

国際化サポート海外留学奨励金 留学報告書

この報告書は、閲覧資料としてホームページに公開します。また、学内発行の留学関連冊子等にも掲載されることもありますので、ご了承下さい。
その際は匿名で公開します。

研修名	LSI Portsmouth 英語研修
-----	---------------------

留学費用項目 (研修費用は除く)	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	約 3000 円	
現地通学費	0 円	(研修先まで 歩いて 25 分)
教養娯楽費	円	
被服費	円	
雑費	円	
その他	円	例: 飛行機代、ロンドン往復代など
合計	約 900,000 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: ☒ 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

現金はあまり使うことがなかったので、緊急用の現金とクレジットカードだけ用意してもいいと思います。
数料なしの ATM も結構あるので、もし現金がいる場合はそこを利用するのもいいと思います。

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。

E-SIM を買って行きました。携帯用の WiFi を用意した友達がいましたが、電波が遅い上に、重いのをいつも持っていけないといけないのが不便だと言われて、E-SIMの方がより便利ではないかと思っています。

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

私はお昼だけ自分で解決すればよかったので、何も持って行かなかったが、周りの子たちはお米やコップラーメンなどを色々持ってきて、私も持ってこればよかったなと思いました。多くはないけど少しは持って行ったほうがいいと思います。

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？

元々は週末にブライトンに行く予定だったのですが、ちょうどその週にデモが起きて安全ではないかもしれないと聞いて、ブライトンの代わりにロンドンに行きました。

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。

普段はよかったですが、海の方面や地下のお店に入ったら接続が悪かったことが結構ありました。

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 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)	
私はおばあさん、ワンちゃんだけだったので、部屋以外は全部共有部分でも不便なことはなかったです。朝食はほとんどパンやシリアルを食べて夕食の場合は、イギリス式の家料理を食べることが多かった。家から学校までバスで行くこともできますが、行く途中で Vintage shop や本屋やマートのような見どころが思ったよりたくさんあり、街がきれいなので、私はいつも歩いて通学していました。	

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。
私は LSI のプログラムがすごくいいと思いました。まず、授業を午前の授業と午後の授業に分けて行うのですが、二つのクラスの先生ともに親切で、英語の総合的な面で助けていた点がとても良いと思いました。たまには、単に教科書の進度を進むのではなく、英語を活用するゲームをして、面白い活動を行うことができました。
2) 課外プログラムについて
放課後に様々なプログラムがあるので、興味のあるプログラムに参加して、みんなで活動を楽しめるという点がとても良いと思いました。そして、先生と一緒に活動を進めるので、安心して活動に参加でき、先生ともより親しくなる機会があったという点も良いと思います。
3) 現地での生活に関すること
店が遅く開いて、とても早く閉まるので平日には行ってみたい店に行けないという点が少し不便に感じました。しかし、日が日本に比べて遅く沈むので、夕食を食べた後も、海を見に行ったり、友達と会えるという点がいいところだと思います。

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。
毎週の月曜日には新しい学生たちが入ってくるので、放課後にウェルカムドリンクのイベントが行われます。そして、他にも毎日、放課後に学校プログラムがあるので、様々な国の学生たちと仲良くなれる機会がありました。授業でもクラスメートとディベートをしたりディスカッションをしたりすることが主に行われたので、クラスメートともすぐに仲良くなれたと思います。
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。
ホームステイファミリーと親しくなることも多かった。ある友達は、ホームステイファミリーの孫と一緒に遊ぶこともあり、ある友達は、ホームステイファミリーの娘が大学生なので親しくなることができました。私は、友達のホームステイファミリーの娘と他の学生たちと一緒にボーリングをしに遊びに行ったことがありました。それから、私のホームステイファミリーが友達を家に招待するとき、一緒に庭で夕食をとり、時間を過ごすことが結構ありました。

