

国際化サポート海外留学奨励金 留学報告書

研修名	海外キャリア実習(ベトナム)
-----	----------------

留学費用項目 (申込時の料金は除く)	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	25000 円	
図書費・学用品費	0 円	
携帯・インターネット費	3500 円	
現地通学費	22000 円	(研修先まで車で 15 分)
教養娯楽費	0 円	
被服費	11000 円	
雑費	3600 円	
その他	円	例:
合計	63,100 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: ホテル近くの両替所
 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
 クレジットカードは 2 枚以上持って行ってよかった。また現金でしか払えないところ多かったり、友人と割り勘をするときなど、現金も多めに持って行ってよかった。

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。
 GA さんお勧めのアンナムテレコムという会社の 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
 日本のインスタント食、割り箸、水筒、ウェットティッシュ

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?
 事前にネットでベトナムの治安などを調べ、盗難防止として斜めがけのバックを持っていたり、スマホストラップを持っていたりした。またポケットに貴重品等を入れないことを心がけた。しかし実際に盗難やひったくりには合わなかった。

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

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1人)

3) 共有部分

☒ バス ☒ トイレ ☐ キッチン(☐ 自炊可 ☐ 自炊不可)

4)感想:(滞在先の感想、これから留学する人のためのアドバイス等)
ホテルはとても清潔感があり、虫もあまり出なかったのがよかった。また、フロントサービスもいいので安心して滞在できた。

プログラムについて プログラム参加前について記載してください	
1)どのような目的でこのプログラムに申し込みましたか。	自分のキャリアイメージを持てるようにするため。日本と海外で働き方の違いを体験するため。
2)参加するにあたっての目標はありますか。	海外と日本の企業の違いを認識し、働くイメージをつける。
3)申込時では、どのような業界で働きたいと考えましたか。	メーカー、商社

プログラム選択の参考となる点を記載してください	
1)どのような業界で実習を行いましたか。	農業機械を製造、販売している会社、メーカー
2) 主要な実習内容を記載してください。	SNS のデザイン作成、カタログ作成などの広報のお仕事
3)業界、仕事内容について、イメージとの違いはありましたか。日本との違いなどを感じた場合は、どのように異なっていると感じましたか。	ベトナム人は、仕事でもお話をしたり、食事をとったり、柔らかな職場環境だった。私が行ったベトナム南部では、男性よりも女性の方が勤勉。
4) プログラムや実習内容について、良かった点、悪い点(大変だった点)を記載してください。	働くことについて具体的なイメージがついた。食生活や、文化の違いから、生活面で慣れない部分が多くあった。言葉が通じない分、わからないことも多かったので、自分で考えて行動することが求められた。
5) プログラム参加の成果等を記載してください。	他の人に頼らず、自分一人で考えて行動する力が身についたと思う。色々な方の話を聞いて、就職活動のイメージがついた。

英語力／コミュニケーションについて	
1)申込時の英語スコアを記載してください。	TOIEC710 点
2)渡航前に語学力向上に向け、どのような取り組みを行いましたか。	

TOIEC の勉強
3)実習/ホームステイでのコミュニケーションや英語力の向上について、工夫したこと、成果などを自由に記載してください。
ベトナムの人は英語が堪能というわけではないので、簡単な英語を使ったり、単語で話すなどベトナム人がわかりやすいように工夫した。

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。
ベトナムはバイク社会で、歩行者よりもバイクや車が優先される。また交通が発達しておらず、信号も一部しかないので、周りをよくみて道路を横断する必要がある。食生活の部分でも日本と全く違うので、大変だった。衛生環境はかなり悪いので気を付ける必要があった。

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)
海外で 1 ヶ月生活することは、なかなかない経験だし、時間がある大学生の間でしかできないと思うのでぜひ興味があれば、参加してほしいです。その際は自分が、海外で研修をして、何を得たいのかを明確にしてからいくとより良いと思います。漠然と時間を過ごすだけになってしまうと勿体無いので、目標を立ててから参加するとなお良いと思います。初めは、文化や言語の違いに戸惑うかもしれませんが、その分異なる価値観や働き方を学ぶことができ、視野が広がると思います。

