で見ること、日々の努力の大切さをこの留学で学ぶことができました。ここで学んだことをこれからの大学生活に活かしていきたいと思います。この留学プログラムは、海外や一人暮らしの経験がなくても充実した1か月を送ることができます。少しでも留学に興味をもっていたら応募してみてください。

国際化サポート海外留学奨励金 留学報告書

この報告書は、閲覧資料としてホームページに公開します。また、学内発行の留学関連冊子等にも掲載されることもありますので、ご了承下さい。
その際は匿名で公開します。

研修名	ケンブリッジ大学コーパスクリスティ・カレッジ 2024 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	67000 円	
図書費・学用品費	4000 円	留学前の英会話レッスン
携帯・インターネット費	8000 円	eSIM(無制限)
現地通学費	0 円	(研修先まで 分)
教養娯楽費	71000 円	チケット代諸々
被服費	22000 円	
雑費	65000 円	雑貨、グッズ、お土産等
その他	25000 円	例: 交通費(ロンドンまで往復4回)
合計	262000 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: 2 万円をポンドに両替したがほぼ使わなかった。 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 カード(プリペイドカード)
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 スマホで簡単に切り替えられて楽だった。
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 スリッパ、サンダル、長袖パーカー、スマホストラップ、箱ティッシュ、トイレトペーパー、海外対応ドライヤー、消臭スプレー、ジェルボール洗剤、ハンガー、紙皿お箸コップ、日本食、おかし

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？ 研修前に視聴必須の動画を見た。ケンブリッジでPAさんたちがデモンストレーションをしてくれてそれで防犯対策を学んだ。ケンブリッジは安全であったが、ロンドンに行くと話しかけてくる人がいるので注意しなければならない。犯罪には巻き込まれてないが、対策としてスマホはストラップを付けて首からぶら下げ、貴重品は小さめのバッグに入れ、それを大きめのバッグに入れて行動した。
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。 大学内ではWi-Fiが使えるので便利。 地下鉄ではスマホが使えなかった。

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)
部屋ではスリッパをはくと快適。トイレとお風呂が同じ空間にあり、水が侵食したりするのでサンダルなどがあると便利。キッチンにはポットや電子レンジ、冷蔵庫があるのでとても便利。寮で困ったことは特になかった。

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。
art&architecture の授業は歴史ある教会や図書館などに行くことができとても良い。Science の授業は知識がなくてもできることが多く、実験をしたり博物館に行ったりするのが楽しい。Environment の授業はディスカッションが多く自分の意見を英語で表現するスキルを身に付けられると思う。
2)課外プログラムについて
PA さんがアフタヌーンティーやスポーツ大会、バンティングなどを企画してくれて授業外も非常に充実していた。
3)現地での生活に関すること
ケンブリッジはとても安全な都市だと思いました。日中は地元住人や観光客でにぎわっているので一人で出歩いても安全です。夜になるとパブが盛んになり酔っ払いもいるが犯罪に巻き込まれたり声をかけられたりということはありません。気温も湿度もとても快適。日が沈むととても暗くなるが、日中は日差しが強くとても明るく気持ちのいい天気でした。

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。
授業中、PA さんは授業ノートを取っていて、授業後アップロードしてくれてとても助かった。一緒にご飯を食べたり、卓球をしたりと話す機会がたくさんあった。みなさんとてもやさしく、聞き取りやすい速さで話してくれるので会話も取りやすい。電車のチケットの取り方を教えてくれたり、ロンドンでどこ行ったらいいかなどを教えてくれとても親切でした。
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。
PA さんがアフタヌーンティーに行こう、公園でサッカーをしよう、パブに行こうなどと呼び掛けてくれ、PA さんとも法学部研修の人たちとも交流をすることができた。

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。
電車がルーズかと思いきや、ケンブリッジ駅からロンドンに向かう電車は発車時刻の一分前には出してしまうので注意。お店に入ってもお水が無料じゃない場合もある。お菓子は本当に甘いので買いすぎ注意。サッカー観戦ではブーイングの音がとても大きく印象的だった。

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)

今回このプログラムのほかの参加者と関わってみて、留学に行く人はみんな志が高く、今までにとても努力をしており、趣味などもしっかりと持っている人が多く、4週間とても影響を受けました。私は1年生でこのプログラムに参加し、周りと比べて英語レベルもとても低く、何もかもうまくできないことだらけでしたが、先輩方がべらべらと英語を話す姿にとっても惹かれ、自分も英語をべらべらに話せるようになりたいと思いました。受験以来、英語学習を怠っていたのですが、しっかりと勉強し、スピーキングとリスニング力を伸ばしたいと思いました。最初は現地の人の英語を聞き取れるか、授業についていけるか本当に不安で直前は留学に行きたくなくなってしまったのですが、分からないことがあってもPAさんやほかの参加者が優しい英語や日本語で教えてくれ、プレゼンなどを手厚くサポートしてくれたので、不安は消え、本当に楽しい時間を過ごせました。これから留学したい方はぜひ留学するべきだと思います。留学直前に留学に行きたくないと思っていた私が言うので間違いありません。不安や心配はたくさんありますが、絶対にいい経験になり、日本帰国時には留学に行って良かった、戻りたいと絶対思うに違いありません。ぜひ海外で素敵な体験をしてみてください。そしてご両親への感謝を忘れずに！
--

