国際化サポート海外留学奨励金 留学報告書

研修名	エンデラン大学(派遣 3 週間)2024 春季

留学費用項目	かかった費用 (円換算)	備考 特記事項があれば記入してください。
食費	約 32000 円	
図書費・学用品費	500 円	
携帯・インターネット費	約 5000 円	Amazon で e-sim(20GB)を購入
現地通学費	0 円	(研修先まで徒歩5分)
教養娯楽費	円	
被服費	円	
雑費	約 5000 円	足りなくなったシャンプー(小分けの商品を購入)(安い水筒)(腕時計)
その他	約 20000 円	例:お土産
その他	約 4000 円	Grab(一緒に乗った人とこの金額から分割)
合計	約70000 円	現金 50000 円分、クレジットカード 20000 円分

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、現地、両方で両替した。(現金計 5 万円を両替した。) 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
現金でほとんどすべての支払いを行った。1000 ペソを利用するときはベニスモールにあるスーパーマーケットでも紙幣がなくて待たされたり、購入できなくなるときがあった。ショッピングモールなどのしっかりとした所はクレジットカードが使える。
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。
Amazon で購入した e-sim を日本で設定して空港につき次第利用できた
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
延長コードは持って行って助かった。ある程度使用していた単語帳。薬全般(部屋内で助け合える)。使うタイミングは来なかったが、海外でも使えるキャッシュカード、クレジットカードのキャッシングサービスを日本にいる間に確認したほうがいいかも。寮と大学にはウォーターサーバーがあるので、水筒はあると便利。(寮のとなりのモールの 100 円ショップみたいなのところでも買えます)

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: 寮の管理人、現地担当者) 特記事項: 熱を出してしまい、寮の方から大学のクリニックに行かせてもらいました。一日、授業を休むことになり、連絡は現地担当者になりました。
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?
現地校から配られる資料と実際に自分が行く場所の情報をインターネットで調べた。巻き込まれたときに、すぐ逃げれるようダミーの財布をポケットに入れていたが、危険な場面には遭遇せず、またスラれることもなかった。
3) 携帯電話や、インターネットについて、現地での利用・接続はいかがでしたか。
電話をラインやインスタでしか使うことはなかったので、あまり困らなかった。ときどきインターネットにつながらないときもあったが、やり直せばつながった。しかし MOA に行ったときは回線が混雑してネットに繋がらず連絡をとることが大変だった。

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 4 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)

学生寮の部屋は4人で使うとなると、かなり窮屈であり、机を4人が同時に使うには小さい。部屋にいるのも門限以降の時間なので、寝るための場所というイメージが強いのであまり困らなかった。食べ物以外のほとんどの生活必需品は、寮のとなりのスーパーマーケットで買えるので、スースケースいっぱい荷物を持っていく必要はない。自分のこれまでの生活とは大きく違い、他人との共同生活も含め、面白い経験ができた。延長コードかつポートを多く持つものを持っていくと、寝るときみんながベッドで充電できるので便利かも。シャワーの水圧はとても弱い、慣れるので大丈夫。

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。

特筆すべきことは、マンツーマンの4時間レッスン。先生は自分のペースで自分の興味に合わせて進めてくれる。疑問があれば自分が理解するまで一緒に取り組んでくれるので、自分で解決することができる。実際、4時間の授業のうち、accent trainingは教科書の流れ通りに行うが、chatter boxは雑談もしやすく、英語を話すということに力を注ぐことが出来る環境をつくる事が出来る。自分の言いたいことを英語で表現するためにも、先生に自分が留学した理由、目的を強調して伝えるべき。先生もそれに協力してくれます。

一方、グループレッスンは、同じ明治大学生がいるため、楽しいが、英語を使うという点では、あまり期待できない。クラスの数も多く、自分が英語を使うためには、積極的に授業に参加しなければならない。私的には、午後のマンツーマンのウォーミングアップになっていた。

一日に注目しても、朝と夕方では、大きく話せる量が向上した。英語を話す、上達が留学の目的なら、マンツーマンは欠かせないと思うようになりました。

2)課外プログラムについて

マニラの観光スポットを回るツアーだった。歴史的な場所に行くことが多く、有意義な時間だった。日本が関わっているところも多く、行くべき場所だった。すべて用意されているので、安全にフィリピンを観光できる。ガイドさんがいるので、個人でいくよりも、たくさん知り学ぶことができた。明大生も含め、たくさんの人と仲良くなれるタイミングです。

3)現地での生活に関すること

7時間の授業と聞くと、自由がないと感じるかもしれないが、門限の10時までには意外と時間がある。ゆっくり夜ご飯を食べる時間とプラスαなにかする時間があります。ペニスモールにはレストランは多いが、雑貨系は少ない。だから平日に行くことが出来るBGCは行きであれば歩いていくこともでき、ご飯以外で何かしたければ何度でも行くべき。

