

# 留 学 報 告 書

記入日：2018年2月10日

|                      |  |
|----------------------|--|
| 氏名及び連絡先 E-mail アドレス  | 氏名：田中雄大  |
| 留学先国                 | タイ王国   |
| 留学先大学・学部<br>(和文及び英語) | (和) シーナカリンウィロート大学<br>(英) SRINAKHARINWIROT UNIVERSITY |
| 留学期間                 | 2017年1月～2017年12月                                     |
| 留学した時の学年             | 2年生(渡航した時の学年)  |
| 留学先での学年              | 3年生(留学先大学で在籍した学年)                                    |
| 帰国年月日                | 2017年12月27日  |
| 明治大学卒業予定年月           | 2019年3月  |

| 留学費用項目         | 現地通貨(バーツ) | 円        | 備考  |
|----------------|-----------|----------|---|
| 授業料            | 0         | 0円       | 交換留学のため費用はかかりません。                         |
| 宿舍費            | 68,000バーツ | 231,200円 | セカンドセメスターはタイ人とルームシェアしたため家賃は半額でした。         |
| 食費             | 90,000バーツ | 306,000円 | 一日250バーツ以内を心掛けました。                        |
| 図書費            | 5,000バーツ  | 17,000円  | 高額な教科書を購入しました。また必要に応じて電子書籍で日本の本を購入していました。 |
| 学用品費           | 2,000バーツ  | 6,800円   | 制服は大学の売店で購入できます。                          |
| 教養娯楽費          | 50,000バーツ | 170,000円 |   |
| 被服費            | 2,000バーツ  | 6,800円   |   |
| 医療費            | 0バーツ      | 0円       | 入院もしましたが全て海外旅行保険でキャッシュレスで対応してくれました。       |
| 保険費            | 4,700バーツ  | 16,000円  | 明大サポートで留学前に加入したものです。                      |
| 渡航旅費           | 26,500バーツ | 90,000円  |   |
| 雑費             |           | 円        |   |
| その他(留学当初のホテル代) | 35,000バーツ | 120,000円 | 一か月暮らしていました。しかし留学後のアパ                     |

|                    |           |             |                   |
|--------------------|-----------|-------------|-------------------|
|                    |           |             | ート探しは三日もあれば十分でした。 |
| その他（海外旅行、海外ボランティア） | 20000 バーツ | 70000 円     |                   |
| その他（交通費）           | 17000     | 57,800 円    |                   |
| 合計                 | 320,200   | 1,091,600 円 |                   |

### 渡航関連

|      |         |          |  |
|------|---------|----------|--|
| 渡航経路 |         |          |  |
| 渡航費用 | チケットの種類 |          |  |
|      | 往路      | 50,000 円 |  |
|      | 復路      | 40,000 円 |  |
|      | 合計      | 90,000 円 |  |

渡航に際して利用した旅行会社やガイドブックを教えてください。

往路：中国東方航空  
復路：フィリピン航空

※大学の夏休み期間である7月に日本に一時帰国したがこれは留学経費に含めていません。（必ずしも帰る必要はないため）

### 滞在形態関連

種類（留学中の滞在先）例：アパート、大学の宿舎など

一般のアパート

部屋の形態  個室 OR  相部屋（同居人数：2人）

住居を探した方法

現地到着後タイ人の友人と候補地五件ほどを一日で訪れました。その中から自分が気に入った場所を選びました。この作業は一日で終わるので、現地到着後に滞在するホテルは長くても一週間ほどで十分です。

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）

私はタイランドカルチャーセンター駅にアパートを借りました。家賃は光熱費含めて8000バーツでしたが、セカンドセメスターからタイ人の友人を家に迎えルームシェアをしたので家賃は4000バーツになりました。タイ人とのルームシェアはタイのことをより深く学ぶ貴重な経験になるので、おすすめします。また、大学はペチャブリー駅、またはスクンビット（アソーク駅）が最寄になるので、それらの駅にアクセスしやすく家賃も比較的安いラマ9世駅、タイランドカルチャー駅付近がおすすめです。