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。
イギリスで一ヶ月間暮らしながら、文化の違いがかなりあると感じました。まず、一番記憶に残ったのは電車やバスの中で会話をし、食べ物を摂らないことがマナーとされる日本と違い、イギリスではみんなが会話をし、食べ物を食べていることが違うと感じました。そして、イギリスではペットを飼っている人の割合が非常に高いと聞いたことがありますが、実際に街中にペットの排便用のゴミ箱があり、アウトレットに行った時もあちこちにペットのための水筒が配置されているというのが不思議に感じました。最後に、イギリスで

はより多様な人種が集まって暮らしていることを感じました。

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)

たとえ 4 週間しか時間がなかったが、多様な経験を積んで、貴重な時間を過ごすことができたと思います。短期語学研修に行ってきた、一番いいと感じたのは、英語で話すことに自信がついたことです。私は英語を学ぶ時、最も重要な点の一つが自信だと思いますが、今回の語学研修によって私の英語が完璧でなくても自信を持つことで、英語スピーキングの実力が大きく改善されたと思います。そして、語学学校で出会った多様な人種の友達と一緒に交流をしながら、多様な国の文化に対する話を聞くことができた上に、他の文化圏の人々ともコミュニケーションを取ることができたこともすごくよかったと思います。

私は毎週末に別の地域に遊びに行くことをお勧めします。学校では週末ごとに違う地域をみんなで行くプログラムを行っていますが、学校の日程が良ければ、学校のプログラムに参加して、もし自分が別に行きたい博物館や劇場などの場所があれば、自分が友達同士で行って、できるだけ様々な経験を積むのが一番大事だと思います。

それから、ロンドンに行くにはトレインかバスで行く方法がありますが、トレインで行くのが早くて安全だと聞きましたが、実際に私が両方利用してみたら、バスで行った方がより便利でよかったです。トレインと違って、バスでは人がみんな寝ているので、ずっと静かで、値段も安くて、乗り換えがないからです。トレインの場合は、団体の人たちが大声で会話をすることが少なくなく、乗り方がもっと複雑でした。それに、道が混んでいないときはバスがトレインよりも早かったこともありましたのでバスの方をお勧めします。

国際化サポート海外留学奨励金 留学報告書

この報告書は、閲覧資料としてホームページに公開します。また、学内発行の留学関連冊子等にも掲載されることもありますので、ご了承下さい。
その際は匿名で公開します。

研修名	LSI ポーツマス
-----	-----------

留学費用項目 (研修費用は除く)	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	24905 円	
図書費・学用品費	0 円	
携帯・インターネット費	2280 円	
現地通学費	0 円	(研修先まで徒歩15分)
教養娯楽費	66158 円	バッキンガム宮殿、ウエストミンスター寺院入場料など
被服費	3811 円	
雑費	453 円	
その他	38783 円	例:ロンドンやオックスフォード、市内などの移動費(通学費とは別とする)
合計	136,390 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: 空港、イギリスのゲームセンターでクレジットカードを用いて現金を用意
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 1 枚で事足りた。

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 を用いた。日本では毎月4G のプランを利用している。イギリスでは合計5G 近く使用した。ホームステイ先と研修先で Wi-Fi を利用できた。

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
ウェットティッシュ。飛行機内と、イギリスでの悪天候時はかなり冷え込むので上着が必須。

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?
渡航前にはインターネットを用いた。渡航中はホストファミリーや現地の友人、研修先の教師に聞いて回った。スリの話を聞いていたが、そのような経験をせずに済んだ。ポーツマス内は極めて治安が良いと言える。

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。
ロンドンやブライトンなど人が密集する観光地では電波が届かなくなることが多かった。普段は問題ない。

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 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)

個人にお風呂が割り当てられていても、必ず使用可能時間を聞くべき。また、ご飯の量については必ず率直に伝えるべき。自分にとってはかなり多く、ホストファミリーに相談した。

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。

日本人同士で日本語を話さない限り、朝から晩まで英語生活を送ることが出来る。2 階には学生ラウンジがあり、卓球やビリヤードを通して多くの生徒と友人になることが出来る。
クラス分けはほぼインタビューで長く話せるかどうかにかかっている。初日にインタビューがある方はしり込みせず全力で臨むことをオススメする。

