

国際化サポート海外留学奨励金 留学報告書

研修名	LSI ポーツマス英語研修(イギリス)
-----	---------------------

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	59611 円	平日のお昼代、休日出かけた際のカフェやレストラン代
図書費・学用品費	0 円	
携帯・インターネット費	9578 円	e-SIM 1か月分契約料 海外携帯 ICHIBA で購入
現地通学費	0 円	(研修先まで 15分) 徒歩のためなし
教養娯楽費	0 円	
被服費	0 円	
雑費	10000 円	現地での日用品、服、ホストファミリーへの手土産などを渡航前に購入
その他(旅費)	75751 円	週末旅行時の電車、飛行機代。教会や観光名所などの施設入場料
その他(お土産代)	72811	お土産用のお菓子、マグカップなどの雑貨
合計	226751 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: 空港の換金所で 2 万円を換金した その他用意したもの: <input checked="" type="checkbox"/> クレジットカード <input 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
コンビニでの小さな買い物もすべてクレジットカードで支払いしました。旅行時の電車や飛行機の手ケットはほとんどオンラインで購入したので、カードが役に立ちました。また、友達同士で分担して電車チケット、ホテル代などを払うこともあったので、お互いにお金を払いあう際には現金通貨が役に立ちました。
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。
留学エージェントの方からおすすめされた「海外携帯 ICHIBA」という会社の e-SIM を購入しました。30日間プランでイギリスはギガ制限が無制限だったので、気にせずに使うことができました。現地での接続も、QR コードを読み取るだけで簡単でした。
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
生活面では、自分の洗濯物は自分の部屋に干していたため、ハンガーや洗濯ばさみが役立ちました。イギリスは常に天気が悪く、いきなり小雨が降ることも多かったため、フード付きのパーカーやキャップでしのいでいました。現地では傘を差している人はほとんどおらず、風が強くて折り畳み傘も差しづらかったです。また、スーツケースの預け入れ重量が上限 23kg だったため、オーバーする分は持参したボストンバックに詰めて機内に持ち込みました。

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)
<input type="checkbox"/> なし <input checked="" type="checkbox"/> あり (問題の内容や相談した人等: 両親、留学エージェントの担当の方) 特記事項: カタール航空の欠便
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?
3 月中旬に帰国予定で、ドーハ経由のカタール航空で帰りのチケットを取っていました。しかし、イラン付近の中東情勢悪化により飛行機が欠便になる可能性が高くなり、留学会社の方からご提案を頂いて早めに別の航空会社のチケットを購入しました。帰国日直前に欠便が決まってからは、すでに他のチケットは高騰していて入手困難だったため、迅速に対応できて助かりました。
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。
ホームステイ先でも語学学校でも wifi が提供されたので不便はなかったです。オクスフォードやバースなど少し田舎な地域に行った際は、通信が悪くインターネットが繋がらないことが何度ありました。

