

## 留 学 報 告 書

留学先国	インドネシア
留学先高等教育機関名	ウダヤナ大学アカデミックインターンシップ
留学期間	2018年8月～2019年2月
留学を開始した時の学年	3年生

### 留学費用（概算）

授業料（プログラム費用）	およそ 11 万円
保険料	50,108 円
宿舍費（1 か月あたり）	最初の 3 ヶ月はルームシェアのため月約 1 万円，一人暮らし期間は月約 3 万 8 千円
食費（1 か月あたり）	外食代も含めておよそ 2～3 万円あれば毎日好きなものが食べられます
渡航旅費	往復約 14 万円

### 滞在形態関連

#### 1) 種類

アパート，ルームシェア。

#### 2) 部屋の形態

個室，相部屋。最初の 3 ヶ月は明治から一緒に来た子と 2 人でルームシェアをしていました。部屋は広めですが同じ部屋に大きめのベッドが一台とテレビ，棚，机も一台ずつあるだけの部屋です。その部屋とは別にシャワーとトイレが付いていました。

#### 3) 設備

シャワー，トイレ，エアコン，ランドリー，インターネット環境。

【Kos168】（最初の 3 ヶ月間滞在したルームシェア先）

- ・ランドリーは有料(1kg あたり 6000 ルピア)
- ・Wi-fi は居住エリアによって強さが変わるが基本的に弱く，画像の読み込みなどには時間がかかる。LINE などの文字だけのものには特に影響なし。
- ・キッチンが共用で屋外。ガスと水道のみ。
- ・管理人は英語が話せるが付属のワルンで働く人たちやランドリーサービスの人たちは基本的にインドネシア語しか話せない。
- ・冷蔵庫は月+200000 ルピアでつけられる
- ・週一で無料ルームクリーニングがはいてくれる。ただし忘れられていることが多い。
- ・プールやジムが無料で使える。

【White rock lodge】（後半 3 ヶ月の滞在先）

- ・冷蔵庫付属。
- ・毎日無料ルームクリーニングがはいる(水 2 本支給，バスタオル，ベッドメイキング，シャワー室やトイレの掃除などをしてくれる)。
- ・ランドリーは有料(少し高め，衣類の種類や生地によって料金が変わる)。
- ・キッチンは共用で屋内(ガス，水道，共用冷蔵庫，電子レンジ，トースター，フライパンや適当なお皿などが使える)。

<ul style="list-style-type: none"> <li>・管理人は基本的に英語が通じない。</li> <li>・プールが無料で使える。</li> </ul>
<b>4) 住居を探した方法</b>
留学先大学の指定個人的に探した。

現地情報
<b>1) 大学内の医務室／診療所や付属の病院などで医療サービスを受けることは可能でしたか？</b>
はい。
<b>2) 現地で病院にかかったことはありますか？</b>
いいえ。
<b>3) 保険について、現地の医療保険に加入しましたか？</b>
いいえ。
<b>4) 留学にあたり、必須の予防接種はありましたか？</b>
<p>はい。</p> <p>【受けた予防接種】</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・B型肝炎</li> <li>・日本脳炎</li> <li>・破傷風</li> </ul> <p>【受けなかった予防接種】</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・A型肝炎(感染経路が少ないため優先的に受ける必要はないと言われたため)</li> <li>・狂犬病(少し時間をあけて計3度の接種が必要であり、病院にかかった時にはもう出発までに間に合わないと言われたため断念)</li> <li>・マラリア(長期的に飲み薬を接種しなければならなかった上にその費用が高額であったため、医師に確認したところバリ島なら特にマラリアのワクチンを受ける必要性はないと言われたため)</li> </ul>
<b>5) 学内外で問題が発生したときは、誰に相談しましたか？</b>
留学先の友人、日本にいる友人や家族。
<b>6) 現地の治安はどうでしたか？また、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、実際に窃盗等を含む犯罪に巻き込まれた場合、どのように対処しましたか？</b>
<p>日常生活を送る上では、日本と同等の危機管理能力があれば問題ないと感じました。最初の頃はバリは治安の悪いイメージで、携帯を手に持ち歩くことさえ避けていましたがジンバランやヌサドゥアに住んでいて、すりやひったくりの話はほとんど聞いたことがありません。ただ、クタ・レギャン地域はそういった犯罪が多いようなので地域によるのかもしれませんが。</p> <p>また、現地の知人や友人には「夜女の子が一人で出歩いてはいけない」「夜歩く時に肌を露出した服を着ると危険だよ」と頻繁に言われました。当たり前のことですが日本でもしない方がいいことはバリでもしない方がいいようです。実際 GoJek というアプリを使ってバイクに乗る際も、夜バイクに乗っている最中に足などを触られて不快な思いをしたことがあります。</p> <p>インターン中、ホテルの従業員用のロッカーでは盗難がありました。香水やヘアワックス、お金や消臭剤などが盗まれたという話を聞きました。そういった話を聞いたのは一度や二度ではないので注意が必要なようです。話を聞いていると、ロッカー内にぽんと置いておい</p>