国際化サポート海外留学奨励金 留学報告書

この報告書は、閲覧資料としてホームページに公開します。また、学内発行の留学関連冊子等にも掲載されることもありますので、ご了承下さい。
その際は匿名で公開します。

研修名	ケンブリッジ大学コーパスクリスティ・カレッジ 2024 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	50,000 円	平日は校内の食堂があり、無料で食べられますが、休日は外食や自炊
図書費・学用品費	0 円	校内無料で利用できる図書館がありました
携帯・インターネット費	3,550 円	Three SIM カード 30 日間 60GB 分
現地通学費	0 円	(研修先まで 2 分)校内の寮でした
教養娯楽費	150,000 円	アフタヌーンティー、休日旅行、ショッピングなど
被服費	30,000 円	温度変化が激しい
雑費	40,000 円	お土産等
その他	円	例:
合計	300,550 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: 空港で 20,000 円分のボンドを購入しました。 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 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。 出発前に Amazon で 30 日間に使える Three SIM カードを購入して使いました。
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 イギリスの夏は日本の夏と温度の差が結構大きいので、ジャケットを準備した方がいいです。 簡単に作れる日本食も準備した方がいいです。

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) ☒ 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？ 万が一危険に遭遇した場合、すばやく PA さんと連絡した方が一番いいと思います。
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。 校内で使える WIFI が使いやすいが、校外にいるときは電波が弱い場合も多いです。

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)

自室に関して不便などはありませんでした。しかし、ヘアドライヤーは海外適応なものだとしても壊れる可能性があり、ぜひ現地でのご購入を検討した方がいいと思います。

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。

Art & Architecture の授業は渡航前から最も興味があった分野の授業なので、とても楽しく感じました。ケンブリッジの街を歩いて、ミュージアムで行う授業もありました。

2)課外プログラムについて

PA さんが企画してくれたスポーツデイやアフタヌーンティーなどのイベントがとても楽しかったです。コーパスクリスティ校内では卓球室があり、卓球レースもしました。学校のすぐ隣にもパブやジェラート屋があり、授業外でクラスメイトたちや PA さんといっしょに時間を過ごすのも多いです。

3)現地での生活に関すること

全ての体験が新鮮で、平日は授業とケンブリッジ内のイベントで、休日はほぼケンブリッジ外に旅行したり、イギリスを満喫し充実した1ヶ月間でした。

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。

プログラム内での PA さんたちは現地の学生で、毎日の授業で会えるだけではなく、同じ寮で住みました。PA さんたちはとても親切で、1ヶ月間でとても仲良くなって友達になりました。英語に自信がないだとしてもぜひ話かけてみてください。

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。

私は三連休を利用して友達といっしょにエディンバラ旅行に行きました。帰り途中の電車でスペインからの人とも英語で話してみました。自分の体験を話し、とてもおもしろかった体験でした。

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。

イギリスは全体的に文化的な雰囲気は日本とだいぶ違います。特にケンブリッジでは街中では東京より落ち着いた雰囲気、観光客も多い活発している感じでした。

日本の授業スタイルとも結構違って、自分の意見を言ったり、質問したりするのは、提唱されている雰囲気です。

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)

寮は清潔で広く、日当たりもとてもいい所でした。同じくプログラムに参加している人も近く住んで、もしトラブルに遭ってもすぐ相談でき、とても住みやすいでした。

イギリスでは日本の授業スタイルとも結構違って、自分の意見を言ったり、質問したりの提唱されている雰囲気です。授業のあと先生と話したり、PA さんに質問したり、またはクラスメイトといっしょに勉強するのもよくありました。

ケンブリッジにいる1ヶ月間は夢みたいな体験で、プログラムのあと、私ももし機会があれば交換留学や、大学院進学を挑戦し、まだイギリスに行きたいと思いました。

英語に自信があまりないだとしても、ぜひ PA さんや当地の人と多く交流し、仲良くなれたらいいです。

確実に英語力に鍛錬になり、有意義な体験となるので、機会があればぜひ参加すべきだと思います。

国際化サポート海外留学奨励金 留学報告書

この報告書は、閲覧資料としてホームページに公開します。また、学内発行の留学関連冊子等にも掲載されることもありますので、ご了承下さい。
その際は匿名で公開します。

研修名	ケンブリッジ大学コーパスクリスティ・カレッジ 2024 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	50,000 円	
図書費・学用品費	1,000 円	
携帯・インターネット費	3,000 円	
現地通学費	0 円	(研修先まで 3分)
教養娯楽費	10,000 円	
被服費	30,000 円	
雑費	30,000 円	
その他	30,000 円	例: 旅行の交通費
合計	154,000 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: 200 ポンド 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一番役に立ちました。
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。 SIM カードを用意しました。
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 夏も気温が低くて、長袖やジャケットを準備したら助かります。

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) ☒ 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？ 特に対策はしていませんけど、盗難防止のためにいつも荷物を気にしました。
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。 3の SIM カードを使いましたが、現地で問題なく使えました。 しかし、ロンドンの地下鉄では繋がらなかったです。

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)

満足しました。

寮の中で履くサンダルがあると便利です。

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。

英語だけでなく、いろいろなことを学べたのがよかったです。多分他のプログラムでは英語を学ぶのが多いと思いますが、授業を受けるのはこれだけだと思います。授業もそんなに難しくないし、新しい経験ができたので本当によかったです。

