グローバルシナジー・プロジェクト海外留学奨励金 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されます。また、学内発行の留学関連冊子や、ホームページに情報が掲載されることもありますので、ご了承下さい。なお、資料公開の際は匿名で公開します。)

研修名	タイで学ぶ！食と私たちのサステナビリティ
-----	----------------------

留学費用項目 (プログラム参加費除く)	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	10500 円	
図書費	0 円	
学用品費	0 円	
携帯・インターネット費	1200 円	SIM カード
現地交通費	1600 円	(大学まで 徒歩 15 分)
教養娯楽費	2600 円	
被服費	220 円	帽子
雑費	0 円	
お土産	6200 円	
その他	0 円	
合計	22320 円	

渡航準備について

1)ビザ等の申込み等で特記すること(困ったこと)はありますか
一週間の滞在だったのでビザは必要なかった。パスポートがあれば大丈夫！
2)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: 2万円事前に換金 その他用意したもの: ☒ クレジットカード ☐ デビットカード
3)現地で使用する通信手段(SIM カード、WiFi)はどのように準備しましたか
事前にネットで買った SIM カードを利用。スマホの設定が「SIM ロックなし」になっていればとてもスムーズに簡単にできた！安くてもいいのでおすすめ。
4)日本から準備していき助かったものや、準備したほうが良かったものはありましたか
換金は現地でも可能だが、空港についてホテルに行くまでの電車賃をすぐに準備する必要があるため、少しは換金しておいた方がよい。想像以上に暑く、外での作業も多いため、帽子・虫よけ・日焼け止め・ハンディファンはあった方がよい。

現地情報

1)留学期間中、研修先内外で問題はありましたか。あった場合、誰に相談しましたか。 (例: 留学先大学の相談窓口、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？
特になかった。
4)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。 (例: ホテルのインターネット接続が不安定で1日に1度は全く繋がらない時がある。街にあるほとんどのカフェでは WiFi 接続が可能であったので、ホ

テルで使用できない時はカフェに行った。)

学校の Wi-Fi のつながりはよかった。ホテルの Wi-Fi は接続が不安定でつながらないこともあった。スマホ利用に不自由はなかった。

滞在形態関連	
1)種類(留学中の滞在先)	
☒ 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)	
5)感想:(滞在先の感想とこれから留学する人のためのアドバイス)	
二人部屋だったが、シングルベットが2つあり、部屋も広いため不自由はなかった。手洗い用せっけんは固形のため、液体せっけんを日本から持って行ってよかった。タオル・バスタオルは毎日変えてもらえるため、持っていく必要なかった。(汗拭きタオルは必要) 室内はスリッパあった方がよい。	

プログラム選択の参考となる点を記載してください	
事前学習で良かった点	
事前に農業に関する本を読み、発表があったため知識をつけてからタイに行くことができた。日本の学生とも実際に会うことができたため、緊張せずにプログラムに参加できた。また、タイの学生とも zoom で事前に話せたので、タイに行ってからすぐに仲良くなった。	
留学先での学習で良かった研修や内容	
国連の方のお話を聞いたり、実際に農業の体験学習をしたり、すべてが素晴らしい体験となった。なによりも、タイの仲間と日本の仲間と一緒に過ごせたことが一番良い経験だと思う。	
滞在先・現地での生活に関すること	
<ul style="list-style-type: none"> ・バイクが多く、交通面は気を付けた方がよい。信号でもふつうにバイク通る。 ・カードは使えないところもあった。コンビニも200パーツ以上でないとカード使用できなかった。 ・タイの学生がいろいろ教えて一緒にやってくれるので、英語・タイ語わからなくても生活に不自由は何もなかった。 	

留学体験記

この留学先を選んだ理由、留学生生活全般について、留学を志す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。

私は農業にも英語にも詳しくないため、プログラム参加前は不安もたくさんありました。しかし事前学習で農業について学び、タイで実際の農業を体験し、ほんとに多くの学びを得ました。今回のプログラムで農業への関わりを終えるのではなく、今後も学び続けたいと感じました。また、このタイの短期研修の中で私が一番学んだことは、人間性だと思っています。タイの学生は本当に親切で優しさにあふれています。おかげでタイの学生とも日本の学生とも最高の思い出がたくさんできました。行く前は、あんなに不安だったのに、最終日は本当に帰国したくなかったです笑 たくさんの学びも得ることができ、最高の仲間にも出会うことができ、素晴らしい経験ができると思います！何事も積極的に取り組んで楽しんでもらいたいです。