### 現地情報

現地で病院にかかったことはありますか？大学内の医務室/診療所や附属病院等で医療サービスを受けることは可能でしたか？

|   |
|---|
| <input type="checkbox"/> 利用する機会がなかった<br><input checked="" type="checkbox"/> 利用した；バンコク病院では明大サポートで加入する海外旅行保険のキャッシュレスサービスが受けられます。日本語通訳が24時間勤務しているので安心です。 |
| 学内外で問題があったときには誰に相談しましたか。留学先大学に相談窓口はありましたか。  |
| 同じ大学に留学している日本人の先輩を頼りました。また大学に明治大学のオフィスであるアセアンセンターもあり信頼できる先生方がいらっしゃいますので心配は無用です。   |
| 現地の危機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？   |
| 日本大使館から送られてくる情報をチェックしていました。盗難の被害には遭いませんでした。   |
| パソコン、携帯電話、インターネット（接続について）現地での利用はいかがでしたか？<br>例：寮のインターネット接続が不安定で1週間に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、寮で使用できない時はカフェに行った。                    |
| AISという通信会社のSIMカードを日本でSIMロック解除したスマートフォンに差し替えて利用していました。月500バーツで7GB使えます。キャリア（AIS, TRUE, DTAC）に契約さえすれば、街では通信キャリアが飛ばしているwifiを至る所で利用でき利便性は圧倒的に日本より上です。      |
| 現地での資金調達はどのように行いましたか？<br>例：現地に銀行口座を開設して日本の親から送金してもらった。銀行口座は現地で外国人登録しないと開設できない。また、クレジットカードも併用していた。   |
| 日本の三井住友銀行に預けた日本円を現地のバンコク銀行から引き出していました。三井住友銀行のキャッシュカードをバンコク銀行のATMに挿入すれば一回220バーツの手数料で25,000バーツまで一度に引き出せます。  |
| 現地では調達できない日本から持っていくべき物があれば教えてください。  |
| Kindleなどの電子書籍リーダーは確実にあったほうがいいです。日本の本を現地で適正価格で読むことができます。タイや日本に関する本を大量に購入して読書に耽っていました。  |
| <b>進路について</b>   |
| 進路  |
| <input checked="" type="checkbox"/> 就職 <input type="checkbox"/> 進学 <input type="checkbox"/> 未定 <input type="checkbox"/> その他：                          |
| 進路決定の際に参考にした資料、図書、期間など  |
| 就職を選択した方は、差し支えなければ内定先を教えてください。また、その企業を選んだ理由も教えてください。（内定を得た企業すべての名前、あるいは入社すると決定した企業の名前のみでも構いません）   |
| 未定  |
| 就職活動中・終了時に関わらず、就職活動について感想・アドバイスがありましたらお書きください。<br>例：留学中の就職活動へ向けた準備、帰国後に就職活動を始めるにあたり注意すること等。就職活動を不安に思い、留学を断念する方もいます。ご自身の経験を踏まえてアドバイスをお願いします。           |

タイ留学をしたということ自体は就職活動に対して全くプラスにはなりませんでしたが、しかし主体的に行動した留学経験を論理的に語ることができれば就職活動では最大の武器になると思います。タイでは自分のやりたいことがなんでもできます。問題はそれをやるかどうかです。

進学を選択した方は、差し支えなければ進学先を教えてください。

進学を志す留学希望者に向けたアドバイス（準備、試験対策等）がありましたらお書きください。

その他を選択した方は、留学希望者に向けたアドバイスがありましたらお書きください。

3月まで就職活動をしましたが、ゼミの教授が紹介して下さった海外インターンシップに参加することに決め就活は翌年に持ち越しました。これは私の意見ですが、絶対にやりたい仕事が見つからないとすれば無理をして四年で卒業せず、じっくり考える時間を作るのもいいかもしれません。



| 学習についてのレポート（履修した科目ごとに記入してください）   |  |
|--|--|
| 留学先で取得した単位数合計（科目数）   | 本学で認定された単位数合計（科目数）<br>※該当項目にチェックのうえ、記入してください。  |
| 18 単位（6 科目）  | <input checked="" type="checkbox"/> 13 単位（5 科目）<br><input type="checkbox"/> 単位認定の申請はしません（理由：           ） |
| 以下は留学先で履修した科目についてのレポートです。今後留学をする人たちへのアドバイスを含めてお書きください。記入スペースが足りない場合は、A4 用紙で別途作成し、添付してください。 |  |

|                     |   |
|---------------------|---|
| 履修した授業科目名(留学先大学言語)  | Introduction to Microeconomics  |
| 履修した授業科目名(日本語)      | ミクロ経済学基礎  |
| 科目設置学部              | 経済学部  |
| 履修期間                | 1 セメスター   |
| 単位数                 | 3   |
| 本学での単位認定状況          | 2 単位認定（本学で認定された単位数を書いてください）   |
| 授業形態（チュートリアル、講義形式等） | 講義、グループワーク  |
| 授業時間数               | 1 週間に 180 分が 1 回  |
| 担当教員                | Bui Thi Minh Tam  |
| 授業内容                | ミクロ経済学の基礎的な理論を学びます。計算問題が多く文系の自分にとっては大変でした。                                    |
| 試験・課題など             | ほぼ毎回小テストがあります。その他にもテストが多いので予習復習が欠かせません。                                       |
| 感想を自由記入             | 情コミのミクロ経済と履修していましたが、確実にこの授業のほうが難しかったです。しかし英語の教科書を必死に読んで学習したのでリーディング能力は向上しました。 |