たものがなくなってるケースがほとんどなので、バッグの中にきちんと入れておく分には問題ないように思います。ちなみに鍵付きのロッカーは基本社員の人が使っているので私たちは鍵付きのロッカーを使うことができません。貴重品や大金は持ち歩かないことがベストだと思います。

#### 7) 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？

##### 【Wi-fi がある場所】

- きれいなカフェやレストラン
- 居住用アパート(ただし電波のつながりのよさはそのアパートによります。)
- 大型チェーン店(マックやケンタッキー、ピザハットなど)
- インターン先のホテル(本来はゲスト用なのでロッカールームでは電波はよくありません。一応使えるという感じです。)

##### 【Wi-fi が使えない場所】

- 街中
- ワルン
- コンビニ(基本的につながりません)
- スーパー(無料 Wi-fi と書いてあるにもかかわらず使えないところ多数です)
- ウダヤナ大学(Wi-fi はあるらしいし、パスワードも教えてもらえますがなぜかネットにはつながりません)

モバイル Wi-fi か SIM カードがないと不便です。私は 80GB のモバイル Wi-fi をおおよそ 7000 円ほどで購入した半年生活しました。携帯使用時間は長い方だと思いますし、毎日電源をつけっぱなしで生活していましたが容量は十分足りました。(ただし強い Wi-fi があるところや家では自分の Wi-fi ではなく無料 Wi-fi に繋がるようにしていました) ただ、持ち運びの必要がない点や充電切れの心配がないという点でモバイル Wi-fi よりも SIM カードの方が便利だと思います。そちらの方が費用も安く済むと思います。

Wi-fi も SIM も買わずに生活している子もいましたが、出先での待ち合わせがや急な予定変更ができなかったり、好きな時にバイクを呼べなかったりとなにかと不便そうな印象がありました。

#### 8) 現地での資金調達はどのように行いましたか？

持参した現金を換金して生活しました。カード払いができる所ではカードで支払っていました。

#### 9) 利便性、買い物はどうでしたか？また現地では調達できない日本から持っていくべき物がありますか？

基本的には何でも現地調達が可能ですが、私が持って行ってよかったもの、持って行く必要がなかったと特に感じるものだけ書いておきます。

##### 【持っていくべきもの】

- 虫除けスプレー(蚊がたくさんいるので必需品。現地購入不可)
- 殺すタイプの殺虫剤(バリの殺虫剤は基本的に「ひきよせて殺す」タイプ。出てきた 1 匹のゴキブリに殺虫剤をかけるとそれにつられて 5 匹 10 匹と隠れていたゴキブリが出てきたりします。本当にメンタルが折れます。)
- ポケットティッシュ(トイレトペーパーを持ち運ばなくてよくなるので便利。以外と売っていません。余裕があればたくさん持って行くべきです。)
- 筆記用具(書きづらい太いペンしか売ってません)
- 痛み止め(薬は現地調達も可能ですが、私は売っている薬のパッケージがインドネシア語で書いてあるため自力で読めず、成分などもよくわからなかったため自分で薬をもって行ってよかったも思いました。)