滞在形態関連

1) 留学中の滞在先の種類	2) 部屋の形態
---------------	----------

<input type="checkbox"/> 寮・アパート	<input checked="" type="checkbox"/> ホームステイ	<input type="checkbox"/> ホテル	<input checked="" type="checkbox"/> 個室	<input type="checkbox"/> 相部屋(同居人数 人)
3)共有部分				
<input checked="" type="checkbox"/> バス <input checked="" type="checkbox"/> トイレ <input checked="" 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)				
<p>日中仕事をしているホストマザーとホストファザー、中国からの留学生という構成でした。朝ごはんはキッチンにある果物やパン、シリアルなどを自分で食べ、夜はホストマザーが作り置きしてくれるものを各自好きな時間に食べるという感じでした。両親ともに忙しい家庭だったため、1日の中であまり会話をする時間はありませんでしたが、ホストファザーが早く帰ってきたときは、散歩やドライブに連れて行ってくれました。ホームステイはお客様ではないため、自分の食器は自分で洗ったり、シャワーをきれいに使ったりなど、なるべく負担をかけないように最低限のマナーなどを心がけるようにしました。</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>LSI ポーツマスは英国の中でもトップの評価を誇る学校だと聞いていましたが、その評価どおりシステム充実度や授業の質がとても高かったです。事前テストの実力次第で自分に合ったクラスに振り分けてくれるので、授業内で学ぶ文法や語彙も実力アップにつながる丁度よいレベルでした。私のクラスは日本人とサウジアラビア人の計7名でしたが、少人数のため発言しやすくアットホームな雰囲気でした。ただ、大学の春休みシーズンということもあり、学校の生徒の8割は日本人大学生で、外国の友達や現地の学生と関わる機会はなかったです。日本人同士では日本語で話してしまうことが多かったので、少しもったいなく感じました。</p>
2)課外プログラムについて
<p>LSI ポーツマスでは、毎日の放課後にアクティビティが企画されており、人数が集まれば開催される形でした。私は初日のウェルカムパーティーとフットボールゲームに参加しました。放課後は時間を持て余してしまうことも多かったのですが、こうしたアクティビティに参加できることはうれしかったです。週末は、オックスフォードや近くの島などに行ける旅行企画がありましたが、私は自分で自由に回りたいので、友達と個人的に観光に行くことがほとんどでした。</p>
3)現地での生活に関すること
<p>今回滞在了ポーツマスは、穏やかな港町でとても過ごしやすいです。学校近くにはスーパーやファストフードが多くあり、お昼ご飯を買いに行くのにも便利でした。GREGGS というパイスナック店は、値段が安く学生はソーセージロールが無料でもらえるため、愛用していました。アウトレットや地元のショッピングモールなどもありましたが、観光客向けというより現地の人が普段使いするような場所だったので、お土産を買いたいときはロンドンやオックスフォードなどに週末出かけたときに買っていました。</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。
特になし
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。

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>いちばん文化の違いを感じた点は、食事です。「イギリス人は生きるために食べるが、フランス人は食べるために生きる」という言葉を本で読みましたが、イギリスでは普段の食事にこだわりをもたない方が多かったです。私自身も、朝ごはんは毎日リンゴやシリアル、夜ご飯はカレー風味のタイ米とチキン、またはパスタという決まったメニューを食べていました。美味しくないと感じることはありませんでしたが、質素な味付けだったため飽きてしまうことはありました。中盤から日本食がとても恋しくなったため、パックご飯やレトルトみそ汁などをもっと持参しておけばよかったと思いました。</p> <p>イギリスでは何気ない住宅地でも歴史を感じる建物がたくさんあり、常にクラシックな雰囲気を体感することができました。日曜日には教会の鐘の音が聞こえてきたり、家の近くの聖堂の中を見学できたりと、心が落ち着く環境で生活することができました。また、同じクラスにはサウジアラビアの生徒が3人居て、途中からラマダンの期間に入りました。ラマダンとは日の出から日没まで断食をしなければいけないイスラム教の慣習で、一か月続きます。ラマダン期間中は、彼らの前でお菓子やご飯を食べないようにするなど配慮を心がけるようにしました。宗教的な文化の違いを実際に目にすることがはじめてだったため、とても新鮮でした。異なる文化を持つ人とともに生活をする際には、相手の文化を理解しそのうえで適切な配慮を行うことが大切であると感じました。</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)

今回の留学では、語学学習の面と異文化理解の面の双方で大きな成長を感じました。

日々の授業では、序盤は受け身な姿勢で教えられたことだけをノートに書き留めていましたが、それでは日本での学びと大差ないように思えてもったいないと感じるようになりました。以降、お金を払って得た貴重な場で最大限の学びを吸収しなければという意識に変わり、英語で積極的に発言したり、授業内で学んだ語彙をホストファミリーとの会話で実際に使ってみたりするようになりました。その結果、英語を取り入れるところから実践的に使える形にまで学びを繋げることができ、自分の英語力の向上に自信を持つことができました。授業以外の場でも、駅員さんに電車を尋ねたりカフェでスムーズに注文をしたりと、日常の小さな場面で成功体験を積んだことで、英語でのコミュニケーションに楽しさを感じるようになりました。