2)課外プログラムについて

滞在中はほぼ毎日参加したが、新たな友人を得る場として非常に効果的であった。また、初心者でも参加しやすいダンスプログラムなどもあり、英語のみならず知見を広げるのに役立った。

3)現地での生活に関すること

2024年は円安とイギリスの物価高が重なり、外食の連続は財布に多大なるダメージを与えた。TESCO や GREGGS などスーパーを利用すると良い。また、電車やバスの乗り換えでは GOOGLE や TRAINRAIL アプリが便利だった。なお、電車は日本とは違い、満員になるとそもそもホームが規制されて入れなくなることがあったため、時間に余裕を持って行動すると良い。また、これは最も重要なことであるが、トイレにウォシュレットはついていない。

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。

LSI ポーツマス学校の生徒とは毎日交流のチャンスがある。イギリスにある大学の学生と、という意味では、地域の店やサルサダンスといった LSI 生以外も参加する場であれば交流は可能だ。しかし、頻度はあまり高くないと考えるべき。

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。

学校でできた友人とロンドンに出かけたり、ボーリングやカラオケをして楽しんだ。

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。

名前を聞かれたら、当然のように下の名前だけを答えること。フルネームを名乗ると不思議がられました。所属意識の違いが表れていたのかなと考えています。

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)

渡英前に発音記号を読むようにしておくことをお勧めします。

何年生であっても、円安であっても、行く価値のある研修です。迷っている方は是非一歩踏み出してみることをお勧めします。

なお、研修先で迷っている方はホームステイ付きの研修をお勧めします。常に英語を話す環境に身を置くことで英語をより身近に感じる事が出来ます。

一般的に人生において 2 カ月もの長期休暇を得る頻度は少なく、大学 4 年間はその内に含まれていると思っています。海外に行かないにしろ、是非何らかの形で記憶に残る時間を過ごしてください。

応援しています。

国際化サポート海外留学奨励金 留学報告書

この報告書は、閲覧資料としてホームページに公開します。また、学内発行の留学関連冊子等にも掲載されることもありますので、ご了承下さい。
その際は匿名で公開します。

研修名	LSI ポーツマス英語研修
-----	---------------

留学費用項目 (研修費用は除く)	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	38000 円	
図書費・学用品費	0 円	
携帯・インターネット費	5000 円	Amazon で sim を購入。
現地通学費	0 円	(研修先まで 徒歩15 分)
教養娯楽費	36000 円	
被服費	0 円	
雑費	38000 円	
その他	35000 円	例: おみやげ
合計	150000 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
現金100ポンドとキャッシュパスポートを使用しました。現金はイギリスの電車はグループでの割引があったりするので、友達に渡すのに便利でした。

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。
渡航前に、4週間で約80ギガの sim を Amazon で購入しました。sim を変えてもデータが消えることはなかったです。

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
準備してよかったものは、たくさんのお菓子です。クラスメイトやホームステイ先で、かなり喜ばれました。準備したらよかったものは、使い捨てのお箸とサングラスです。日差しが思ったより強いです。夏でも厚手の長袖を持っていくことを強くお勧めします。

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？
学校から教えてもらった、たびレジで確認できるようにしていました。危険なことに巻き込まれることはなかったのですが、帰り道、夜道が怖くて走っていたら知らない人に怒鳴られたので、どんなに急いでも緊急事態ではない限り、歩いたほうがよさそうです。

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。
建物内に入ったり、電車に乗ると繋がりにくいことがありましたが、学校やホームステイ先では wifi があるので不自由なく使えました。

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 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)
同じ研修先に来ていた大学生にも話を聞いたのですが、ホームステイ先の生活は多種多様です。帰る時間や週末の過ごし方、ご飯の有無は必ず伝えていました。

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。
クラスメイトの年齢層は少し高めでした。特にヨーロッパ周辺の国からが多かったです。
2)課外プログラムについて
積極的に参加して、他のクラスの子と仲良くなれました。ビーチバレーは日本でもなかなかやる機会がないのでお勧めです。
3)現地での生活に関すること
湿度が低く、気温も暖かいので過ごしやすかったです。とはいえ、気候の変動は大きいので、長袖のアウターは持っていたほうがいいと思います。

