

国際化サポート海外留学奨励金 留学報告書

研修名	UTM Study Tour
-----	----------------

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	5000 円	食費は大学で RM360(12000 円ほど)もらえる。
図書費・学用品費	1700 円	クアラルンプールの観光本と現地で買ったボールペン
携帯・インターネット費	12000 円	Au 海外放題を 17 日間利用した。
現地通学費	0 円	(ホテルの部屋から研修先の教室まで5～10 分)
教養娯楽費	20000 円	お土産
被服費	3500 円	現地でトップスとボトムスを買った
雑費	3000 円	Grab 代
その他	円	例:
合計	45200 円	空港では 1 万円を両替していったが、現金は RM50 ほど残った。

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: 空港で 1 万円両替した。
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
クレジットカードが楽です。日本より物価が安いので、勢い余って買いすぎないようにすることだけ気を付けました。

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。
Au 海外放題というプランを申し込みました。Wi-Fi がないところでも一日中データ使い放題だったので、インターネットを利用する際に困ったことはありませんでした。

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
圧縮袋にもなり、開けたら服の収納にもなる袋とハンガーは大変便利でした。また、初日で全室が一時的に停電したので、アヒル型のランプがとても役に立ちました。準備したほうが良かったものは、ボディソープとドライシャンプーと割りばし・フォーク・スプーン一式と、スリッパまたは室内履きです。

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: WhatsApp のグループ(明治・津田塾の学生と 6 人のバディさんと先生が含まれている))
特記事項: ホテルの部屋が停電したり、ある人の部屋に動物のフン? のようなものがあつたり、カードキーをかざしても部屋に入れなかったりしたときに相談しました。

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?
たびレジに自動的に登録されるので、それで何か事件やデモなどがないか確認していました。また、安全のしおり(マレーシア版)を 2 回ほど読み込んで盗難に対しては警戒心を強めていました。実際に盗難等の犯罪には誰も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。
ホテルの Wi-Fi は大学のものよりも少し弱い印象はありました(ルームメイトの感想です)が、問題なくインターネットを利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

☐ 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)

毎日清掃の人は入りますが、もともとついてたシーツの汚れが変わっていませんでしたので、日本のホテルほどの清掃は期待しない方がいいです。ただ、7時から利用できるホテルの朝食はとってもおいしいです。ボーリングやプール、カラオケも利用できるのも、ホテルの娯楽は充実しています。明治では2人ほど1人部屋になっている人もいました。1人部屋の方がベッドが大きいです。お風呂にバスタブはありません。

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。

良かった点は特定のバディさんだけでなく、すべてのバディさんとたくさんお話をし仲良くなる機会が多かったことです。また、エンジニアクラスについては様々な研究室を訪問できたことも印象的でした。実際にバイオファーマイゼーションを作りました。プレゼンをする機会が多くあり、良くも悪くも ChatGPT を多用しました。フリータイムや観光も多く、学びと遊びのバランスが丁度良かったです。よくなかった点は、結構バディさんに日本語が通じており、彼女たちも日本語を上達させたいため、常時英語でしゃべることができなかった点です。また、バディさん同士で情報が錯綜していたところも気になりましたが、大きな問題は起きませんでした。

2)課外プログラムについて

熱帯でイスラム教という全く知らない文化を体験することができました。クアラルンプールやマラッカ、プトラジャヤを観光したときは、すべての光景が新鮮で面白かったです。現地のセカンダリースクールに訪問した時は、とても暖かく歓迎してくれました。フリータイムやオフの日には、ブルーモスクに行っている人がいたり、飛行機を使って島に行っている人がいたり、ハイキングをした人がいたり、自由度は高かったです。すべての行動において、バディさんが助けてくれたので、問題なく遠出をすることができました。

3)現地での生活に関すること

Non spicy と spicy を選べる場所が多かったので、辛すぎる食べ物は控えることができました。また、ホテルに美味しいおかゆを売っている屋台があり、後半はよくそれを食べて意を休めていました。何人かおなかを壊してしまった人がいたので、胃薬やストッパを持って行った方がいいと思います。また、冷房が強いのでカーディガンはもちろん、寝るときに着ける用のマスクを持って行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。

授業中は私たちのバディさんだけでなく、ほかの5人のバディさんも助言をくださった。観光の時も食事や買い物でたくさん助けてもらいました。どこか外に行くときはだれか一人はバディさんがついてくれる時もある。主に英語で、たまに日本語で会話していました。

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。

おもに Instagram の DM で連絡をしていました。一緒にプリクラを撮ったり、おそろいのものを買ったりして、絆を深めることができました。全員と Instagram も交換できて、これからも連絡を取りあえます。この留学でできた友人は一時的な友人ではなく、末永く続くものだと思います。

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。

金曜日の13時は男性が大学に併設されているモスクでお祈りをするため、大学の近くに屋台がたくさん立つことが印象的でした。その屋台で食べた satay が本当においしかったです。また、女性に対して頭を触ったり左手を出さないようにしたりすることは、全く苦ではなかったので、お互いに気持ちのいい交流ができたのではないかと思います。また、チョンカやバトゥセレンバンなどのゲームがとっても面白かったです。