2)課外プログラムについて

授業の後、PA さんたちが準備したプログラムに参加することができます。スポーツデー、サッカー、テーブルテニス、カフェ、パブなど多様なプログラムがあります。

3)現地での生活に関すること

イギリスでの生活で一番心配したのが食べ物でしたが、全然大丈夫でした。平日は学校で 3 食が出ますが、食堂の食べ物も美味しいです。たまに口に合わない食べ物もありましたが、大学の近くに美味しいお店がたくさんあるので、食べ物も満足しました。食べ物以外に天気も心配しましたが、意外と天気が良かったです。雨も4日ぐらいだけ降った気がします。

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。

現地学生との交流はPA さんたちとの交流しかなかったです。

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。

なかったです。

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。

イギリスの人々の優しさが印象に残りました。日本の人々も本当に優しいですが、なんか違う感じで優しさを感じました。特にこんな経験がありましたような経験はないですが、これが一番印象に残りました。

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)

本当にいい経験でした。一番よかったと思うのは授業です。普段アートやサイエンスなどには全然興味がないでしたが、ケンブリッジでの授業を通じて興味を持つようになりました。授業はレクチャーよりは見学を行ったり、活動することが多かったです。また、一つだけに集中しているのではなく、その科目を幅広く学べたのがよかったです。この経験を通じて、これからの学生生活でも自分が興味がなく挑戦してなかったことに挑戦したいと思いました。留学の最終の週になると課題とかプレゼンの準備などで本当に忙しくなるので、余裕がある時ケンブリッジの観光をした方がいいと思います。ケンブリッジにはいいところが沢山あるので、ちょっとずつ回るをお勧めします。あと、英語で話すのが怖い人も多分いると思います。しかし、。いい留学を過ごしてください！

国際化サポート海外留学奨励金 留学報告書

この報告書は、閲覧資料としてホームページに公開します。また、学内発行の留学関連冊子等にも掲載されることもありますので、ご了承下さい。
その際は匿名で公開します。

研修名	ケンブリッジ大学コーパスクリスティ・カレッジ夏季研修
-----	----------------------------

留学費用項目 (研修費用は除く)	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	3000 円	giffgaff 35G のプラン
現地通学費	0 円	(研修先まで 徒歩1分)
教養娯楽費	15000 円	バスツアーなど
被服費	5000 円	
雑費	30000 円	交通費 ¥25000 水・生活用品など ¥5000
その他	28000 円	例: 家族・友達へのお土産など
合計	約 100000 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
現地ではキャッシュレスが多いので、カードが役に立ちました。2枚持っていくと、制限がかかることもないので安心です。

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。
Giffgaff の 35G のプランを利用しました。3000 円くらいです。契約が簡単で、1か月単位で買うことができるのでおすすめです。周りの人も大体がこの方法でした。学校や寮に Wi-fi はありますが、電波が弱いことが多いので35G 程度買っておいてよかったです。

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
出発前にカードをもう一枚用意しました。元々持っていた Visa に加えて、Mastercard を作りました。
食に関して、日本食は、味噌汁やスープ以外に、お米やカップ麺など炭水化物を持っていけば良かったと思っています。土日の夕食代を浮かせるためには最適です。また、お店で買ったものをテイクアウトして、公園や学校の芝生で食べることが多かったのも、レジャーシートがあればもっと楽しめたかなと思います。

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？
研修の最初に、盗難等の防犯についての説明がありました。また、現地 PA との会話の中で、情報を得ることができました。財布はブランド品ではなく目立たないものを持参すること、鞆は常に自分の前に抱えることや、スマートフォンは首から下げられるようにすることを意識して、実際に犯罪の被害は受けませんでした。

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。
地下鉄や町の中など、時々電波が悪くなるがありました。

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)
私は Beldam という比較的新しい方の寮でした。バストイレは一緒です。オートロックなので、常に鍵を持ち歩くように気を付けていました。週に一度、清掃の方がトイレ・シャワー掃除、シーツ・タオル交換をしてくださいました。

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。
全体的に授業の質が高く、ゲストスピーカーの方からお話を聞いたり、実際に美術館に行ったりと充実した内容でした。今回の授業の分野を学ぶことが初めてだったのですが、基礎からしっかりと勉強することができました。課題は期末試験に加えて、プレゼンテーションやエッセイなどがあり、難易度も量も多かったですが、貴重な経験だったと思います。授業の時間割が固定だったので、毎日1限の授業があったことが辛かったです。
2)課外プログラムについて
PAの方が主催してくださるアクティビティがいくつかありました。運動会やバンティング(川下り)、パブなど素敵な思い出を作ることができました。自由参加でしたが、大体の人が参加していました。PAだけでなく、参加者同士の仲も深まるイベントです。
3)現地での生活に関すること
現地の人は皆優しく、拙い英語でも丁寧に接してくれました。その点は心配なくて大丈夫だと思います。町の中では青信号の待ち時間が長く、赤信号でも渡る人が多い印象です。車道・歩道ともに狭いところがあるので、注意していました。円安の影響で外食が高く、休日の食事の費用が掛かりました。節約するために、夕食はスーパーで買ってきた日本の焼きそばのカップ麺や、サンドウィッチセットで済ませることが多かったのです。そのおかげでかなり費用削減になりました。

