

留 学 報 告 書

留学先国	タイ
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 人文学部 (英) Srinakharinwirot University Humanity
留学期間	2024 年 8 月～2025 年 1 月
留学した時の学年	3 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	2025 年 1 月 16 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 円	協定留学のため無し (明治大学への学費のみ)
宿舍費	57600 ฿	262,626 円	1 月あたり 9600 バーツ
食費	45000 ฿	205,176 円	1 月あたり 250*30=7500
図書費	0 ฿	0 円	オンライン教材のため
学用品費	500 ฿	2279 円	ペン、ノートなど
教養娯楽費	900 ฿	4103 円	リスニング用の Netflix (タイ版) 700 円 * 6 = 4200 円
被服費	1500 ฿	6,839 円	最初に制服が必要になるが日本から黒ズボン、白シャツを持っていけば買う必要はありません (女子は黒系のスカートも可)。厳密な制服ではなく黒ズボン、白色のシャツなら何でもいい (ポロシャツなど)、靴も何でもいい。タイ人はサンダル。ネクタイも学校専用のものがあるが買わなくても問題はない。
医療費			保険があるため無料、病院までの交通費も保険で帰ってくる (後日)
保険費	12358 ฿	56,350 円	明治大学指定の海外旅行保険 (6 カ月分)
渡航旅費	16328 ฿	74,450 円	
雑費			
その他 (SIM カード)	849 ฿	3,871 円	半年分
その他 ()			
合計	135,035 ฿	615,694 円	1 バーツ=4.5 円レート

渡航関連	
渡航経路	往路：大阪（関西国際空港）→バンコク（スワンナプーム）への直行便 復路：バンコク（ドンムアン）→フィリピン（マニラ、ニノイアキノ）→東京（成田）
渡航費用	チケットの種類 エアアジア、セブパシフィック航空 往路 24,380 円 復路 20,150 円+29,920 円 合計 74,450 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。	
地球の歩き方	
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	☒ 個室 OR ☐ 相部屋（同居人数： ）
住居を探した方法	
大学近辺を歩き回って探したが、あまり安い物件はなかった。ネットでも探して電話をかけてみたがほとんどの不動産屋は英語では対応してくれない。基本タイ語。結果として現地の ASEAN センターがおすすめしてくれた部屋の中から選んだ。契約の際も契約書が間違いないかなどは現地の ASEAN センターの職員に確認してもらった。	
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）	
できることならなるべくタイ語を勉強してから渡航をお勧めします。大学の学生はそれなりに英語をしゃべりますが、普通の人たちは基本タイ語のみ。	
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？	
☐ 利用する機会がなかった ☒ 利用した：バンコク病院（日本語ができる看護師、医者がいた）	
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。	
明治大学 ASEAN センターで相談した。	
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？	
現地の学生に危険な場所を聞いた。犯罪に巻き込まれることはなかった。治安はいい方だと思う。	
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？	
インターネットは大学にある。アパートにもあったが日本ほど高速ではない。SIM は MBK センターというショッピングモールで半年間使い放題という SIM を購入した。（半年間で 849 バーツ）	
現地での資金調達はどのように行いましたか？	
現金を日本から持って行った。途中で母がタイに来たのでその際に少し足した。クレジットカードだとキャッシング（一時的な借金）になるためデビットカードを作り現地の ATM で引き出すことをお勧めする。	
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。	
ない	

進路について

進路

☐ 就職 ☒ 進学 ☐ 未定 ☐ その他：

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。

正直、留学先にまで行って就職活動をする必要はあまりないと思う。むしろ留学先でしか体験できないようなことをするために時間を使う方が有益だと思う。帰国してからでも就活は可能。自分は本当に興味のある企業だけ説明会を聞き、あとはマイナビなどにくるスカウト企業を軽く見るだけだった。

学習についてのレポート

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）
11 単位（4 科目）	☒ 11 単位（4 科目） ☐ 単位認定の申請はしません（理由： ）