グローバルシナジー・プロジェクト海外留学奨励金 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されます。また、学内発行の留学関連冊子や、ホームページに情報が掲載されることもありますので、ご了承下さい。なお、資料公開の際は匿名で公開します。)

研修名	タイで学ぶ！食と私たちのサステナビリティ
-----	----------------------

留学費用項目 (プログラム参加費除く)	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	約 10000 円	お菓子なども買って食べていました
図書費	0 円	
学用品費	円	
携帯・インターネット費	900 円	出発前に amazon で SIM を購入
現地交通費	約 1500 円	(大学まで 分) 電車の切符代です
教養娯楽費	円	
被服費	400 円	帽子を購入
雑費	円	
その他	約 7500 円	例:お土産代
その他	0 円	例:
合計	20000 円	

渡航準備について

- 1)ピザ等の申込み等で特記すること(困ったこと)はありますか
特になし
- 2)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: 出発前に空港で2万円分換金しました。カードを使わなくても現金で十分足りました。
その他用意したもの: クレジットカード デビットカード
- 3)現地で使用する通信手段(SIM カード、WiFi)はどのように準備しましたか
出発 1 週間ほど前に Amazon でタイで 8 日間使用できる SIM を購入しました。900 円ほどでした。
- 4)日本から準備していき助かったものや、準備したほうが良かったものはありましたか
日本のお菓子は持っていけるだけ持っていくと小さなことでもタイの子に感謝を伝えられるのでいいと思います。ペーパータオルはホテルで手を拭くのに役立ちました。建物内は冷房が効いているので上着を持っていくと良いです。日差しが強かったので日傘や帽子を持っていくべきでした。

現地情報

- 1)留学期間中、研修先内外で問題はありましたか。あった場合、誰に相談しましたか。
(例:留学先大学の相談窓口、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？
外務省のたびレジに登録しました。また、現地ではリュックを開けられないようファスナーに南京錠をつける、スマホにストラップをつける、スマホを取り出すときには周りに気をつける、肩掛けバッグを体から離さない、歩くときは日本にいるときよりも周りに気をつけるようにしました。特に犯罪には巻き込まれませんでした。
- 4)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。
(例:ホテルのインターネット接続が不安定で1日に1度は全く繋がらない時がある。街にあるほとんどのカフェでは WIFI 接続が可能であったので、ホテルで使用できない時はカフェに行った。)

特に不自由はありませんでした。明治大学 ASEAN センターには Wi-Fi があります。

滞在形態関連	
1)種類(留学中の滞在先)	
☒ 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)	
5)感想:(滞在先の感想とこれから留学する人のためのアドバイス)	
きれいでした。土足なのでスリッパがあると過ごしやすいです。バスタオル、タオルは毎日変えてくれるので持っていく必要はありませんでした。ドライヤーもありました。ランドリーサービスはありますが、個人的に洗濯するならハンガーや小さめの物干しを持っていくと便利です。せっけんが置いてありますが、気になる方はハンドソープを持っていくといいかもしれません。朝食がビュッフェ形式で食べられます。食パンやサラダ、チャーハンなどがありました。	

プログラム選択の参考となる点を記載してください	
事前学習で良かった点	課題図書の内容を担当を分けてプレゼンしたことです。読んだ内容を人に伝えられる形にすることでより理解が深まったと思うからです。また、耕作放棄地の可能性についてお話して下さった白井さん、ホテルニューオータニの大高さんのお二方とも私たちの質問や意見をよく聞いて丁寧に答えて下さったことがとても嬉しく感じました。
留学先での学習で良かった研修や内容	すべての研修が印象的でしたが、特に良かったことは、お話をさせていただいた皆さんとも質問をすると快く、熱い思いをもって答えて下さったことです。疑問に思ったことを質問したことで新たな知識や見方を得ることができたうえ、このプログラムでしか話すことができない方々とお話できてよかったです。
滞在先・現地での生活に関すること	タイの学生のサポートのおかげで安全に楽しく過ごせました。バンコク、特に生活圏内はとても楽えていました。大抵のものは手に入るので困ることはないと思います。食事に関しては、朝はホテルのビュッフェ、お昼は大学近くの屋台や学食、夜はレストランが利用できました。何を食べてもおおいかったです！少し不便だと感じたのは、タイ語表記のみの案内が多いことでした。