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。
ほぼ毎日、授業とは別のディスカッションの時間があり、PAが担当する授業についてのアクティビティを用意してくれました。説明が分かりやすく、楽しめるものばかりで、スピーキング力の向上も期待できます。また、授業のない時間に一緒にお買い物をしたり、食事を共にしたり、と沢山お話しすることができました。
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。
Slackにて、休日にPAを誘ってピクニックに行きました。河原でテイクアウトしたハンバーガーを食べながらゆつくり話す時間は最高でした。また、一緒に洋服屋さんに行ってコーディネート対決をしたり、本屋さんに行っておすすめの本を教えてもらったりと、授業以外での関わりも多く、とても充実した日々でした。

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。
男性のレディファーストが浸透していて、驚きました。イギリスの男性は必ずと言っていいほど毎回ドアを開けてくださり、私が通り終わるまで待っていてくださいました。さらには笑顔で挨拶してくれました。日本にはお辞儀や会釈などがありますが、イギリスにはイギリスの礼儀正しさがあるのだなと実感しました。また、イギリスの接客は日本よりもラフだと感じました。日本の接客はマニュアル化されているような印象ですが、イギリスでは客と店員の距離が近く、会話が多いように思います。例えば、本屋にて、会計時に客が購入した本について、店員が楽しそうに話している場面が見られました。良い接客とは何か、考えさせられる出来事でした。

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)

私はこの研修に参加して本当に良かったと思っています。元々、英語で授業を受けてみたいという理由からこのプログラムを選択しましたが、授業から得られたものが大きかったのはもちろんのこと、現地学生や先生方、そしてプログラムの学生たちとの交流を通じて、人としてより成長できたと感じています。日々の授業やディスカッション、グループ課題を行っていく中で、時に授業内容が難しく、大変な時もありましたが、乗り越えられた時に「勉強は楽しい」と改めて気づくことができました。初めての海外ということもあり、緊張してホームシックになるかもしれないと心配していましたが、寮生活で仲間と毎晩過ごし、一緒に勉強したり、話したりと充実した日々を送り、あっという間の1か月間でした。プログラムが終わる頃には皆、帰りたくないと言っていました。この留学で得た友達、経験は一生ものです。特に行動力が身についたと思います。週末の旅行で、自力で電車を探したり、人に尋ねたり、そして授業内での発言や先生への質問をする中で、自分は思っていたよりもどこへでも行ける、何でもできる、という自信が生まれました。この行動力を活かして、今後の学生生活でも様々なことにチャレンジしていきたいです。留学を考えている方は、ぜひこのプログラムを検討して頂きたいです。

国際化サポート海外留学奨励金 留学報告書

この報告書は、閲覧資料としてホームページに公開します。また、学内発行の留学関連冊子等にも掲載されることもありますので、ご了承下さい。
その際は匿名で公開します。

研修名	夏季海外テーマ特化型研修 ケンブリッジ大学コーパス・クリスティカレッジ
-----	-------------------------------------

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	54,644 円	平日は3食学食、週末は外食か日本から持ってきた食品を食べました。
図書費・学用品費	0 円	日本から持っていました。
携帯・インターネット費	3,800 円	到着後に空港でSIMカードを購入しました。
現地通学費	0 円	(研修先まで 徒歩3分 キャンパスの向かいの寮でした)
教養娯楽費	0 円	私が行った美術館は入場料はなく、事前予約だけしました。
被服費	43,324 円	ケンブリッジのパーカーやTシャツ、PRIMARK というお店で服を購入しました。
雑費	2515 円	友人と二人でドライヤーを購入し、一緒に使っていました。
その他	77,171 円	例: 旅行交通費(14,379 円)、お土産(42,792 円)、ハリーポッターチケット(約20,000 円)
合計	181,454 円	土日のどちらかはケンブリッジに滞在し、どちらかは日帰りで出かけていました。ホテル代などが無い分少し費用を抑えられていると思います。ロンドンまでの電車は往復で4000円ほどかかりますが、美術館などの観光地は無料で入場できることが多いので意外と観光にお金がかかりませんでした。

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: 羽田空港にて1万円分のみ換金 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
現地ではクレジットカードで支払いしました。アップルペイも用意しておくとう便利です。 現金はマーケットなどで買い物することを見越して1万円分のみ用意しましたが、ちょうどよかったです。
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。
私は現地の空港でThreeという会社のSIMカードを購入しました。30日で30ギガのSIMカードを購入しました。問題なく使うことができ、容量も余裕で足りました。ただ、事前にオンラインで購入し、日本からSIMカードを持っていく方が便利だと思います。
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】日本食、室内用スリッパ、バストイレ用のサンダル、モバイルバッテリー 【準備したほうが良かったもの】スーツケースの重量を測れる機械

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？
ケンブリッジ到着後のオリエンテーションで危険を事前に防ぐ方法の説明を受けました。犯罪などの危険に巻き込まれることは無かったです。
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。
学生寮、教室などキャンパス内ではWi-Fiの使用できます。イギリスの電波は全体的に悪いです。接続の悪さは諦めていました！ 少しインターネットは遅いですが、問題なく利用できます。

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)	
一人部屋で、バストイレがついていました。部屋には、クローゼット、棚、一人掛けのソファ、勉強机と椅子と卓上ライト、ベッド、サイドテーブルとライトが備えついており、バストイレ洗面台もついてます。エアコンはついていませんが、イギリスの気候は過ごしやすく、困ることはありませんでした。日当たりがあまりよくない部屋だったのは少し残念でしたが、日中は授業を受けたり、出かけたりしているので困ることはありません。部屋は大満足でした！！キッチンが3部屋ごとにあり、基本的な調理器具や電子レンジ、コンロ、電気ケトル、皿やマグカップ、カトラリーが揃っています。手軽にカップラーメンを食べたり、日本から持ってきたごはんを食べたりすることができました。	

