

国際化サポート海外留学奨励金 留学報告書

研修名	国立台湾師範大学 2025 年夏季研修
-----	---------------------

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	50,000 円	
図書費・学用品費	0 円	
携帯・インターネット費	15,000 円	
現地通学費	0 円	(研修先まで 1 分)
教養娯楽費	0 円	
被服費	10,000 円	
雑費	45,000 円	
その他	円	例:
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: 日本国内で両替
 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

Applepay

- 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
 接続に必要な操作も少なく、通信速度も速かった。

- 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

折り畳み傘・洗濯ローブ・洗濯ばさみ・洗剤・エコバック・ハンディファン

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？

定期的に日本台湾交流協会の HP でお知らせを確認して防犯対策を行った。渡航時期にはスリが多発しているとのことだったので、観光地ではバックを前に持つ・貴重品をポケットに入れないなど手荷物の管理を徹底した。

- 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。

ドコモの世界そのままギガを使用した。現地到着後スムーズに接続でき、通信速度も問題なかった。
 九分や十分などの観光地に行くと、やや通信環境が悪くなったが完全に使用できないほどではなかった。

滞在形態関連

1) 留学中の滞在先の種類	2) 部屋の形態
<input checked="" type="checkbox"/> 寮・アパート <input type="checkbox"/> ホームステイ <input type="checkbox"/> ホテル	<input type="checkbox"/> 個室 <input checked="" type="checkbox"/> 相部屋(同居人数 3 人)
3) 共有部分	
<input checked="" type="checkbox"/> バス <input checked="" type="checkbox"/> トイレ <input type="checkbox"/> キッチン(<input type="checkbox"/> 自炊可 <input type="checkbox"/> 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)

部屋は綺麗で広く、学習スペースも完備されていたのがありがたかった。ただ、ユニットバスでシャワーカーテンもないため、そこだけはやや過ごしにくかったように感じた。

プログラム選択の参考となる点を記載してください

1)研修先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。

授業では中国語で自身の意見を述べる必要があり、そこで新たなイディオムや考えについて学べるのがとても良かった。また、声調についても厳しく指導を受けることができ、中国語能力が向上したように感じる。ただ裏を返せば、積極的に意見を述べないと置いて行かれるような環境でもあった。

2)課外プログラムについて

課外プログラムでは、九分や十分にバスで行くほか、中国茶やカンフーを習うなど多くの中国文化を体験することができた。特に、中国茶の課外授業では、イスラエルやイタリアなどさまざまな国籍の人と6人ほどでテーブルを囲み、中国語でコミュニケーションをとりながら、お茶を楽しむことができ、学びのある時間となった。

3)現地での生活に関すること

生活面に関しては、ほとんど日本と変わらず困ることはなかった。ただ、トイレトペーパーが流せないことや、トイレの個室に入る前にトイレトペーパーをとる必要があるなど最初は不便に感じたが、次第に慣れていった。また、台湾は食費が安かった。鼎泰豊などの大手レストランも日本より値段が安く、量もやや多めだったため、食費にお金をかけすぎることはなかった。

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。

週に一度バディーパーティーがあり、そこで現地学生と交流する機会があった。パーティーでは、食事と飲み物が提供され、10人ほどでテーブルを囲んで2時間ほど中国語でコミュニケーションをとった。

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。

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。

台湾の人は人当たりがよく、積極的にコミュニケーションをとろうとしてくれる人が多かった。例えば、自転車を借りる時やコンビニで買い物をするとき、「どこから来たの？中国語上手だね」や「今日は天気いいね。何する予定なの？」など毎回会話が生まれるのが日本と違い新鮮であった。またこの時、授業で習った中国語の表現を使って会話することができるため、こうして街に出て現地の人と会話することも授業の延長線上にあるように感じてとても楽しかった。

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)