|                     |   |
|---------------------|---|
| 履修した授業科目名(留学先大学言語)  | Principle Macroeconomics  |
| 履修した授業科目名(日本語)      | マクロ経済学  |
| 科目設置学部              | 経済学部  |
| 履修期間                | 1 セメスター   |
| 単位数                 | 3   |
| 本学での単位認定状況          | 3 単位認定（本学で認定された単位数を書いてください）   |
| 授業形態（チュートリアル、講義形式等） | 講義、グループワーク  |
| 授業時間数               | 1 週間に 180 分が        回   |
| 担当教員                | Suppanunta Romprasert   |
| 授業内容                | 講義形式ですが先生がとにかく当ててくるので緊張感がありました。グループワークは一か月ほどのスパンでプレゼンと小論文を作ったのでタイ人と共同作業する大変さを感じましたが自分なりに解決策を考えるきっかけにもなりました。 |
| 試験・課題など             | 毎回小テストがあります。それに加えて中間、期末テストがありました。留学生は頭がいいと勝手に思われてるので良い点を取らないといけないという謎のプレッシャーがありました。                         |

|                      |  |
|----------------------|--|
| 感想を自由記入              | 先生の英語が非常にきれいで、講義を聴くことがリスニング能力向上につながりました。またグループワークでその他大勢にならないために、主体的に動く大切さを学んだ授業でもありました。                        |
| 履修した授業科目名(留学先大学言語)   | Agricultural Economics   |
| 履修した授業科目名(日本語)       | 農業経済学  |
| 科目設置学部               | 経済学部   |
| 履修期間                 | 8月～12月   |
| 単位数                  | 3  |
| 本学での単位認定状況           | 3単位認定(本学で認定された単位数を書いてください)   |
| 授業形態(チュートリアル, 講義形式等) | 講義・小プレゼン   |
| 授業時間数                | 1週間に180分が 回  |
| 担当教員                 | 小沼先生   |
| 授業内容                 | 主に国連のSDGsに関連した途上国問題を学びます。農学に興味がなくとも途上国問題を考える基礎知識を得ることが出来ます。  |
| 試験・課題など              | 中間・期末試験があります。  |
| 感想を自由記入              | 文系出身が受講したほうが新しい発見ができ授業だと思いました。しかし、他の日本人学生が多かったのが少し残念でした。   |
| 履修した授業科目名(留学先大学言語)   | Discussion and Presentation  |
| 履修した授業科目名(日本語)       | ディスカッションアンドプレゼンテーション   |
| 科目設置学部               | 人文学部   |
| 履修期間                 | 1月～4月  |
| 単位数                  | 3  |
| 本学での単位認定状況           | 2単位認定(本学で認定された単位数を書いてください)   |
| 授業形態(チュートリアル, 講義形式等) | グループワーク・プレゼン・ディスカッション  |
| 授業時間数                | 1週間に180分が 回  |
| 担当教員                 | Kid Jhonson  |
| 授業内容                 | 毎回事前に知らされたトピックについてクラスで班を作りディスカッションをします。また、その班でプレゼンをすることもあります。  |
| 試験・課題など              | 中間・期末共に①プレゼン②ディスカッションが課されます。ディスカッションはとにかく喋れば点はくれます。  |
| 感想を自由記入              | この授業が一番英語の練習になりました。へたくそな英語をとにかく使っていくうちに、話すことに抵抗がなくなりました。また話すことで文法ミスに気づくこともあり、その度にミスの修正を繰り返すことで正確な文法に近づけていきました。 |
| 履修した授業科目名(留学先大学言語)   | Mass Media   |
| 履修した授業科目名(日本語)       | マスメディアフォアイングリッシュ   |
| 科目設置学部               | 人文学部   |