留学体験記

この留学先を選んだ理由、留学生活全般について、留学を志す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。

私がこのプログラムを選んだのは、発展途上国で農業支援を行うという将来の夢を実現させるため、農業やそのサステナビリティについて勉強したいと考えたからです。プログラムを終えて、持続可能な農業や食を実現させるために必要なこと、実際に行われている取り組み、取り組みをしている方々の思いを学ぶことができました。ただお話を聞くだけでなく、質問したり体験したり、最終的には学んだことをアウトプットするための発表があり、最高の学びの場だったと思います。発表はタイの学生と日本の学生の合同グループで行いました。タイでの生活について、私は 1 ヶ月半ほど他の東南アジアの国に滞在したことがあったので特に不安はありませんでしたが、防犯対策は常に意識していました。また、食あたりを起こさないよう少しでも怪しいものは避ける、もしくはタイの学生がいれば確認するようにしました。プログラムを終えて、本当に充実した 1 週間を過ごせたと思っています。少しでもこのプログラムが気に入っているなら、応募してみてください！

グローバルシナジー・プロジェクト海外留学奨励金 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されます。また、学内発行の留学関連冊子や、ホームページに情報が掲載されることもありますので、ご了承下さい。なお、資料公開の際は匿名で公開します。)

研修名	タイで学ぶ！食と私たちのサステナビリティ
------------	----------------------

留学費用項目 (プログラム参加費除く)	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	5000 円	
図書費	1000 円	事前研修に使用する図書
学用品費	0 円	
携帯・インターネット費	1200 円	海外 sim(使用できなかった)
現地交通費	2000 円	(大学まで 10 分)
教養娯楽費	500 円	観光の際に使用
被服費	5000 円	足りないものを日本で買い足した際に使用
雑費	7000 円	お土産代
その他	3000 円	例:タイの方へのお土産のお菓子
その他	円	例:
合計	22000 円	

渡航準備について

1)ビザ等の申込み等で特記すること(困ったこと)はありますか
ビザは必要ではなかったため、特にありません。
2)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: 日本で外貨両替(現地の方がレートは良いそうです。) その他用意したもの: ☒ クレジットカード ☐ デビットカード (VISA かマスターをおすすめします。)
3)現地で使用する通信手段(SIM カード、WiFi)はどのように準備しましたか
ネットで海外用 sim カードを用意しましたが、使用することができませんでした。 しかし、ネットが無くてホテルや大学では使えるため普段の行動で一人にならなければとても困ることはありませんでした。
4)日本から準備していき助かったものや、準備したほうが良かったものはありましたか
タイの方へのお土産を人数分持って行って、少しでもお返しが出来ました。 メッセージカード等を持っていけばお礼等を書いて渡せたと思いました。

現地情報

1)留学期間中、研修先内外で問題はありましたか。あった場合、誰に相談しましたか。 (例:留学先大学の相談窓口、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?
事前研修の際にも安全対策等について説明をくださったので、その内容に則って防犯対策をしました。 実際に犯罪等に巻き込まれることはありませんでした。
4)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。 (例:ホテルのインターネット接続が不安定で1日に1度は全く繋がらない時がある。街にあるほとんどのカフェでは WIFI 接続が可能であったので、ホ

テルで使用できない時はカフェに行った。)

ホテルでも大学でも問題なく使用することができました。
海外用 sim が使えず不便でしたが、周りの方のおかげで困ったことはあまりありませんでした。

滞在形態関連

1)種類(留学中の滞在先)
☒ 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)
5)感想:(滞在先の感想とこれから留学する人のためのアドバイス)
<p>部屋は 2 人で使っても十分な広さでした。</p> <p>他の人と一緒に部屋を使うことに最初は不安を感じていましたが、寧ろ仲良くなれて楽しかったです。</p> <p>また、他の人といことで何かプログラム上で疑問等が生じて、相談できたためありがたかったです。</p> <p>お互いに一人の時間をとれるようにするというのも大事だと感じました。</p>