また、週末にはロンドンやオックスフォード、エディンバラなど様々なところに観光に訪れ、美術館や博物館、大聖堂を数えきれないほど見学しました。イギリスは美術文化や歴史的建造物をとても大切にしており、観光客が見学できるような施設も充実していました。英語での音声ガイドを聞きながら見学しているうちに、イギリスの文化や歴史にとっても興味を持つようになり、家に帰って調べることもありました。国際日本学部にはそんな異文化を学べる授業が充実しているので、今後の大学生活でも、留学で得た興味を切らさずに学んでいきたいと考えています。

留学は、すべてが新鮮で学びにあふれている特別な体験です。しかし、与えられた環境でなんとなく過ごしてしまっは、せっかく得られるはずの気付きや経験を取りこぼしてしまいます。これから留学に行く人は、一日一日を無駄にせず最大限の学びを持ち帰るという心意気で、モチベーションを高くして留学生活を楽しんでほしいと思います。

国際化サポート海外留学奨励金 留学報告書

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

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	31,757 円	
図書費・学用品費	0 円	
携帯・インターネット費	15,300 円	
現地通学費	0 円	(研修先まで 徒歩 25 分)
教養娯楽費	2,000 円	
被服費	15,000 円	
雑費	0 円	
その他	70,000 円	例: 交通費、お土産
合計	134,057 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: 日本の外貨換金所で換金
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
タッチ決済が可能なクレジットカード
- 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。
Holafly というアプリで eSIM を購入した。特に不自由もなく、無制限なのでお勧めです。
- 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
冬の時期は突然の雨が多いので、雨具の準備は必須だと思います。現地では傘をさす文化がないので、個人的にはフード付きの上着などがあるといいと思います。

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?
外務省が配信している「たびレジ」に登録することで、最新の安全情報を日本語で受信できます。防犯対策としては、小さめのポーチを腰のあたりに着け、それを上着で隠すようにしていました。実際にはそんなに身の危険を感じる瞬間はなかったです。
- 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。
地下鉄などの電車内では圏外になることが多く、インターネットの接続は少し悪かったです。学校やホームステイ先ではWi-Fiが利用できるので問題なくインターネットは使用できました。

滞在形態関連

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

私のホームステイ先はホストマザーしかいませんでしたが、かなり良かったです。イギリスはご飯があまり美味しくないといわれていますが、個人的にはそこまで感じなかったです。ただ家にもよりますが、夜ご飯の時間が早く、量もそこまで多くないので、日本からカップ麺などの食料品をなるべく持参すると思います。

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。

良かった点は先生方がとても優しく、忍耐強いところです。語学学校は英語を学ぶための場所であり、生徒の英語力は途上の段階です。LSI ポーツマスの先生方はそんな生徒への指導経験が豊富な方ばかりなので、授業もとても分かりやすく、色々かみ砕いて説明してくださります。よくなかった点は正直ありませんが、しいて挙げるならば、この時期は日本人が多いという点です。上のレベルのクラスに行けば行くほどクラス内の日本人の割合は低くなるので、ある程度は英語の勉強をしておくと思います。

2)課外プログラムについて

課外プログラムはクラス外の生徒と仲良くなるとても良い機会だと思うので、積極的に活用すると思います。

3)現地での生活に関すること

一番感じたことはとにかく物価が高いことです。こればかりは仕方のないことですが、やはり現地で楽しむためにはそこそこのお金が必要になってくるので、できるだけ多くのお金を日本にうちに貯金しておきましょう。海外の水道水は飲めないところが多いですが、イギリスの水道水は飲めます。ポーツマスのいいところは主要都市(主にロンドン)へのアクセスのしやすさだと思います。なので学校のない土日毎週様々な都市を観光することができます。

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。

学校が主催するアクティビティに参加していました。

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。

ホームステイ先に別の留学生が2人いたので、夜ご飯のときなどにコミュニケーションをとっていました。また、現地人はフレンドリーな人が多いので、自分から話しかけたりしていました。

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。

自分が行ったときはアラブ系の人が多かったですが、ちょうどラマダンという断食月の時期でした。朝から水やご飯が食べられないので、特に午後の授業はともしんどそうにしていました。

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)