滞在する場所が裕福な所なのが理由かわからないが、英語でのコミュニケーションがしっかりできるので、授業後の英会話だと思っ
ている人などところに行くのがおすすめ。(フィリピン人が多い場所の英語は訛りがすごくて大変でした。それに比べると、聞き取りやすい)

気候は乾季というところもあり、熱いが日本の夏より過ごしやすいです。教室、ベットのエアコンはとても強いので上着は必須。

食事面に対しては、完全におなかを壊すことはなかったのも、これまでの自分の経験で大丈夫だと思うものは、心配しなくていいです。飲み物は、怖かったらジュースとかのほうが安全かもしれません。

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。

グループ授業のインタビューで質問をする機会があった。

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。

体育館にいけば、団体が利用していなければ、みんなやりたいことをやっている。そこに混ぜてもらったり、誘ったりすれば一緒に遊ぶこともできた。

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。

仕事の態度の違いを感じた。スーパーマーケットで列ができていても、店員はゆっくり行い、だれも気にしてなさそうだった。仕事の中に笑顔もたくさん見れて面白いと思った。いくつかのお店は、レジの前にだれもいなかったりして、呼ぶ必要があった。

また、興味深かったのは、車優先社会というところだ。車もバイクも歩行者がいても遠慮してくれないので、タイミングをみて堂々と道を渡る必要があった。フードコートでは、お盆はおいたまま席を空けること。

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)

3 週間で大きく人生が変わるわけがないが、確実に行った意味がある短期留学だった。私は今回の留学で、英語を使うという目標があったので、一番効果的だったと思う。この機会だからと、自分に素直に生きた 3 週間になるようにした。発言や何かをチャレンジするタイミングがあれば、後半の頃には挑戦できるようになっていた。実際、これまでの自分だったら、スマートフォンで調べて解決しようとしたことも、海外にいるのだからと理由をつけて、英語で聞いてみたりした。私の日課は、宿題が出なかったので、授業中に表現したかったが知らなかった英語の単語、フレーズを夜調べることだけだった。調べたものを次の日の会話に入れることに意識して取り組んだ。少しずつ自分の中で言いたいことを英語にコミュニケーションができるようになった。現地で受けたテストをみても、英語能力が向上したと思う。そして話すときの文法が足りていないとわかった。また、初めて家を一週間以上開ける経験であり、他の人との共同生活を行い、自分が人と関わる上で大切にしなければならないことを学ぶことができた。自分の足りないところがわかり日本に帰ってきてから意識しておきたい。

この短期留学で私の一番の目標であった英語を使うという点は、しっかり達成することができた。その上で、今の状態を維持、上達するためにはこれからより英語に触れられる機会を自分から作りに行く必要があるとわかった。私の中では、英語を使えるようになるには、実際にコミュニケーションをとることが一番大事だとわかった。その上で自分を主張していけばある程度いろいろなひととコミュニケーションが取れることに気づいた。この 3 週間の経験をこれからにつなげたい。

積極的になりすぎるのは、良くないかもしれませんが 3 週間だけの一度きりの機会ととらえて、自分のやってみたくと思ったことに挑戦すると思います。少し困ったら、聞いていたのですが、丁寧に助けられました。働いている人に聞いたほうが安心だと思います。特に 4 時間の個人レッスンは、自分の気になったこと、知りたいことをどんどん聞いていくと思います。先生は時間配分をうまく調節してくれるので問題ないです。

国際化サポート海外留学奨励金 留学報告書

研修名	エンデラン大学 3週間プログラム

留学費用項目	かかった費用 (円換算)	備考 特記事項があれば記入してください。
食費	30,000 円	全部外食
図書費・学用品費	0 円	
携帯・インターネット費	2,600 円	現地で sim 購入、自分だけではできないし大変なのでお勧めしない
現地通学費	0 円	(研修先まで 5分)
教養娯楽費	0 円	
被服費	1,800 円	
雑費	25,000 円	
その他	0 円	例:
合計	59,400 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**

基本的にはクレジットカード決済。使用不可の場合は現金支払を意識して生活した。

- 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。**

現地で sim を買って使用した。Esim よりも安価でしたが、パスポートの写真を送付する際に日本の写真の規格(jpeg)とフィリピンの規格が異なるため、変換するためのアプリのインストール、認証のために24時間メールを待たなければいけないこと、初期設定など現地の人に設定してもらいました(そもそも設定できる人が少ない)が時間にルーズな部分も含めてすぐできるものでもなかった点において設定がとんでもなく大変なのでおすすめしません。金銭面で悩んでいる人は他の部分で節約することをおすすめします。

- 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**

多少の日本食(サウのごはん、インスタント麺)はあってよいと思います。あと特別こだわりのないのであれば荷物も減るのでオールインシャンプーを買って持っていくのはおすすめです。