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。
積極的に学校の課外プログラムに参加して、友達を作って一緒にロンドンに旅行に行きました。また、クラスの人とも仲良くなって、学校近くのおすすめのお店を教えてもらったり、一緒にご飯を食べに行きました。
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。

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。
授業時間前に教室にクラスメイトはほとんどいませんでした。私のクラスには私以外にも日本人がいたので、その人たちと私だけが時間を守っている感じがした。

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)

知らない土地で知らない人と一緒に過ごすのはとても不安でしたが、どこに行ってもあたたかく受け入れてくれたので、充実した留学になりました。盗難や何かに巻き込まれることもなく生活できたことが今回の留学の楽しい思い出につながったと思います。授業も日本では学ばないような文法だったり、単語を学びました。先生方も授業を楽しく行えるような工夫を行っていてずっと楽しかったです。留学に迷っているなら、まず行ってみるといいと思います。自分が思っていることと違うことの方が多かったです。この報告書を見て、ポーツマスに行ってみたいと思ってくれたらうれしいです。

国際化サポート海外留学奨励金 留学報告書

この報告書は、閲覧資料としてホームページに公開します。また、学内発行の留学関連冊子等にも掲載されることもありますので、ご了承下さい。
その際は匿名で公開します。

研修名	個人渡航型 海外研修プログラム 2024 年夏季 英・ポーツマス
-----	----------------------------------

留学費用項目 (研修費用は除く)	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	3 万 円	
図書費・学用品費	0	支給される
携帯・インターネット費	5 千 円	
現地通学費	0	(研修先まで 30 分)
教養娯楽費	5 万 円	各地への旅行
被服費	1 万 円	
雑費	3 万 円	
その他	円	例:
合計	12 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: 日本で 5000 円分、クレジットをメインにした 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
タッチ決済
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。
現地で購入
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
上着・寒い時もあったため

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?
トラブルに巻き込まれないように気を付ける

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。
鉄道での使用は期待しないこと

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)	
特別な期待をしないように	

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。
勉強に集中できる環境と町 特に良くない点はない
2)課外プログラムについて
興味があれば、体験してみればよいと思う
3)現地での生活に関すること
体調の管理が大事であり、足りない栄養は自分で工夫すること

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。
プログラムへの参加なし
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。
上記同様

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。
時間の遅れは、多くあること / 問題があればすぐに相談すること

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)

留学の過程で、自分の思い描く理想と現実とのギャップは避けられません。そのため、計画通りに行かないこともあります。それが留学の一部であると認識することが大切です。限られた期間を有意義に使うためには、柔軟性を持ち、自分の興味や目標に合わせたアプローチを見つける必要があります。例えば、新しい文化に積極的に触れたり、現地の人々と交流することで、自分の視野を広げることができます。また、学びたい分野の知識を深めたり、語学力を向上させることも重要です。困難に直面したときには、ポジティブな姿勢で対応し、経験から学ぶ姿勢を忘れずに持ち続けることが、留学生生活を充実させる鍵となります。(286)
--

国際化サポート海外留学奨励金 留学報告書

この報告書は、閲覧資料としてホームページに公開します。また、学内発行の留学関連冊子等にも掲載されることもありますので、ご了承下さい。
その際は匿名で公開します。

研修名	LSI ポーツマス英語研修
-----	---------------

留学費用項目 (研修費用は除く)	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	22100 円	平日の昼食はスーパーで買ったり、日本から持ってきたカップ麺などを食べるようにしたりと節約していました。
図書費・学用品費	0 円	
携帯・インターネット費	1975 円	
現地通学費	0 円	(研修先まで 徒歩 15 分)
教養娯楽費	36400 円	ロンドンやオックスフォードなどでの観光費(宮殿や教会の入場料)・学校のアクティビティ代
被服費	4700 円	
雑費	15100 円	お土産代
その他	27670 円	例: 交通費(ポーツマス⇄ロンドン・オックスフォード、フェリー)・日用品の買い足し等
合計	107945 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: 百貨店の両替店や大黒屋で両替
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
キャッシュパスポート
…自分がどれだけ使ったかをリアルタイムで知ることができたのが助かった。