私自身英語力には自信がありませんが、研修が終わった今、勇気をもって一歩踏み出して本当に良かったと思っています。人によりますが、多くの大学生はこの時期、自堕落な生活を送っていると思います。そんな中で六週間ポーツマスに滞在することで、毎日刺激的な生活を送ることができ、一生の財産になるような経験ができたと思います。私はこの六週間の経験をもとに、これからも英語学習に勤しんでいきたいです。最初は不安に感じることも多々あるとは思いますが、それを乗り越えた先には素晴らしい出会いが待っています。ぜひ勇気をもって一歩踏み出してみてください。

国際化サポート海外留学奨励金 留学報告書

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

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	12400 円	昼食代、週末の旅行での食事代
図書費・学用品費	0 円	研修先で教科書、ノートが配布されました
携帯・インターネット費	9029 円	eSIM 代
現地通学費	2300 円	(研修先まで徒歩で 55 分、バスで 25 分)バスを数回利用
教養娯楽費	43100 円	週末の旅行の交通費、入場料、お土産代など
被服費	0 円	
雑費	0 円	
その他	円	例:
合計	66,829 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: 羽田空港にて 8000 円分換金
 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**
- 現金が必要な場面は一度もなく、スマートフォンのタッチ決済にて全て支払いました。
- 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。**
- Klook の 30 日間無制限の eSIM を購入しました。特に問題はなくスムーズに使用できました。
- 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**
- イギリスは雨が多いため、折り畳み傘やフード付きの上着があると便利でした。毎日水を買うのお金がかかるので、水筒を持って行ってホストファミリーの家から水を持参したのが節約になりました。

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?**
- 危険地域情報は主にインターネットや SNS から収集し、スマートフォンのひたつき対策としてストラップをつけました。また、スキミング防止としてクレジットカードに磁気を遮断するスリーブをつけました。実際に犯罪に巻き込まれることはなかったです。
- 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。**
- 一度だけ帰り道に電波がなかったことがありましたが、それ以外は問題なく使用できました。ホストファミリーの家と学校では、Wi-Fi が使用できました。

滞在形態関連

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

部屋も広く、ご飯も食べられないものはなかったため不自由なく快適に生活できました。イギリスは家で常に暖房を入れるわけではないため、夜に肌寒いことがありました。そのためパジャマの他に一枚上に着られるものを持っていくと良いと思います。

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。

研修先での授業は自由度が高く、発言や質問が気軽にできる環境が整っていたため積極的な交流ができました。クラスメイトは様々なバックグラウンドがありますが、全員が英語を学んでいる立場のため、協力しあったり話し合いしあったりと充実した授業になりました。

2)課外プログラムについて

研修先の学校では放課後と週末に課外アクティビティの活動がありましたが、最低催行人数が定められていて人数が満たないことが多く、実施されなかったため参加できませんでした。

3)現地での生活に関すること

私は滞在先が研修先の学校からかなり遠く徒歩 50 分程度だったのですが、節約のために雨の日以外はバスを使わずに歩いて登校しました。徒歩 10~15 分程度の滞在先の学生もいたため、人によってかなり差がでるかもしれません。バスはバス停に立っていても手を出さないと止まってくれないため、少し注意が必要でした。

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。

研修先の学校は語学学校だったため現地の学生との交流はありませんでしたが、同じ学校に通う他の国の学生と、授業や休憩時間に交流することができました。

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。

週末を利用してロンドンやオックスフォード、バースに遠出する機会があったため、クラスが同じだったスペインの学生と一緒にバースへ旅行しました。彼女は英語がかなり流暢だったため、授業中のディスカッションとはまた違った、日常会話の練習になりました。

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。

授業の自由度に関して、天気が良かった日に公園で授業をしたり、午後にコーヒーを飲みながらパブで授業をしたりと、のびのびとした環境で柔軟な授業が行われていることが印象的でした。少人数のクラスのため間違いを気にせず発言したり、わからない単語について気軽に質問したりできる雰囲気がとても良かったです。

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)

私自身初めての留学だったため渡航前の不安はかなり大きかったです。エージェントの方や親の支えをはじめとし、ホストファミリーや研修先の学校の先生のサポートも充実していて得られた学びは本当に大きかったと思います。英語の学習だけでなく、実際に生活してみないとわからないような細かな文化の違いや、異なる国籍の人から見た日本の印象や魅力などについて改めて気づき、考えるきっかけとなりました。遠い国に一人で渡航するとなると不安を感じますが、何か新しいことに挑戦してみたいと思っている人にこのプログラムをおすすめしたいです。