現地情報

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

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?**

スラム街に行く際はスマホに首にかけて使うタイプのストラップをつけて使用は最低限にしました。ベニスモールで「財布を見せてくれ」と言ってくるヨーロッパ人がスリをしているという話を実際にスリにあった人に聞いたので気を付けてください。危険地域だから危ない、安全といわれているから大丈夫みたいな簡単な問題ではないのでどこへ行くときも盗難対策は意識しておくのと良いと思います。

- 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。**

寮はハウスキーパーが毎日門限の22時になったら wifi を回収するという事態に加えて日中も部屋によってはルーターとの距離の関係で使えないところもあるので寮の wifi はないものと考えてよいと思います。大学内は問題なく使用できます。

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 4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)	
正直あまりきれいではないと思います。座るスペースと寝る場所が確保されているので生活には全く問題はないですが、潔癖症の人や、部屋で一人の時間を確保したい人には少し大変なのかなと思います。	

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。
英語の能力、特にスピーキングに特化したプログラムなのでよい点としては圧倒的に話す機会が確保されていることが特徴的だと思います。逆に言えば文法、長文特化の授業はほとんどない(多少語彙の確認と短文の理解に関する授業がある程度)ので toEIC に向けた勉強や座学を求めている人にはあまりおすすめしません。
2)課外プログラムについて
たくさん経験ができて非常に充実していました。ゆっくり見るというよりはテキパキ行動する感じでした。
3)現地での生活に関すること
トイレトーパーを流せるのはほぼ日本だけです。いつも日本で生活する通りトイレトーパーを流すと詰まってトイレが使えなくなる(実際に自分の部屋で何度もありました)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。
ほとんどありませんでした。唯一あるとすれば、授業の一環で現地大学生にインタビューをする際に会話する程度です。
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。
道が分からない時や自分自身が出かけた際、困っているときに話しかけていた。

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。
トイレトーパーを流せないことと、フードコートで食べ終わった食器を片付けずに置いておけば片付けてくれること。

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)

私自身今回で2回目の留学としてフィリピンを選びました。1度目はドイツへ留学し EU を利用しなるべく多くの国に行きました。フィリピンは6カ国目になります。長期を考えている人もいる中で短期留学を選んでいる理由としては1カ国だけではなく、多くの国に足を運び見たことのない景色や日本では感じるできない文化を沢山見たいという強い思いがあったからです。とにかくどのような形であっても留学に正解も不正解もないと考えているので自分のやりたいことをとにかくやってみることが重要だと思います。実際に私自身が留学を通して大事だと思うことは「行動力」です。私自身も含めて多くの日本人は何かを決断する時に足踏みする時間が多いと思います。その時間ですでに行動を起こして何かを得ている人がいることを忘れないでほしいです。分からないことがあれば「分からない」と大きな声で言うことや下手でも伝わらなくても自分なりに英語を話してみる、行きたいと思った場所に迷わず行ってみることも行動力のうちのひとつだと思います。とにかく行動を起こした人が多くの知識や経験を得ると思います。焦る必要はないと思いますが、とにかくやりたいと思ったことに素直でいることが大事だと思います。たとえそれが留学ではなくても悩む時間を動く時間に変えていくことで今以上に充実した大学生活にできると思います。少しでも参考になれば幸いです。頑張ってください。

国際化サポート海外留学奨励金 留学報告書

研修名	エンデラン大学(派遣 3 週間)2024 年春季

留学費用項目	かかった費用 (円換算)	備考 特記事項があれば記入してください。
食費	30,000 円	
図書費・学用品費	0 円	
携帯・インターネット費	5,000 円	Kkday の esim を購入しました。
現地通学費	0 円	(研修先まで 5 分)
教養娯楽費	10,000 円	休日等はクラブを使ってお出かけしていました。
被服費	0 円	
雑費	3,000 円	水筒やハンドソープ、トイレトペーパー等を購入しました。
その他	0 円	例:
合計	48,000 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**
- 基本、現金を持っていけば困ることはありません。キャッシングも可能ですが手数料が高いです。クレジットカードも使えることには使えますが、レシートが出ないお店も多くあり、クラブはクレカ登録していなければ現金払いになるので、現金はなるべく多めに持ってい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。**
- 上記の通り、kkday の esim を予備? で 30 日分購入しました。非常に安く、お勧めですが少々通信が遅くなる場面があります。また現地で sim カードを購入することも可能ですが、非常に手続きがめんどくさく、友人は数日間携帯を使うことができていなかったのので、必ず事前に用意することをお勧めします。
- 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**
- 寝室にコンセントが一か所しかないため、寝るときスマホを充電しながら目の前に置いておきたい場合は、延長コードは必ず持って行ってください。またカラトリー系もあって助かりました。スリッパも必ず持って行ってください。