プログラム選択の参考となる点を記載してください

事前学習で良かった点
あまり私は農業に関する知識もなく、このプログラムに参加するにあたって不安を感じていましたが、事前研修で基本的な知識、今の農業について知ることができ、プログラムでの学習がより効果的になったと感じています。
留学先での学習で良かった研修や内容
タイでは様々な農業体験を通し、実際に農業問題に取り組んでいる方々に会えるため知識が増えたことはもちろんですが、そうした方々の熱意やものの考え方に触れられたことが何よりも刺激になりました。
また、短期間で発表材料を作成し発表をするという経験も私はあまり今までしたことがなかったため、とてもいい経験になりました。
滞在先・現地での生活に関すること
タイの学生の皆さんがプログラム後も街を案内して下さり、色々教えて下さってとても楽しい研修期間でした。
現地は日本とは勝手が違うため、タイの現地の情報や風習などの情報を少し集めておくと安心かと思います。

留学体験記

この留学先を選んだ理由、留学生生活全般について、留学を志す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。

私は興味のある分野が様々で、自分が将来何をしたいのかわからずどうすれば自分の道を決めることができるのか悩んでいました。その興味のある分野の一つに食に関する分野(農業)があったため、今回のプログラムに応募しました。

また、海外留学をしたいと考えていましたが、前述のとおり自分の進路に迷いがあり長期的な留学は難しいと考えていた点も今回応募した大きな理由です。

このプログラムでは、普段の生活では会うことができなかったであろう様々な人と出会い、交流することそのものが刺激になりました。また、タイ(海外)に行くことはその違いを感じることもよい経験になりましたが、共通点を見出せたこともとても新鮮に感じられました。今回のプログラムを通して、自分のやりたいことを具体的に考え直すきっかけにもなりましたし、少しですが形になったと感じています。

農業等に興味がある方ももちろんですが、自分の進路に悩んでいる方もこうしたプログラムに参加することは有効的だと思います。また、私は様々な考え・性質を持った人と交流することは自分の新たな面を発見したり、自分を見直すのにとってもいい機会だと感じたためぜひ多くの方に参加して欲しいと思いました。

グローバルシナジー・プロジェクト海外留学奨励金 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されます。また、学内発行の留学関連冊子や、ホームページに情報が掲載されることもありますので、ご了承下さい。なお、資料公開の際は匿名で公開します。)

研修名	タイで学ぶ！食と私たちのサステナビリティ
------------	----------------------

留学費用項目 (プログラム参加費除く)	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	8000 円	
図書費	円	
学用品費	円	
携帯・インターネット費	2000 円	
現地交通費	2000 円	(大学まで 分)地下鉄・テュクテュク・船
教養娯楽費	1000 円	寺院の入館料など
被服費	円	
雑費	円	
その他	10000 円	例:お土産
その他	2000 円	例:マッサージ・洗濯
合計	25000 円	

渡航準備について

1)ピザ等の申込み等で特記すること(困ったこと)はありますか
特になし
2)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: 現地で両替 その他用意したもの: ☒ クレジットカード ☐ デビットカード
3)現地で使用する通信手段(SIM カード、WiFi)はどのように準備しましたか
SIM カードを用意したがうまく機能しなかったため、同部屋の参加者の方の回線を借りさせてもらった。
4)日本から準備していき助かったものや、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・持って行って良かったものは日本のお土産。 準備したほうが良かったものはハンガー、飲みなれている薬。タイのハンガーは盗難防止のためか、ラックから取り外せないようになっていて不便だった。

現地情報

1)留学期間中、研修先内外で問題はありましたか。あった場合、誰に相談しましたか。 (例:留学先大学の相談窓口、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？
手荷物・貴重品は常に肩身離さず持つようにした。レストランなどで席を確保するときやお手洗いへ行く際も荷物を置くのではなく、順番に荷物番をするようにした。
4)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。 (例:ホテルのインターネット接続が不安定で1日に1度は全く繋がらない時がある。街にあるほとんどのカフェでは WIFI 接続が可能であったので、ホテルで使用できない時はカフェに行った。)