私は今回の短期留学を通して、もっと中国語を話せるようになりたい・会話を楽しみたいという気持ちが強まりました。これは、師範大学で3週間集中して、中国語と向き合ったことによるものだと感じています。もちろん、課題やプレゼンに対する緊張でつらいと感じたことはありましたが、どんな質問でも丁寧に解説してくれる先生方のおかげで乗り切ることができました。また、台湾の街には様々な発見があります。美味しい小籠包を食べたり、素敵な風景を見に行ったりして、勉強の息抜きも忘れないうちにしましょう！台湾師範大学には、本気で3週間中国語を学びたい人にとって最適な環境がそろうています。是非皆さんも留学に挑戦して異文化への理解や中国語能力を向上させましょう！！

国際化サポート海外留学奨励金 留学報告書

研修名	台湾留学
-----	------

留学費用項目	かかった費用 (円換算)	備考 特記事項があれば記入してください。
食費	7万 円	
図書費・学用品費	0 円	
携帯・インターネット費	5千 円	
現地通学費	0 円	(研修先まで 2分)
教養娯楽費	2万 円	
被服費	0 円	
雑費	5万 円	
その他	0 円	
合計	14万5千 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: 現地の換金可能な場所
 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

- 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。

中華電信

- 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

日本食が恋しくなるのでカップラーメンや味噌汁などの準備

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？

台湾はととても平和で日本と変わらない

- 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。

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
<input checked="" type="checkbox"/> 寮・アパート <input type="checkbox"/> ホームステイ <input type="checkbox"/> ホテル	<input type="checkbox"/> 個室 <input checked="" type="checkbox"/> 相部屋(同居人数 3人)
3) 共有部分	
<input checked="" type="checkbox"/> バス <input checked="" type="checkbox"/> トイレ <input type="checkbox"/> キッチン(<input type="checkbox"/> 自炊可 <input checked="" type="checkbox"/> 自炊不可)	

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)

部屋が一人の部屋ではないので同部屋の人との関係を良好に保つことが必要。

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。

自由時間がたくさんあったので自分でやりたいことを行える点がよかったが、その反面、しっかり行きたいところをリサーチしていないと時間を持って余すことになる

2)課外プログラムについて

台北における有名な観光名所は網羅されているためとても満足だった

3)現地での生活に関すること

高級店以外はクレジットがほぼ使えないため多くのキャッシュが必要。また、英語もあまり伝わらないため多少は中国語ができる状態で臨む方がよい。

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。

交流会が3回ほど実施されるため、仲良くなろうとすれば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。

海外の人が多く集まる場所に行くこと。

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。

トイレトペーパーが流せないため、ストレスが溜まる。

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)

とにかく留学はたくさんのお出会いがあって、台湾人や他の国の友達ができることはもちろんのこと、他大学の日本人とも交流できるため積極的にコミュニケーションをとることが留学生生活を充実させるコツである。今後の学生生活では日本以外のカルチャーにリスペクトを持って、グローバルな人材になれるように努力する。絶対に留学中は出費を制限せずに積極的にお金を使って行った方が留学の爽りも大きくなると思う。留学は喋れなくても何を伝えたいかを必死に表現すれば伝わるから頑張ること。

国際化サポート海外留学奨励金 留学報告書

研修名	夏季短期海外研修 台湾師範大学
-----	-----------------

留学費用項目	かかった費用 (円換算)	備考 特記事項があれば記入してください。
食費	30000 円	
図書費・学用品費	5000 円	
携帯・インターネット費	5000 円	
現地通学費	0 円	(研修先まで徒歩 5 分)
教養娯楽費	0 円	
被服費	8000 円	日焼け対策の服など
雑費	1000 円	
その他	1000 円	例: 現地の先生への寄せ書きなど
合計	500000 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: 現地の ATM から引き下ろせる口座をあらかじめ用意して向かいました。
 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

現金を使う機会が多かった(特に夜市など)のため、多めに持ち合わせていた方が良いと思います。

- 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。

Nomad 三週間 20GB

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

割り箸(コンビニだとお金かかる所あります)
日傘(日差しがかなり強い日があるため)

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?