・変換プラグ(C型)泊まりでどこか行った際や引っ越し時などになくしたり置いてきたりするので少し多めに持っていてもいいと思います私は3個持って行って2個なくしました。

【持って行く必要がなかったもの】

- ・ドライヤー(ドライヤーは熱を使うもののため海外対応のもの以外は変圧器を使用することができない)(現地で2000円しない程度で購入可能)
- ・変圧器(携帯の充電器やヘアアイロンなどに必要なかったためほぼ使わなかった)
- ・ケトル(現地購入可。2000円程度)
- ・パソコン(大学の授業で使わなかったため一度も使わなかった。動画や映画をよく見る人には必要かもしれません。)
- ・生理用品(大量にもっていく必要はありません。日本製のものがバリ島でも購入できます。)

私はパソコンやケトル、ドライヤーなどを無理に詰め込んで荷物が重くなりすぎたため超過料金を払うことになりました。確実にバリ島で買い揃えた方が安く済んだと思います。重い思いをしてもって行く必要がなかったなと思いました。なんでも安く買い揃えることができるので自分の荷物の重さと相談して持ち物を決めた方がいいです。

10) 授業料(またはプログラム費用)は、どのように支払いましたか?

海外送金。

11) その他、生活等に関して参考となることがあれば教えてください。

- ・トイレトペーパーは基本設置されていないのでトイレトペーパーかポケットティッシュの常備が必要です。
- ・食べ物 Spicy を選ぶと本当に食べられないくらい辛いのがきます。
- ・辛すぎるものを食べると衛生に関係なくお腹を壊します。
- ・普通に衛生問題でお腹を壊すこともしばしばあります。お腹を壊しても何にあたってかわかりません。後半は胃が強くなったのか自分で目利きができるようになったのかほとんどお腹を壊さなくなりました。
- ・水道水は飲めません。カップ麺に使うのもだめです。
- ・お店で陳列されているものでも賞味期限がすでに切れていたりします。一応確認しましょう。
- ・クタエリアで日本語で喋りかけてくる人にいい人はほとんどいません。

### 渡航について

1) 現地空港から滞在先まで、どのようにして向かいましたか?

留学先大学のピックアップサービス。

2) 到着後にオリエンテーションはありましたか?あった場合、どれくらいの期間行われていましたか?

はい。9/5の一度きりです。次の日から普通に授業でした。

### 学習・研究活動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)

履修した授業科目名

Hospitality

授業内容や試験、授業を受けた感想について

授業開催日程に手違いがあったようで全 3 回しか開催されなかった。授業は完全な講義型でディスカッションなども特になし。ホスピタリティというよりはツーリズムに近い内容。単語の説明の時間が長く、試験もなし。あまり新しい知識を得られた実感はない。

#### 履修した授業科目名

Indonesian language and culture

#### 授業内容や試験、授業を受けた感想について

日本語が話せるインドネシア人の先生による授業で、授業自体も日本語で行われた。週に一度の頻度で 10 月頃から始まった。今週がインドネシア語の授業だったら来週はインドネシアの文化、というようにローテーションで進んでいく。インドネシア語の授業は単語の発音や意味をみんなで確認し、簡単な文章を音読。その後先生により文法が説明されるといった流れ。名指しでの発表や例文作成も多い参加型な授業。インドネシア語の単語もたくさん覚えられ、簡単な会話ならできるようになったためすごく役に立つ授業だと感じた。授業自体も楽しく和やかな雰囲気

#### 履修した授業科目名

Hotel management (room division)