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)

この研修を通して、健康的に何か問題が起こったわけでもなく、ホームシックになることもなく、快適な生活を送ることができました。時差も日本より1時間早い程度だったので、時差ボケも起こりませんでした。初めての海外でしたが、海外から来た人に対してマレーシアの人々はとても温かかったので、安心してものを頼んだり場所を聞いたりすることができました。ただ、セントラルマーケットやKLCCなどでのショッピングモールは同じようなものがたくさん売っていて、代り映えはしないという印象です。ブキツンタンにあるらぼーとは安く品質のいいものが買えます。Q pocket がおすすめです。毎日ホテルで何か起こるのも面白かったです。一緒に行った明治大学や津田塾大学の人もみないい人で、high tea ceremony にてソーラン節を披露したのはいい思い出です。かけがえのない友達を国内外問わずに作ることができる素晴らしいプログラムなので、ぜひ検討してみてください。

国際化サポート海外留学奨励金 留学報告書

研修名	UTM Study Tour 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	12,517 円	2日目のオリエンテーションの時に 360RM が配られた。
図書費・学用品費	0 円	
携帯・インターネット費	2612 円	Klook の esim を購入
現地通学費	0 円	(研修先まで 徒歩3分)
教養娯楽費	0 円	
被服費	2500 円	お土産として購入した T シャツなど
雑費	0 円	
その他	32,870 円	例:お土産代、交通費(Grab)、観光費など
合計	50,499 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

ほとんどの支払いは Wise カードを使用した。一方、屋台などで食事をする際には現金のみ受け付けていることが多い。その他はカードを使用できることがほとんどだったため、現金は学校から初日に食費として受け取った RM のみで、両替をせずに済んだ。

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。

Klook で事前に esim を購入して使用した。現地に着くと、すぐつながり安心した。その後の研修中でも、ストレスなく使用できた。日程の関係で30日間で 20GB のものを購入し、17GB ほど使用した。ホテルや学校の中では別の専用の wifi を使用できた。

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

UNO,トランプを持って行きましたが、少しの空き時間に暇つぶしができるため持っていくことを強くお勧めします。トイレトペーパーなどのティッシュ類は何かしら持っていくことをお勧めします。

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?

在マレーシア日本大使館からの情報をメールで受け取っていた。特に政治的なデモや騒動はなかったため安全に過ごせた。

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。

問題なく使用できた。

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 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) 思ったよりも綺麗で感動した。自分たちの部屋は特に虫が発生するなどは起きなかった。虫が出るのかは部屋による。ハンガーは4本のみ備え付けられていた。別途、自分でハンガーと100均で購入した小さい物干しを持っていったため洗濯物が早く乾いてよかった。 1 日 1 回掃除の方がタオルと、トイレトペーパーの補充をしてくれて助かった。シャワーはお湯も出て快適である。体を洗う石鹸のみ常備されていて、シャンプーやボディソープなどは持って行くことを強く勧める。 滞在中に2回停電するなどいろんなことが起きたが、トラブルに対処する能力が高まったし、たくさんの思い出ができて楽しかった。
--

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。 授業は基本的にエンジニアクラスとイングリッシュクラスが交互に開講された。イングリッシュクラスでは、マレーシアの食事やゲームについて学び、チームで日本の文化と合わせて新しいものを作り発表する授業や、TikTok をとる授業もあり楽しかった。エンジニアクラスでは、チームごとにミニカーを作り競争させる授業や毎回異なる教授の講義を受けることができて楽しかった。わからないことがあればすぐにバディーの方が助けてくれて嬉しかった。
2)課外プログラムについて 現地の高校に訪問して、高校生と交流する機会があった。 さらにマラッカに行ったり、博物館に訪れたり、ツインタワーの近くのショッピングモールで食事したりした。
3)現地での生活に関すること トイレは場所によってはトイレトペーパーが備え付けられていないところがあり、常にティッシュペーパーは持っていた方が良い。 マレーシアは思ったより辛い食べ物と甘い食べ物が多い。辛いものが苦手な方は事前にバディーがお店の方に辛いものをお勧めしてもらうと良い。

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。 UTM の学生がバディーとしてどんな時も助けてくれた。夜に友達の部屋の天井から雨漏りしたときも、連絡するとすぐに助けてくれた。 現地の高校に訪問したときにも、高校生たちがマレーシアの伝統衣装やお菓子、ゲームを紹介してくれた。短い間の交流だったが、いろんなことを高校生たちと話せて楽しかった。
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。 Free Activity の時、事前に行きたい場所をバディーに伝えたとこ、一緒についてきてくれ、おすすめの場所も説明してくれた。バディーがいなかったらいけなかった場所も訪れることができてよかった。 バディーの友達も一緒に夜ご飯を食べてくれて良い思い出となった。

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。 日本よりも宗教を信仰している割合が多く、他民族国家であることもあって、それぞれの宗教を尊重している場面が垣間見られた。 マラッカから帰る途中、バスの運転手さんがお祈りをする時間だから一回休憩を取ったときは日本にはない光景だった。それぞれの信仰を否定することなく、共存している場面を見ることができて感動した。