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。	
良かった点 ・生活習慣が半強制的に改善されます。私の場合、毎朝 8 時 45 分から授業があり、8 時に寮を出て学食で朝ご飯を食べていました。さらに、学食の夜ご飯の時間も決められているため、夜遅くまで起きることは少なかったです。たまにみんなでバブに行ったりしても、平日は毎日授業があるので自然と健康的な生活に戻ります。睡眠時間の大切さを実感することができました。 ・自分が所属している学部では受けられないような授業を受けたことは良い経験でした。普段の専攻とは異なる学問を、ケンブリッジ大学の教授から学ぶことができました。どの先生も、私たちが分かるような初歩的な単語から教えてくださり、1 か月を通してそれぞれの学問の楽しさを味わえました。どんな質問に対しても明るく詳しく答えてくださったため、間違いを恐れずに授業に参加することができて良かったです。 ・実際にケンブリッジ大学に通っている学生との交流もおもしろかったです。大学は夏休み中ですが、私たちのアシスタントとして合計 7 名の学生がこのプログラムに参加してくれていました。彼らは大学生の目線でケンブリッジを紹介してくれました。様々な話題で盛り上がり、ゲームで遊んだりすることに加え、週末の計画を手伝ってもらったり、授業で分からなかったところを質問したりすることもできました。今でもSNSでつながっており、交流が続いています。 ・毎週末に自分たちが計画を立ててでかけることも楽しかったです。私はロンドン、セブンシスターズ(ブライトン)、ハリーポッタースタジオなどに行きました。初めて訪れる国での国内旅行で最初は緊張しましたが、段々電車などのシステムにも慣れ、スムーズに観光できるようになりました。平日の勉強と週末の観光でメリハリのついた生活を送れました。	良くなかった点 一緒に授業を受ける学生は全員このプログラムに参加している明大生です。私はこの環境だからこそ間違いを恐れずに発言したり、積極的にアクティビティに参加したりすることができました。しかし、日本語を話す機会が多くなってしまったのも事実なので、人によっては良くない点になり得るかもしれません。
2)課外プログラムについて	
・フォーマルディナー プログラム中に 3 回のフォーマルディナーがあります。全員がドレスやスーツを着て、コース料理を楽しみます。日本の大学ではできない経験だったので非常に楽しかったです。 ・授業のアクティビティ 授業の一環で、美術館やキングスカレッジの教会、コーパスクリスティ以外のカレッジを訪れることができました。ケンブリッジ大学の教授から詳しい説明を受けることもできるため、非常に興味深かったです。	
3)現地での生活に関すること	
・気候と服装 あくまで私が行った時期は、ほとんど長袖で過ごしました。日本の春や秋の服装を想像すると良いと思います。日によって半袖で過ごせる日もありましたが、日中は半袖にカーディガンや、薄手の長袖がちょうどよかったです。朝晩はかなり冷えるので、厚手のパーカーか上着を羽織っていました。 ・物価 物価は高いです。事前に知っていることだったので諦めていました。みなさんが行く頃には円安が少しは改善されていることを願います。) ・食事 学食は可もなく不可もなくという感じだと思います。私や周りの友人は満足していましたが、なかには食事が合わず外食している子もいました。生野菜が少なく、日本と違う味付けの料理が多いことが原因だと思います。私も日本の奥深い味が恋しくなりました。インスタントの味噌汁やスープ、レンジで食べられるご飯を持って行ったので助かりました。	

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。	
現地学生で私たちのプログラムのアシスタントをしてくれる学生たち(PA)が多くのアクティビティを企画してくれました。参加は自由ですが、誰でも歓迎してくれたので気軽に参加できました。活動内容も様々で、ジェラートを食べたり、カフェでスコーンを食べたり、バブに行ったりする気軽なものあれば、サッカーやスポーツ大会、卓球大会、パンティング(手漕ぎボート)などの活動もありました。企画ではなくても、気軽に PA を誘ってカフェに行ったりすることも可能です。	

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。
よく話すことが多かった現地学生の子と日本人学生何人かで週末にピクニックに行きました。一緒にお昼ご飯を買いに行き、おすめの広場に連れて行ってくれました。

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。
カレッジという制度、勉強への姿勢オンオフ、電車の運転手がいなくてキャンセル ・現地学生の勉強と遊びのメリハリに感銘を受けました。他の大学と比べて 1 学期の期間が少ない分、勉強の内容や試験がかなり難しいそうです。授業評価に出席や授業態度は含まれず、どの授業も基本的に試験の点数のみで判断されます。私たちがプログラムで受けていた授業の試験の一つに、自分で用意したメモを持ち込んで良い試験がありましたが、ケンブリッジでは普通持ち込みは許可されないと教えてくれました。学期がかなり忙しい分、夏休みなどは長いと思う存分遊べるらしいです。それでも、その間にバイトしたり、インターンシップをしたりしている学生が多い印象でした。 ・週末にロンドンへ出かけた際、ケンブリッジまで帰る電車が全てキャンセルされたことがありました。私たちの滞在中に何度か起こりましたが、私が実際に体験したのは 2 回でした。1 回目は線路に木が倒れたとのことで、代替バスを乗り継ぎ、予定よりも 2 時間ほど遅れて寮に到着しました。2 回目は運転手がいなかったらしく、最初は電車が遅延するとアナウンスされましたが 1 時間待っても発車せず、結局他の電車を乗り継いでケンブリッジまで帰りました。線路の事故は理解できますが、運転手がいなかったために遅延・キャンセルされることには驚きました。