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）	メディア
科目設置学部	人文学部
履修期間	秋学期
単位数	3
本学での単位認定状況	4 単位認定
授業形態（チュートリアル、講義形式等）	先生が講義したり、学生が発表したり
授業時間数	1 週間に 170 分が 1 回
担当教員	paton 先生
授業内容	日本に関連したCMやテレビ番組を見聞きする。最終レポートではグループを作りドキュメンタリー番組を作った。
試験・課題など	たまに自身が調べたことについての発表がある。
感想を自由記入	タイ人と仲良くなれる。先生が日本語ができる
履修した授業科目名(留学先大学言語)	Japanese for Tourism
履修した授業科目名（日本語）	観光
科目設置学部	人文学部
履修期間	秋学期
単位数	3
本学での単位認定状況	3 単位認定
授業形態（チュートリアル、講義形式等）	講義＋フィールドワーク
授業時間数	1 週間に 230 分が 1 回
担当教員	野坂先生
授業内容	タイのか観光地でどのように日本語で案内するのかを学ぶことができる。タイの歴史や観光地について知ることができる。
試験・課題など	中間試験と期末試験がある。フィールドワーク中に口述試験もある。
感想を自由記入	タイの歴史、文化について知ることができる。タイ人の友人を作ることができる。

履修した授業科目名(留学先大学言語)	Foundation of Psychology
履修した授業科目名(日本語)	心理学基礎
科目設置学部	人文学部
履修期間	秋学期
単位数	2
本学での単位認定状況	2 単位認定
授業形態(チュートリアル, 講義形式等)	基本講義、たまに発表がある
授業時間数	1 週間に 110 分が 1 回
担当教員	Sittipong 先生
授業内容	心理学の基礎的な内容について取り扱う (ex オペラントの条件付けなど)
試験・課題など	レポートが一つ
感想を自由記入	基本タイ語なのでハードルはかなり高い。スライドは英語なのでそれを見ながら頑張って理解する。タイ語の学習のために履修した。

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)	タイ語
科目設置学部	人文学部
履修期間	秋学期
単位数	3
本学での単位認定状況	2 単位認定
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 230 分が 1 回
担当教員	アランプスィット先生
授業内容	タイ語の文字から発音、基本の形までタイ語について学べる
試験・課題など	中間試験と期末試験がある
感想を自由記入	タイ語初級者にお勧め。ほかの国からの留学生も履修しているので留学生友達もできる。

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）

2024 年 1月～3月	タイに留学に行くことが決定する。
4月～7月	タイ留学に向けての情報集め（過去の先輩たちの情報から）留学 VISA の申請、奨学金の申請、保険の申請、飛行機の手配、現地の学校とメールで相談
8月～9月	渡航、住居の確保、履修科目の決定、
10月～12月	中間試験（10月）、留学 VISA の延長手続き、期末試験、帰国準備
2025 年 1月～3月	帰国、留学報告書記入、就活開始

留学体験記

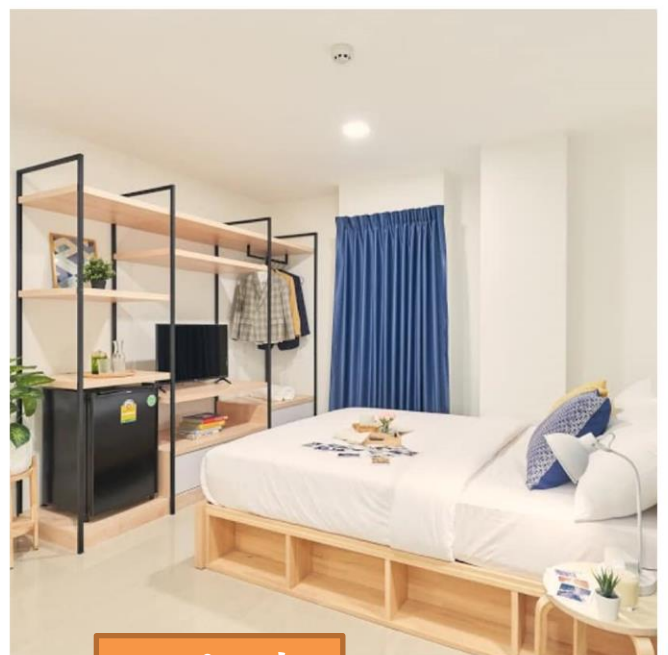
留学しようと決めた理由	私は留学に行く以前から将来的に海外で働きたいと漠然と思っていました。そのように考えた時に学生のうちから長期間海外に住むということを体験しておきたいと思い、留学することを決めました。またタイは以前に何度か行ったことがあったためハードルが低いと思い選択しました。
留学のためにした準備、しておけば良かったと思う準備	語学に関する勉強をもっとやっておけばよかったかと思います。私は情報コミュニケーション学部で英語を多く使うクラスに出席していたので英語についてはあまり問題はありませんでした。しかし、タイでは多くの人がタイ語しか話することができないため、渡航してすぐは全く人々とコミュニケーションが取れず苦労しました。そのためタイ語の学習は必須だと思います。
この留学先を選んだ理由	私がタイに留学することを決めた理由は物価です。ヨーロッパや上海というのも選択肢にはありましたが、物価が非常に高く、費用がかなり掛かりそうだったため、タイを選択しました。ベトナムも選択肢としてはありましたが、タイは何度か行ったことがあり、渡航のハードルが低かったため選択しました。
大学・学生の雰囲気	シーナカリンウィロート大学はタイの国立大学であり、かなり学生数が多いです。多くの人がバンコク以外の地域から来ており一人暮らしをしている学生が多いです。大学内では、多くの学生が友人と一緒におり、1人でポツンという学生が少なかったように思います。大学内にはパン屋、食堂、コンビニなどがあり、毎週火、木には朝市、金曜日の夕方にはナイトマーケットが開かれます。