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)

本当に楽しかったです。マレーシアを選んでよかったと心から思いました。バディーの方がいつでも助けてくれ、不安に感じた瞬間はありませんでした。一緒に留学に行った明治の方とも、一生残る思い出を作ることができて本当に嬉しいです。この研修が始まる前はうまくいかなかった不安なことが多かったですが、しかし、この留学期間が終わってほしくないと思うほど楽しい留学になり、朝から夜まで充実した毎日を過ごすことができました。色々なハプニングがありましたが、今ではそれは良い思い出になりました。アドバイスとしては事前にマレーシアで行きたい場所を少し調べておくのと良いのかもしれませんが...思ったより自由時間が多く、自分たちでなんでも決めることができる環境でした。食べものに関しても、こんなにも辛いものが多いとは思っていませんでした。でも、日本ではなかなか食べることができない食べ物が多く、良い思い出になりました。 もし、英語に自信がなくても、話そうとする努力があれば伝わります！短い留学でしたが、マレーシアを選んで本当によかったと感じます。人生に一生思い出として残る留学となりました。
--

国際化サポート海外留学奨励金 留学報告書

研修名	UTM Study Tour
-----	----------------

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	12000 円	現地で RM360 が渡された
図書費・学用品費	0 円	
携帯・インターネット費	6610 円	17日間の eSIM を購入
現地通学費	0 円	(研修先まで 5分)
教養娯楽費	0 円	
被服費	1000 円	
雑費	0 円	
その他	15000 円	例: 交通費、お土産代など
合計	34610 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5千円+RM70
 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
 ショッピングモールや観光地では基本的にカードが使用できたので、VISA のカードを持っていくことをおすすめする。
 また、タクシーで移動することが多かったため、タクシーアプリの grab のクレジットカード情報は日本で入れておいた方がスムーズ。
 飲食店などではおつりがないと言われることも多々あったため、お金はなるべく細かくして持っていくとよい。

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。
 日本で eSIM を購入した。トリファというアプリで17日間15GB のプランを選択したが、大学とホテルには Wi-Fi があるので、8GB 程度しか使用しなかった。

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
 ウェットティッシュ、塩分チャージ、(折り畳みポット、味噌汁)
 食事の前に手を洗えることが少なかったことや、飲食店にウェットティッシュがないことが多かったので、持っていくことを勧める。屋台やフードコートなどはスプーン、フォークが設置場所から取っていくシステムだったので、使う前に拭いたりした。
 また、基本的に日本ほど暑くはないがマラッカやプトラジャヤなどは暑く、熱中症になった友人もいたため、塩分チャージは多めに持っておくとよいだろう。現地の方はこれを見たことない様子だったので、あげたらとても喜ばれた。
 荷物に余裕があれば折り畳みポットも持っていくとよいだろう。ホテルに設置されているが、衛生面が不安だったため持参した。実際、洗われているのか疑問だったため、持って行ってよかったと思う。

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？
 バディが少し治安が悪いと言った場所には行かないようにした。ホテル内でもなるべく一人行動は避けるように心掛けた。
 変なことに巻き込まれることもなく、安全に過ごすことができた。

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。
 特に問題なく使用できたが、大学やホテルの Wi-Fi は少し不安定だと感じた。特に大学の Wi-Fi は何度も ID とパスワードを入力する画面が表示され、少し面倒だった。

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 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)	
お掃除は毎日してくれるが、ベッドのシーツやバスタオルは毎日交換してくれなかった。気になるようであれば、交換してほしい旨を手紙で残すと思う。トイレトペーパーの補充も頻繁ではなかったため、そちらもメモを残したら補充してくれた。 シャンプーや洗顔、ボディソープ、化粧水などはホテル内のドラッグストアに日本のものがたくさんあったため、現地調達でも何とかなるのではないと思う。	

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。
英語やエンジニアの授業だけでなく、マレーシアの伝統の遊びを学んだり、お菓子を作る時間もあった。 英語の授業は、スライドや動画を作成して発表するという形が多かった。生成 AI の使用が認められたほか、先生やバディもわかりやすい英語でサポートしてくれたため、英語が苦手でも問題なかった。英語を学ぶ授業というよりも英語でマレーシアの文化を学ぶという授業だったので、とても興味深かった。 ただ、UTM は日本語が必修科目なことや、日本文化に興味がある学生もあり、日本語を理解できるバディが多かった。そのため、日本語で会話することが多くなってしまい、英語力をがっつり伸ばすということではできなかった。
2)課外プログラムについて
クアラルンプール市内の観光やマラッカ観光、モスク見学がプログラムに含まれていた。博物館では、展示に加えてバディが英語で補足説明してくれたため、とても興味深かった。ショッピングができる時間もあったが、時間が足りなかったため自由時間に再び行くこともあった。
3)現地での生活に関すること
ご飯は基本日本よりもかなり安く、量も多かった。味も濃かったり、辛い物が殆どだった。また、飲み物はどれもとても甘かったため、水を持参することを勧める。日本とは違い、他店のものや持参したものを飲んでいても何も言われなかった。 ただ、どれもとてもおいしかったので、バディに相談しながら様々な料理に挑戦してみたい。