貴重品等は、常に注意を払って管理していました。
特にフードコートのような場所での席取りに、貴重な物は置か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。

学校や公共施設等、様々な場所に多くの free WIFI が設置されていますが、通信速度が遅いので、自分の契約した回線を使う機会の方が圧倒的に多かったです。

滞在形態関連

1) 留学中の滞在先の種類	2) 部屋の形態
<input checked="" type="checkbox"/> 寮・アパート <input type="checkbox"/> ホームステイ <input type="checkbox"/> ホテル	<input type="checkbox"/> 個室 <input checked="" type="checkbox"/> 相部屋(同居人数 3 人)
3) 共有部分	
<input checked="" type="checkbox"/> バス <input checked="" type="checkbox"/> トイレ <input type="checkbox"/> キッチン(<input type="checkbox"/> 自炊可 <input type="checkbox"/> 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)

決して短くない期間を、ルームメイトと過ごすのは、自身にとっても貴重な経験になれると思いますが、想像以上に、様々な課題や問題に直面すると思います。

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、自身の中国語のレベルの向上や、意欲に多大な影響を与えたということです。使えるフレーズや、学校で習わない実践的な単語など、日本では学びづらいレベルの内容を本プログラムを介し、理解することができたと確信しています。良くなかった点としては、部屋がかなり狭いので窮屈に感じます。私の宿泊していた部屋は、他の部屋に比べてさらに狭かったです。

2)課外プログラムについて

宿泊している場所から近くないところに、引率していただく形だったので、個人ではアクセスのしにくい場所にも行けてとても良かったと感じています。課外活動の機会は三回あり、場所や日程も個人で選択することができたので、かなり満足できたと感じています。

3)現地での生活に関すること

現地で生活して感じたことは、改めて日本の様々な良さに気づくことができることです。海外のコンビニには、トイレやゴミ箱がないことが当たり前であり、電子決済カードにお金をチャージしようとしても、多く支払った分の返金はできないなど、日常生活の様々な小さな部分で、文化の違いに気づくことができました。

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。

交流会などのイベントを通して、現地の学生と関わる機会がありました。台湾の伝統的な遊びや、トランプなどを行いました。日本と似たゲームもあって非常に盛り上がったので良かったです。

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。

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。

宗教勧誘にあった際に、日本の宗教勧誘とは全く異なる雰囲気だったので、その違いに驚きました。日本の宗教は、客観的に怪しい雰囲気を感じる一方、海外の宗教勧誘は、かなりフレンドリーで、英語で話かけられてハイタッチするところから始まりました。終始お互いが笑顔で話すことができたので、日本とのギャップをかなり感じました。

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)

今回の三週間の留学生活は、本当にあつという間で、私の人生の中で最も充実した時間だったと確信しています。現地での生活では、日本との違いを感じることもありましたが、最も衝撃的だったのは、日本に戻ってからの生活に少しがっかりしている自分に気づいたことです。留学中の経験を通して、海外の良い面だけでなく、これまで気づけなかった日本の側面にも目を向けることができました。この留学は、私の考え方に大きな影響を与え、将来は海外と関わる仕事をしたいと強く思うきっかけとなりました。また、中国語や英語などの語学力をさらに高めたいという意欲も一層強まりました。この経験は、私にとって非常に貴重で、大きな成長につながったと感じています。

国際化サポート海外留学奨励金 留学報告書

研修名	国立台湾師範大学研修
-----	------------

留学費用項目	かかった費用 (円換算)	備考 特記事項があれば記入してください。
食費	30000 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 10 分)
教養娯楽費	0 円	
被服費	1500 円	
雑費	10000 円	
その他	0 円	例:
合計	41500 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: atm 引き出し その他用意したもの: <input type="checkbox"/> クレジットカード <input type="checkbox"/> <input checked="" type="checkbox"/> 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
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 サンダル、丈夫な傘 雨が突然激しく降ってくるため