|                     |   |
|---------------------|---|
| 履修期間                | 8月～12月  |
| 単位数                 | Audit   |
| 本学での単位認定状況          | — 単位認定（本学で認定された単位数を書いてください）   |
| 授業形態（チュートリアル、講義形式等） | 講義・プレゼン・映像作成  |
| 授業時間数               | 1週間に180分が 回   |
| 担当教員                | Jhonasan  |
| 授業内容                | ①広告を自分で選び、それがどのような方法で消費者にアピールしているかを事前に考え授業で発表。②ジェンダー論の観点から、広告が過去から現在に至るまでどのように変化したのか考察した文書と映像作品を作成。③映画撮影など                  |
| 試験・課題など             | 授業中で指示される課題作成と、学んだ知識を問うテストの二つです。  |
| 感想を自由記入             | 先生が怖くて毎回授業に行くのが憂鬱でした。ですがグループワークが多く自分の意見を述べるのが強く求められるので主体的になるきっかけになった授業でした。授業を受けていた期間はストレスが尋常ではありませんでしたが、今ではやり切ったと一番思える授業です。 |

|                     |   |
|---------------------|---|
| 履修した授業科目名(留学先大学言語)  | Note Taking   |
| 履修した授業科目名(日本語)      | ノートテキング   |
| 科目設置学部              | 人文学部  |
| 履修期間                | 8月～12月  |
| 単位数                 | Audit   |
| 本学での単位認定状況          | — 単位認定（本学で認定された単位数を書いてください）   |
| 授業形態（チュートリアル、講義形式等） | 講義  |
| 授業時間数               | 1週間に180分が 回   |
| 担当教員                | 忘れました   |
| 授業内容                | 10分ほどの英語の映像を見せられ、その内容を完結に要約する授業です。  |
| 試験・課題など             | 授業で学んだ要約する際の技術を用いて、見せられた映像の内容の要約。   |
| 感想を自由記入             | 先生が途中で変わり、一か月間授業が休校になったりしたので楽でした。正直、日本で自分で勉強できるような内容だったので個人的には満足できませんでした。 |

|                     |   |
|---------------------|---|
| 履修した授業科目名(留学先大学言語)  | General Education for Human Development |
| 履修した授業科目名(日本語)      | 人間進歩のための一般教育                            |
| 科目設置学部              | International College                   |
| 履修期間                | 1月～4月                                   |
| 単位数                 | 3                                       |
| 本学での単位認定状況          | 3単位認定（本学で認定された単位数を書いてください）              |
| 授業形態（チュートリアル、講義形式等） | 講義・課外ボランティア・プレゼン                        |

|         |   |
|---------|---|
| 授業時間数   | 1週間に180分が 回   |
| 担当教員    | Ajarn Yan Zhao  |
| 授業内容    | ボランティア活動に必要な知識を90分詰め込まれます。残りの90分はなぜか『老人と海』を読みました。           |
| 試験・課題など | 授業で学んだ知識を問うテストと、ボランティア活動を報告するプレゼンです。                        |
| 感想を自由記入 | ほんとに『老人と海』を読んだ記憶しかありません。ですが全部英語で読んだのでリーディング能力は確実に向上したと思います。 |



## 留学に関するタイムチャート

留学までの準備、試験勉強、留学中、留学後、特に留学に関して発生した事項を記入してください。（形式は箇条書きなど簡単なもので構いません）

|                |   |
|----------------|---|
| 2016年<br>1月～3月 | 留学はしたいと考えていましたが、具体的にタイに行こうとは思っていませんでした。しかし東南アジア事情の授業を多く履修していたことで興味関心は持っていました  |
| 4月～7月          | タイに留学することを決め留学に必要な書類を準備しました。  |
| 8月～9月          | 情報コミュニケーション学部主催の国際交流（タイ）に参加しました。夏休み期間中2週間タイで現地学生と交流。このプログラムの経験が後の長期留学の基礎になりました。   |
| 10月～12月        | 英語のスピーキング能力向上のため政治経済学部の留学基礎講座を受講するなど、英語を使う環境を整えました。（結局最後まで下手なままでしたが、とにかく喋る度胸はつきました。）  |
| 2017年<br>1月～3月 | <ul style="list-style-type: none"> <li>・授業開始</li> <li>・日本人とは必要であれば交流し、それ以外のほとんどの時間を英語が堪能なタイ人学生と過ごすように心がけました。その結果英語のスピーキング能力が向上しました。</li> <li>・大学と並行してタイ語学校にも毎日通いました。</li> </ul> |
| 4月～7月          | <ul style="list-style-type: none"> <li>・期末試験</li> <li>・5月から7月末まで長期休暇</li> </ul>   |
| 8月～9月          | <ul style="list-style-type: none"> <li>・8月から授業開始</li> <li>・情報コミュニケーション学部の短期国際交流のプログラムに一部参加しました。</li> </ul>  |
| 10月～12月        | <ul style="list-style-type: none"> <li>・中間、期末試験</li> </ul>  |