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。
授業の一環でバディたちと現地の中高一貫校を訪問した。彼らとマレーシアのゲームをしたりお菓子を作ったりした。中学生でもマレー語と英語を流ちょうに扱っており、良い刺激になっただけでなく、とても暖かく迎えてくれたのでとても楽しい時間を過ごすことができた。
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。
授業が終わった後にバディがご飯に連れて行ってくれたり、フリータイムの日は KL を案内してくれたり一緒に遊んだりした。バディが自分の友達を紹介してくれて、彼らともご飯を食べたりして交流を深めることができた。 バディに自分が何をしたいか伝えと、それに応じた提案をしてくれたり、暇なことを伝えと遊びに誘ってくれたりするので、バディとたくさんコミュニケーションをとるとよい。 また、お店の人やタクシーの運転手さんはとてもフレンドリーで、日本人だと伝えと日本語を話してくれたり、英語でも話しかけてくれたりと接客プラスαの交流ができたことが多かった。

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。
人との距離が近く、日本よりもいろんな人とコミュニケーションをとることができた。学校内で知らない学生に突然話しかけられたり、ご飯を食べているとバディの友達が飛び入り参加してたくさんおしゃべりしたことや、店員さんに雑談を振られることが多々あった。

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)

毎日朝から夜までとても充実したプログラムだった。授業ではマレーシアの文化についてたくさん学べただけでなく、エンジニアの授業や研究室訪問では、教授の方々の研究を間近で見たり、一緒に実験を体験できたのでとても面白かった。

バディはとにかく優しく寛容で素敵な人たちで、授業のサポートだけでなく、自由時間もたくさん一緒に行動してくれた。観光地の案内や注意点を教えてくれただけでなく、飲食店での注文やお店の人への質問などを代わりにしてくれたり、色々心配してくれて連絡をこまめに取ってくれたりと多方面で面倒を見てもらった。

今年は津田塾大学の学生と一緒にプログラムだった。他大学の人と密接にコミュニケーションをとることも初めてだったので、とても刺激的でよい経験になった。

日本にいる間にリスニング力を鍛えるのも大事だが、英語の語彙力を伸ばすことも重要だと感じた。日常会話はもちろん、授業やバディと深い話をする際に、自分の考えをうまく英語で言語化できずもどかしく思うことが多々あったため、コツコツと単語力をつけることを勧めたい。

国際化サポート海外留学奨励金 留学報告書

研修名	UTM Study Tour
-----	----------------

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	15,110 円	ロティチャナイというマレーシアで人気の食べ物にハマリ、ホテル併設の屋台で4回程食べた。1回の昼食で2品注文することもあった。シャワルマという食べ物を売っているお店も同じスペースにあるが、それも辛すぎず食べやすいのでおすすめ。
図書費・学用品費	0 円	
携帯・インターネット費	17,000 円	ドコモの世界そのまぎガ利用(15,000 円)。 e-sim 2,000 円を買ったが、使えず無駄になった。
現地通学費	0 円	(研修先まで 徒歩 6 分)
教養娯楽費	3,400 円	自由行動日に行った遊園地代。
被服費	1,300 円	現地で自分用に買った洋服。
雑費	6,000 円	お土産代。
その他	7,020 円	出発前日、空港近くにとったホテルでの宿泊代。 ザ エディスターホテル成田というところで、空港までの無料バスが出ていた。集合が成田空港に 8:30 と早かったため、朝が苦手な人などには前泊がおすすめ。
合計	49,830 円	食費が研修費に含まれており、研修二日目のオリエンテーションで渡された(12,600 円分)。この金額は、それを抜いた金額(=自分でアルバイトをして貯めたお金や、思いがけず身内がくれたお金からの出費)である。 ただし、現地に持っていくための服や小物、日用品などを買うためにさらに 1 万円程かかっている。