国際化サポート海外留学奨励金 留学報告書

研修名	ホーチミンキャリア実習
-----	-------------

留学費用項目 (申込時の料金は除く)	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	40,000 円	
図書費・学用品費	0 円	
携帯・インターネット費	3,700 円	
現地通学費	6,000 円	(研修先まで 10 分)
教養娯楽費	10,000 円	
被服費	20,000 円	
雑費	0 円	
その他	0 円	例:
合計	79,700 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: 日本円でもっていき、滞在ホテル近くの両替所で両替した 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
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。
おすすりめされていたアンナムテレコムという会社の esim を使った
4) 日本から準備して行き助かったものや、準備したほうが良かったものはありましたか
インスタント味噌汁を持っていき、疲れた時に飲んだら生き返った

現地情報
1) 活動中、何らかの問題がありましたか。あった場合、誰に相談しましたか。 (例: 研修の相談窓口、現地の友人等)
☒ なし ☐ あり (問題の内容や相談した人等:) 特記事項:
2) 現地の危険地域情報をどのように収集し、どのような防犯対策をしましたか。また、実際に盗難等を含む犯罪に巻き込まれたことはありますか? その際どのように対処しましたか?
ユーチューブなどで調べた。荷物を取られないようにとにかく気を付けた
3) 携帯電話や、インターネットについて、現地での利用・接続はいかがでしたか。
スムーズに使えてとてもよかった

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 2人)
3) 共有部分	
☐ バス ☐ トイレ ☐ キッチン(☐ 自炊可 ☐ 自炊不可)	

4)感想:(滞在先の感想、これから留学する人のためのアドバイス等)
きれいな方ではあったと思う。エアコンもしっかり効いていた。コップを洗うための洗剤などを持っていけばよかったと思った。(現地で買うのもあり)

プログラムについて プログラム参加前について記載してください
1)どのような目的でこのプログラムに申し込みましたか。
海外に対する苦手意識を払拭するため。
2)参加するにあたっての目標はありますか。
現地の文化に触れる
3)申込時では、どのような業界で働きたいと考えましたか。
考えていない

プログラム選択の参考となる点を記載してください
1)どのような業界で実習を行いましたか。
通信会社
2) 主要な実習内容を記載してください。
通信プランの価格設定や、市場調査、出品する際のデザイン作成、マーケティング戦略案提案
3)業界、仕事内容について、イメージとの違いはありましたか。日本との違いなどを感じた場合は、どのように異なっていると感じましたか。
日本に比べてデジタル化が進んでいないのか、手作業の多いなと感じた。
4) プログラムや実習内容について、良かった点、悪い点(大変だった点)を記載してください。
調べても出てこないものを調べてほしいというタスクは時間がいくらたっても解決しないので大変だった。 マーケティングのゼミに所属しているので、マーケティングについて実際の仕事の場で学習できたことはうれしかった。
5) プログラム参加の成果等を記載してください。
自分が一か月異国の地で働くことができたという実績は、自分にとって大きな成長だと感じた。 発展途上の活気あふれる国で働くことで、自分にもやる気が付いた。 これから就活で大事な時期になるが、今までの自分を振り返る良いチャンスになった。



英語力／コミュニケーションについて

1) 申込時の英語スコアを記載してください。

TOEIC 565

2) 渡航前に語学力向上に向け、どのような取り組みを行いましたか。

耳が英語に慣れるように、英語を聞いていた。

3) 実習／ホームステイでのコミュニケーションや英語力の向上について、工夫したこと、成果などを自由に記載してください。

社長から英語でタスクを言われたり、雑談などは英語でする会社に勤めていて、はじめは英語に慣れず苦勞していたが、タスクを言われるときは録音したり、雑談をするときはなるべく自分も話に入れるように努力した。

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。

ある程度きれいなところもあったが、日本のトイレ以上にきれいなところはなかった。

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)

ここでの経験は人生にとってとても良いものになるはずなので、勇気を持って参加してみてください。期間中は、平日も休日もとても充実していました。心残りがあるとすれば最後の休日まであまり遠出をしなかったことです。私は最後の休日で海に行ったのですが、それが楽しすぎて、それまで遠出してなかったのが心残りです。また、研修関連でいうと、事前にもっと英語を勉強しておけばよかったと思いました。あまり英語を使わないだろうと思っていましたが、日常はもちろん、仕事でも沢山使ったので、もっと勉強しておけばよかったと後悔しました。これから行かれる方は頑張ってください。