#### 授業内容や試験、授業を受けた感想について

フロントオフィスもハウスキーパーよ二部門に分かれて行う授業。(前半後半で二部門が入れ替わるためどちらの部門の授業も受けることになる) フロントオフィス部門ではチェックインやチェックアウトの手続き、ハウスキーパー部門ではベッドメイキングの種類ややり方を実践形式で覚えていく。実践型のテストもあった。

## 留学体験記

<p>留学しようと思った理由や、この留学先を選んだ理由</p>	<p>留学しようと思った 1 番大きな理由は、自分に自信をつけたかったからというものです。私は今までの人生で「何かをやりきった」という経験があまりないように感じていました。大学を休学していたこともあり、自分は人並みに生きられていないのではないかなと思うことも多かったです。また、せっかく大学に入ったのだから「大学に入ってよかった」と思えることがしたいとも考えており、特に私の学部は国際系だったので留学はいいチャンスなのではと考え、意識するようになりました。留学するための TOEFL 基準点や面接があったのも私にとってはよかったです。元々私のスコアは基準点に届いていなかったため、結果がどうであっても面接を受ける資格があること自体がすでに「スコアが基準に届くまで勉強を続けられた」という小さな自信につながったのです。留学しようかしないかはギリギリまで迷っていたのですが、「スコアが基準に届いて少しだけ自信が出たこと」「留学に行ったらこうした小さな自信の積み重ねができるんじゃないか」と思い始めたこと」が決め手となり留学を決意しました。</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>おそらく私は遅い方で、9 月の終わり頃から留学を目指し始めました。それまでほとんど留学を視野にいれていなかったのですが、一度行きたいと思い始めたら止められず TOEFL の勉強をそこから始めました。最初は自分のスコアもわからない上に TOEFL の勉強の仕方すらわからなかったので慌てて一度受けてみてスタートです。スコアは基準点に届いていなかったのですが目指し始めたものを途中で諦めるのも嫌だったので 9 月終わりから 11 月中旬の 2 ヶ月間でうまく期間をあけて 3 度 TOEFL を受けました。最初慌てて受けた TOEFL の次の回で基準点には達したのですが、申し込んだ時点では点数が届くか心配だったので短期間に 3 度もテストを受けることになってしまいました。(2 度目のテストの結果を待ってからの 3 度目の申し込みだと、留学の受付締め切りに間に合わなかったので申し込みせざるを得なかったのです)結果的にスコアが届いたのでよかったのですが、やはりもっと早くから計画的に TOEFL を受けたり、留学を決定するべきだと思いました。その後は書類の提出やビザの取得などで忙しかったためなんだかんだあっという間に過ぎて行きました。</p>
<p>留学中に役立った書籍、ウェブサイト、アプリ等</p>	<p>【GoJek】 留学中に役に立ったアプリは Gojek, Grab という配車アプリです。基本的に移動はこの 2 つのアプリを駆使して行っていました。登録には電話番号が必要です。低価格で手軽にバイクや車を呼べるので必需アプリです。電車やバスなどもないのでこのアプリに頼りきりでした。</p> <p>【Whats App】 それから現地の友人や上司とのメッセージは WhatsApp というメッセージアプリで行われます。これも登録には電話番号が必要です。日本の LINE のようなもので、チャットや電話などを無料で行うことができます。</p>