## 留学体験記

|                                  |  |
|----------------------------------|--|
| <p>留学しようと決めた理由</p>               | <p>東南アジアで実施されているスポーツを通じた国際協力を肌で感じるためでした。また、一般的にスポーツ後進国と認識されている東南アジアのスポーツ文化を学ぼうとも考えていました。</p>   |
| <p>留学のためにした準備、しておけば良かったと思う準備</p> | <p>私は当初、留学先大学で英語を学ぶことに重点を置いていましたが、後に現地文化を学ぶためにはタイ語の学習が必須だということを痛感しました。タイ語のスピーキングやリスニングは基本的にできたのですが、読み書きが最後までできず後悔しました。一年あれば、日本でタイ語を学んでタイに留学している日本人学生にも追いつけると思います。せっかくタイに留学するなら、タイでしかできないことをするべきだと思います。</p> |
| <p>この留学先を選んだ理由</p>               | <p>タイに行ければよかったので派遣先大学はまったく気にしませんでした。ですが、二年次に学部の国際交流プログラムでタイに二週間留学し現地をよく知っていたこともあり留学前から知っていた大学だったのは大きいです。</p>   |
| <p>大学・学生の雰囲気</p>                 | <p>非常に明治大学と似ているという印象を受けました。タイの中でも上位の大学であるものの決してトップクラスではないという立ち位置です。ゆったりとした時間が流れ、学生も穏やかでフレンドリーなので直ぐに友達ができます。勉強量は非常に多いですが、学生はONとOFFの切り替えがしっかりできています。</p>   |
| <p>寮の雰囲気</p>                     | <p>一般のアパートを契約して住んでいました。タイ人の友人と一緒に住んでいたため毎日が楽しかったです。ビルマ人が寮の管理人でした。</p>  |
| <p>交友関係</p>                      | <p>笑顔で話しかければタイ人は友達になってくれるので、友達作りにはほとんど苦労しませんでした。同じアジア人だという安心感があるので、現地での交友関係を心配する必要は全くありません。しかし、他大学を含め日本の留学生が非常に多いので、日本人とは取捨選択をして交流すべきだと思います。</p>   |
| <p>学習内容・勉強について</p>               | <p>ディスカッションや共同プレゼンテーションが多く英語で話す機会が多かったです。現地学生の英語レベルも高く、最初はついていくのが難しかったです。予習復習をしっかりとやれば対応できます。みんな友達になってくれるので授業に行くのが基本的に楽しかったです。</p>   |

|  |   |
|--|---|
| <p>課題・試験について</p>                       | <p>宿題がある授業が多く、また多くがグループワークなので授業以外でタイ人学生と作業をすることが多かったです。試験は単位を取ることは難しくありませんが、Aを取るのは日本より厳しいという印象を受けました。</p>   |
| <p>大学外の活動について</p>                      | <p>駐在員のラグビー部の練習、試合に参加したり、女子ラグビー代表の活動にボランティアとして参加しました。また、タイの田舎でサッカー大会を開くボランティア活動にも参加しました。</p>  |
| <p>ある平日のスケジュール</p>                     | <p>6時30分：起床<br/>7時～9時：ジム<br/>9時30分～12時30分：授業<br/>12時30分～13時30分：昼休み<br/>13時30分～16時30分：授業<br/>16時30分～20時：ラグビー<br/>20時～21時30分：夕食・帰宅<br/>22時～24時：予習・復習<br/>24時～24時30分：自由時間<br/>24時30分～：就寝</p>   |
| <p>ある休日のスケジュール</p>                     | <p>7時：起床<br/>7時～9時：ジム<br/>9時～12時：勉強<br/>12時～18時：友人と遊ぶ<br/>18時～20時：帰宅・夕食<br/>20時～23時：自由時間<br/>23時～0時：読書<br/>0時：就寝</p>  |
| <p>留学を志す人へ<br/>「これを知っておいて欲しい」と思うこと</p> | <p>以前タイに留学した先輩が言っていた「タイ留学は賭け」という言葉に自分も納得しています。漠然とした理由でタイに来れば、暮らしやすさもあって何も達成できずに終わります。</p> <p>一方で、タイに行く理由を論理的に説明できるのであれば、確実にタイに行くべきです。タイではやりたいことが制限されずに何でもできます。志が高い人ほど貴重な体験ができる場所だと思います。</p> <p>もしタイ留学を考えているけど、留学する目的が曖昧だという人がいれば、自分の好きなこととタイを結び付けて考えるといいかもしれません。まずはその二つの共通点を見つけましょう。(自分はスポーツ×タイ=国際協力でした)そしてそれがタイで学べることであるなら、留学はその手段として最適だと思います。</p> |