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:4 月からアルバイトを増やし、6 万円程貯める計画をし、貯金した。その結果 7 万円程貯まったので、そのうち 3 万円を引き出して持って行った。4 万円はクレジットカードで使う分として口座に取っておいた。 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 ライフカード(学生専用のもの)というクレジットカードを用意した。申請から 2 週間とかからずカードが郵送され手に入ったが、クレジットカードの用意やそのための下調べは早いうちからしておくことと安心。
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。なぜなら、クレジットカードが使えなくても現金はわりとどこでも使えると感じたから。また、私は出費のうち半分近くを食費に使っているが、宿泊先のホテルの 1 階の外には屋台があり、そこは現金支払いが確実だったから。
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。
世界そのまぎガ(docomo)。かねてより e-sim や sim カードについて調べていたが、調べた e-sim に端末が対応していないことや sim カードの挿入には sim ロック解除というものがされている端末であることが必要である、との情報を得て、出発前日に急いで世界そのまぎガ(docomo)を契約した。現地到着後簡単な設定を行い、滞在中は sim カードを操作することなく通信することができた。少し値段が高いかも知れないが、プランを契約して簡単な設定をすればあとは何もする必要がなく通信できるため、おすすめ。
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
<準備しておいて助かったもの> ・貴重品入れ。 ・日本のお菓子。無印良品で和菓子詰め合わせ(個包装)を購入。配りつつ buddies(ボランティアの現地学生。後述する)と交流もできた。 ・自己紹介や buddies に聞いてみたいこと、日本の紹介をリストアップしたもの。日本語でよいので何かしら考えておくと助けになる。 ・水筒。ホテル 1 階外にウォーターサーバーがあり、そこで機会がある度に汲んだ。節約できる。 ・少し厚めのカーディガン。冷房が強い。 ・蒟蒻ゼリー。多少空腹感が満たされ、お腹にも味覚にも優しい。胃痛が出たとき、夜ご飯をこれで代替することがあった。 ・個包装のシャンプーとリンス。ホテルには少量瓶に入ったものがあったが、シャワー室に持ち込むとかさ張るため使わなかった。 <準備した方が良かったもの> ・ボディシート、歯磨きシート、ドライシャンプーなど、水やお湯がなくても身体を綺麗にできるもの。宿泊先で停電が 2 回程あった。 ・除菌用ウェットティッシュ。buddies がお菓子などをくれてその場で食べることも多かったが、綺麗な手で安心して食べるため。 ・水に流せるティッシュ。トイレにペーパーがない、なんてこともザラにあったので。 ・ミンティアなど口に含むとリフレッシュできるもの。お菓子や軽食を食べるが歯が磨けない…なんてことも多かったため。 ・酔い止め、不透明なビニール袋、塩分タブレット。観光の日は携帯しておくことと乗り物酔いや熱中症の疑いがあるときに安心。

・レターセット(便箋/封筒/シールなど)。持って行かなかったが最終日に手紙を書きたくなり、友達にもらった。

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: 重大なことは私の身には起きなかったが、水を買える場所やお手洗いの場所を頻繁に聞いた。

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?

危険地域情報の収集は行わなかったが、過去の参加者は外務省からの連絡をよく見ていたらしい。

犯罪に巻き込まれたことはなく、治安が良いと感じた。ただ、飲食店などで席を離れる際は荷物を全て携帯した。

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。

問題なく行えた。ただ、研修の後半になるまでホテルと学校の Wi-Fi に繋がらなかったため、多くのギガを消費してしまった。Wi-Fi が繋がらないときは研修仲間や buddies の力を借りることも大切。

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

大学併設のホテル。

2)部屋の形態

☐ 個室 ☒ 相部屋(同居人数 2 人)

ひとり部屋の研修参加者もいた。

3)共有部分

☒ バス ☒ トイレ ☒ キッチン(☐ 自炊可 ☒ 自炊不可)

お風呂についてはシャワーのみで、お湯を出すには浴室の電気のスイッチの隣にあるヒーターのスイッチをオンにする必要がある。

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)

最終日になって、荷物のパッキングに苦しんでいる人がいた。荷物を置く位置は決めておこう。意外とスペースはある。

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。

＜良かった点＞

・buddies 制度がある点。

→研修校から 6 名ほど、ボランティアで私たち研修参加者についてくれる現地学生がいて、誰が誰につかなど担当も一応決まっていた(自分の担当ではない buddies と仲良くしている人もいたが)。これは、少ない人数とある程度深く絆を構築したい、という人に特におすすめ。ただ、現地学生の中には自身が日本語力を上げるために参加しているような人もいたので、英語力を伸ばしたければそれに流されず英語で話しかけてみるのがよいと思う。

・宿泊先から研修校まで徒歩 6 分である点。

→交通費も多く時間も必要なかったが、その分余裕を感じて遅刻してしまうこともあったので注意が必要。

・観光や自由時間も多かった点。ただ、自分から声を上げることは苦手でも仲間の提案には積極的についていくことをすすめる。

＜良くなかった点＞

・このプログラムの良かった点でもあるが、日本語を話す機会が多かった点。

→研修校である MJIT は日本語の教育を推進したり日本式の教育をしていたりするらしく、buddies にも先生にも日本語を話せる人がいた。さらに、休み時間はもちろん buddies と一緒にいるのだが、研修中にできた日本の友達と一緒にいることも多く、英語もそれなりに話したが日本語の方が話している時間が長かったと感じる。リスニング/スピーキングの力をどれだけ伸ばせるかは個人の力量や適性にかかっている気がした。

・人と多くの時間繋がっていること、仲良くすることが求められる点。

→私は、授業が終わって夕食をとったらすぐに部屋に戻ることが多かった。それで友達ができなかったわけではないが、人と繋がっている時間が減ったためか、私の知らないところでお出かけの情報が共有されており、私が行きたいと思っていた施設に行けなかった、ということがあった。もし行きたい場所があるなら事前にグループチャットで確認しておくなどするとよいと思う。

また、オリエンテーション時にInstagramを交換する時間があつたり、TikTok 用の動画を撮ったり、プログラムの途中にはディナーパーティーがあつてたくさん写真を撮る機会があつたりした。楽しい時間ではあつたが、そういうことが苦手な人は心構えが必要だと思った。