<p>大学・学生の雰囲気 (職場や同僚の雰囲気)</p>	<p>【Club Millesim(VIP lounge)FB】  仕事内容はゲストを席までエスコートする、オーダーをとる、テーブルの片付け、テーブルセットアップ、帰るゲストを見送る、などです。  バーテンダー以外は全員女性の社員さんで、静かに確実に、といった雰囲気でした。トレイニーは私たち以外ほとんどいないためみんな年上の先輩という印象です。VIP 相手のラウンジなので当然かもしれませんが少しミスをするとかかなり怒られたり、「もういいから立ってて」などと言われたりで厳しい印象でした。ですが上からの指示もあまり統一されておらず、聞く人によって指示が違ふということもしばしば。(Aさんは「ゲストをエスコートしてメニュー渡してオーダーとって」というのにBさんは「オーダーを取る必要はないからエスコートだけして」などと言われます。片方に従うともう片方に怒られるということが何度か続き大変でした。)ランチョンマットの取り替えなども「汚い」の基準がわからず難しかったです。(汚いのを全部変えていたら「これはまだ綺麗なのになぜ取り替えるの?」と言われ、あまり取り替えないようにしていたら「これは汚いのになんで取り替えてないの?」などと言われました)</p> <p>【Banquet】FB  サポートでいく部門。仕事内容はウェディングディナーのお手伝い、ディナー会場のセットや後片付け、ミーティング時のピュッフェ会場でのウェイトレス、ドリンクサーブなど。こちらはトレイニーの子や同年代の子が多く働きやすい雰囲気。とにかく毎回やるのがたくさんあるので忙しいですが、的確な指示ももらえますし、何度も続けているうちに何をどうするべきなのか自分でもわかってきます。綺麗なウェディング会場の設置やディナーショーなどへも参加できるため毎回わくわくしながら仕事することができました。他のトレイニーの子と話ができるのも楽しかったです。</p> <p>【reception】FO  マニュアルや明確な指導などはなく、基本的に放任な職場。自分でやることを見つけなければずっとドアマンになってしまうところでした。仕事内容はドアマン、ウェルカムドリンクのサーブ、ロビーアンバサダー、お食事券作成、お食事券のパソコン情報アップデート、パスポート情報のアップデート、チェックアウトゲストの書類整理、ゲストを部屋までエスコート、カードキーのお届け、忘れ物探し物の手配などです。他の部門よりも直接ゲストと話しをすることが多い部門。緊張感はあるけれど、1番ホテルで働いたと思えるところです。また、ゲストからの要望を直接聞いて対処するポジションなので、ゲストの役に立てた!という実感も強くもてて達成感を味わうことができました。反面自分で対処できない時はなるべく迅速にシニアか他のトレイニーに回さなければならぬので焦ることも多かったです。しかしこのポジションで2ヶ月間働けたのは本当にいい経験だと思っています。</p>
----------------------------------	--

滞在先の雰囲気	<p>【Kot168】          管理人さんがとても親切で面倒見のいい方でした。英語が流暢でコミュニケーションで不便したことはありません。アットホームな雰囲気でごキブリがでて自分たちで対処できないなどの事態になっても快く助けてくれます。施設に問題は頻繁に起こったのですが(電気がつかない, 停電する, ごキブリが大量発生する, シャワー代の下に謎の穴があるなど), その分対処もしっかりしてくれたのでありがたいかったです。</p> <p>【White rock lodge】          kos よりアットホームさはありません。日本のアパートと似たような雰囲気です。あまり管理人さんとの関わりは多くありませんが, 仲が悪いとかそういうわけではなく, なにかあれば助けてくれます。こちら虫が出たなどの事態だけでも部屋までかけてきてくれて対処してくれます。一階に付属のカフェがついているのですが, みんな親切で丁寧です。注文した品を本来はカフェ内で食べるのですが, 住んでる住人には部屋までデリバリーもしてくれますしお皿も部屋に置いておけばルームクリーニングの時に引き取ってくれます。みんなにこやかで接しやすい人ばかりです。</p>
留学先における交友関係	<p>社員さんよりは同じ立場のトレイニーの子たちと仲良くなりやすい環境でした。トレイニーの子たちは大体私たちと同じくらいの年の子で, 私たちと同じように大学のプログラムで来ている子が多かったです。共通点が多い分会話の幅も広がります。また, 同じ環境で働いているので職場の愚痴や, 他のホテルと比べてどうなのかといった話も聞いて面白いです。みんな人懐こいので話しかけてきてくれます。Instagram を交換すると頻繁にストーリーでコメントを送ってきてくれたり, こちらもコメントしたりをしてコミュニケーションがとりやすいです。</p>
留学中に困ったこと, つらかったこと, 大変だったこと	<p>社員さんからの指示があちこちで違っている時は大変でした。1人の人の指示に従うと違う人に怒られて, その人に従うと今度は元の人に怒られて, という状況でした。あまり上での指示が通っていないようでした。それからゲストと関わる際に私が英語をうまく聞き取れず, なんども訳さなければならぬ時は申し訳ない気持ちでいっぱいになりました。それに対して怒鳴ってくるゲストは少ないですがたしかにいますので, 怒鳴られるとかなり悲しくなります。インドネシア人の話す英語とネイティブの話す英語はやはり少し違って, オーストラリアの人がゲストで来たりすると最初は聞き取れないことの方が多かったです。</p> <p>あとはインドネシアのホテルなのでインドネシア語を話せない点でも苦労しました。他のトレイニーの子にはインドネシア語でさらっと指示を出しているシニアさんも, 私たち日本人には英語を話さなければならぬため(意図的ではないのですが)私たちへの指示を避けてくる人もいます。インドネシア語で指示を出した方が確実だし早いのはわかるのですが, 他のトレイニーに対して羨ましく思うことも多かったです。</p>