現地情報

- 1) 活動中、何らかの問題がありましたか。あった場合、誰に相談しましたか。
(例: 研修の相談窓口、現地の友人等)**
- なし   あり (問題の内容や相談した人等:)
特記事項:
- 2) 現地の危険地域情報をどのように収集し、どのような防犯対策をしましたか。また、実際に盗難等を含む犯罪に巻き込まれたことはありますか? その際どのように対処しましたか?**
- 情報には疎かったため、とにかく安全なショッピングモールで基本過ごしていました。
- 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。**
- 日本よりかは重いですが、そこまでストレスなく使えると思います。寮に Wi-Fi はあることにはありますが使い物になりません。大学の Wi-Fi は非常にいいです。

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 4 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)

3週間以上もいれば絶対に仲良くなるので安心してください。明治のみんなは常識があって優しいです。

プログラム選択の参考となる点を記載してください

1)研修先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。

授業は非常に長く根気が必要です。しかしその分、英語に触れる時間が半端なく多いため必ず成長できるシステムだと思います。先生方はみな優しく、怒られることは絶対にならないため、間違えることが怖くなくなり自分に自信をもって英語を話せるようになると思います。よくなかった点としては、先生によって宿題の量が異なり、人によって自由時間に差ができてしまうことです。

2)課外プログラムについて

マニラ観光に行きます。日本では体験できないようなことができたり、世界遺産を訪れたり非常に充実した時間を過ごすことができます。ガイドの方が詳しく説明してくれるため、学びにもなる時間だと思います。

3)現地での生活に関すること

寮の目の前にでかいショッピングモールがあり、そこでは食も衣も雑貨等もほぼほぼなんでも買うことができるので、不便はありませんでした。またコンビニもすぐ下にあるため、水等もすぐに用意できます。

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。

授業でたびたびインタビューを行う機会があり、そこで現地の学生に尋ねる機会が何度かありました。

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。

プログラム外では特にありませんでした。

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。

お風呂の水圧が非常に弱いので覚悟しておいてください。トイレも紙が流せないため横にゴミ箱があるのですが、最後まで間違っ入れてしまうことがありました。なかなか慣れないです。また基本、どこのドアの鍵も閉めることができません。初日、寝室のドアの鍵を閉めて寝入ったのですが、次の日鍵が壊れてあかなくなり、閉じ込められました。このことは、トイレ、お風呂でも同じことが起きると予想されたため鍵を閉めることができませんでした。

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)

英語を話すのが恥ずかしいと思っている方、留学経験がない方、長期は難しいという方にこのプログラムは最適であると感じました。というのもこれらすべて私に当てはまっていたことです。どんなにひどい英語をしゃべっても先生方は優しく教えてくれるので、恥ずかしさは必然的に消えます。留学経験がない方も、明治大学が事前にフルサポートしてくれるため、安心して留学に臨むことができます。また授業の時間が長いので、短期間でもしっかり成果を実感することができます。費用も比較的安価であるため、少しでも留学が気になっている方はぜひ参加してみてください。不安なことはたくさんありましたが、終わってみると本当にあっという間で6週間にすればよかった、、と思えるような本当に充実した時間でした。

国際化サポート海外留学奨励金 留学報告書

研修名	エンデラン大学(派遣 3 週間)

留学費用項目	かかった費用 (円換算)	備考 特記事項があれば記入してください。
食費	40000 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 8 分)
教養娯楽費	0 円	
被服費	0 円	
雑費	1000 円	
その他	10000 円	例:お土産
合計	57000 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

ほとんどクレジットカードで支払いしましたが、マーケットや一部のお店では現金のみしか使用できないので注意。両替は、日本でした方がレートはよかった。ベニスモールの 2 階と 3 階に両替できるところがあるが、3 階の方がレートはいいのでオススメ。けど、3 階は土日はやってないので注意。

- 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。

現地で e-sim を買ったが、日本から買っていった方が安かった。現地で SIM カードを買うことも可能だが、めんどくさそうだったので日本で買うことをおすすめします。

- 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

日本のレトルトスープやみそ汁があって助かりました。フィリピンの料理やお菓子は甘いものが多いです。私の友達は、日本のお茶が恋しかったのでティーバックを持ってくのもオススメです。場所によってはエアコンが強い所があるので羽織るものや、エアコンで喉がガラガラになった時のためののど飴もよいと思います。

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?