現地情報

1) 活動中、何らかの問題がありましたか。あった場合、誰に相談しましたか。 (例: 研修の相談窓口、現地の友人等) <input type="checkbox"/> <input checked="" type="checkbox"/> なし <input type="checkbox"/> あり(問題の内容や相談した人等:) 特記事項:
2) 現地の危険地域情報をどのように収集し、どのような防犯対策をしましたか。また、実際に盗難等を含む犯罪に巻き込まれたことはありますか? その際どのように対処しましたか? 見た感じの雰囲気判断した、貴重品は肌身離さず持ち歩かない
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。 良好 校舎には wifi もあった

滞在形態関連

1) 留学中の滞在先の種類 <input type="checkbox"/> <input checked="" type="checkbox"/> 寮・アパート <input type="checkbox"/> ホームステイ <input type="checkbox"/> ホテル	2) 部屋の形態 <input type="checkbox"/> 個室 <input type="checkbox"/> <input checked="" type="checkbox"/> 相部屋(同居人数 3人)
3) 共有部分 <input type="checkbox"/> バス <input type="checkbox"/> トイレ <input type="checkbox"/> キッチン(<input type="checkbox"/> 自炊可 <input type="checkbox"/> 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)	

バスルームが浴槽なし、段差無しで水浸しになりがちだった
でも、慣れれば大丈夫だった

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。

だいたい全部良かった
関係者が全員親切にしてくれた

2) 課外プログラムについて

楽しかった
ただ、天候が変わりやすいため日によって差がある

3) 現地での生活に関すること

比較的治安が良くどこにでも出かけられる
夜市に安くて美味しいものが多かった

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。

交流会で台湾人の友達ができた

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。

クラスの先生といっしょにご飯に行った

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。

トイレトペーパーを流さない
全体的に衛生観念が日本より緩い感じがした

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)

授業は中国語で行われるけれど、自分のレベルに合ったものを選べるので分かりやすかった。予習復習もすごくたくさんやる必要はなく、授業後は遊びに行ける余裕もあった。有名な観光地には課外プログラムで行けるので、週末は自分で調べて行きたいところを選ぶと良いと思う。国立故宮博物院は、現地の学生証を提示すれば入場料が無料なのでおすすめ。博物院の近くに士林夜市があるので、夜ご飯をそこで食べると良いと思う。ただ、有名な夜市なので人が多く、長居するのには向かないかもしれない。また、バス移動は初心者には難しいため、よく調べてから行く必要があった。自分も迷ってしまったことがあったが、現地の台湾人が教えてくれて無事帰ってこれた。現地の人々が本当に親切にしてくれるので、あまり心配せずにチャレンジすると思う。

国際化サポート海外留学奨励金 留学報告書

研修名	2025 年度夏季 海外語学研修 国立台湾師範大学
-----	---------------------------

留学費用項目	かかった費用 (円換算)	備考 特記事項があれば記入してください。
食費	50000 円	現金払いが多い
図書費・学用品費	0 円	
携帯・インターネット費	0 円	日本での契約プランに含まれている、海外で通信ができるサービスを利用したため、追加料金は発生しなかった。
現地通学費	0 円	(研修先まで 3 分) 研修先敷地内の宿舎に滞在
教養娯楽費	15000 円	
被服費	0 円	留学のために購入した物はない
雑費	5000 円	観光のための交通費
その他	0 円	例:
合計	70000 円	プリペイドカード利用は 50000 円で、現金払いでは 20000 円を使用した。