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)

このプログラムを通して、勉強と生活の 2 つの面で多くのことを経験することができました。最初は参加するかどうかかなり迷っていましたが、今では参加して本当に良かったと感じています。日本に帰国してすぐは、ずっとイギリスの余韻に浸っていました。 自分と同じ立場であるみんなと一緒に授業を受けることができたため、緊張しすぎずに授業やアクティビティに参加することができました。自分一人だったら、なかなか発言できない状況でも周りのみんなのおかげで安心して声を出せたと思います。また、英語を練習したいと思って来ている学生がほとんどなので、共に成長を実感することもできました。かなり難しい授業もありましたが、一緒に調べたり考えたりすることができ、勉強の楽しさを感じられました。 また、勉強だけでなく、遊びもかなり充実していました。PA と出かけたり、授業の合間にケンブリッジの街並みを散策したりするだけでもかなり楽しかったです。最初は週末の予定を立てるだけでも苦労しましたが、日数を重ねるごとにスムーズに計画し、予約できるようになり自分たちがイギリスに慣れているのを実感しました。電車のキャンセルなどに振り回されることもありましたが今ではとても良い思い出です。 ケンブリッジでの生活は、私にとってまさに夢のような生活でした。日本に帰ってきた今でも引きずってしまうほどです。以前からなんとなくヨーロッパの街並みに憧れていたため、ケンブリッジの美しい街並みの中で暮らせたことが幸せでした。寮を出た瞬間から歴史ある建物が並んでおり日々感動していました。日本での生活から離れられたことも、私の中では大きかったです。大学とアルバイトと遊びで忙しかついていたため、目の前のやりたいことに好きなだけ専念できる環境は非常に楽しかったです。プログラムを通してできた友人と、1 か月間共に学び、共に遊ぶ日々はかなり充実していて、あっという間でした。私は参加するかどうか申し込み直前までかなり迷っていましたが、参加して本当によかったです。今までの人生で一番充実した 1 か月間でした。

国際化サポート海外留学奨励金 留学報告書

この報告書は、閲覧資料としてホームページに公開します。また、学内発行の留学関連冊子等にも掲載されることもありますので、ご了承下さい。
その際は匿名で公開します。

研修名	ケンブリッジ大学コーパスクリスティ・カレッジ 2024 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	30000 円	
図書費・学用品費	200 円	
携帯・インターネット費	10000 円	
現地通学費	0 円	(研修先まで 徒歩 5 分)
教養娯楽費	50000 円	
被服費	5000 円	
雑費	50000 円	
その他	円	例:
合計	145200 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: 吉祥寺のワールドカレンシーショップ 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 ソニー銀行のデビットカード(手数料がかからない)
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 の Orange
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 ダニ除けシート

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？ 研修時に紹介される動画。携帯を不用意に出さない。
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。 学校のインターネットが不安定になることがある。

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 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)
一人部屋は綺麗で、掃除もしてくれるので快適だった

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。
現地の学生と一緒に授業を受けることはできないので、現地の学生と交流することは難しい。 PAさんが企画してくれて、英語を話す機会は思ったよりも多かった。
2)課外プログラムについて
PAさんが毎日企画してくれた。外食などにも連れて行ってくれて、毎日を飽きないような工夫をしてくれていた。
3)現地での生活に関すること
学校の周りにお店が多くあり、学校の周りを散歩するだけでも楽しむことができる。

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。
現地の学生は夏休みでほとんどいなかった。
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。
一人でサッカー観戦に行ったときに、隣の席の現地の人と仲良くなった。

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。
多様性を受け入れる文化的な風潮があり、人と違うことを受け入れるというよりもむしろその方がかっこいいという感じがあった。

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)

授業では、発言や発表をする機会が多く設けられているので、英語を実際に使うのにより機会になります。また、少人数でのディスカッショングループもあり、さらなる実践的な英語を使います。ディスカッショングループは、自身の意見を英語で即座に答える必要があり、タスクが難しいのはもちろん、仲間との差も顕著に表れました。そこで、自身の勉強意欲を刺激されると思います。休日にも積極的に遊びに行くことで、さらなる実践的な英語を練習することができるでしょう。意欲的に研修に取り組んで、ぜひ実のあるものにしてください。

国際化サポート海外留学奨励金 留学報告書

この報告書は、閲覧資料としてホームページに公開します。また、学内発行の留学関連冊子等にも掲載されることもありますので、ご了承下さい。
その際は匿名で公開します。

研修名	ケンブリッジ コーパスクリスティカレッジ
-----	----------------------

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	7万 円	食堂に飽きてよく外食していたため、ほかの人はもったかかってないはず
図書費・学用品費	0 円	
携帯・インターネット費	3000 円	35ギガ買いましたが、ほとんど余りました
現地通学費	円	(研修先まで 分)
教養娯楽費	8万? 円	お土産やカフェにたくさん使った
被服費	3万 円	想像していたより寒く長袖が必須でした。
雑費	円	
その他	円	例:
合計	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: 空港で両替、しかし全く現金は使わない。
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
クレジット以外は使わない。

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。
Giffgaff を使いました。E-sim のほうが便利そうですが、トラブルでしばらく使えない人もいたので、物理的な SIM はそこが安心です。
SIM カードさえなくさなければ、、!