オリエンテーションの時に、危険エリアについての説明を受けました。チャック付きの斜めがけカバンを持参し、荷物を身の回りから離れないようにしました。

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

大学内の WiFi 環境は最高だが、寮では WiFi が繋がっても使えない時があった。門限までは共有スペースに WiFi のルーターが置いてあったのでそこでスマホをいじっていた。ほぼ寮の部屋では WiFi が繋がらないと考えた方がいいと思います。

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 4 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)

ほぼ毎日ハウスキーパーさんが掃除してくれたので、部屋は綺麗な状態で過ごせた。部屋によるが、虫が出るので現地で殺虫剤を買って退治していた。シャワーは、シャワーヘッドが取れたり、冷水しか出ない日があったり、水力が弱かったりと快適ではなかった。物が壊れたり、不調があったりした時は、ハウスキーパーを呼べば基本的には直るのでよかった。

プログラム選択の参考となる点を記載してください

1)研修先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。

1on1 のレッスンでは、周りを気にせず自分の好きなように話せたのでよかった。声が小さくて聞き取りづらい先生もいたそう。私の先生は私に分からなそうにしていると例を出してくれて丁寧に説明してくれたのでよかった。グループレッスンは、私たちは15人で行ったので少し多いという印象を受けた。一人一人発表する場面では、皆が発表するまでに時間がかかるので聞いている時間が長すぎるという印象を受けた。

2)課外プログラムについて

予定が詰め詰めでゆっくり回れなかった。外を歩く機会が多くとても暑いため、ハンディーファンや日傘があると便利。馬車に乗れたのが1番楽しかった。フィリピンの歴史的背景を知っていたらより楽しめたと思うので、行く場所を予習して少し知識を入れとくのがおすすめです。

3)現地での生活に関すること

どれもご飯が美味しく安いので生活しやすかったです。3週間の場合はベニスモールで十分楽しめます。ご飯やお菓子の買い出しはモールの中にあるスーパーで全て揃います。野菜が不足するので、スーパーにある野菜バーやフードコートにあるピザ屋のサラダがオススメです。買ったものでも野菜の質がイマイチな場合があるのでよくチェックしてから買った方がいいと思います。

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。

授業中にインタビューを行った。

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。

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。

マニラツアーの夜ご飯を食べた所でフィリピンの伝統的なダンスをみたのが印象的。

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)

今回の留学で英語力はそう簡単にはのびないことを実感させられました。私は、英語を話すのが苦手なのでこのプログラムに参加しました。英語を話す機会は多いものの、語彙力が少ないせいでうまく言葉にできずたくさん悔しい思いをしました。授業を受けて、自分の足りていない部分や、足りない部分の補い方を理解することができたので、日本でも引き続き英語学習を頑張っていきたいと思います。フィリピンでの生活は、日本と違う部分に最初は戸惑うこともありましたが、違いを受け入れつつ楽しく生活することができました。ですが、周りに観光地がなくモールばかりで最後の方は行くところがなく途方に迷っていましたが、フィリピン料理やショッピングを楽しむことができました。

国際化サポート海外留学奨励金 留学報告書

研修名	エンデラン大学3週間コース

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	29,000 円	自炊不可なので結構かかる。
図書費・学用品費	0 円	
携帯・インターネット費	15,000 円	世界そのままギガを購入。
現地通学費	0 円	(研修先まで徒歩5分)
教養娯楽費	0 円	
被服費	2,000 円	自分にTシャツを買った。
雑費	30,000 円	お土産代。
その他	1,000 円	例: 土日のタクシー代。
合計	77,000 円	思いのほかかかってしまった。

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: 現地についてから近所のモールで両替。当日に成田空港で両替しようと思ったが、営業時間外でできなかった。しかし現地でやっても特に困ることはなかった。

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

クレジットカードが想像より使えるので現金はあまり使わなかった。現金を使うと小銭が大量に残りかさばるのでなるべくクレジットカードを使用した。市場などでは現金しか使えないが、寮の近くのモールはクレカが使えるところが多いため現金はそこまで必要ではなかった。ただモール内のパン屋やタピオカ屋など、小さめのお店は現金オンリーの店もあった。

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。

ドコモの世界そのままギガを使用。少々高いが現地で少し設定をいじるだけで使えるようになったのとでも便利だった。ただ量でまったくWiFiが通じず最終日の前日ごろから通信制限になりとても不便だったので、通信料無制限のeSimなどのほうが安く済むしいのかなと思った。

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

100均で売っているような大容量の割りばしはがあると便利だと思った。ティッシュはポケットタイプも箱タイプもかなり使う。ノートパソコンは一回も使わなかった。空港で取り出すなど面倒なのでいらなかなと思った。フィリピンの室内は冷房が強いのでパーカーやカーディガン2枚(洗濯用)は必須。冷房の風で体調を崩しがちなのでのど飴や風邪薬も必須。寮の寝室にはコンセントがなくスマホの充電が不便だったので延長コードがあればよいと思う。イヤホンは持ち物リストの載っていなかったためもっていかなかったが、初日と最終日の確認テストで必要でかなり不便な思いをしたので必ず持参。

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: 喉が乾燥し声が出なくなった。現地の先生に相談。)

特記事項: フィリピンは室内のエアコンが本当に強い。風邪をひくレベルでほかの人もしばしば体調を崩していた。座る座席の位置によって冷風をもろに食らうため、一週目の木〜日曜日にかけて乾燥で喉がやられて声が出なくなり一日学校を欠席してしまった。友達に飴を貰い、現地でものど飴を買って対処した。

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?