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: 羽田空港で一万円を両替した。また、デビットカードの残高から一万円を現地 ATM で引き出した。(銀行によっては、手数料無料でお金を引き出せる)
その他用意したもの: <input type="checkbox"/> クレジットカード <input checked="" type="checkbox"/> デビットカード・キャッシュパスポート
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
基本的に現金払い。観光施設や大きなレストラン(鼎泰豊など)ではクレジットカードを使えるが、それ以外のカフェ(50 嵐)や飲食店では、現金払い、出来ても悠遊カードでの支払いのため、注意が必要。現金の両替は 25000 円程度にしておく方が良いと思われる。
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。
Au の海外放題を利用した。SIM カードは購入しなかったため、通話はできないが、不便は感じなかった。
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
本。通信環境がさほど良くないため、スマホが役に立たず、余暇にすることがなくなってしまった際に、友人に貸して喜ばれた。アナログで楽しめる物があると良いかも知れない。

現地情報

1) 活動中、何らかの問題がありましたか。あった場合、誰に相談しましたか。 (例: 研修の相談窓口、現地の友人等)
<input checked="" type="checkbox"/> なし <input type="checkbox"/> あり (問題の内容や相談した人等:) 特記事項:
2) 現地の危険地域情報をどのように収集し、どのような防犯対策をしましたか。また、実際に盗難等を含む犯罪に巻き込まれたことはありますか? その際どのように対処しましたか?
外務省の「たびレジ」に登録し、危険情報の確認を行っていた。犯罪に巻き込まれた事は無かったが、現地で割と大きな地震に遭ったが、情報が入ってこず、台湾の政府情報も発表が日本よりも遅く、不安があった。
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。
研修先にはフリー Wi-Fi があったが、皆が使うために通信が遅く(接続数が多いときには、動画配信アプリや、SNS の更新さえもとにできないほど)、ストレスが溜まる為、個人で通信手段を持っておくことは必須である。

滞在形態関連

1) 留学中の滞在先の種類	2) 部屋の形態
<input checked="" type="checkbox"/> 寮・アパート <input type="checkbox"/> ホームステイ <input type="checkbox"/> ホテル	<input type="checkbox"/> 個室 <input checked="" type="checkbox"/> 相部屋(同居人数 2 人)

3)共有部分
<input checked="" type="checkbox"/> バス <input checked="" type="checkbox"/> トイレ <input type="checkbox"/> キッチン(<input type="checkbox"/> 自炊可 <input type="checkbox"/> 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)
<p>自分を含めた3人部屋であった。また、2人部屋や4人部屋もあると聞いた。</p> <p>洗面台とトイレとシャワーが一つ所に押し込められている感じで、シャワーカーテンがある訳でも無し、床もフラットなため、シャワー後は風呂場の床がビショビショであることがあり、丈の長いズボンなどは避けた方が良い。シャワー中には、トイレに行けない(同じ階にもトイレがない)ため、シャワー時にはルームメイトにその旨を告げ、トイレに行くなら先に行くようにコミュニケーションを取る事が必須。</p> <p>また、5階に電子レンジがある。</p> <p>私の泊まった部屋にはテレビがついていたが、部屋によってはついていない模様。テレビでは、台湾のテレビ番組は勿論、日本のテレビ番組も見れ、一部 DAZN も映るため、重宝した。</p>