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。
Giffgaff(イギリス通信会社の SIM カード)
…日本で設定ができ、現地に到着してからは SIM カードを入れ替えるだけで良かった。

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
《準備して良かったもの》
・日本の食べ物(カップ麺やサトウのご飯、インスタント味噌汁)…節約にもなるし、毎日のパン・ジャガイモ生活に変化が欲しくなるから。また、他国から来た生徒に食べてもらうのも面白かった。
・延長コード
・ウェットティッシュ
《準備したほうが良かったもの》
・長袖の洋服…8 月でも朝晩や雨が降った日は寒かったので、もっと持っていくべきだった。

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？
ちょうど日本から渡航する前後に激しいデモがありましたが、学校経由で登録した外務省のたびレジから情報を収集することができた。
スリが多いと聞いたので、スリ対策には念を入れました。(例: 必ずチャック付きの鞆を持つ・お財布に見えない財布を持ち歩き、鞆の奥にしまう・クレジットカードは複数個所に分けて保管する等)

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。

日本に比べてネット環境は圧倒的に悪く、スーパーの中にも圏外になることも頻繁にありました。これが SIM カードのせいなのか元々の通信環境が悪かったのかは分かりませんが、大体の場所(スーパー含めて)にフリーWi-Fiがあったので心配はいらないかなと思います。

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 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)	
初めてのホームステイで言葉が通じるか不安だったのですが、結局はコミュニケーションをしようとする姿勢が大切だと改めて思いました。私を受け入れてくださったホストファミリーは本当に明るくて優しい方たちで、とても居心地が良かったです。友人の様子を聞くと、正直、ホームステイ先によってファミリーとの関係の築きやすさは異なると感じました。(できるかは分かりませんが)渡航前にあらかじめ家族構成や雰囲気などの希望を出しておくことで安心ではないでしょうか。もし渡航後に合わないと感じたら引っ越しもできるみたいなので、過度に心配しなくても大丈夫です。	

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。
授業で良かった点は、身近なトピックやゲームを通して楽しく英語を学ぶことです。105 分×4 コマ、月曜から金曜(金曜は 2 コマ)までみっちり英語漬けで、ヘビーかと思いきやあっという間に時間が過ぎていきました。また、クラスも少人数なので発言しやすい雰囲気があったのも良かったです。学校の授業では学ばなかった微妙な表現の違いや日本人特有の発音の癖を知ることができ、たった 3 週間でもぐっと成長できました。 逆によくなかった点としては、仕方がないとは思いますが、私のクラスは日本人の割合が極めて高かったことです。特に最後の週は 11 人中 10 人が日本人、という状況でした。クラスによっては日本人が 1 人のところもあったので、ここは運次第だと割り切るのいいかもしれません。でも、せっかく海外に来たなら日本以外の国の人と英語で交流したかったので、少し残念でした。それでも、お昼休みなどは他のクラス・日本人以外の友人と過ごせたので、もし私と同じ境遇になってしまってもそこで挽回できると思います。
2) 課外プログラムについて
無料のものと有料のものがあります。ウェルカムドリンクやボーリング、ビーチバレー、ビリヤードなどなどインドアもアウトドアもあるので、どれか一つでも気になるものがあれば積極的に参加した方がよいと思います。そこで新しい友達を作っている人も多かったです。週末の小旅行も、自分達だけだったら絶対行かないような都市に行けるのでオススメです。私は学校のプログラムを利用してブライトンという街に出かけました。
3) 現地での生活に関すること
ポーツマスは比較的治安がよい方だと思いますが、たまにガラの悪い人達もいるので日没後(大体 20:30 頃)は基本バスで移動した方がいいです。 放課後や週末に出かける際は、ホストファミリーに帰宅時間を早めに連絡するよう心掛けていました。

