

# 国際化サポート海外留学奨励金 留学報告書

(この報告書は、閲覧資料としてホームページに公開されます。また、学内発行の留学関連冊子や、ホームページに情報が掲載されることもありますので、ご了承下さい。なお、資料公開の際は匿名で公開します。)

<b>研修名</b>	VIA ESI プログラム
------------	---------------

留学費用項目	かかった費用 (円換算)	備考 特記事項があれば記入してください。
食費	約 50,000 円	毎日の昼食・夕食代
図書費	2,000 円	予習として読んだ本
学用品費	なし 円	
携帯・インターネット費	5,000 円	Docomo 海外利用パック
現地通学費	不明 円	(研修先まで - 分)
教養娯楽費	約 50,000 円	お土産・交通費・体験など
被服費	円	
雑費	円	
その他	円	例:
その他	円	例:
<b>合計</b>	107,000 円	

## 渡航準備について

<b>1)ピザ等の申込み等で特記すること(困ったこと)はありますか</b>
大学からいただいた説明資料の通りに行えば大丈夫ですが、余裕を持ってやるのが大切だと思う。
<b>2)現地通貨(現金)はどのように準備をしましたか</b>
現金の用意方法: 成田空港での両替 その他用意したもの: <input checked="" type="checkbox"/> クレジットカード <input type="checkbox"/> デビットカード・キャッシュパスポート
<b>3)現地で使用する通信手段(SIM カード、WiFi)はどのように準備しましたか</b>
携帯の契約会社が docomo であったため、海外利用のパックを利用できるように設定を変更し、現地で必要に応じてデータローミングをオンにして使用していた。
<b>4)日本から準備して行き助かったものや、準備したほうが良かったものはありましたか</b>
友達とご飯に行った時に割り勘したり、団体でご飯代徴収されたときにカードだけでは対応ができなかったりして、困る人もいたため、ある程度の量の現金を準備して行くことは必要。

## 現地情報

<b>1)活動中、何らかの問題がありましたか。あった場合、誰に相談しましたか。 (例: 研修の相談窓口、現地の友人等)</b>
<input checked="" type="checkbox"/> なし <input type="checkbox"/> あり (問題の内容や相談した人等:   ) 特記事項:
<b>2)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？</b>
現地の治安や注意すること・法律については事前にネットなどで情報を収集した上で渡米し、加えて、持ち運ぶ荷物は最低限にして肩掛けのバッグのみにした。 また、特に犯罪などに巻き込まれることはなかった。
<b>3)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</b>

使用できない時はカフェに行った。)

インターネットの設備は十分で、外を移動する際を除いて、特に自分で必要がないほど快適な通信環境出会った。

## 滞在形態関連

1) 留学中の滞在先の種類

寮・アパート    ホームステイ    ホテル

2) 部屋の形態

個室    相部屋(同居人数 2人)

3) 共有部分

バス    トイレ    キッチン(  自炊可    自炊不可)

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)

比較的心地よく過ごすことができてよかった。1点困ったこととしてはシャワーの出し方が分からなかった。また、3日に1回の清掃のタイミングでチップを置くなど慣れない習慣があったため、そういった部分は滞在する国の文化に合わせて調べて行く必要があると思う。

## プログラム選択の参考となる点を記載してください

1) 研修先での役立つと感じたプログラムや内容

シリコンバレーの世界トップ企業の役員の話聞くことができ、加えてデザイン思考というイノベーションを生み出す上で注目されている最先端の方法を学ぶことができた。これらは普段行っている活動でも役立つものであり、非常にいい経験になったと思う。

2) 課外プログラムについて

大学訪問や GAFAM の企業の見学をしたことで大学生活のみならず、自分のキャリアも含めて視野を広げることができた。また、世界のトップを見ることができて自分のモチベーションを上げることができた。

3) 滞在先・現地での生活に関すること

ご飯などはほとんど毎日自由だったものの時間が限られていたため、もっと何を食べるのか決めておけば行きたいお店に行けたり、食べたいものを食べたりできたと思う。10日間のプログラムという点とシリコンバレーということもあり生活様式自体はそこまで日本との大きな違いはなかった。

### 留学体験記

この研修先を選んだ理由、研修や生活全般について、後輩学生へのアドバイスなどを自由に記入してください。(200字以上)

まず、この研修を選んだ理由は2つあった。1つ目は自分の将来のキャリアを考える上での視野を海外での経験を通して広げたいという理由、2点目はプログラムのメインテーマである「デザイン思考」を学びたかったという理由であった。この研修に参加してみて、イノベーションに意識があったり、将来に高い志を持っていたりと日本人も含め非常に多様な仲間と出会えた点が最も良かった。また、今回の研修で初めて海外に行ったのだが、最初の海外がアメリカのサンフランシスコということで生活もしやすく、楽しく海外を体験することができたのも良かった。本研修に参加するためには面接というハードルがあるものの高い英会話能力ではなく参加するための動機やモチベーションが大事である上に、プログラム中も心配していたほど英語で困ることもなかったのでぜひ高い志を持つ学生にはおすすめしたい、チャレンジしてみしてほしいと思う。

# 国際化サポート海外留学奨励金 留学報告書

(この報告書は、閲覧資料としてホームページに公開されます。また、学内発行の留学関連冊子や、ホームページに情報が掲載されることもありますので、ご了承ください。なお、資料公開の際は匿名で公開します。)