寮の雰囲気	シーナカリンウィロート大学には寮はありませんが多くのアパートやコンドー（タワマンの部屋みたいなもの）が周辺に存在します。コンドーは少し高いですが月々17000 バーツ（77000 円）ほど払えば大学から近い場所にきれいな部屋を借りることができます。またコンドーにはジムやプールがついているものもあります。もっと安くしたい方は少し大学からは遠くなりますが、アパートもあります。私はアパートに住んでいましたが家から最寄り駅まで1 km、地下鉄で1 駅でした。
交友関係	日本だと留学生に対して少し遠慮してしまうようなところがありますが、タイ人はとてもフレンドリーなので、授業に出ると必ず誰かがどこから来たのだとか、何を学んでいるのかなどと積極的に声をかけてくれました。おかげで難しいとされる友達もすぐにできました。タイ人の友達とは授業後に食堂へ行ったり、家に呼んで鍋パーティーをしたりしました。
学習内容・勉強について	私はタイの文化に興味があり、学びたいと思っていましたが、タイ語の授業を聞き取れるほどのタイ語の能力はなかったため、日本語を勉強しているタイ人に交じってタイの文化や歴史、風俗について学べるような科目を履修していました。また明治大学で心理学について学んでおり、事前に知識があったのでタイ語で行われている心理学のクラスにもチャレンジしていました。
課題・試験について	課題の量はそれほどありませんでしたが、試験の内容がかなり難しかったです。かなり細かい部分が問われるような問題が多かったため、しっかりと対策をする必要がありました。勿論、持ち込みはなしです。特にタイ語の試験はタイ文字で記述するような問題もありかなり苦戦しました。
大学外の活動について	大学外の活動ではシーナカリンウィロート大学が参加する日本関連のイベントにタイ人の学生と一緒に参加していました。みんなでイベントの後はご飯に行ったりして、とても楽しかったです。日本ではあまり有名ではないものがタイでは紹介されており、とても面白かったです。
ある平日のスケジュール	7 時：起床、8 時：バイクタクシーに乗って大学へ、8 時 30 分：授業開始 12 時 30 分：授業終わり→みんなで食堂へ、明治大学 ASEAN センターにてタイ語の勉強、おしゃべり、18 時：帰宅→家の近所で食事、23 時：就寝
ある休日のスケジュール	8 時：起床、10 時：駅の近くにあるスーパーで買い物、お昼ごはん、14 時：映画館で映画鑑賞、18 時：帰宅、23 時：就寝
留学を志す人へ 「これを知っておいて欲しい」と思うこと	留学行く前にできるだけ多くの国の言語を話せるようになっておくといいと思います。そうすると現地の人々はもちろん、他の国から来ている留学生ともかなり仲良くなりやすいと思います。自分も留学前は英語さえできればいいのではと思っていましたが、英語ができたところでタイではタイ語ができなければ生活さえまなりません。他国の言語を日本で習得するのは難しいと思いますが、インターネットを駆使すれば不可能ではないかと思います。インプットを日本にしている間にしておけば留学先が何倍も楽しくなると思います。

ヤワラートの中華街



スコタイの寺院



アパート