

留 学 報 告 書

留学先国	タイ王国
留学先大学・学部 (和文及び英語)	(和) シーナカリンウィロート大学 (英) Srinakharinwirot University
留学期間	2025年8月～2025年12月
留学した時の学年	4年生(渡航した時の学年)
留学先での学年	4年生(留学先大学で在籍した学年)
帰国年月日	2025年12月30日
明治大学卒業予定年月	2026年3月

留学費用項目	現地通貨(バーツ)	円	備考
授業料	0	0	協定留学のためなし (明治大学への学費のみ)
宿舍費	60,000バーツ	300,000円	5カ月分の合計金額 1カ月: 12,000バーツ
食費	30,000バーツ	150,000円	5カ月分の合計金額 1カ月: 6,000バーツ
図書費	0	0	オンライン教材のためなし
学用品費	14,000バーツ	70,000円	iPad。タイの学生は基本的にiPad を利用している。
教養娯楽費	0	0	
被服費	約2,000バーツ	10,000円	大学の制服購入(シャツ2枚、ス カート1枚、バッジ、ベルト)
医療費	0	0	保険適用のためなし
保険費	-	46,760円	明治大学指定の海外旅行保険
渡航旅費	-	107,910円	
雑費	10,000バーツ	50,000円	
その他(通信費)	1,150バーツ	5,750円	AISのSIMカード
その他(ホテル代)	10,000バーツ	50,000円	入居までに時間がかかったため。
合計	127150バーツ	790,420円	1バーツ=5円で計算

渡航関連

渡航経路	往路: 羽田空港⇒スワンナブーム空港 復路: スワンナブーム空港⇒羽田空港
渡航費用	チケットの種類 JAL、タイ航空 107,910円 (往路: 57,230円/復路: 50,680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。	
SNSで情報収集を行いました。	

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	
アパート	
部屋の形態	<input checked="" type="checkbox"/> 個室 OR <input type="checkbox"/> 相部屋（同居人数： ）
住居を探した方法	
<p>現地の ASEAN センターの方からの紹介。日本でタイの不動産サイトやLINE からある程度の内見予約をしたが、タイの物件は1年契約が基本のため。半年だとあまりいい条件の物件がなかった。そこでASEAN センターの方に相談したところ、以前明治大学の留学生が住んでいた場所を紹介していただいた。5カ月での契約ができる点、ASEAN センターの方とオーナーの方がいつでもタイ語でやりとりができる点、以前留学生が住んでいたという3点に安心し、この物件に決めた。</p>	
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>滞在先は、大学のある隣のラマ9世駅でショッピングモールもあり、かなり充実していた。最初に、駅から歩いて15分ほどかかると聞いたときは驚いたが、タイはバイクタクシー文化が発達しており、家から目的地までドア to ドアで気軽に行けるので、想像していたよりもネックではなかった。実際、大学の往路は毎日バイクタクシーで通学していた。ただ、雨季バイクタクシーを使うのも気が引ける上に、徒歩で豪雨の中歩くのも大変なので、駅チカに越したことはないと思う。ラマ9世駅は大学の友達も住んでいる人が多かった。</p>	
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 <input checked="" type="checkbox"/> 利用した：サミティベート病院 スクンビット	
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。	
ASEAN センター	
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？	
<p>大学が始まってすぐ、ASEAN センターの方からバンコクでの注意点をきいた。23時前には家に帰るように心がけていた。犯罪に巻き込まれたことはない。治安は比較的良い。</p>	
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？	
ターミナル21でAISというキャリアの6か月プランを購入した。大学にもWi-Fiはある。	
現地での資金調達はどのように行いましたか？	
<p>現地で銀行口座を開設し、WISE というアプリで日本の銀行からタイの銀行に送金した。タイは現金か現地のQRコード決済が主流なので、口座の開設をおすすめする。大学の国際部に書類をもらい、それとパスポート、デポジットなどを持って大学内のサイアム商業銀行に行くと簡単に開設できる。</p>	
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。	
特にない。	

進路について

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
マイナビ、ワンキャリア、ビズリーチキャンパス、OpenWork、キャリアセンター 3年生の夏～3月にかけて就職活動をして、就職先が決定してから留学。

学習についてのレポート

留学先で履修した単位数合計（科目数）	本学で認定された単位数合計（科目数）
1 1 単位（4科目）	<input type="checkbox"/> 単位（ 科目） <input checked="" type="checkbox"/> 単位認定の申請はしません（理由：卒業要件の単位数をすでに満たしていて、単位認定の必要がない）