プログラム選択の参考となる点を記載してください
1)研修先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。
<p>私は A3 という、下から3番目のランクの授業を受けていた。私の授業では、先生は文節ごとにゆっくりと話してくれた上、必要に応じて英語で説明してくれた。先生は英語を話せる方が多く、分からない部分は英語で質問できる。その分、英語力が試されるが、自身が英語をそこそこ話せる分、中国語ではなく、英語で話してしまうことが多く、そこは反省すべきであると感じた。</p> <p>授業は午前中で終了する為、午後は自身のやりたい事に使うことが出来る。</p>
2)課外プログラムについて
<p>文化授業3種類と、校外授業(実質の遠足)3か所があった。文化授業の翌日に校外授業が入ったり、その逆であったりすると、疲れが取れないままに日が過ぎて行くので、スケジュール調整には気を使った方が良い。</p> <p>校外授業では、移動時間が多いため、バス酔いをする方は注意が必要。</p> <p>文化授業では、「カンフー」「団扇」「中国結び」を取った。カンフーはほぼ筋トレで、非常にしんどい。筋肉痛が数日は残るため、注意。団扇は、ほぼ水墨画である。中国結びでは、プレスレット作りを行った。</p>
3)現地での生活に関すること
<p>英語が通じる事も多いが、中年以降の台湾人は、英語も話せない人も多いため、コミュニケーションに困る。若い人は日本語を話せる人も多い。</p> <p>個人的には、中国語における聞き返す音(日本における「え?」や「はい?」など)が「あ?」のため、詰られているような気分になり、大分メンタルをやられたので、注意が必要。当人はそんなつもりではないのだろうが、怒られているような気分になるので、かなり辛い。</p>

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。
<p>交流会は3回開かれた。10人前後の学生と、一人の現地学生で班ごとに分かれ、交流を行ったが、英語が話せない現地学生に当たると、延々中国語で話され、こちら側に中国語が出来ない人が居ない場合、全く意思疎通ができないため、非常に気まずい。</p> <p>孰れも食事が提供され、1度目はサンドイッチなどが弁当パックに入れられた物が出された。量は多め。2,3回目は、ビュッフェで、好きなものを取れる。</p>
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。
<p>交流とまでは行かないが、困っていると日本語で声を掛けて来る人も多い。しかし、下心がある場合もあり、高額な店へ案内され、奢らされた、という話を聞いたため、注意が必要に思われる。</p>

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。
<p>トイレトペーパーが基本的に流せない。空港や大きな観光施設などでは流せるが、それ以外はゴミ箱に捨てるが、かなり抵抗があるため、消臭スプレーを持っていくと良い。また、個室内にトイレトペーパーが備え付けられていない事も多く、入り口でトイレトペーパーを取ってから入ると良い。</p> <p>また、バイクが多く、夜市などで人が多くてもバイクで普通に侵入して来るため、周囲の状況には気を配らないと、接触する危険性が非常に高い。</p> <p>路上は清潔で、日本と同様か、それ以上のきれいさの為、安心して欲しい。</p>

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)

我々は、自分で思っているよりも、英語が話せる。一般入試で入学した学生の場合、受験勉強で行った英語の学習は、かなり我々の身になっている。外国人との会話に花を咲かせる、とまでは行かずとも、向こうの言っていることはほぼ理解できるし、此方の言いたい事も向こうへ通じる。行って来た学習は決して無駄ではない。英語力に自身がない人も多いと思うが、苟も明治大学に入学を果たした英語力を持つのだから、もっと自信を持って良い。

自身の英語力も捨てた物ではない事を今回の留学で実感し、留学生のサポートなどを行ってみたいという気持ちが強まり、英語を話す事への抵抗感や恥じらいのような物もかなり減った。

国際化サポート海外留学奨励金 留学報告書

研修名	台湾国立師範大学 2025 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	45000 円	
図書費・学用品費	0 円	
携帯・インターネット費	8000 円	eSIM 20GB
現地通学費	0 円	(研修先まで 徒歩5分 分)
教養娯楽費	6000 円	
被服費	4000 円	
雑費	3000 円	
その他	15000 円	例:お土産
合計	81000 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
visa カード
大きなお店やチェーン店では基本的に使用可能であり、キャッシングもできたため便利だった。
- 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。
eSIM
トリファを使用 簡単に手続きすることができ、切り替えが簡単。基本的に回線も問題なかった。
- 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
8月の台北は日中日差しが非常に強く、外に出る場合は日焼け止めや日傘は必須だと感じた。また共同生活をすることやトイレの関係で消臭剤を準備すると役立つなと感じた。