国際化サポート海外留学奨励金 留学報告書

研修名	海外キャリア実習(越南)
-----	--------------

留学費用項目 (申込時の料金は除く)	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	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	円	
被服費	円	
雑費	円	
その他	円	例:
合計	100000 円	個別ではわからないがトータルでこのくらい

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、現地で換金 その他用意したもの: ☒ クレジットカード ☐ デビットカード・キャッシュパスポート
2) どの方法での支払いが役に立ったか等があれば記載してください
クレジットカード
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 海外放題
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
基本的に現地で日本製品を調達できるので特になし

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?
特に危険な目には遭わなかった
3) 携帯電話や、インターネットについて、現地での利用・接続はいかがでしたか。
宿泊先の Wi-fi は接続があまり良くなかった

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 2 人)
3) 共有部分	
☒ バス ☒ トイレ ☐ キッチン(☐ 自炊可 ☐ 自炊不可)	

4)感想:(滞在先の感想、これから留学する人のためのアドバイス等)
トラブルがあった際にはフロントに電話するとすぐに対処してくれる

プログラムについて プログラム参加前について記載してください	
1)どのような目的でこのプログラムに申し込みましたか。	視野を広げる・自己成長
2)参加するにあたっての目標はありますか。	途上国開発に携わる仕事に将来就きたいと考えており、現地での生活や働く経験を通して自分の視野を広げることを目標としていた。
3)申込時では、どのような業界で働きたいと考えましたか。	英語を用いて働ける職場

プログラム選択の参考となる点を記載してください	
1)どのような業界で実習を行いましたか。	建設業界 (兼カフェスパ事業)
2) 主要な実習内容を記載してください。	営業資料作成 カフェスパのPR 動画作成 ベトナム人従業員への日本語授業 社長のお知り合いの方にインタビュー
3)業界、仕事内容について、イメージとの違いはありましたか。日本との違いなどを感じた場合は、どのように異なっていると感じましたか。	建設業界は実働が多いのかと想像していたがデスクワークをしている社員が多かった
4) プログラムや実習内容について、良かった点、悪い点(大変だった点)を記載してください。	企業とのマッチング面談の際に選択しを与えられて選ぶのではなく、仲介のスタッフさんが選んでくださったため人によってはモチベーションの維持が難しいこともあったと感じた
5) プログラム参加の成果等を記載してください。	作成した営業資料が11社の合同営業資料として採用していただけた 自分の強みや課題に気が付くことができた



英語力／コミュニケーションについて

1) 申込時の英語スコアを記載してください。

TOEIC745

2) 渡航前に語学力向上に向け、どのような取り組みを行いましたか。

ベトナム語の基本フレーズを覚えた

3) 実習／ホームステイでのコミュニケーションや英語力の向上について、工夫したこと、成果などを自由に記載してください。

日本語を教える時間が設けられていたが教えてばかりではよくないと思い、逆にベトナム語を習いたいと声をかけ、教えてもらったことがきっかけで距離も縮まった

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。

日本より圧倒的にバイクが多く道を渡るのが大変。クラクションの音も当たり前になるので日本に帰国した際に静かでさみしく感じた。

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)

今回のベトナムでの研修は、自分にとってとても濃い時間になりました。現地に行ってまず感じたのは、街の活気や人々のエネルギーの強さで、日本との違いに驚くことばかりでした。日本では当たり前だと思っていたことが、実はそうではないと気づけたことは、大きな学びだったと感じています。また、海外で活躍するビジネスパーソンの方々との交流やインタビューの機会を通して、これまでになかった新たな視点を得ることができ、将来の選択肢も広がったうえに、業務を通して自分の弱みや課題にも気づくことができ、とても貴重な経験になりました。「なんでベトナム？しかもインターン？」と思う人もいると思いますが、実際に行ってみると、本当に行ってもよかったと思える、充実した1か月になること間違いなしです！

後輩の皆さんには、不安があってもまず一歩踏み出してみしてほしいです。その行動が、自分の世界を広げるきっかけになると思います。