<p>留学先における学習、課題や試験</p>	<p>課題はほとんどありませんでした。ただしどの授業も筆記テストや実践テストがあつたのでそのための勉強はしました。大学の授業期間は2人でルームシェアをしていたので、ご飯が終わって暇な時間や洗濯中などな2人でテスト範囲の問題を出し合ったりして試験勉強をしました。ルームディビジョンという授業の試験は会話形式(ゲストとフロントオフィスのスタッフ役でのやりとり)だったので1人で机で勉強するよりもよっぽどテスト対策になったと思います。私たちの授業は基本的に実践的なものが多かったので、ホテルでインターンが始まった時に実際に使えるようにしよう!という気持ちで試験勉強に臨んでいました。</p>
<p>大学外の活動(課外活動や自由時間など)</p>	<p>大学の授業期間は本当に自由な時間が多かったので、バリ島の様々なところに足をのぼすことができました。ウルワツ寺院やタナロット寺院、クタビーチやジンバランビーチでの夕日、ウブドの世界遺産グヌンカウィ訪問などをしました。授業期間はあまり現地の学生とかかわる機会がなかったので現地の友達と遊びに行くということはほとんどありませんでしたが、その分旅先であった人と仲良くなったり、案内してもらったりということもしばしばありました。インドネシアの料理や土地に存分にふれることのできる時間があったと思います。インターンが始まってからはあまりでかける時間もとれなくなりましたが、その分休み時間やお昼ご飯休憩などに現地の友達と一緒にご飯を食べたり、写真を撮ったり、お話をしたりなどして楽しむことができました。</p>
<p>留学を志す人へメッセージやアドバイス</p>	<p>インドネシアは日本と比べてとても穏やかに時間が流れます。住んでいる人たちも日本とは違ったあたたかさや人懐こさがあり、とても住みやすい国です。日常生活で使われている言葉がインドネシア語なのでコミュニケーションを取る上で最初は苦労することも多いかもしれませんが、みんなそんなことを気にせずにはんぱん話しかけてきます。あまり人と話すのが得意ではない、という人も仲良くなりやすいです。実際私もあまり人と話すのは得意ではないのですが、インドネシアの人たちのおかげで時々つらくも基本楽しい生活を送ることができました。また、どうしてもつらい時には日本にいる仲のいい友達や、一緒に留学にきた友達と話すことでかなり心が楽になります。私はこの留学を通じて一生仲良くしたいと思える友達もできました。ありがちな話ですが、困難を共に乗り越えた友達には本当に心を許せるようになるものです。言語力やコミュニケーション能力の養成以外にもたくさんの大事なものを得られる機会になると思います。もし留学に行こうか迷っている、という人がいたら私はぜひおすすめしたいです。頑張ってください。</p>

