

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6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	50000 円	
図書費・学用品費	0 円	
携帯・インターネット費	12800 円	eSIM
現地通学費	0 円	(研修先まで徒歩五分)
教養娯楽費	20000 円	
被服費	3000 円	
雑費	5000 円	おみやげなど
その他	10,000 円	例:おみやげなど
合計	100,800 円	

渡航準備について

1) 現地通貨(現金)はどのように準備をしましたか
現金の用意方法: 日本で両替、ショッピングモールの換金所で両替
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
現金とカード 1 枚あれば問題ない。

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。
Holafly (eSIM)、無制限のプランを利用した。寮の部屋に WiFi はないので無制限だと気にせずスマホやパソコンを利用できる。

4) 日本から準備して行き助かったものや、準備したほうが良かったものはありましたか
海外のコンセントでも使えるドライヤー。

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?
基本的に友人と一緒に行動した。危険地域情報はネットで調べた。

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。
寮の部屋で WiFi が使えないので、無制限のプランを購入しました。勉強でもスマホやパソコンを利用したので、上限を気にせず使えてよかった。部屋では自分は接続がよかったが、人や部屋によっては悪いところがある。

滞在形態関連

1) 留学中の滞在先の種類 2) 部屋の形態

☒ 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)
比較的狭い部屋で4人で生活するので、もし集団行動が苦手な人は大変かもしれません。

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。
午前のグループレッスン、グループのメンバーが同じ明治大学の学生だったので、外国の人と話せる機会は少ない。午後のマンツーマンレッスンは、各々の先生によって教え方がかなり異なるみたいだったが、それぞれの状況に合わせてくれるので、実りある授業が受けられる。自分はリスニングが苦手だったので、リスニングを重点的に行った。
2)課外プログラムについて
マニラ観光ツアーとタガイトツアーにいったが、歴史や自然を感じることができ、よかった。
3)現地での生活に関すること
平日は基本的に寮の前にあるベニスモールで食事をしたり、買い物をしたりした。BGCも寮から徒歩20分、grabで10分ほどのところにあるのでよく行った。

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。
グループレッスンで海外の学生と交流することはできないが、インタビューや質問をしに、様々な人と話す機会がある。積極的に自分から行動すれば、現地学生とも交流できる。
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。
よく行く店の店員さんと仲良くなった。タガログ語などを少し覚えると、向こうの反応もよい。

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。
向こうで大きなお金をだしてお金を崩そうとすると、結構断られたり、嫌がられたりされて驚いた。また、日本と比べて運転が少し荒いので、何人かの友達は車酔いしていた。

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、留学に行った理由はいくつかある。 まずは単純に英語を使いこなしたいという動機だ。学校や受験対策で必死に勉強した英語を実際の日常生活に生かしたいと思ったからだ。英語にはアカデミックな側面とプラクティカルな側面がある。日本の英語教育は文法や長文読解などのアカデミックな英語を重視しており、スピーキングやリスニングなどのプラクティカルな英語の教育は不足している気がする。実際に、難しい英語は読めるが簡単な英語を話したり、聞いたりするのは難しいという人が日本にはたくさんいる。私は今回の留学で、主にプラクティカルな英語を習得することを目標にした。そして今回の留学ではグループレッスンとマンツーマンレッスンの二つの講義があり、どちらの授業でも先生と積極的にコミュニケーションをとることで、英語での会話能力は上達することができたと思う。また、飲食店などにおけるコミュニケーションも問題なくできたので、今では自信を持って英語を話すことができると思う。 次に視野を広げるためだ。マンツーマンの先生は知識が豊富で、自分が話すこと、聞くことすべてにに応じてくれた。そしてその先生と政治や文化、歴史の話などを英語で話すことを通してあることに気づいた。それは、英語を習得することで、世界の多様な意見を持った人たちと交流したり、海外の映画や本などの作品を鑑賞したりすることができるようになり、日本に閉じこもっているだけでは見えてこない世界が見えてくるかもしれないということだ。英語はあくまで世界をつなぐツールであり、英語を通してこれから日本や世界を俯瞰的にみたり、これからの社会問題に向き合ったりすることができる。これからの人生において、受動的になることなく、自ら考えて行動できる人間になるために、英語を主とする作品や媒体を読んだり聞いたりできるように、英語を学んでいきたい。 また、英語を学ぶことは自分のキャリアの可能性を広げてくれると考えている。今社会は目まぐるしく変化している。人生100年
--

時代と呼ばれるほどの寿命の長期化や人工知能などの技術の発展により、キャリアのあり方が大きく変化している。そんな社会の中で、英語を話すことができたり、英語の文章や映像を読めたり見れたりすることは、今後生きていく中で大きな武器になると思う。英語を使えることで仕事の幅が広がることはもちろんだが、日本の状況、世界全体の情勢を常に俯瞰的に見ることもできる。変化が目まぐるしい社会において、つい視点が硬化してしまうところを、様々な角度から柔軟に物事を判断できるように、英語を習得したい。

