

【大学間協定留学】 留学報告書

記入日	2024年2月6日
明治大学の所属学部・研究科 ※学部・学科・研究科・専攻等	商学部
留学(渡航)した時の学年	4年生
帰国年月日	2024年1月29日
明治大学卒業予定年月	2024年3月
留学先大学について	
留学先国	フィリピン
留学先大学	フィリピン大学ディリマン校(日本語名) University of the Philippines Diliman(現地言語名)
現地使用言語/ 授業使用言語	タガログ語・英語/英語
留学期間	2023年9月～2024年1月
留学先大学で在籍した学年	4年生
留学先の所属学部等	<input type="checkbox"/> 特定の学部・研究科等に所属している(以下に学部等名を記入) ※学部等名 日本語名: 現地言語での名称: <input checked="" type="checkbox"/> 特定の学部等に所属せず様々な学部等の授業を履修している <input type="checkbox"/> その他:
形態	<input checked="" type="checkbox"/> 国立 <input type="checkbox"/> 公立 <input type="checkbox"/> 私立 <input type="checkbox"/> その他:
学年暦 ※記入例: 1 学期: 4 月上旬～7 月下旬 2 学期: 9 月中旬～2 月上旬	1 学期: 9 月中旬～1 月中旬 2 学期: 2 月中旬～6 月下旬 3 学期: ～ 4 学期: ～
学生数	24845 人
創立年	1908 年

留学費用			
留学費用項目	現地通貨 (ペソ)	日本円	備考
授業料	0	0 円	協定留学のため
宿舍費	75000	195000 円	以下 1 ペソ=2.6 円、5 か月分で計算 コンドミニアム借りて生活
食費	35000	91000 円	自炊と多少の夕食込み
図書費	5000	13000 円	月 1~2 冊を Kindle で購入
学用品費	500	1300 円	ペンやノートを買い足した程度
携帯・インターネット費	6500	16900 円	ポケット wi-fi を購入した
現地交通費	15000	39000 円	2 人乗りバイクと電車を常に利用(□大 学まで徒歩・自転車)
教養娯楽費	15000	39000 円	月 8000 円程度で十分楽しめる
被服費	1000	2600 円	日本から持ってきたものでほとんど生活 が可能だった
医療費	0	0 円	保険を利用したため0円
保険費	19230	50000 円	形態:東京海上日動
渡航旅費	16000	41600 円	往復で格安航空会社を利用した
ビザ申請費	19230	50000 円	観光ビザ延長+SSP+ACR-Iカード
雑費	7500	19500 円	月 1500 ペソほどで計算
その他	30000	78000 円	セブとコタキナバルへの旅行
その他		円	
合計	244960	636900 円	

渡航関連

渡航経路

往路 出発地: 成田 目的地: マニラ 経由地:

復路 出発地: マニラ 目的地: 成田 経由地:

渡航費用

① 往復チケットを購入した場合
航空会社:

料金:

② 片道ずつチケットを購入した場合
往路 航空会社: セブ・パシフィック航空 料金: 17470 円

復路 航空会社: フィリピンエアアジア 料金: 23050 円 ∴合計: 40520 円

航空券購入方法

旅行代理店(店名:)

インターネット(サイト名: Trip.com)

その他()

滞在形態関連

1) 種類(留学中の滞在先)(例: アパート、大学の宿舍等)

学生寮(寮の名前:) アパート ホームステイ

2) 部屋の形態

個室 相部屋(同居人数 0)

3) 共有部分

バス トイレ キッチン(自炊可 自炊不可)

4) 住居を探した方法:

Web サイト、Facebook

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)

大学から3キロほど離れたコンドミニアムに住んでいましたが、家賃35000円〜とてもきれいな高層階のワンルームを借りることができます。またそのようなコンドミニアムには家具一式はもちろんのこと、プール、ジム、バスケットコート、作業ルーム、シアタールームなどが付属していることが多いので、日本よりも低い家賃で満足度の高い生活が送れると思います。大学の寮は約月5000円〜と安いですが、1人部屋なし、エアコンが完備されていない、汚い水回りを共有しなければならないなどといった日本人には耐えがたい生活が待っています。少しお金を払うだけで上記のような生活から富裕層のような生活ができることを考えると、私としては自らコンドミニアムを賃貸契約することをお勧めします。

現地情報

1) 留学期間中、病気やケガをしましたか。した場合、どこで治療を受けましたか。

(例: 現地の病院、学内の診療所)

なし

あり (治療を受けた場所: オンライン診療)

2) 留学期間中、学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:)

3) 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?