ホテルのWi-Fiは時々接続が切れてしまった。
ASEANセンターも電波はとても強く、作業がしやすかった。

滞在形態関連	
1)種類(留学中の滞在先)	
☒ 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)	
5)感想:(滞在先の感想とこれから留学する人のためのアドバイス)	
<p>とても清潔感があって清掃も行き届いていて快適でした。朝ごはんのビュッフェは最高でした。 洗濯は洗濯機を利用できるわけではなく、衣類1点ずつ有料で洗ってもらうことになるため可能な限り服や下着は多く持参することを勧めます。 宿はシャワーのみで備え付けのシャンプーやリンスが合わない場合があるので日本から持参することを勧めます。 Grab というサービスの登録をしておき、Grab を利用すれば安全に安くタクシー移動ができます。</p>	

プログラム選択の参考となる点を記載してください	
事前学習で良かった点	
食の安全やアグリビジネスに関する本を読んで内容を共有したり、サステナビリティの実現に取り組む個人・企業の方々からお話を聞いたことは、事前学習として大きな役割を果たしていたと感じる。	
留学先での学習で良かった研修や内容	
全てタメになりましたが、あえて挙げるとすれば二つあります。一つ目はアンクルリーファームでの体験で、実際に手を動かすことで当事者意識が湧きました。二つ目はタイの学生とチームを組み学びをプレゼンテーションという形でアウトプットしたことで、言語や考え方の異なるタイの学生と認識を擦り合わせながら一つの作品を作ることに強くやりがいを感じた。	
滞在先・現地での生活に関すること	
現地の物価は日本の約半分なので、欧米と比較してかなり生活費は安く抑えることが出来ます。また、タイの学生が毎度研修を終えた後にタイの市場やショッピングモールなどを案内してくれて非常に楽しかったです。	

留学体験記

この留学先を選んだ理由、留學生活全般について、留學を志す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。

私は、在学中に留學をしたいと思っていたものの、コロナウイルスや部活動、就職活動などでタイミングを見つけれずいました。色々落ち着いた4年の11月頃に本プロジェクトを見つけ、「これが大学のうちに留學する最後のチャンスかもしれない」と思って応募しました。海外経験や英語力に乏しいため、まさか参加できるとは思っていませんでしたが通りました(笑)。
このプログラムに参加して、「真のサステナブルとは何か」「タイと日本人の国民性の違い」の二つに関して、座学だけでなく実体験を通じて深く楽しく学ぶことが出来ました。日本で日本人と22年間生活してきた私にとってタイ人のおおらかさ・人当たりの良さに心を打たれました。一方で日本人の規律やルールをしっかり守る文化は素晴らしいとも感じました。
今回、研修も含め最後の春休みの14日間を本プログラムで過ごし、かけがえのない日本人・タイ人の仲間に出会い、沢山の学びも得ることが出来て幸せでした！本プログラムに限らず、長期休みを利用して自分にとって未知の領域へ足を運んでみると面白いかもしれません。ぜひ「前へ」一歩踏み出してみてください！

グローバルシナジー・プロジェクト海外留学奨励金 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されます。また、学内発行の留学関連冊子や、ホームページに情報が掲載されることもありますので、ご了承下さい。なお、資料公開の際は匿名で公開します。)

研修名	タイで学ぶ！食と私たちのサステナビリティ
-----	----------------------

留学費用項目 (プログラム参加費除く)	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	約 1 万 円	
図書費	990 円	
学用品費	0 円	
携帯・インターネット費	0 円	ahamo だったので sim 代はかかっていません
現地交通費	約 1500 円	(大学まで歩いて 15 分)
教養娯楽費	0 円	
被服費	800 円	
雑費	0 円	
その他	1 万 円	例:お土産代
その他	円	例:
合計	約 23,290 円	

渡航準備について

1)ビザ等の申込み等で特記すること(困ったこと)はありますか
ビザは必要ないです。パスポートの更新をする場合は、早めに行動した方が良いでしょう。
2)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: 事前に日本で 3 万円分両替しました。 その他用意したもの: ☒ クレジットカード ☐ デビットカード
3)現地で使用する通信手段(SIM カード、WiFi)はどのように準備しましたか
ahamo を使用したので、特に何もしていません。
4)日本から準備していき助かったものや、準備したほうが良かったものはありましたか
羽織もの、整腸剤、下痢止め、虫除けスプレー、ティッシュ(お手洗いにペーパーがないことが多い)、ウェットティッシュ