履修した授業科目名（留学先大学言語）	Thai Language for Communication
履修した授業科目名（日本語）	コミュニケーションのためのタイ語
科目設置学部	SWU
履修期間	前期
単位数	3
授業形態（チュートリアル，講義形式等）	講義形式
授業時間数	1週間に230分が1回
担当教員	Dr.Attasith Boonsawasd
授業内容	基礎的なタイ語の読み書き、発音、語彙
試験・課題など	記述式の間中・期末テスト
感想を自由記入	外国人留学生、初学者向けの授業で、タイ語を基礎から学ぶことができる。にぎやかな授業だった。

履修した授業科目名（留学先大学言語）	JAPANESE IN AUDIO-VISUAL MEDIA
履修した授業科目名（日本語）	オーディオビジュアルメディアに関する日本語
科目設置学部	JPN
履修期間	前期
単位数	3
授業形態（チュートリアル，講義形式等）	講義形式
授業時間数	1週間に170分が1回
担当教員	Mr.Yoshifumi Takahashi
授業内容	日タイ間におけるSDGsや文化の違いなどを日本のニュースや講義を通して学ぶ。
試験・課題など	中間・期末テスト フィールドワーク学習によるドキュメンタリービデオ制作・発表 一分間スピーチ

感想を自由記入	日本とタイの違いを知ることができる。また、フィールドワークなど授業外で関わることも多く、タイ人の友達と仲良くなれる。
履修した授業科目名(留学先大学言語)	BUSINESS COMMUNICATION IN MEETINGS
履修した授業科目名(日本語)	会議におけるビジネスコミュニケーション
科目設置学部	ELC
履修期間	前期
単位数	3
授業形態(チュートリアル, 講義形式等)	講義形式
授業時間数	1週間に230分が1回
担当教員	MURRAY LEIGH AYRES
授業内容	会議における効果的なコミュニケーションを学ぶ。
試験・課題など	4回ほどロールプレイングがある。
感想を自由記入	グループワークが非常に多かった。ロールプレイングは役に足りることに少し緊張しますが楽しかった。
履修した授業科目名(留学先大学言語)	Language and Careers in Digital Business and Hospitality
履修した授業科目名(日本語)	デジタルビジネスとホスピタリティにおける言語とキャリア
科目設置学部	LCI
履修期間	前期
単位数	2
授業形態(チュートリアル, 講義形式等)	講義形式
授業時間数	1週間に170分が1回
担当教員	MURRAY LEIGH AYRES
授業内容	デジタルビジネスにおいてどのような視覚表現形式を使えばいいかなどを学ぶ。
試験・課題など	グループ発表
感想を自由記入	グループワークが中心だった。canvaを使用して資料作成し、発表するという流れだった。

留学に関するタイムチャート

2025年 1月～3月	留学決定
4月～7月	留学に向けての準備(ビザなど各種書類や飛行機の手配、住居探しなど)、
8月～9月	渡航、住居確保、履修登録
10月～12月	中間試験、ビザ延長手続き、期末試験、ビザキャンセル手続き、帰国準備、帰国

留学体験記

留学しようと決めた理由	何か新しいことに挑戦してみたかったからです。私は就職活動終了後の4年生での留学だったのですが、就職活動中に大学でやり残したことはないかと考えたときに、思い浮かんだのが留学でした。そこで、最後の機会だと思い、留学を決意しました。
留学のためにした準備、しておけば良かったと思う準備	簡単なタイ語の習得です。大学内の学生とはある程度英語でコミュニケーションを取ることができますが、日常は基本的にタイ語です。そのため、渡航前に自己紹介や屋台やコンビニなど日常で使う簡単なタイ語の習得をお勧めします。
この留学先を選んだ理由	タイの文化に興味があったからです。二年次にゼミでタイ人留学生と交流してから、日本とは全く異なるタイの文化やタイ人の優しい人柄に惹かれ、関心が湧きました。そこで、実際に現地に足を運び、現地学生と交流することでタイ文化を肌で感じたいと考えたためです。 また、成長を続ける東南アジアに身を置くことで自分自身も成長できるのではないかと考えたのも選定理由の一つです。
大学・学生の雰囲気	都心に位置しており、周辺には大きなショッピングモールがあったり、食や娯楽は十分充実しています。大学内も広く、様々な施設が充実しています。また、毎週火、木、金曜日に市場が開かれており、非常ににぎやかです。 学生はみんな明るく、優しく、真面目で勉強熱心な人が多い印象です。
寮の雰囲気	シーナカリンウィロート大学には寮がありません。そのため学生の多くは大学近くのコンドやアパートに一人暮らししています。私も友達も Rama 9 駅に住んでいました。BTS よりも MRT 沿いに住んでいる人が多かった印象です。
交友関係	タイ人はとても優しくフレンドリーで、積極的に話しかけてくれるため、すぐに仲良くなることができました。また、親日が多いという噂は本当で、実際に日本のアニメの話で盛り上がったり、一緒に日本料理を食べに行ったりしました。