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。
現地の大学も夏季休暇中だったので、ポーツマス大学の学生との交流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。
現地学生とは交流しませんが、語学学校に通う生徒同士ではよく交流していました。一つ例を挙げると、トルコ人と日本人 10 名ほどお互いの国の料理を作りあった日がありました。日本の料理やお菓子を食べる度に新鮮なリアクションをくれて、とても楽しかったです。お互いの言語も教え合って、まさかイギリスでトルコ語を学ぶことになるとは想像もしていませんでした。これも、世界各地から人が集まる語学学校ならではの体験だったと思います。

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。

- ・毎日“Would you like a cup of tea?”と聞かれて、イギリス人は本当に紅茶が好きなのだと実感しました。
- ・夕食は全てワンプレートで、毎日茹でたジャガイモや野菜・豆が出てきたところに一番食文化の違いを感じました。
- ・人口の多いポーツマスでもご近所付き合いが濃いところに驚きました。ホストマザーが、どこが誰の家かを殆ど全て把握していると言っていたのが印象的でした。
- ・語学学校の先生がオープンに政治の話や自らのプライベートな話をしていました。日本の学校ではあまりないことだと思うので、新鮮に映りました。

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)

3週間では足りないと感じるくらい、とにかく楽しくて中身の濃い時間を過ごしました。今まで海外研修に行った経験がなかったので、特に語学面が不安でした。最初は分からない単語が出てきても質問できず、聞き取れない時もとりあえず頷いてしまう時がありました。しかし、私たちは英語を学びに来ている学生であって、英語が分からないことは当たり前です。そのことに気づいてからは、理解できなかった時に素直に質問できるようになり、英語の上達も加速したと考えます。来年以降留学に行かれる方は、分からないことを分からないと素直に意思表示することを恥だと思えないことをお勧めします。ポーツマスの先生方はとても優しいので、あの手この手で分かるまで指導していただけます。その素晴らしい環境を最大限利用しましょう！

私は大学 4 年生で就職先が決まった状態で留学に行きましたが、今回の経験を経て自分の中の選択肢が格段に広まったと考えます。具体的には、転職など長い目でキャリアを見た時に、英語を使う・海外の人と協働する職種もいいなと思うようになりました。留学後で英語学習のモチベーションが上がっているので、このモチベーションを維持してせっかく増えた選択肢を潰してしまわないように努力します。また、実際にイギリスに住む方と交流するなかでイギリス文化に対する関心が高まったので、語学だけでなく歴史や文化についても学習を続けようと思います。

国際化サポート海外留学奨励金 留学報告書

この報告書は、閲覧資料としてホームページに公開します。また、学内発行の留学関連冊子等にも掲載されることもありますので、ご了承下さい。
その際は匿名で公開します。

研修名	LSI ポーツマス英語研修
-----	---------------

留学費用項目 (研修費用は除く)	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	38000 円	
図書費・学用品費	0 円	
携帯・インターネット費	5000 円	Esim トリファ
現地通学費	0 円	(研修先まで 徒歩35 分)
教養娯楽費	90000 円	
被服費	0 円	
雑費	3000 円	
その他	22000 円	例:お土産代
合計	158000 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
デビットカード 週末の旅行などで予約が必要な場合、確実に買うことができていたのかの確認として引き落としの有無がわかったほうが安心できる。

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。
ESIM (トリファ) 通信速度も特に問題なかった。私は、ahamo を使っていたので最初の15日はESIMを使わず、残りの日程をESIMで過ごした。だいたい 20 日ぐらいだと思うが家にも学校にもWiFiがあったので10ギガで十分だった。

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
長袖の服・防寒具 イギリスはとても寒かった。そのため、ハンディーファンなどは邪魔になった。また、日傘もイギリスや多くの国に習慣がないらしいので必要ないと思う。現金 電車賃など(3 人以上のまとめ買いでグループ割が使えるので)を割り勘した際に役に立った。また、ドライヤー・ヘアアイロンなど自分が使うものは持って行った方がいいし、一か月ほど滞在するのなら爪切りや前髪を切るためのはさみなどがあると便利だった。

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？
インターネットで調べる・旅行会社の方の話を聞く
夜中に一人にならないようにする。なる場合はバスなどを利用する・近くの友達の家泊めてもらう。荷物から目は話さない