・授業中、騒がしいことも多かった点。

→授業の一環で石鹸やマレーシアのお菓子を作ったり、グループワークをしてプレゼンテーションやミニゲームをしたりと楽しい授業

が多かったが、その分仲良くなったメンバーと、先生が話をされているときも雑談をしている人もいた。それを鎮める先生もいるわけだが、そのような環境が苦手な人は心構えが必要かも知れない(さすがに怒鳴られるなどということとはなかったが)。
2) 課外プログラムについて クアラルンプール、マラッカ、プトラジャヤへの観光日があった。行動計画は buddies がしてくれるが、訪問先がどんな歴史/特徴を持つ場所なのかというようなことは自分で調べておくと、より味わいや思い出の深い観光になると思った。 また、完全自由行動日は grab(現地で主流の配車サービス)で移動することが多かったが、自分で登録しておくとう行動範囲が広がりそうなので事前に登録しておくといいかも知れない(クレジットカードまで登録するには日本にいないときじゃないとできないようなので、出発前に登録を済ませるのがよいだろう)。
3) 現地での生活に関すること ・辛い食べ物が多い。マクドナルドやケンタッキーなど、日本でなじみ深いお店も多かったが、必ずチリソースのような辛い調味料がついてきた(個包装だったのでかけなかったが)。辛いものが苦手な人は、buddies やお店の人に確認したり、多めの水を用意しておいたりする必要がある。 ・野菜が摂れる機会が少ない。朝食は宿泊先のホテルで会場と時間帯が決まっており、バイキング形式で野菜もあったので、ほぼ毎日欠かさず足を運び、必ず野菜を摂った。体調管理も必要。 ・トイレは不備があることが多い。ペーパーがないのは宿泊先のホテル(部屋には清掃スタッフの方が入ってくださるので全く不備はなく日本と同じ環境で使うことができたが)含め何度もあり、他にも床が水浸し、水が流れない、手洗い用の石鹸がない、和式便器がほとんどであることなどがあった。私は慣れた。

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。 話せる時間はたくさんある。授業前後、休み時間、観光の日、自由行動日など。 ただ、上述しているがどれだけ関わるかは自分次第。
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。 ・同じ研修に参加していた津田塾大学の子と仲良くなった。プログラムは津田塾大学との合同開催のようで、私はオリエンテーションのときにはじめてそれを知った。知らない人がいて身構えたが、いろいろな人に会えるチャンスだと思い、話しかけられたときは積極的に応じ、ご飯に誘ったり写真撮影を一緒にしたりした。 ・その子と一緒にいたことで知り合った人もいた。例えば、他大の全く違う経緯で留学に来ていた人と言葉を交わしたり、同じく全く違うプログラムで留学に来ていた四国の高校生と知り合ったりもした。新鮮な体験で、深く印象に残っている。 ・buddies の友達と交流することもできた。私を担当してくれた現地学生はバングラデシュからの留学生で、同じバングラデシュ出身の友達が研修先にいたことで、私はその人とも言葉を交わすことができた。特に、私と一緒にいてくれた buddy とその友達がバングラデシュの言葉で生き生きと会話する様子は見ていて温かい気持ちになったし、私の全く知らない言葉で私たちと同じように楽しそうに意思疎通をしよう人々がいることになんだか感動した。 ・最終授業日には、その buddy がバングラデシュで人気のおやつ(日本でいえば緑茶と和菓子のような)を個人的に振舞ってくれた。また、別れ際に渡そうと思い手紙を書いたのだが、その手紙の最後にベンガル語で「ありがとう」と書いたことを喜んでもらえて嬉しかった。

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。 異文化体験ではないが、あらゆるところにマレーシアの国旗が掲げられていたことが印象に残っている。 →実際に国家愛が強い証拠なのかどうかはわからないが、マレー系/中国系/インド系などいろんな人々がいる状況で、それらすべてを受け入れる器の広さのようなものを感じた。

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)

ここでは私が留学した理由をお話しましょう。私が留学した理由には、「英語力を伸ばしたい」「自分のことを全然知らない人ばかりの土地にあえて身を置き、あまり使わない言語で自分を開放してみたい」「現地の人と交流することで、普段の授業で学んでいることの紐づけをしてみたい」「自分に足りない主体性や協働力を養いたい」というものなどがありました。「就職活動の面接で話すネタにするため」という理由だけ、「なんとなく参加する」という態度だけではことは運ばないですし、できることが増えたといっても自分の性格が劇的に変わるわけではないと個人的には思います。私もこれだけたいそうなことを言っておりますが、至らなかった点もたくさんあります。また、飛行機も、一人の時間が取りづらいことも少し不安でしたが、予算や期間などを鑑みて思い切って参加した結果、スムーズな意思表示や簡単な質問ができるようになったり、足りない力を育てたりということは自分なりに頑張って、自分なりにできるようになったと思います。達成できなかったこともあります。行かないです後悔より行ったことによる後悔の方が自分の糧になると思います。労力がかかるかも知れませんが、もし迷っているのであれば参加することをおすすめします！