寮周辺は安全だが、その他を歩くときは荷物から目を離さない。カバンは常に前。誰かに声をかけられたても無視。特に何にも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。

私の部屋は4階だったが、3階に設置されているらしいWiFiが全く通じなかった。コモンスペースだと通じると聞いていたが、日によっては繋がらない日もある。大学では通じた。最終日に通信制限になったので、無制限のeSimの人は良いなと思った。

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4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)	
プライバシーが守られるような空間はない。かなり狭い部屋だった。でも他人と3週間一緒に暮らすというのはかなり新鮮で面白かったし、ルームメイトとも仲良くなった。シャワーの水圧が弱く、2週目から基本水しか出なくなったため下の蛇口から出る水で洗髪していた。これが一番辛かった。精神的に強くなったと思う。	

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。
約4時間先生と1対1で話す機会が設けられており、自身のスピーキング能力の向上に非常に役立ったと感じた。知っているのに出てこない単語が思いのほか沢山あって、もっと精進する必要があると感じた。ただ先生は優しく、たとえ上手く話せなくても落ち込む必要はないし汲み取ってくれるので心配する必要はない。 一方で、グループ授業の3時間は同大学の生徒と日本語で話し合ったり、英語を喋る機会があまりないなど日本でもありそうな授業環境だったため不満が残った。
2)課外プログラムについて
ツアーはバレンタインデーの次の日だったので道が混んでいたが、マニラの主要な観光地を学べて楽しかった。馬車にも乗ることができ、これが本当に楽しかった。マニラを中心部など、少人数では治安的に危険そうなところにも行けたので良かった。マニラ大聖堂は圧巻だった。最後のビュッフェは豪華で美味しくて最高だった。
3)現地での生活に関すること
寮の周りとはとても治安がいい。ただし寮を少し離れると歩きたくはないような感じだった。大学のすぐ裏側も歩けないような場所であるため、気を抜かない。 水道水は飲めないので3階のウォーターサーバーの部屋に頻繁に行く必要があり、ウォーターサーバーから離れている部屋だと面倒に感じるなと思った。

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。
授業の一環で現地の学生に簡易的なインタビューを行った。
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。
もちろん日本語が通じないので頑張って英語を使ったが、日本出身というとアニメが好き！と喜んでくれる人がいて嬉しい気持ちになった。

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。
近くのモールにはトイレットペーパーがないので、必ず持参する必要がある。 気候的な問題なのか、虫が多い。ハエがよく舞っていた。部屋によっては毎日ゴミブリが出る部屋もあった模様。 貧富の差が激しいとは聞いていたが、実際行ってみると確かにすさまじく、自分が置かれている環境がどれほど恵まれているのか身をもって実感した。 日本のように店員さんがものすごく礼儀正しいというわけではないし、列も気を抜くと普通に抜かされたが、それも海外っぽさを感じて面白かった。

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)

初の海外だったが、貴重な体験をたくさんすることができ 3 週間はあっという間だった。フィリピンの方は基本的に優しく、あまり英語が分からなくても買い物はできるし生活に困ることは無い。今までの私は英語を話す際に文法的、発音的なミスをするのが怖くて人前で英語を話すことを躊躇っていたが、このプログラムを通して何とかなるんだ！という自信がついた。さらに 3 週間のレッスンを終えたあとは明らかに最初より英語が聞きとれるようになっていて、行ってよかったなあと実感した。これからも色々な国に行ってみたい！と前向きに考えられるようになり、初めての海外がフィリピンで良かったなと思った。治安も当初は心配していたが、寮の近くのモールと学校周辺は本当に安全なので安心できた。このプログラムは費用面で見ても他の欧米諸国より遥かに安く、1 日 7 時間弱授業があるため、英語を鍛えたいという目的から見ても非常に効率のよいプログラムであると思った。

国際化サポート海外留学奨励金 留学報告書

研修名	エンデラン大学(派遣 3 週間)2025 年春季

留学費用項目	かかった費用 (円換算)	備考 特記事項があれば記入してください。
食費	16000 円	
図書費・学用品費	0 円	
携帯・インターネット費	5100 円	eSIM
現地通学費	0 円	(研修先まで 徒歩 5 分)
教養娯楽費	0 円	
被服費	0 円	
雑費	500 円	Grab(タクシー)代
その他	22400 円	例:お土産
合計	44000 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: 日本の空港で事前に 5000 円分と現地のモールで足りない分を換金した。
 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

基本はクレジットカードで支払いをした。現金はクレジットカードが使えないお店や友達との割り勘の際に使用した。

- 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。

eSIM(30 日で 20G)を使用した。

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

マグカップ、部屋用と水回り用の二種類のスリッパ、延長コード、厚めの上着(冷房がきいていて教室はかなり寒い)、みそ汁、ごはん、日本のお菓子(現地の人にあげると喜んでもらえる)、割りばし、水筒