国際化サポート海外留学奨励金 留学報告書

研修名	LSI ポーツマス語学研修
-----	---------------

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	80000 円	
図書費・学用品費	0 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25分)
教養娯楽費	100000 円	
被服費	3000 円	
雑費	2000 円	
その他	円	例:
合計	200000 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: 日本の空港
 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。

Airlo という e-SIM をスマホからダウンロードして使用した。

- 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

クレジットカードを2種類用意していたこと。また、箱ティッシュを持って行ったこと。

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?

たびレジに登録していた。また、SNS で情報収集した。

- 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。

特に問題なかった。ホームステイ先の Wifi も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	2) 部屋の形態
<input type="checkbox"/> 寮・アパート <input checked="" type="checkbox"/> ホームステイ <input type="checkbox"/> ホテル	<input checked="" type="checkbox"/> 個室 <input type="checkbox"/> 相部屋(同居人数 人)
3) 共有部分	
<input checked="" type="checkbox"/> バス <input checked="" type="checkbox"/> トイレ <input checked="" type="checkbox"/> キッチン(<input checked="" 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)

ホストファミリーがとても優しく、困りごとがあればすぐに相談することができた。

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。

イギリス内でも評価の高い語学学校で学ぶことができたため、教員や設備環境面での不満はほとんどなかった。春休みという時期的に日本人学生が多かったが、サウジアラビアからの生徒も多くおり、国際交流ができた。

2)課外プログラムについて

電車や船に乗って観光地へ行けるプログラムや、アフタヌーンティーを楽しむアクティビティに参加したが、どれも満足度が高かった。

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良く、過ごしやすかった。物価が高めで特に食費がかさむので、ランチは大型スーパーで事前に食材を買って持参したり、ホストファミリーに前日の夕飯の残りをタッパーに詰めてもらうのがおすすめ。

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。

語学学校では、サウジアラビア、スペイン、スイス、韓国など出身の学生と交流することができた。特に休み時間にご飯を食べながら談笑する時間が多かった。

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。

プログラム外では、海外の友達を誘ってロンドン旅行に行ったり、パブでビリヤードを楽しんだ。

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。

イギリスでは、バスをバス停で待っているだけでは乗ることができず、バスが見えたら手を挙げて合図をしなければならないのが印象的だった。また、路上喫煙者が日本と比べて非常に多かった。

良い文化だと感じたのは、スーパーやコンビニに Meal Deal というメイン(サンドイッチやパスタなど)・サイド(パン、フルーツ、お菓子など)・ドリンク(水やコーヒー飲料、ジュースなど)がセットでお得に買える制度があったこと。

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)

今回のポーツマスでの語学留学では、英語力の向上だけでなく、異文化交流を通して多くの学びを得ることができた。語学学校ではサウジアラビアやスペイン、スイスなどさまざまな国の学生と一緒に学び、文化や価値観の違いを実際に体感することができた。また、ホストファミリーや先生方はとても温かく、慣れない環境でも安心して生活することができた。一方で、自分の英語力不足を感じ、もっと話したいのに伝えきれない悔しさも経験した。この経験から、帰国後も英語学習を続け、次はより積極的にコミュニケーションを取りたいと強く感じた。

留学中は英語が完璧でなくても、積極的に話しかけることが大切です。失敗を恐れずにコミュニケーションを取ることで、より多くの交流や学びを得ることができます。また、ホストファミリーとの時間も貴重な経験になるため、日常会話を大切に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	LSI Portsmouth 英語研修(2026年2-3月)
-----	--------------------------------

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	92175 円	会員登録をしていない場合、Tesco より Sainsbury's の Meal Deal 方が若干安かった。Tesco の会員カードはホストファミリーから貸してもらえる場合もある。スーパーで買えるベーカリー系のパンもおいしいし比較的安い。
図書費・学用品費	0 円	
携帯・インターネット費	1780 円	
現地通学費	0 円	(研修先まで 35 分)
教養娯楽費	40644 円	観光代(ロンドン 1 泊、バス、ワイト島、オックスフォード、スコットランド、アランデル)
被服費	0 円	
雑費	1480 円	
その他	26234 円	例:お土産代
合計	167460 円	その後一人で行ったフランス旅行の合計は 153138 円(ユーロスター代込み)