バンコクのヤワラート

バンコク市内の公園にてサイクリング

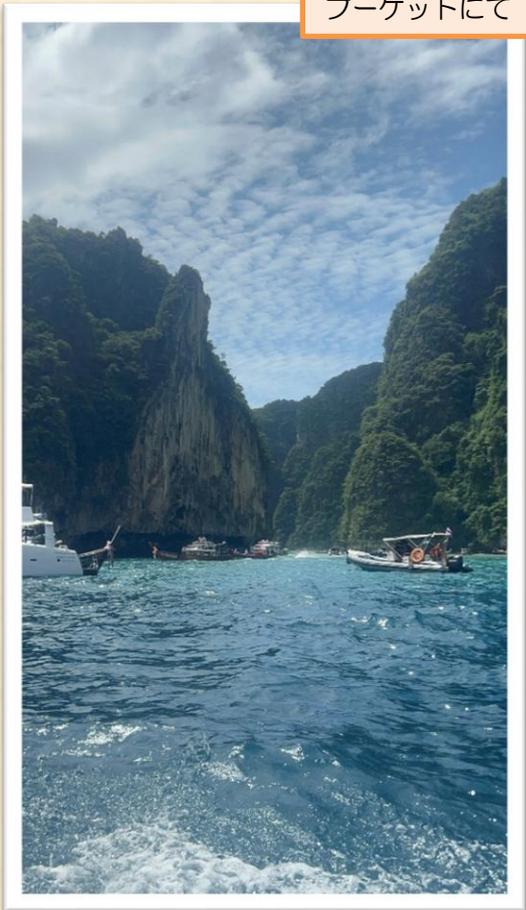


ワット・パクナム

<p>学習内容・勉強について</p>	<p>私は日本語の授業、タイ語を学ぶ授業、二つの英語の授業を履修していました。どの授業もグループワークが中心で発言する機会が多く、様々な友達と交流できました。ただ、授業内は日本語や英語ですが、タイ人学生同士の会話はタイ語が多く内容を理解するのに苦労しました。わからなかったら、すぐ聞けば優しく教えてくれました。</p>
<p>課題・試験について</p>	<p>課題やテストはそこまで難しいものではありませんが、授業内で完結することが少なく、授業外での交流が多いと感じました。かなりの頻度で電話で打ち合わせをしたり、授業前や休日に集まって動画撮影に行ったりなど、一つの授業や課題にかかる労力や時間が日本と比べて多いと感じました。</p>
<p>大学外の活動について</p>	<p>日本語学科の友達のブース出展や課外活動の協力をしていました。また、休日はタイ人の友達と色々な場所に行ったり、タイ国内や周辺の東南アジア諸国に旅行に行ったり、様々な経験をすることができました。</p>
<p>ある平日のスケジュール</p>	<p>9時：起床 ⇒ 12時：昼食 ⇒ 13時30分：授業開始 ⇒ 17時：授業終了 ⇒ 18時：夕食 ⇒ 24時：就寝</p>
<p>ある休日のスケジュール</p>	<p>近くのカフェで勉強したり、友達とSNSで見つけた場所にお出かけしました。</p>
<p>留学を志す人へ 「これを知っておいて欲しい」と思うこと</p>	<p>後悔がないように毎日を大切に過ごしてほしいと思います。私は最初の頃、あまり積極的に行動できず時間を無駄にしてしまったことを後悔しています。せっかくの留学なので、周りがどう思うかなど考えず、自分がやりたいと思ったことに積極的に取り組んでください。</p>



大学のナイトマーケット



ポケットにて