そして今回の留学で、私はこれからも英語を継続して勉強する必要があると感じた。マンツーマンの先生との講義で「ルネッサンスマン」という言葉が出てきた。ルネッサンスマンとは、中世ルネサンス期において、特定の分野に留まらず、様々な分野で優れた知識や才能、技能を持っていた理想的な人物とされる。そしてその言葉は現代でも、特定の分野ではなく多様な分野に深い知識と能力をもつ人物に使われる。自分は今回の留学で、英語を通じてルネッサンスマンに近づきたいと思った。向こうの先生と話す中で、知識の不足や自分の単眼的な見方をよく感じた。国際化と情報化が進み、あらゆる情報が溢れる社会の中でも、正しく情報を精査できるように、これからも英語を学び続けていきたい。

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
-----	---------

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	70000 円	一日 900 ペソ程度(1/4/5 週目の週末は親の家でご飯を食べました。)朝ごはんはグラノーラと果物を食べ、時々モール内のドーナツを買って食べていました。
図書費・学用品費	0 円	ほぼすでに持っているものを利用した。IELTS 勉強用に過去問を日本で購入しました。
携帯・インターネット費	1500 円	179 ペソ(13GB,15 日間電話、テキストチャット無料)×3
現地通学費	0 円	(研修先まで 10 分)目の前のモール内にあるため、徒歩での登校です。
教養娯楽費	0 円	家に帰っており、自費では出しておりません。
被服費	0 円	なし
雑費	4000 円	水(一日 2L 購入)→33 ペソ
その他	7500 円	プロテイン(3000 ペソ弱)
合計	83000 円	1 ペソ=約 2.5 円換算です。

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: フィリピン現地で親からもらっていた。 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
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。
Globe One ※正式な契約を行わない場合、プリペイド式の eSIM のみしか買うことができません 良かった点: プリペイド式のため普段動画やゲームをしない人は通信無制限の eSIM よりも安く済ませられます。
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
準備したほうがよかったもの: 飛行機内で着るための長袖、首枕(neck pillow)、寮内で使うための枕(枕が変わると寝られない人用) ポケットティッシュ(トイレの時にトイレトペーパーの代わりになる)、マスク(自分や同室の人が病気になった場合、排気ガスを直接吸うのを防ぐ場合に有用)

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: ①親 ②現地コーディネーター) 特記事項: 病気(RS ウイルス)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?
普段日本で使っている財布以外の安い財布を用意しました。財布に入れる現金は常に 2000~3000 ペソ程度にしていた。クレジットカードは本当にどうしようもなくなった時用のものだったので、スーツケース内にしていました。
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。
一部地域ではマニラ市内でも通信環境が劣悪なことがありました。日本ほど通信環境が良好ではないので、劣悪なことを想定しておいたほうが良いと思います。

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 3 人)

3)共有部分
☒ バス ☒ トイレ ☐ キッチン(☐ 自炊可 ☐ 自炊不可)
4)感想:(滞在先の感想、これから留学する人のためのアドバイス等)
感想:滞在先に関しては、WiFiが部屋で利用できないこととシャワーの温度が不安定であったことが不満です。 アドバイス:複数人で同部屋に住むことが無理な方は、一人で住むことのできるプランや方法を探すべきです。

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。
良かった点:先生が生徒のレベルに合わせて練習を進めてくれるので、日本の集団教育よりも効果が出やすいと思えた。 良くなかった点:口頭での練習(発音の練習、会話の練習)が多いため、記憶したり、直接身体に身につけなければ効果が少ない。ある程度、英語が話せたり、聞けたりしないと授業の効果が半減すると思う。(友人がリスニングで苦戦を強いられており、授業の時間を取られていた。)
2)課外プログラムについて
① マニラ市内観光:ピュッフェはフィリピン料理を食べるチャンスとなりよかった。リツアルパークへの訪問は、周囲の反応を見るにホセ・リサルに関する予備知識(世界史の授業をまじめに受けている方は持っているであろうもの)がなければ、つまらないものになるのだと思った。イントラムロスという中世から続く城塞都市のようになっているところへ行っただけ、他の海外へ行く歴史的な建造物ほど興味の惹かれるものではなかった。博物館を観覧した際には、観覧する時間が不足しており、すべてを見ることができなかった。タガイタイツアーに比べても非常に不満が残るツアーだったと思う。 ② タガイタイ観光:景色を観覧するのは、普段の生活から離れた気分になれるため、非常に良かった。ジープニーは非常に排気ガスでにおいがきつかった。
3)現地での生活に関すること
エンデラン大学のジムに通う方は日本でプロテインを購入し、持ってきたほうが良いと思います。(シェイカーも) ポケットティッシュの持参は必須級のものだと考えていただいても構わないと思います。 日本ほどインフラだけでなく他のものも不足している状況ですので、その状況を理解して訪れることが必要だと感じました。 ある程度のは忘れたら日本と同じものを購入すること