現地情報

1)留学期間中、研修先内外で問題はありましたか。あった場合、誰に相談しましたか。 (例:留学先大学の相談窓口、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？
現地の危険情報はタイにいる先生と学生との事前学習で教えていただきました。実際に犯罪に巻き込まれることはありませんでした。
4)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。 (例:ホテルのインターネット接続が不安定で1日に1度は全く繋がらない時がある。街にあるほとんどのカフェでは WiFi 接続が可能であったので、ホ

テルで使用できない時はカフェに行った。)

ホテルでは、接続に波があったので Wi-Fi を繋がずに使っていました。
ASEAN センターは問題なく使えました。

滞在形態関連

1)種類(留学中の滞在先)

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)

5)感想:(滞在先の感想とこれから留学する人のためのアドバイス)

滞在先:FX ホテル
廊下での話し声は聞こえたので夜は特に配慮する必要があると思います。コンセントは日本と同じなので変換器は必要ありません。しかし、日本とは電圧が違うため海外対応しているものを持っていか変圧器を使う必要があります。水道から出る水を口に入れないように、歯磨きはペットボトルの水を使っていました。

プログラム選択の参考となる点を記載してください

事前学習で良かった点

事前に「食が壊れる」という本を読んでプレゼンや農家の方からお話を伺ったり、タイの学生と zoom で交流やホテルニューオータニで視察を行ったりしました。事前に農業に関する英単語を覚えて行ったことで英語での説明の助けになりました。

留学先での学習で良かった研修や内容

農業や食のサステナビリティを行っている方から直接お話を聞いたことやその場を見たり体験したりすることができたことです。農業の未来の話をするとながティブになりがちですが、お会いした皆さんとてもポジティブで私もサステナブルな世の中にするために日々ことから頑張りたいと思うことができました。

滞在先・現地での生活に関すること

タイの学生と仲良くなることができたのが一番嬉しいです。留学のプログラムだけでなく、放課後のお出かけや昼食など全てのことを一緒に楽しみサポートしてくれました。留学後も SNS を通じて連絡取れていることが嬉しいです。また、タイの料理がとても美味しかったです。生の食べ物や氷には注意しました。

留学体験記

この留学先を選んだ理由、留学生生活全般について、留学を志す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。

私は「限られた資源の中で、どのようにすればサステナブルな農業を行うことができるか」について興味があったので、このプログラムに参加しました。実際に虫を利用した栽培や屋上での農業など普段見ることができない新しく環境に良い取り組みを実際に体験できました。そして、サステナブルな農業をしている当事者の前向きな言動から、私もサステナブルな農業に関する勉強を続けていきたいと思えました。

今回サステナビリティについて学ぶだけでなく、自分の強みは何か、生かす方法などを考える時間もありました。自分では気づかなかった強みを知ることができてよかったです。

そして何より国を超えた新しい仲間に出会うことができました。タイの学生には、今まで受けたことがないほどの思いやりやサポートを受け、本当に嬉しかったですし、帰国後も仲良くさせていただいています。

留学しようか悩んでいる方は、絶対に参加した方が良いです！目的以上のものが得られると思います！

グローバルシナジー・プロジェクト海外留学奨励金 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されます。また、学内発行の留学関連冊子や、ホームページに情報が掲載されることもありますので、ご了承下さい。なお、資料公開の際は匿名で公開します。)

研修名	タイで学ぶ！食と私たちのサステナビリティ
-----	----------------------

留学費用項目 (プログラム参加費除く)	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	約 7,000 円	
図書費	円	
学用品費	円	
携帯・インターネット費	1,190 円	sim カードを購入
現地交通費	約 3,000 円	(大学まで徒歩 10-15 分)
教養娯楽費	円	
被服費	円	
雑費	約 5,000 円	お土産等
その他	円	例:
その他	円	例:
合計	16,190 円	