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
SIM カードをいれる用の袋を機内に持ち込み、機内で SIM カードの入れ替えができた。

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?
スリに気をつけていたので、バックには施錠型の鍵を取り付けていました。 ケンブリッジは比較的安全ですが、夜遅くに駅から大学に帰る途中でホームレスに絡まれたりしました。反応しないことが 1 番です、

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。
コーパスクリスティの Wi-Fi はつながりにくいので、Eduroam を使うをお勧めします。特に課題のときなど。

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)

Law と General は毎年交換するみたいです。私たちは、今回とてもよい部屋に宿泊しましたが、Law の友達の寮はかなり大変そうでした。良い順は、Beldam→Y→Law の寮(名前がわからない)。

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。

基本的に授業はすべて面白かったです。特に、サイエンスは遠出し、いろんなところに行けますし、とるべきだと思います。今年は星が見られませんでした。夜に出かけたりもします。

2)課外プログラムについて

Edinburgh や London に週末には出かけました。とても良い思い出です。

3)現地での生活に関すること

トイレは汚い。水に関してはそこまで心配はいらない。食事は合わない人もいるので日本食を持っていか現地で買うのが良いと思います。

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。

PA と授業や discussion を通し仲良くなることができる。

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。

カクテルパーティや、パブに行ってお話をして仲良くなる。また週末の計画を立てるのを手伝ってくれるのでそこでも仲良くなれる。

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。

LGBTQ への理解が当たり前にあること。男女という区分ではないため、会話をするときにはそれを前提においてほうがよい。

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)

今回の研修を通し、現地の学生からももちろん、また同級生や後輩たちやの優秀さにも圧倒されとても良い刺激を受けることができました。ケンブリッジの学生は偏差値など縛られず、自分のやりたいことや学びたい専攻に対して、妥協無く学んでいたためそういった姿勢が自分を鼓舞させてくれました。また、後輩や同級生の中には英語がすでに流暢に話せる人やピアノが弾けたり、スポーツが得意な人など、本当に尊敬できる人たちがばかりでした。

私たちは、研修前に一度飲み会をしたのみで、仲良くなれるか心配でしたが、最終的には涙を流して別れを惜しむほど仲良くなったので心配はないです。1か月も過ごせば、自然と仲良くなります。もちろん現地の学生 PA と仲良くなれます。

さいごに一つ思うのは、もっとはやく留学しておけばなと少し後悔している点です。もしも参加しようか迷っている人がいれば、絶対に参加するべきです。この留学を通して多くの人の人生が変わったのではないかと思います。私もまた社会人になるに向け新たな目標を持つことができました。

国際化サポート海外留学奨励金 留学報告書

この報告書は、閲覧資料としてホームページに公開します。また、学内発行の留学関連冊子等にも掲載されることもありますので、ご了承下さい。その際は匿名で公開します。

研修名	ケンブリッジ大学コーパスクリスティカレッジ2024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	450000 円	
図書費・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	55000 円	
被服費	10000 円	
雑費	0 円	
その他	20000 円	例:
合計	130000 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

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。

日本でgiffgaffを購入しました

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

かなり涼しいため厚手のコートを用意しとい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?

街なかで声をかけてくる人は無視しましょう。スリが多いので常に周囲に注意し、肩掛けの財布やチャック付きのカバンを使いましょう。

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。

ワイファイが繋がっているところは問題ないのですが、電波はかなり不安定です。

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)	
私が使用した部屋は、清潔感があり、そこでは毎日快適に過ごすことができました。これらの部屋は借りているものですので、汚さないようにこまめに整理整頓をしておくのがいいと思います。おそらく必ず留学中なにかしらのトラブルは体験すると思われますが、その際には焦らず信頼できるPAさんや周りの大人に相談しましょう。英語で助けを求めたり、相談をするのは難しいと思いますが、それは自身の成長の機会ですので積極的に挑戦していきましょう。	

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。 自分個人だけの留学ではないので同じ日本人がいるという安心感は良かったと思います。
2)課外プログラムについて 課外プログラムでは、植物園や博物館、美術館などに行きました。そこでは写真や本だけでは得ることができない知見や貴重なものをたくさん見ることができました。
3)現地での生活に関すること イギリスはヨーロッパの中でもかなり治安の良い方であり夜間でも二人であるならば夜で歩いても大丈夫だと思います。英語はたとえカタコトでもいいから話し続けると自身の成長に繋がります。

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。 PAさんとは授業中だけではなく、PAさんが企画してくれたsport dayなどプログラム中に沢山交流することができました。
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。 PAさんが企画してくれたSportDayにスポーツによる交流を行ったり、個別に食事に誘ったりして交流しました。

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。 私が日本と異なると感じた部分は交通関係です。ロンドンとその他の都市の電車関係の様式が異なったり、ゾーン制やオイスターカードなど最初に調べておかないと必ず混乱します。現地の人たちは基本的に優しくかったです。

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)

この研修が始まる前は、イギリスに対するイメージはユニオンジャックやピクペンなどいわゆる表層的なところしか知らなかったのですが、イギリスで生活することによって作り上げられたイメージによるイギリスではないリアルなイギリスを少しは知ることができたように感じます。日本を出たことない人にとっては、日本との違いや逆に日本と似ている点など日本以外の国のことを知るための一歩になるのでは是非参加し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