研修名	VIA ESI
-----	---------

留学費用項目	かかった費用 (円換算)	備考 特記事項があれば記入してください。
食費	28580 円	
図書費	0 円	
学用品費	0 円	
携帯・インターネット費	0 円	
現地通学費	3750 円	(研修先まで ?分) 普段はなし、観光の日だけかかった
教養娯楽費	0 円	
被服費	13000 円	
雑費	2144 円	洗濯一回、部屋クリーニングのチップ、薬
その他	34590 円	例:お土産
その他	円	例:
合計	82064 円	

## 渡航準備について

1)ビザ等の申込み等で特記すること(困ったこと)はありますか 申し込みなどはなるべく早めにやった方がよい。
2)現地通貨(現金)はどのように準備をしましたか 現金の用意方法: 家にあった その他用意したもの: ○クレジットカード ×デビットカード・キャッシュパスポート
3)現地で使用する通信手段(SIM カード、WiFi)はどのように準備しましたか 現地のフリーWi-Fi を使った。
4)日本から準備して行き助かったものや、準備したほうが良かったものはありましたか SIM カード、喉薬(乾燥がひどかった)、日本食インスタントは準備したほうが良かった。 キャッシュレス決済は準備しておいて良かった。

## 現地情報

1)活動中、何らかの問題がありましたか。あった場合、誰に相談しましたか。 (例:研修の相談窓口、現地の友人等) <input checked="" type="checkbox"/> なし <input type="checkbox"/> あり (問題の内容や相談した人等: ) 特記事項:
2)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? 巻き込まれはしなかったが、近くのコンビニに数人で行った際、定員と客が喧嘩を始めて危険な雰囲気だったので直ちにその場を離れた。
3)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。)

フリーWi-Fiがインターネット接続なしになる場合があつて困つた。

## 滞在形態関連

1) 留学中の滞在先の種類
<input type="checkbox"/> 寮・アパート <input type="checkbox"/> ホームステイ <input checked="" type="checkbox"/> ホテル
2) 部屋の形態
<input type="checkbox"/> 個室 <input checked="" type="checkbox"/> 相部屋(同居人数 2 人)
3) 共有部分
<input type="checkbox"/> バス <input type="checkbox"/> トイレ <input type="checkbox"/> キッチン( <input type="checkbox"/> 自炊可 <input checked="" type="checkbox"/> 自炊不可)
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)
滞在先のホテルは Wi-Fi は通じていたので良かった。部屋に冷蔵庫がないので水などのまとめ買いは無理だった。また、毎朝の食事が甘いものばかりで結構きつかったので、自分でスープの素など持って行くことをお勧めする。

## プログラム選択の参考となる点を記載してください

1) 研修先での役立つと感じたプログラムや内容
スタンフォード大学の推奨しているデザイン思考をプログラム全体を通じて学ぶ。デザイン思考は新しいものを製品化する際にとっても役立つプロセスであり、将来起業を考えている人や社会問題への解決策を考える意欲のある人は是非このプログラムに参加すべきだと思う。
2) 課外プログラムについて
課外プログラムはスタンフォードやバークレーといったカリフォルニアにある世界ランキング上位の大学を回ったり、シリコンバレーにある大小様々な企業を訪れて、社会問題への取り組み方を聞く。
3) 滞在先・現地での生活に関すること
滞在先は空港の近くにあるホテルで周辺に幾つか飲食店があつた。カリフォルニアはとても乾燥しているので毎日水を買うことになった。夜になるとそこまで治安は良くないので出かける際は必ず 4 人ぐらいで行動することをお勧めする。また、普段はほとんどカード決済だったが、たまに現地スタッフが現金で徴収してまとめて全員分のご飯を購入することがあつたのである程度現金は必要になる。

## 留学体験記

この研修先を選んだ理由、研修や生活全般について、後輩学生へのアドバイスなどを自由に記入してください。(200 字以上)

私がこの研修を選んだ理由はもともと社会問題に興味があり、シリコンバレーにある有名企業はどのようにその問題を解決しようとしているのか気になったから。また、スタンフォードやバークレーなど有名な大学のツアーがあつたのでそれも魅力的に感じた。メンバーが明治大学だけでなく、京大など日本の様々な大学の人に加え、他のアジアの国の参加者(今回はミャンマーだった)もいるので日常的に英語を使う機会が多いのが他の短期プログラムと違っていいと思った。研修では 2 回プレゼンをする機会があり、パワーポイントを使えると便利だった。もしスマホでパワーポイントが作れるのであれば、重いのでパソコンは必要ないと思う。また、デザイン思考についてプログラムを通して学ぶので少しデザイン思考の本を読んで予習するのもいいと思う。生活に関しては、カリフォルニアはとても乾燥しているので喉薬とのど飴を持って行くことを強く勧める。また、夜は治安があまり良くないので 4 人ぐらいで常に行動すると良い。朝晩は冷えるので分厚目のカーディガンやコートとは別に持つと良い。グラデュエーションディナーは結構フォーマルな格好の人が多かつたので、男子はスーツで女子はワンピースかドレスを持った方がいい。他の国の人と文化交流する時間があつたので日本のお菓子をあげたら大変喜ばれた。店によってはカードしか使えないお店もあつたので、クレジットカードかコード決済を用意するのがいい。また、ホテルにあつた洗濯機は決済方法がなかなか登録できず苦戦したのであまり頼らなくてもいいように下着だけでも日数分持って行くことを勧める。
--