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？

しおりに危険な地域がまとめて記載されていたのでそれを参考にした。身体の前に常に荷物が来るような斜め掛けバックを使用した。

- 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。

部屋では寮の Wi-Fi が使用できなかったため、基本的には学校以外では自分の eSIM を使用していた。

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 4 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)

シャワーの水圧が弱かった。また滞在二週目からはシャワーから水か熱湯しか出なかった。寮が道路に面しているため夜でも車の音や人の声はかなり聞こえた。

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。

一对一の個人授業が非常に効果的だった。正しい発音方法を知れるだけでなく様々なトピックについて先生と英語で話し合うので、英語で自分の意見を伝える表現方法が身についたと感じる。一方で、グループ授業は人前で英語を話すことのハードルを下げるのには役立ったが、日本人同士の会話が少なかった。

2)課外プログラムについて

自分たちではいけないマニラの中心地を回ることができ充実していた。

3)現地での生活に関すること

学校も量も非常に安全な地域にあったので安心して生活を送れた。

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。

グループ授業のインタビュー課題で交流の機会があった。

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。

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。

レストランやカフェで店員さんが日本語で話しかけてくれるなど陽気な人が多いと感じた。

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)

一日七時間授業がありほかのプログラムと比べて圧倒的に英語に触れる機会が多いためこのプログラムを選んだ。個人授業の先生はフレンドリーで優しく、三週間でかなり仲良くなれる。英語が話せなくてもコミュニケーションを取れることを知れたので、自分の中で英語を話すことへのハードルが下がったと思う。

三週間ほぼ毎日クラスの人と会うので必然的に仲良くなれる。寮の部屋が同じ子たちと毎日夜おしゃべりしたり、休日に出かけたりしたことが一番印象に残っている。

この留学での経験が無駄にしないよう今後も英語の学習を続けていきたいと思う。

英語力(特にスピーキング力)を本気で上げたい人にはこのプログラムは本当におすすめ。

国際化サポート海外留学奨励金 留学報告書

研修名	エンデラン大学 3週間

留学費用項目	かかった費用 (円換算)	備考 特記事項があれば記入してください。
食費	15000 円	
図書費・学用品費	1000 円	
携帯・インターネット費	15000 円	ドコモの世界そのままギガを使用
現地通学費	0 円	(研修先まで徒歩7分)
教養娯楽費	5000 円	
被服費	10000 円	
雑費	30000 円	お土産等
その他	円	例:
合計	76000 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: 日本円を持参し、ショッピングモールでフィリピンペソに両替
 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**
- 日本のクレジットカードでも現地で現金が引き出せると聞いていたため日本円はあまり持っていきませんでした。何らかの不具合で引き出せず結果的にはクレジットやデビットを使って支払いをしていました。大きなモールであればJCBも問題なく使えます。
- 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。**
- ドコモの世界そのままギガを使用しました。利用申し込みも現地で使用する際もとても簡単だったのでドコモ回線を利用している人におすすめです。
- 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**
- 少しの日本食、主にカップラーメンです。おなかの調子が悪く刺激物を食べるのを控えたいときにとても役に立ちました。また、寝室にコンセントがないため携帯を充電する際に延長コードを使用するか、モバイル充電器があると快適だと思います。

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: 現地コーディネーターの方)
 特記事項: 現金が引き出せなかった際に一緒にATMまで同行していただきました。
- 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?**
- 現地コーディネーターの方が注意喚起をしていた場所や明らかに治安の悪そうな通りなどには近づかないようにしました。怪しい人に話しかけられても無視するのが大事だと思います。
- 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。**
- 寮の Wi-Fi が非常に弱く、接続できる時とできない時がありました。できたとしても強度がないため、オフにして使用した方がスムーズに携帯が使えます。そのため SIM を購入する際には、料金は高くなっていますがギガ数に余裕のあるプランを申し込むことをおすすめします。学校の Wi-Fi は問題ありません。

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)

2階の部屋でしたがゴキブリ等の虫が毎日3匹ほど出ます。最初は部屋中大騒ぎでしたが、それほど大きくないため徐々に慣れていってしまいます。寮の管理者に殺虫剤をいただいて自分たちで対処して、翌朝ハウスキーパーの方を取ってもらったというサイクルになりました。

プログラム選択の参考となる点を記載してください

1)研修先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。

1対1で英語のアクセントを学んだり会話をしたりするトレーニングでは自分の語彙力の中でどう話したら伝わるのかを試す良い機会になりました。知っている単語でも話そうとすると出てこないのは自然な現象であり、そのギャップが以前よりかは埋まったように感じます。

2)課外プログラムについて

週末にマニラを観光するバスツアーを組んでくださり、プログラム参加者全員で行きました。暑い中かなり歩き回りましたが、ガイドの方が細かく建造物や施設の説明をしてくださったため良い経験となりました。