この報告書は、閲覧資料としてホームページに公開します。また、学内発行の留学関連冊子等にも掲載されることもありますので、ご了承下さい。
その際は匿名で公開します。

研修名	ケンブリッジ大学コーパスクリスティカレッジ
-----	-----------------------

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	62730 円	
図書費・学用品費	円	
携帯・インターネット費	5000 円	
現地通学費	0 円	(研修先まで3分)
教養娯楽費	円	
被服費	19850 円	学校のグッズなど
雑費	135639 円	
その他	56098 円	例:ロンドンまでの交通費、チケット代など
合計	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
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 60GB 十分
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
ハンガー

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？
かばんを二個持ち、片方に水など取られてもいいもの、片方には貴重品スマホ等手離してはいけないようなものを入れ、わけた。
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。
問題なかった

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)

きれいだった。階段が多い。

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。

完全に英語の授業であった。最終週のプレゼンテーションがとてもハードだったがやりがいのあったことだった。よくない点は特になし。

2)課外プログラムについて

すべて楽しかったし勉強になるものだった。回数も多く、机に向かうだけでは得られないことが得られた。

3)現地での生活に関すること

水が硬水なのでまずく、おなかを壊す人もいた。歯磨きだけでも耐えがたかったが、慣れた。寒い。

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。

一緒に旅行に行く人もいた。
カフェに行ったり、ご飯を食べに行ったりしたりすることがしばしばあった。ゲーム、おしゃべりをしたり、課題を手伝ってもらったりした。

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。

のみかい

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。

特記事項はないが、野菜、フルーツ、乳製品が安かったので感動した。

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)

全体を通して大きな不便はなかったが、気温差、日の入りの時刻、部屋が土足であることなど行ってみなければわからないこともたくさんあった。そのため、もっと調べ学習はしておけばよかったと反省した。授業もそれぞれ感じ方はあると思うが、難しく感じる人も多くいると思う。あきらめずに聞いて、先生やPAさんに質問をしたり、アドバイスをもらったりする必要があると思う。毎日の勉強が必須なわけではないので、現地での生活を楽しまつつ過ごしてほしい。

国際化サポート海外留学奨励金 留学報告書

この報告書は、閲覧資料としてホームページに公開します。また、学内発行の留学関連冊子等にも掲載されることもありますので、ご了承下さい。
その際は匿名で公開します。

研修名	ケンブリッジ大学コーパスクリスティ・カレッジ 2024 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	80,000 円	
図書費・学用品費	2,000 円	
携帯・インターネット費	5,000 円	
現地通学費	0 円	(研修先まで 分)
教養娯楽費	150,000 円	
被服費	20,000 円	
雑費	20,000 円	
その他	0 円	例:
合計	307,000 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: 日本から現金を持って行った。 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 クレジットカード決済。現金は 95%ほど使わなかった。
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。 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 洗剤やシャンプーなどの消費製品。現地は高いのでなるべく日本で用意。

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? インターネットや現地のプログラム PA に聞いたりした。高価なものは身につけずに行動した。
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。 イギリスは日本ほどインターネット接続がいいとは言えなかった。

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)

1 人一部屋与えられ、非常に快適な環境だった。自分の時間も確保でき、助かった。

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。

まずは、グループディスカッションがほとんど毎日あるので、英語で自分の考えを伝える機会創出につながる。また、PA との交流などは非常に良かった。教授も常に生徒の進捗具合を気にして授業を進めてくれるので、不安な人も安心できる。

2)課外プログラムについて

パンティングやパブでの飲み会、卓球大会など色々なイベントを随時開催したり、企画したりできるので、幅広い経験が可能。授業で美術館に行ったりしてケンブリッジの文化や環境を味わえる。

3)現地での生活に関すること

特に日本の生活と変わらない。
一人暮らしをしている学生からすると何も問題はないと思う。物価が非常に高いので、そこは少し捻出する必要がある。

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。

他のプログラムに参加している中国人学生などとは少し交流をした。

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。

同じカレッジ内で会って話をし、夜ご飯などを一緒に食べたりした。SNS を聴き、そこから交流を深めた。

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。

周りの建築物などは非常に圧巻的。印象に最も残った。
また、イギリス人は非常に相手への敬意を持っている印象を受けた。日本と異ならないが、似たようなものを感じた。
アメリカに 2 年いた経験からアメリカよりも敬意の文化が非常に強い印象を受けた。

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)

今回、1 ヶ月という短期間ではあるが、初めてイギリスという地で留学をした。この経験は今後の人生においてプラスにしかならないと思う。就職に関する際にもこの経験は強みになるし、海外に出た後に自分のキャリア像が明確化する可能性が高い。そのために、一歩踏み出して自分が経験したことのないことに挑戦するのは非常にいい経験だと感じる。自分をユニークかつアイデンティティある人間にそのような経験は大いに影響してくれると感じた。また、多くの人々、文化や考え方が違う人と交流することにより、自分の考えの狭さを明確化してくれる。是非とも後輩学生の皆様には、この留学プログラムを推奨したい。1 ヶ月という短い時間ではあるが、ここから留学の雰囲気をつかんだ上でもっと長い期間の留学の検討をお勧めする。また、留学を全く考えていない学生に対しても強く推奨したい。この経験は自分を豊かにしてくれるとともに多くの気づきが得られるとかながえるからです。