交流等について
1)プログラム内で現地学生等との交流があれば記載してください。
現地学生との交流はなかった。明治大学以外の日本人の方のプレゼンテーションを聞く機会があった。
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。
日常生活で食べ物や日用品の購入のために英会話を行った。

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。
インフラが不足している点。(トイレや通信環境など) 食文化(日本に比べて香辛料を多用した料理、豚の丸焼きやスペイン料理)

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)

今回の留学生活を通して自身の英語力に関する問題点を発見することができた。その問題点とは英語の語彙力が不足しているのはもちろんのこと、母国語である日本語の語彙力も不足しているのだと痛感した。このため、秋以降は、単語だけでなく熟語やイディオムも勉強を始めていこうと思った。留学前には、中長期留学にも行こうと考えていたが、資格や英語力といった留学以前に習得しなければいけないことがたくさんあると感じた。アドバイスとしては、日本で頻繁に使用している英単語やフレーズがより素早く使えるようになるだけなので、日本での英語の勉強が大切です。
--

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 6 週間研修
-----	----------------

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	60000 円	
図書費・学用品費	0 円	
携帯・インターネット費	12800 円	eSIM
現地通学費	0 円	(研修先まで徒歩 10 分)
教養娯楽費	20000 円	
被服費	3000 円	
雑費	20000 円	お土産代
その他	0 円	例:
合計	115800 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 10 万円を持ってきました。現地の両替所でペソに変えました。
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
基本的に現金で支払いを行いました。お店に釣銭が無かったり、間違っていたりしたことが多かった。クレカ支払いの方が便利だと感じました。

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。
出発前に使い放題の eSIM を 12800 円で購入しましたが、現地での電波状況は悪かったです。

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
海外の電圧に対応している旅行用のドライヤー・2 枚目のクレジットカード・冷房対策の長袖・日本での grab の会員登録
サンダル・体温計・酔い止めの薬・風邪・サングラス・日本の歯磨き粉・シャンプー

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?
個別レッスンの先生から危険な地域の情報を聞きました。犯罪には巻き込まれませんでした。

3) 携帯電話や、インターネットについて、現地での利用・接続はいかがでしたか。
場所や時間帯にもよりますが、電波の状況は基本的に悪かったです。大学と寮の WIFI を使用しないと LINE を送信できないこともありました。

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 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)

ゴキブリが沢山出るので、苦手な方はゴキブリ取りを持ってき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。

良かった点:午後の個別レッスンの先生が体調不良になった時に、代わりに来てくれたどの先生も良い先生ばかりでした。

良くなかった点:午前の授業がグループ授業であったが、そのグループが同じ大学の日本人同士であったので、あまり英語の勉強になりませんでした。

2)課外プログラムについて

二回目の課外プログラムの日が3週間の人達が日本に帰る日であったので、見送ることが出来ませんでしたが、両方の課外プログラムとも内容としてはとても楽しかったです。ただ、せっかくフィリピンにいたので、きれいなビーチにも行きたかったです。

3)現地での生活に関すること

フィリピンの現地の食事は個人的には美味しいと感じませんでしたが、丸亀製麺などの日本のチェーン店が多いので、食事には困らないと思います。また、全員が一回は体調を崩したので、体調管理には注意する必要があると思います。さらに、全体的なフィリピンの雰囲気として、とても親日の国であり、フィリピン人もフレンドリーなので、とても生活しやすかったです。

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。

現地の学生と交流する機会はありませんでした。

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。

プログラム外での交流はありませんでした。

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。

日本ではトイレトペーパーを流すことが出来ますが、フィリピンでは水圧が弱いので、流すことが出来なかったことに驚きました。また、日本では横断歩道を渡る時は歩行者優先ですが、フィリピンでは車が譲るという概念がないので、車を避けて渡る必要がありました。

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)

自分の体感として、6週間はあっという間でした。自分は全然英語が出来ないので、フィリピンに行く前に勉強しようと思っていたのですが、バイトや大学のテストなどで忙しく、全然勉強せずに行ってしまいました。今思うと英語をもっと勉強してからいけばよかったと思っています。単語の暗記などは日本でも出来ますし、自分は大学受験から一年以上経過していたので、文法もあやふやでした。留学中に英語を効率よく勉強するためには渡航前に勉強することも大切です。また、6週間では全然話せるようにはならないので、帰国後も英語の勉強を続ける必要があります。今回の留学から、英語を勉強し続けることが大切であると感じました。また、英語学習とは関係ないのですが、フィリピンの独自の文化や社会情勢など実際に現地で見ることが出来、とても楽しかったです。日本とは異なる文化や社会と接することは良い経験になったと思っています。