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: 日本の外貨交換所 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
基本的にカードで全て支払うことができた。硬貨は帰国後日本円に変換できないので早めに使うべき。ロンドンなどの観光地で有料パンフレットを買う時に cash only の場合などもあったため、もちろん少額の現金は必要だと思います。
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。
Almond e-sim. 安くてホームページが分かりやすいのでおすすめです。
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
エコバッグ、綿棒、ティッシュ。家やホテルではティッシュペーパーがない場合がほとんどだったように感じました。私は持っていかなかったけど日本からご飯(カップラーメンやお茶漬け、ご飯やふりかけ)を持っていくと昼食代が抑えられると思う。学校にお湯と電子レンジがあります。スーパーで買えないことも稀にあるのでフォークや箸があるとより良い(一応学校で買えます)。

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)
<input type="checkbox"/> なし <input checked="" type="checkbox"/> あり (問題の内容や相談した人等: 日本の銀行) 特記事項: Trainline という電車のチケットを購入するアプリで、グループディスカウントを利用したところ勝手に月額サブスクに加入させられ、4000 円程度取られた(このアプリ自体は少し安い料金でチケットを買うことができるのでおすすめです。普通に利用する分には問題ないと思います)。よくあるケースらしいので自分で調べて対応した。カードの支払い履歴は確認すべき。
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?
行ったことのある日本人やクラスメイト、ホストファミリーに話を聞いておく。盗難には自分や周りの日本人は遭わなかった。スリには十分に注意していた。
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。
インターネットの不自由はなかった。ただ、電車や地下鉄はすぐに圏外になるので気をつけるべき。

滞在形態関連

1) 留学中の滞在先の種類	2) 部屋の形態
---------------	----------

<input type="checkbox"/> 寮・アパート <input checked="" type="checkbox"/> ホームステイ <input type="checkbox"/> ホテル	<input checked="" type="checkbox"/> 個室 <input type="checkbox"/> 相部屋(同居人数 人)
3)共有部分	
<input checked="" type="checkbox"/> バス <input checked="" type="checkbox"/> トイレ <input checked="" 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)	
Thank you と Sorry は忘れずに言った方がいい。また、ホームステイでは夕食後の片付けを積極的にやるなど手伝おうとする姿勢が大事だと思う。家のルールを聞いて自分のことはなるべく自分でやれるようにする。3 日間シャワーが出なくなったことがあったが、ホストファミリーに言ったら解決した。お互いが気持ちよく過ごすために、とにかく話すことが大事だと思います。	

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。
日本人が少ないと思っていったが、思ったより多く、日本語をかなり話してしまった。オンラインテストの電波が少し悪かった。ただ、先生方はとても優しく、クラスも少人数だったため、授業内ではたくさん英語を話すことができた。S を付け忘れてたり、過去形にするのを忘れてたりするとすぐに指摘してくれるのがよかった。
2)課外プログラムについて
毎日任意参加の放課後アクティビティがあります。人数が足りず行われなかったものも多かったです(5 人以下で中止)。Welcome drink は友達や先生とたくさんコミュニケーションが取れるのでおすすめです。週末アクティビティはミニ旅行です。個人で行っても学校で行っても料金はあまり変わらなかったはずなので、参加してもしなくてもどちらでもいいと思います。
3)現地での生活に関すること
ポーツマスは比較的治安も良く、過ごしやすいです。ただ、私の行った 2、3 月はイギリスのどこに行っても雨や曇りの日が多く、観光地に行っても写真が映えなかったです…。ポーツマスは風が強い日も多くて大変でした。また、海が本当に綺麗で、戦争のモニュメントなども多くあります。ぜひポーツマスの街をたくさん散歩してみてください。

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。
現地学生との交流はなし。しかし、ホームステイ先には 3 部屋留学生を受け入れる部屋があったため、インド人 2 人、アメリカ人、スイス人と交流することができた(働いている人も含む)。一緒に夜ご飯を食べる日も多く、英語が上手だったので国際交流はできた。学校にはウクライナ人、スイス人、アラビア系の生徒がいた。
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。
ホームステイ先の夜ご飯。家族全員で会話をした。同じ語学学校の中国人とは放課後一緒にボードゲームカフェにいった。