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?
夜市など人混みの多い場所ではポーチが体の前にくるようにかけるなどのスリの警戒をした。
- 3) 携帯電話や、インターネットについて、現地での利用・接続はいかがでしたか。
現地到着から設定で切り替えてすぐに使うことができた。回線も問題なかった。

滞在形態関連

1) 留学中の滞在先の種類	2) 部屋の形態
<input checked="" type="checkbox"/> 寮・アパート <input type="checkbox"/> ホームステイ <input type="checkbox"/> ホテル	<input type="checkbox"/> 個室 <input checked="" type="checkbox"/> 相部屋(同居人数 3人)
3) 共有部分	
<input checked="" type="checkbox"/> バス <input checked="" type="checkbox"/> トイレ <input type="checkbox"/> キッチン(<input type="checkbox"/> 自炊可 <input checked="" type="checkbox"/> 自炊不可)	

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人相部屋。キッチンはないが冷蔵庫はあるので買ってきたものを保管することはできる。金庫はないのでスーツケースを使って金庫の代わりにした。毎週木曜日に清掃の人が入り、シャンプーの補充やベットシーツの交換をしてくれる。扉はオートロックなので中に鍵を忘れてしまうと非常に面倒なことになる。

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。

クラスの人数は10人程度で頻りに発言の機会が巡ってくるため非常にスピーキングの勉強になった。またペア学習が多く、そこでクラスメイトとの交流の機会を得ることができた。また交流会や九份や淡水といった観光地を巡る郊外授業が行われており、そこで様々な人たちと交流し、仲良くなることができた。

しかし、日本人が非常に多く、私のクラスは一人を除いて全て日本人だった。そのため日本語を使う機会がどうしても多くなってしまった。

2)課外プログラムについて

課外プログラムは全て参加したがそのどれもが良かった。交通費や施設の入館料などを負担することなく、様々な観光地に行くことが出来た。またプログラムに参加した他の人たちとの交流のきっかけにもなった。

3)現地での生活に関すること

基本的に食費は日本と同じかやや高い程度。夜市や大衆食堂に行けば比較的安く済ませることが出来る。

虫が非常に多いので虫除けなどを持ってくると良い。また洗剤を自分で用意しておく非常に便利ではあるが近くのスーパーで日本製のものが数多く売られている。

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。

週に1回、現地学生が主導して行う交流会があった。しかし、その交流会はプログラムの参加者同士の交流がメインの目的とされており、現地学生との積極的な交流には繋げることは難しかった。

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。

観光をしている中で話しかけてもらったりするなど何回か現地の人との交流が生まれた。台湾では日本や日本の文化に興味を持っている人が多く、日本語を喋ることが出来る人もいた。どの人も非常に親切でこちらに興味を持ってくれており、翻訳機能や筆談用のノートを活用すればより良い交流に繋がると感じた。

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。

第一印象としてはバイクが非常に多いと感じた。全体的に交通量が多く、歩行者優先という考えが薄いため道を歩くときはドライバーとしっかりと目を合わせ、今から通るということを伝える必要があり、異文化を感じた。

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)

授業は基本的に午前のみであり、午後は文化体験や校外学習がない限り自由です。そのため午後に何をするか目的を持ってきちんと決めることが大切です。台北には有名な観光地や興味をひくお店が至るところにあり、普段はインドアな自分でも楽しみながらアクティブに行動することが出来ました。

また、留学当初は数多くの見知らぬ人との交流に不安を感じていましたが、実際留学に行ってみると授業やプログラムで多くの交流の機会が用意されていて非常に助かりました。校外学習を機に仲良くなった韓国人の思い出は私にとって非常に大切な記憶です。

留学前は1ヶ月という期間の短さや、コミュニケーションなどの多くの不安を抱えていましたが、今振り返ってみると自分の成長に大きく繋がり、間違いなく行って良かったと断言できます。興味があればぜひ参加してみてください！