危険情報に関してはインターネットと現地の人からの情報を基に収集した。対策としては財布や携帯をポケットに入れないなどといったとても基本的なもので充分だった。

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: 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。)

自分でSmartという会社のポケットwi-fiの端末を購入し、必要な分だけデータをローディングして使用していたため、困ることはほとんどなかった。建物内や繁華街に行くときたまにつなぐのに大変なことはあったが、全く不便なく使うことができた。

5) 現地での資金調達はどうに行いましたか?

(例: 現地に銀行口座を開け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を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。)

入国時は10万円ほどの現金を持って行ったが、のちに国際対応しているクレジットカードやデビットカードであれば日本の銀行から直接現地通貨を引き出せることが分かったため、もともと利用していた住信SBIネット銀行からデビットカードを使い現金を下ろしていた。ただ現金を下ろすと毎度手数料をとられるため、できる限りカード払いをするように心がけていた。

6) 現地では調達できない日本から持っていきべき物があれば教えて下さい。

日本に売っているものはほとんど現地調達することができるが、品質が日本のものよりはるかに悪く割高なので、自分の生活に必要なと思うものはできるだけ持って行くことをお勧めする。特に電化製品、化粧品、オシャレな服などといった日本の品質が比較的高いものは持っていきべきだろう。逆に歯磨き粉、石鹸などの消費財は現地で購入しても大差がないと思われる。

7) 【授業料負担型の方】授業料の支払方法、支払時期等について教えてください。

(例: 渡航前に自分で指定したクレジットカードで支払った、現地で開設した銀行のチェックで支払った。)

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)

1) 留学先で取得した単位数合計	本学で認定された単位数合計 ※該当項目にチェックのうえ、記入して下さい。
12 単位	<input type="checkbox"/> 単位 <input checked="" type="checkbox"/> 単位認定の申請はしません(理由:最終学年での留学だったため)
2) 履修登録の時期・方法及び履修制限	
<input type="checkbox"/> 出発前 <input checked="" type="checkbox"/> 出発後 <input type="checkbox"/> 派遣先大学の事務室 <input checked="" type="checkbox"/> オンライン <input checked="" type="checkbox"/> メール <input type="checkbox"/> その他() <input checked="" type="checkbox"/> 履修の制限があった:15 単位まで履修可能だった	
3) 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も含めてお書き下さい。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)	履修した授業科目名(日本語)
Statistics 145	統計学 145
科目設置学部・研究科	UP Diliman School of Statistics
履修期間	1 semester
単位数	3
本学での単位認定状況	0 単位認定(本学で認定された単位数を書いて下さい)
授業形態	講義(チュートリアル、講義形式等)
授業時間数	1 週間に 90 分が2回
担当教授	Adrian Matthew Glova
授業内容	回帰分析の理論と使い方を学ぶ
試験・課題等	中間試験・期末試験1回、グループレポート1つ
感想を自由記入	統計学を英語で勉強するのは非常に難しいと感じた。教授は非常に優しい方で留学生である私に配慮してくれた。

履修した授業科目名(留学先大学言語)	履修した授業科目名(日本語)
Psychology 150	心理学 150
科目設置学部・研究科	UP Diliman Department of Psychology
履修期間	1 semester
単位数	4
本学での単位認定状況	0 単位認定(本学で認定された単位数を書いて下さい)
授業形態	講義 (チュートリアル、講義形式等)
授業時間数	1 週間に 180 分が1回
担当教授	Adrienne John Galang
授業内容	人間の性格とそれに起因する行動の理解
試験・課題等	定期的なレポート提出、期末テスト、期末レポート
感想を自由記入	人間の性格をビッグファイブを基に考察し、自分がシミュレーションする人物を掘り下げるのが面白かった。実際の講義時間は2時間ほどだった。