国際化サポート海外留学奨励金 留学報告書

研修名	UTM Studt Tour 2025 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	12000 円	10000 円程の支給あり
図書費・学用品費	0 円	
携帯・インターネット費	3000 円	
現地通学費	0 円	(研修先まで 5 分)
教養娯楽費	3000 円	
被服費	700 円	
雑費	1000 円	
その他	0 円	例:
合計	19700 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: 7000 円ほどの支給があった。その他に 5000 円分成田空港で変換した。 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 クレジットカードは必須。
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。 World eSIM というアプリをもちいて、30 日で 10GB のプランを利用した。
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 トイレットペーパーがあるとは限らないので、ティッシュ等は必須。また、腹痛止めなどのちょっとした薬や日焼け止めなども必要だろう。

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？ バディの方からスリがある場所は事前に教えてもらい、荷物は前に持つようにした。
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。 特に不便はなし。2 週間で 9GB ほど使用した。

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 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)
大学とホテルが隣接しているのがあまりにもよかった。通学や早起きに対するストレスがなく、ホテルには様々なお店があるため多種多様なご飯を楽しめる。

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。
体験型の授業ばかりで楽しく学ぶことができる。3人グループに分けられ共同作業することが多い。プレゼンをほぼ毎日行うのでそういったことが苦手な人は少し抵抗があるかもしれない。しかし、いい経験になることは間違いない。
2)課外プログラムについて
夏休みに勉強することにすこし億劫になっていたが、いざ体験してみると形式ばった授業はなく学ぶことすら楽しめた。
3)現地での生活に関すること
ホテルや交通手段などの環境が整っていたため、普通の旅行者よりもストレスを感じづらい状況だったと思う。タクシーは頻繁に使うので grab というアプリを事前に準備しておくことをお勧めする。トイレの個室には紙がないことが普通なので紙を持っていくことを忘れないように。

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。
セカンドスクールの生徒らと2時間ほど交流する機会があり、文化的な服を着させていただいたり、一緒に現地の遊びを楽しんだりした。
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。
バディが現地の友達を紹介してくれて、一緒にご飯を食べたりハイキングしたりなど最終日にはすっかり親友になっていた。

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。
イスラム教の教えで、男性が女性と握手することは禁じられている。その為、挨拶をする際は右手を左胸にあてお辞儀するのが良いと学んだ。

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)

参加した理由は「就活に役立つから」「いい体験になりそうだから」という曖昧なものだった。しかし、実際に体験してみて英語能力の向上だけでなく自分の考え方の変化にも繋がった。異なった文化に飛び込み様々な考え方の人と接する中で、異なる考えをもち異なる言語を用いてもそれは仲良くなることにに関して大した問題にはならないということ。それと同時に、他者の文化を尊敬することはとても大切で、様々な文化が存在することは素晴らしいことだと学んだ。これらのことは教科書を読み知ることはできるが、実際に体験しなければ学ぶことはできない。プログラムに参加することを悩んでいる方には参加することを強く勧めたい。それはきつと貴重な体験となり、忘れられない思い出となる。

国際化サポート海外留学奨励金 留学報告書

研修名	UTM study tour
-----	----------------

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	20000 円	食費は現地で配布された分を含む
図書費・学用品費	0 円	
携帯・インターネット費	2330 円	
現地通学費	0 円	(研修先まで徒歩約3分)
教養娯楽費	7000 円	放課後や週末のお出かけ
被服費	0 円	
雑費	7000 円	お土産
その他	円	例:
合計	36330 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: 成田空港にて両替
 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
 大抵はクレジットカードで支払いができました。
 ただ、現金を使わなければいけない場面も少しありました。

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。
 World eSIM(10GB)を利用しました。設定に少し戸惑うところはありましたが、特に不便はありませんでした。

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
 日焼け止め、虫除け、箸、胃薬、食欲がない時に食べやすいもの(ゼリーなど)、ハンガー、消臭剤(ファブリーズなど)、折り畳み傘
 現地の食事は辛いものが多く、胃の調子が悪くなる人が何人かいて、そうなったときに飲む胃薬や食べやすいものを持っていくと思います。カップ麺などの日本の食べ物を持っていく場合は箸が必要になります。現地では箸が置いてあることはほとんどないので。

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: ホテルの停電 バディの方々)
 特記事項: バディの方が来てくださり、フロントに報告し、数十分後に復旧した。

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？
 行動の前にバディの方に行く場所がどのような場所か、安全かどうかなどを聞きました。また、基本的にどこにいくにもバディの方が一緒に行動してくださったので、危険なことはほとんどありませんでした。

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。
 携帯のデータ通信は基本的に問題なく使うことができました。ホテルと大学内の wifi も接続は良好で、問題なく利用できました。

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 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)

ホテルは全てが綺麗な感じではなく、ところどころ汚い部分もありますが、部屋の中は気になるほどのことはなかったです。設備も最低限は揃っています。ただ、滞在中に 2 回も停電になることがありました。偶然かもしれませんが気をつけておいた方がいいかもしれません。

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。

クラスは基本的にプログラム参加者のみで、英語の授業や簡単な工作、伝統的なゲームの体験などが主な内容でした。当然、言語は英語なので聞き取るのは少し大変ですが、わからなかったところはバディの方が教えてくれました。どの授業も難しいものではなく、アクティビティに近いのでとても良かったです。ただ、英語の能力が大きく伸びるかと言われるとそこまで効果はないような感じでした。英語を学ぶことより、現地の文化に多く触れられることの方がとても有意義であるように感じられました。