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。
ところどころつながりづらい時がある。目的地までの行き方は事前に調べておくといい。友達と電話をするときはWhatupやインスタグラムを使った。おそらく通信料がかからないのでとても便利だと思う。日本の家族とはLINEでやり取りをしたがそこまで利用しなかった。

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)				
人によって滞在先での経験やルールが大きく異なる。私の家は特にルールもなく禁止事項もなかったが、その分自分で自分のことをやるというスタンスだったと思う。自分の理想と違うと思ったら、自分からホストマザーに働きかけることも大切だと思った。実際に、ホストマザーに言ったことで、こちらの考えを理解し協力してくれるようになった。				

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。
授業も先生も生徒も学校もとてもよかった。サポートも充実しているし、授業もわかりやすく、フレンドリーで優しい生徒が多いと思う。しかし、3週間目から他大学の日本人グループが来るので、日本人がとて多くなってしまった。しかし、そとくに、後半の週になると多くの人が学校を去ってしまい、人種の偏りが大きくなった。例えば、私の五週間目のクラスは日本人4 サウジアラビア4 ウクライナ1 だった。一方、一週間目は日本人3 サウジアラビア3 トルコ1 スイス1 フランス1 ウクライナ1だった。
2)課外プログラムについて
とてもよかった。バレーボールがある程度できるとより楽しめると思う。しかし、人が少なくなった週の後半は多くのアクティビティが人数不足で中止になってしまった。また、私は主に8月中学校に滞在していたが、9月に比べて毎週固定されたアクティビティが多かった。(8月だけ毎週水曜日ビーチバレー、金曜日のフットボールなど。)
3)現地での生活に関すること
私は人見知りで英語も得意でないため、1週間目は本当にしづかった。まず、ホストマザーもホストメイトも何を言っているのかわからなかったし、授業も理解することができずクラスを変更することを進められるほどだった。しかしクラスを変えず5週間過ごした。周りの人にたくさん助けをもらい、最終的にはとても成長できたように感じた。5週間目の最終週は、授業の内容が聞き取れず困ることはほぼなくなったし、会話も少しだが続けることができるようになった。学校の最終日には泣いてしまうほど充実した経験ができた。

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。
現地学生との交流は特になかった。
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。
同じ学校の友達と、それぞれの国の料理を作ったり、ロンドンなどに小旅行に行ったりした。ポーツマス内では、ショッピングモールがあったので、ボーリングやゲームセンターに行ったり、映画館に行くなどして過ごした。学生向けの寮を友達が使っていたのでたびたびそこに集まり、映画鑑賞や小さいパーティーなどもした。もちろん学校のアクティビティにも参加した。

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。
イギリスの人は基本的にやさしくて困っていたら助けてくれることが多かった。 学校に通っている多くの生徒が時間にルーズだと感じた。 道端でタバコを吸っている人が多い 雨の日に傘をさす人がとても少ない

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)

留学に行くか迷っているのなら、絶対に行くべきだと思う。私も、迷っていたし、留学に対して様々な不安や恐怖があったが、行ってみたらとても楽しく、いってよかったなと思った。私は5週間いったが、3週間だと足りないと感じた。実際に3週間と言った人も足りないといったことを言っていた。4か5にするべきだと思う。5週間目から、明治大学のプログラムに参加している日本人が一気に減るため、本格的に異文化交流をすることができるようになった。それまで日本人とばかり話していたので、今思い返すともったいなかった。留学に行ったことで、自分の英語力のなさを自覚することができ、英語学習への意欲をあげることができた。将来の夢も決まっていなかったが国際関係や英語を使うものを目指してみてもいいのではないかと思い始めてきた。 イギリスの治安は想像よりも悪くなく、むしろ多くの人が優しくかった。学校や家・街中でも、人見知りであることから多くの人にやさしくしてもらったし、助けてもらった。たった5週間ではあるが、留学後には人付き合いや英語に対する考え方がよい方向に変化した。人見知りであることや英語ができないことを懸念して留学を渋っている人こそ絶対に行くべきだと断念することができる。
--