履修した授業科目名(留学先大学言語)	履修した授業科目名(日本語)
English 30	英語 30
科目設置学部・研究科	UP Diliman College of Arts and Literature
履修期間	1 semester
単位数	3
本学での単位認定状況	0 単位認定(本学で認定された単位数を書いて下さい)
授業形態	講義(チュートリアル、講義形式等)
授業時間数	1 週間に 90 分が 2 回
担当教授	Marikit Tara Uychocho
授業内容	職業的な英語を学ぶ
試験・課題等	グループプレゼンテーション3回、グループレポート2回、面接練習
感想を自由記入	仕事をするうえで必要な英語の知識を学ぶことに加え、グループで学内の課題を解決する提案をするワークを行った。

履修した授業科目名(留学先大学言語)	履修した授業科目名(日本語)
PE 2 lawn tennis	体育2 テニス
科目設置学部・研究科	UP Diliman College of Human Kinetics
履修期間	1 semester
単位数	2
本学での単位認定状況	0 単位認定(本学で認定された単位数を書いて下さい)
授業形態	実技 (チュートリアル、講義形式等)
授業時間数	1 週間に 60 分が 2 回
担当教授	Francis Andrew Forbes
授業内容	テニスの実践
試験・課題等	中間実技試験、期末実技試験としてのトーナメント
感想を自由記入	普段の授業で今までやったことがないテニスに触れることができたのは非常に良い経験だったと思う。

卒業後の進路について

1) 進路 ※3 年生以下の方は今後の予定を記載してください。(下記 2 以降は記入不要)

就職 進学 未定 その他:

1) 進路決定の際に活用したウェブサイト、書籍、機関等

Study Portals Master、奨学金サイト

3) 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。就職活動をこれから始める場合は、差し支えなければ現時点で希望する業界、職種等を教えてください。

4) 就職活動中・終了に関わらず、就職活動について感想・アドバイスをお願いします。(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。就職活動をこれから始める場合は、留学経験を通して就職活動に対する意識や希望する就職先の変化等を教えてください。

5) 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。

未定だが海外大学院を志望している

6) 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)をお願いします。

最低でも大学 3 年秋ぐらいから志望校、必要書類などを確認し、準備と英語試験のスコアメイクをするべきである。

7) その他を選択した方は、その進路を選択した理由と、留学希望者に向けたアドバイスをお願いします。

留学に関するタイムチャート

留学するまでの準備、試験勉強、留学中、留学後、特に留学に関連して発生した事項を記入してください。

(例: 語学試験の勉強、選考、出願、ビザ申請・取得、航空券購入、予防接種、滞在先の確保、留学中の中間試験、期末試験、その他イベント等)

留学開始年の前年	1 月 ~ 3 月	
	4 月 ~ 7 月	TOEFL 勉強
	8 月 ~ 9 月	TOEFL 受験
	10 月 ~ 12 月	留学プログラム応募・合格
留学開始年	1 月 ~ 3 月	
	4 月 ~ 7 月	留学準備、協定大学との連絡開始、航空券の購入
	8 月 ~ 9 月	留学準備、住居決定、渡航
	10 月 ~ 12 月	中間試験の勉強、帰国航空券購入
留学/帰国年	1 月 ~ 3 月	期末試験の勉強、帰国準備
	4 月 ~ 7 月	
	8 月 ~ 9 月	
	10 月 ~ 12 月	

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、また、これから留学を志す後輩学生へのアドバイス等、自由に記入してください。

私が留学したフィリピン大学ディリマン校は、一言でまとめるとすれば英語を主言語とする留学先として留学費用、現地での生活、教育レベルに関して最もコストパフォーマンスがよい場所であると考えており、お金の余裕がないが留学をしたい学生にはぜひ候補に入れてもらいたい。