2)課外プログラムについて

特に追加のプログラムはありませんが、放課後などにバディの方が夕食に連れて行ってくれたりするので、こういったイベントには参加した方が楽しいです。

3)現地での生活に関すること

辛い料理が多いので気をつけた方がいいです。また、肉は9割くらいがチキンなのですが大抵骨付きなので、骨付き肉が苦手な人はチキンを避けた方がいいかもしれません。

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。

授業のときも観光の時も毎日バディの方たちがついていてくれました。2週間の滞在ではありましたが、毎日関わるのでとても密度の濃い付き合いになります。とても優しい方達で、留学が終わる頃にはとても良い友人になっていました。

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。

バディの方の友人とともに夕食を撮ることがあったのですが、みんなとてもフレンドリーで日本のアニメの話や流行のゲームの話などで盛り上がりました。

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。

ゴミの分別がないことです。一つのゴミ箱にあらゆるゴミが捨てられていてかなり戸惑いました。また、天候面ではスコールがあります。夕方ごろにとてつもない勢いで雨が降ることがあり、雷もあります。

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)

この研修に参加して本当に良かったと思います。日本にいただけでは、海外の空気感や文化の違いなどを知ることはできません。文化に関すること以外にもこの研修で学んだこととしては、集団行動の難しさがあります。この研修では一人での行動などがほとんどなく、部屋も二人 1 組なので常に誰かと過ごすことになります。集団で動くときや誰かと生活する時は自分勝手な行動はあまりできませんから、普段一人であることが多い人にとっては少し窮屈な思いをすることになりました。それでもいい経験になったと思います。

そして何よりもバディの方たちと出会い、良い友人になったことが何よりも嬉しかったです。楽しくもあり学ぶべきことも多くありました。ここからはちょっとしたアドバイスになります。

食事は辛いものが多いので、店員に気になるものを指さしながら「no spicy?」などと聞いて確認をとった方がいいと思います。安易に見知らぬ辛い料理を食べた次の日はお腹が壊れて大変でした。辛い料理が得意な人でも現地の料理が合わないこともあるので、少し気をつけた方がいいかもしれません。

観光に行く時は公共交通機関を使わずとも grab(現地のタクシーのようなもの)で移動する方が楽です。日本のタクシーと違って安く、基本的に数百円程度で移動できました。ただ、タクシーと言っても個人でのサービスなので、一般人の方の車に乗ることが少し怖いです。また、日本より運転がかなり荒いです。渋滞なども頻繁に起こるので注意した方がいいと思います。

語学に関しては、あまり得られるものではありません。英語力の向上よりも現地の文化に触れ、現地の人たちと交流できることにこそ、この研修の意義があると思います。

国際化サポート海外留学奨励金 留学報告書

研修名	UTM study tour
-----	----------------

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18,000 円	
図書費・学用品費	0 円	
携帯・インターネット費	約10,000 円	
現地通学費	0 円	(研修先まで 5 分)
教養娯楽費	約1,000 円	
被服費	0 円	
雑費	約3,000 円	
その他	約1,500 円	例:洗濯代など
合計	約33,500 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
割り勘することが多かったので、現金での支払いが役に立った。

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。
ドコモの海外利用プラン

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・・・風邪薬、現金、タオル、マスク
準備したほうがよかったもの・・・停電用のライト

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？
現地の人から危険地域情報を聞いた。常にバッグのチャックをしめ、常に手で持った。犯罪に巻き込まれなかった。

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)
虫がでたり、天井から水が漏れたりすることがあるため、虫よけスプレーや汚れてもよいタオルなどを準備することが大切だと思った。

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・・・先生がゆっくり英語で話してくださったおかげで少しずつ英語が聞き取れるようになり、耳が慣れた。 良くなかった点・・・理系科目の授業の時、単語が難しかった。
2)課外プログラムについて モスクやマラッカなどの観光地を訪れた。
3)現地での生活に関すること トイレにトイレットペーパーがないことがあるため、水に溶けるティッシュを持ち歩くようにしていた。

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。 小学校に見学に行った。
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。 マレーシアの伝統的な服について学んだり、ゲームをしたりしながら交流した。またお互いの国の文化について英語で話した。

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。 食べ物が特に印象に残った。ロティチャナイやナシレマツなど日本とは異なる、スパイシーな味やお米の味などが印象に残っている。

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)

本プログラムに参加して、留学前とは違う新たな自分に出会えたと感じています。マレーシアの文化について、実際に現地の方とお話することで学ぶことができ、それと同時に英語についても学ぶことができました。留学前よりも少し英語で話せるようになり、今では自信をもてるようになりました。母国語ではない言語を使って、現地の方と話すことは少し勇気のいることだと思います。しかし、伝えようとする熱意を大切に、恐れずに話すことが言語を習得する上で重要なのではないかと思います！これから留学を考えている皆さん、ぜひ恐れず、たくさんチャレンジしてみてください！わたしもこれからたくさんのことにチャレンジし、自己成長のために頑張ります。