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。
物価がとにかく高いです(特にレストランでの食事と交通費)。イギリスの観光地は圧巻なのでたくさん行った方がいいと思います。おすすめは、ロンドン(1、2 泊するのがおすすめ)、バースです。築 100 年など古い家が多く、とても広いのに驚いた。ホストファミリーと日本の戦争の歴史やイギリスの政治について話したことが印象的でした。

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)

この研修にした理由は、イギリスに行ってみたかったのと、自分の英語力を試したかったからです。LSI ポーツマスの語学学校としての評価がとても高いことに加えて、例年の留学報告書では日本人が少ないとのことだったので、英語を学ぶのに最も良い環境だろうと思い、研修先を決めました。しかし、行ってみると同じような理由で来ていた日本人が多く、日本語でもたくさん話してしまいました。ただ英語学習へのモチベーションが高い人が多かったので、授業中はもちろん全部英語で、授業外も英語で話すようにしたこともありました。日本人の人数は年度によると思いますが、もししたら 2 月の最初か 3 月の最後だと日本人が少ない可能性が高いと思います。アラビアの方の出身の人やヨーロッパ(スイスやウクライナ)出身の人と交流できたのが良かったです。スピーキング力は日常会話がたどたどしくできる程度にはなれたと思うし、最初はホストファミリーとの会話が早すぎて 3 割程度しか聞き取れていなかったのが 6 割くらい理解できるようになりました。1 か月の留学だった割には成長したと思います。研修を通してもっと話せるようになりたいと思ったので、今後は TOEIC などの資格試験の勉強と、スピーキングとリスニングの学習に力を入れようと思います。現地の人の英語は教科書の英語とは全然違うので、とにかく日本人だけでなくたくさんの人と交流して、色々な場所に行って、楽しみながら英語力を伸ばしてください!(最後に帰国を遅らせてフランスなどの個人旅行に行くのもおすすめです!)

国際化サポート海外留学奨励金 留学報告書

研修名	LSI ポーツマス
-----	-----------

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	80000 円	
図書費・学用品費	2000 円	
携帯・インターネット費	6000 円	
現地通学費	0 円	(研修先まで 分)
教養娯楽費	20000 円	
被服費	円	
雑費	50000 円	
その他	円	例:
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: 準備してないです。
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。
E-sim
- 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
特にないです。

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: 学校の関係者)
特記事項: ホームステイ先の問題
- 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?
特にないです。
- 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。
たまに繋がらなかったです。

滞在形態関連

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

プレゼント用意した方が良さそうです。

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。

同じ国籍の学生が多く、クラスの国籍バランスという点では少し残念に感じました。

2)課外プログラムについて

学外プログラムはとても多様で、さまざまな経験をすることができました。

3)現地での生活に関すること

夜遅くに外を歩く場合は、あまり治安が良いとは感じませんでした。

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。

アラブ系やスペイン系の学生もいたため、彼らと会話する機会があり、コミュニケーション能力はある程度向上したと感じています。

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。

プログラム以外の学生との交流はあまりありませんでした。

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。

アヒルが鳥みたいに多い、信号わたる方法が難しい。

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)

今回の研修を通して、普段の大学生活では得られない多くの経験をする事ができました。特に異なる文化や背景を持つ学生と交流することで、自分の考え方や視野が広がったと感じています。また、実際に現地で生活することで、言語だけでなくコミュニケーションの大切さも改めて実感しました。今後の学生生活では、この経験を活かして積極的に新しいことに挑戦し、さまざまな人と関わりながら自分の視野をさらに広げていきたいと考えています。後輩の皆さんにも、最初は不安があるかもしれませんが、ぜひ積極的に参加して多くの経験をしてほしいと思います。