渡航準備について

1)ピザ等の申込み等で特記すること(困ったこと)はありますか
なし
2)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: 新宿の通貨両替センターを利用し、2万円を換金した。 その他用意したもの: ☒ クレジットカード ☐ デビットカード
3)現地で使用する通信手段(SIM カード、WiFi)はどのように準備しましたか
Amazon で口コミが多いものを購入
4)日本から準備していき助かったものや、準備したほうが良かったものはありましたか
トイレトイレットペーパーがないことがあるため、ティッシュを常備しておいた方がいい。 また、日差しが強いため、帽子やハンディファンを持っておいた方がいい。

現地情報

1)留学期間中、研修先内外で問題はありましたか。あった場合、誰に相談しましたか。 (例: 留学先大学の相談窓口、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?
事前学習でのガイダンス、タイに行ったことのある人からの話を聞いておいた。 犯罪等には巻き込まれなかった。
4)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。 (例: ホテルのインターネット接続が不安定で1日に1度は全く繋がらない時がある。街にあるほとんどのカフェでは WiFi 接続が可能であったので、ホ

テルで使用できない時はカフェに行った。)

ホテルのインターネットは、利用できるが毎回接続し直さないといけないので自分で用意した SIM カードの通信を利用した。

滞在形態関連

1)種類(留学中の滞在先)
☒ 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)
5)感想:(滞在先の感想とこれから留学する人のためのアドバイス)
<p>ホテルの朝食は、毎朝異なるタイ料理が用意されていたのでタイ料理が好きな人は楽しめると思う。また、パンや卵料理等もあるため、一般的な朝食がいい人にも対応できると思う。</p> <p>宿泊者は、欧米の人、日本人などがいた。</p> <p>ホテルの壁は薄いため、シャワーの音や廊下で話している声は聞こえてくる。</p>

プログラム選択の参考となる点を記載してください

事前学習で良かった点
<p>事前に現地の学生や先生との交流があり、雰囲気が出たことが良かった。また、農業について詳しくなかったので事前学習で本を読んで基礎知識を付けられたのが良かった。事前学習は 3 回程度でそこまで負担にはならないと思う。</p>
留学先での学習で良かった研修や内容
<p>日本語を専攻するタイの学生と一緒に学ぶ環境が他のプログラムにはない面白い特徴だと思う。現地では、教授、国連、NPO の方々からのお話をお伺いする時間や、ファームへ行って実際にどんなことをしているのかということを経験できたことが面白かった。ファームといってもグリーンツーリズムといったアクティビティ感の強いもので、サステナビリティを意識した新しい体験ができた。</p>
滞在先・現地での生活に関すること
<p>渡航前日は雪が降るほど寒かったが、タイは半そででも過ごすほど暖かい国なので寒暖差に気を付けたほうが良いと思った。また、ASEAN センターはエアコンがとても聞いていたのである程度しっかりした上着があるといいと思う。</p>

留学体験記

この留学先を選んだ理由、留学生生活全般について、留学を志す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。

<p>私がこのプログラムを選んだ理由は大きく 2 つあります。1 つ目は、他学部や他大学の人も交流することができるということです。今までにも海外のプログラムには多数参加してきましたのですが、同じ高校であったり、同じ学部の人だったりでした。異なる学部であれば専門的に学んでいる事が違い、同じことをしても感じることは変わってくるのではないかと思います、多様な学部の人と学べる本プログラムに興味を持ちました。2 つ目は、食という分野に興味関心が強く、大学生のうちになかなか触れることのない食の上流について学んでおきたいという想いがあったからです。</p> <p>本プログラムを通して様々な学びを得ましたが、一番印象に残っているのはタイの学生ホスピタリティです。今まで 4 カ国以上の学校に行き、交流してきましたが、どこの学生よりも丁寧で親切でした。1 週間という限られた時間だったこともあり、渡航前はそのままで仲良くなりたいと思っていたのですが、最終日には空港まで見送りに来てくれて泣きそうなくらい仲良くなりました。</p> <p>食とサステナビリティというのがテーマですが、タイの学生など新たな価値観を持った人とであうこともこのプログラムの強みなのではないかと思えます。</p> <p>3 年で就活やゼミ活動など同時並行で進めていることが多く、大変でしたが、行って損はないプログラムだと思います。</p>
--