フィリピン大学ディリマン校に留学することの一つ目の強みは、フィリピンという国の費用の安さだろう。上記に私が書いたように、英語が通じる環境で、高級レジデンスに住み、満足のいく食事と設備を楽しみ、2回程の旅行をしたとしても5か月で60万円ほどで事足りてしまう。自分の感覚では切り詰めれば全ての費用を合算しても5か月を50万円ほどでのりきることも可能だろう。しかも、この費用は日本円安(1ドル=145~150円)かつフィリピンの物価高という二重苦があった状況下のものである。対して、もし欧米に留学していたとしたら、同じ生活をする場合少なくとも2倍以上の金額が必要であり、あまり資金に余裕がなかった私のような学生は到底留学するのは困難だったと思われる。もちろん発展途上国である以上、先進国と比較して不便なところは多いが、それを上回るほどの費用対効果を発揮してくれるのがフィリピンへの留学である。

2つ目の利点は、少しお金を払えば日本よりも格段に良い生活を送ることができることである。生活にかかるコスト(住居費、食費、光熱費など)のほとんどは日本よりも安く、しっかりお金を払えば満足のいくクオリティのものを手に入れられる。特に住居に関しては、現地では高級といわれるコンドミニウムに住んだとしても、東京の家賃の2/3ほどで済み、かつジムやプールなどの設備が豊富なところがとても気に入っていた。食事に関しては、アメリカの影響を受けているためジャンクなものが多いが、大学の近くにあるショッピングモールのスーパーで質の良い野菜や果物、肉などを購入し自炊すれば満足のいく食事を楽しむことができる。また言語に関して、全員がタガログ語を使っているが、若い人、大学を出ている人、お金持ちの人であればほとんど英語が通じるだけでなく、お店では英語の利用が多いため、日常会話程度の英語力があればなに不自由なく生活できる。さらに、フィリピン人は全員明るくオープンな性格であり、日本人に非常に親切に接してくれるため、困ったことがあれば助けてくれる。このように低い生活費に加え、英語が通じやすい環境であること、フィリピン人のホスピタリティを考慮すれば、様々な面でフィリピンは生活がしやすい国であるといえる。

最後にフィリピン大学ディリマン校の留学が高いコストパフォーマンスを発揮する理由は、大学自体のレベルの高さである。フィリピン大学ディリマン校はフィリピンの東大ともいわれ、フィリピン中の精鋭たちが集結する場所である。ほとんどの学生が英語を流ちょうに扱える(TOEFL100点、IELTS7.0くらい)のはもちろんのこと、所属学部を熱心に勉強していて非常に刺激になると感じた。またグループワークやプレゼンテーションにおいても、持ち前のコミュニケーション能力と高い知性を武器に自分よりもはるかに良いパフォーマンスをしていたことに驚かされた。それにもかかわらず、明治大学側がプログラムに要求する英語のスコア・GPAともに条件が易しいだけでなくほとんどの人が欧米に目を向けがちなため、実力はあまりないけど非常にレベルの高い人が多い環境で成長したい人には理想的な場所であると考えられる。フィリピン大学ディリマン校は、フィリピンで最もハイレベルな大学で優秀な学生と切磋琢磨できる穴場な留学先であるといえる。

このように、フィリピン大学ディリマン校への留学は費用の安さ、生活の満足度、学習環境のレベルの高さの点で、他のどの留学先と比較しても非常に高い費用対効果を得られる場所であると思う。実をいうと、私は第一志望はウィーン大学であったが、それに落選して第二志望のフィリピン大学ディリマン校になった身だった。しかし、誰も注目していない場所に行ったからこそ、欧米に行くことでは絶対に得られない恩恵を享受することができたと考えている。今後留学を検討されている方はぜひフィリピン大学ディリマン校への留学を視野に入れていただきたい。絶対に後悔はしないと約束する。