国際化サポート海外留学奨励金 留学報告書

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

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	約40,000 円	
図書費・学用品費	0 円	
携帯・インターネット費	約5,000 円	eSIM を購入
現地通学費	約7,000 円	(研修先まで 徒歩で35 分)雨の日などはバスを利用
教養娯楽費	約50,000 円	週末旅行や放課後アクティビティ参加費など(交通費含む)
被服費	0 円	
雑費	0 円	
その他	約50,000 円	例:お土産など
合計	約150,000 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: 外貨交換で1万円ほど換金した
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
ほとんどの支払いをクレジットカードでしたが、現金が使えない店があるわけではなかった
- 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。
eSIM を 30G 購入したが、学校と家にはWiFiがあったので丁度良かった
- 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
バックご飯やみそ汁などの日本食は現地での食事に飽きたときやお昼代の節約にもなるので良かった。冬のイギリスは雨が多いので折り畳み傘があるととても便利(現地の人はさしてないことが多い)

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)
 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?
たびレジを登録していた。スリなどはなかった。
- 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。
特に不便なかった。地下鉄などは接続が悪かったので電車の乗り換え情報は事前にスクショなどしていたほうがいい。

滞在形態関連

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

ホストファミリーはとて素晴らしい人たちで、ホームステイにして本当に良かったと感じた。日本からのお土産を持ってくと会話の話題にもなってよかった。わからないことや問題があったときはなんでもすぐに聞いたほうがいい。

プログラム選択の参考となる点を記載してください

1)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。

1クラス 6-8 人の少人数クラスで先生やほかの生徒との距離が近くてよかった。毎週新しい人が入れ替わりになったりもするので色々な人と関われるのも良かった。

春休み期間なこともあって日本人が多く日本人同士で会話することが多かったのは少し残念だった。

2)課外プログラムについて

放課後や週末に毎日様々なアクティビティがあり、とても充実していた。最低催行人数が設定されているため中止になっているイベントも多かった。

3)現地での生活に関すること

ポーツマスは留学生が多いためいろんな国籍の人がいて、みんなとてもフレンドリーで優しくかった。たまに治安が悪いところもあったが、比較的安全だった。

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。

ウェルカムパーティーやクイズ大会などは他国籍の学生と関わることができ、良かった。

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。

夜にパブに行ったり、週末旅行に一緒に行ったりした。

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。

信号の渡るタイミングが難しかった。日本人以外の国の人はとても積極的に発言したり、話しかけてくれた。

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)

今回の研修を通して、語学の学習だけでなく、異なる文化の中で生活することの大切さや楽しさを実際に体験することができた。出発前は英語でうまく話せるかという不安や、慣れない環境で生活することへの緊張があった。しかし、ホストファミリーや学校の先生、そして他の国から来ている留学生たちがとてもフレンドリーに接してくれたおかげで、少しずつ安心して生活することができた。英語が完璧でなくても、自分の言葉で伝えようとするのが大切であり、その気持ちがあれば相手も理解しようとしてくれるということを実感した。また、日本とは異なる文化や生活習慣に触れることができたことも、この研修の大きな学びであった。特にホストファミリーと一緒に過ごす時間はとても印象に残っている。毎日の夕食の時間には、その日にあった出来事を話したり、文化の違いについて教えてもらったりすることができ、とても楽しく貴重な時間であった。学校では様々な国から来た学生と交流することができ、それぞれの国の文化や考え方を知ることができたことも、とても良い経験になった。最初は自分から話しかけることに少し勇気が必要だったが、時間が経つにつれて少しずつ慣れ、自分から話しかけることもできるようになった。このような経験を通して、自分自身の成長を感じることができた。今回の研修を経験したことで、英語を学ぶことの意味や楽しさを改めて感じる事ができた。今後の学生生活では、この経験を活かして英語の勉強を続けるとともに、様々なことに積極的に挑戦していきたいと考えている。また、異なる文化や価値観を理解しようとする姿勢も大切にしていきたいと思う。もし留学に行くかどうか迷っている人がいるなら、ぜひ挑戦してみることをおすすめしたい。最初は不安や緊張があるかもしれないが、それ以上に得られる経験や学びが多く、自分自身の視野を広げる大きなきっかけになると思う。普段の生活では出会うことのない人と出会い、様々な文化や考え方に触れることができる貴重な機会である。迷っているなら、一歩踏み出して挑戦してみる価値は十分にあると感じた。