3)現地での生活に関すること

フィリピンでは英語のほかにタガログ語を話す人も多く、まれに英語が伝わりにくいこともあります。また発音の問題で聞き取ってもらえないことも多々ありますが、基本フィリピンの人々は暖かくフレンドリーな人が多いため焦らずゆっくり伝えることが大事です。しかし、日本人を狙った強引な客引きなども見かけたため街中では気を抜かないで行動すべきだと思います。

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。

バレンタインの期間中であつたため大学ではバレンタインのイベントが開催されており、そこで現地学生と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。

イベント内では専用キットを用いて塗り絵ができるブースがあり、ドリンクやカップケーキを食べながら大学のことや日本語について会話をしました。

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。

印象に残っているのはフィリピン人のフレンドリーさです。現地コーディネーターの方からお話を聞いた中で、まずは笑顔で対話に挑むことが大切だと教えていただきました。相手にフレンドリーな態度を示してこそ相手もこちらにフレンドリーに接してくれるということを学びました。

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)

一番英語力が伸びたのは、やはり先生と生徒の1対1形式の授業です。私ははじめから先生とかなり相性がよく毎日授業に参加するのが楽しかったです。先生は私が言葉に詰まってしまう、言葉を探しているときも辛抱強く私が再び話し始めるのを待ってくださったり、私が思うように話をまとめられなくても要約して適切な言葉選びを教えてください私にとってとても意味のある授業を構成してくださいました。

また、何事に関しても自分の英語力に自信をもって相手にきっと伝わると信じるのが大事だと思います。物怖じせず、自分から積極的にコミュニケーションをしてこそこのプログラムを最大限有意義なものにできると思います。

国際化サポート海外留学奨励金 留学報告書

研修名	エンデラン大学 3週間

留学費用項目	かかった費用 (円換算)	備考 特記事項があれば記入してください。
食費	40100 円	
図書費・学用品費	0 円	
携帯・インターネット費	3100 円	
現地通学費	0 円	(研修先まで 7分)
教養娯楽費	0 円	
被服費	10900 円	
雑費	1620 円	Grab 代
その他	3000 円	例:お土産
合計	58720 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

現金しか使えない店もあったので、3万円を換金して最後の1週間はデビットカードを主に使用していた。

- 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。

日本でeSIMを購入、30日10Gのプランにしたが10Gでは足りなかった。
 現地で購入できるSIMカードはほとんど使えなさそうだったので日本で買うのをおすすめする。

- 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

インスタントの味噌汁やスープは朝ごはんになるのでいいと思う。
 授業用のノートを持っていけばよかったと後悔している。
 石鹸は現地で調達したが持ってきてもいいと思う。

現地情報

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

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?

配られた冊子や雰囲気から判断した。
 かばんは常に体の前、かばんは開けないことを意識した。スリにあった人もいるがちゃんと意識していれば大丈夫

- 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。

大学ではWi-Fiは繋がるが、配られた冊子に載っているWi-Fiは繋がりが悪かったので注意。
 テストの日に先生が直接教えてくれた方は繋がりがよかった。
 寮のWi-Fiに期待はしない方がいい。

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 4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)

初日にルームメイトと殺虫剤を買った。3階のウォーターサーバーと冷蔵庫の近くの部屋だったのでかなり虫が出た。またシャワーがよく壊れたのでそのたびに直してもらっていた。

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。

マンツーマンレッスンはかなり疲れるが英語に慣れるいい機会だったと思う。
アクセントトレーニングなど、英語の発音を一から学びなおせた。

2)課外プログラムについて

最初の週にツアーがあったが、暑い中歩き回らなければならなかったもので、ちゃんと水分補給できるようなものや日傘、ハンディファンなどを持っていくべき。

3)現地での生活に関すること

日本にしかないお菓子を持って行ったのだが、つらいときにかなり役立ったのでいいと思う。
どうしても日本のものが食べたくなったら三越があるのでおすすめ。
生の野菜が怖かったので最初は避けていたが、最後の方は毎日サラダを食べていたくらいだった。
レストランの水は基本水道水なので避けるべき、飲み物の氷も必ずなしと伝えていた。

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。

インタビューをする際に軽く交流しただけで特に交流はしなかった。

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。

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。

信号が少ない、交通量が多すぎる。
大きな紙幣(1000ペソなど)は受け取ってもらえないことが多い。

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)

最初の一日は7時間がとてもつらかったが、少しずつ慣れていった。もちろん授業に行きたくない日もあったがみんなと一緒になので心強かった。途中から楽しみがご飯の時間だったので、毎日どのご飯を食べるか考えながらモチベーションを保った。先生はとてもいい人ばかりなので積極的に話してみるといい。
3週間とても満足な内容で異文化に直接触れるいい経験だったと思う。
長期の留学を考えている人や海外で生活してみたい人の初めの一歩にとってもおすすめである。