

# 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。)

研修名	エンデラン
-----	-------

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	40,000 円	
図書費	0 円	
学用品費	0 円	
携帯・インターネット費	1,250 円	
現地通学費	0 円	(研修先まで 10 分)
教養娯楽費	0 円	
被服費	12,000 円	
雑費	500 円	
その他	15,000 円	例:お土産
その他	円	例:
<b>合計</b>	<b>68,750 円</b>	

## 渡航準備について

<b>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</b>
特になし
<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: 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>
SIM カードは現地のコンビニ等で調達 WiFi は寮で配布されるものがあるが、回線は悪く、ほとんど使用することはできない状態だった
<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>
味噌汁 →フィリピン料理は、ニンニク等を使用した味付けの濃いものが多いため、刺激が強く、おなかを壊してしまうことがあったため、味噌汁などの日本食を持っていくと安心。あとは、バックのごはんも共に持っていけばよかったと思った。

## 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 type="checkbox"/> なし <input checked="" type="checkbox"/> あり (問題の内容や相談した人等:腹を下してしまったため、保健室に行った。 ) 特記事項: 日本から多めに薬を持っていくのが良い。
<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>
事前に配布された危険度が書かれたマップを参考に行動した。いわゆる観光スポットのような場所でも、金をせびられることは日常茶飯事だったので、目を合わせずに無視したりした。犯罪には巻き込まれなかったが、かばんは常に自分の前にかけてたり、スマートフォンに首掛けストラップをかけたりの工夫をした。
<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。)

寮ではほとんど WiFi を使用することはできない。場所によるが、学校内では割とつながる。SIM カードでの回線が主になるため、不必要に SNS を使用しなくなった。

## 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3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)

寮は広いわけではないが、寝泊まりするだけであれば十分であった。ベッドメイクが滞在中に 1 度しか入らなかつたり、トイレトーパーをもらえなかつたり、WiFi の回線が悪くなかつたり、共同の冷蔵庫に入れていたものがなくなっていたりするなどのトラブルは発生した。これからプログラムに参加する人は、寮に過剰な期待をしなないと良いと思う。どのような問題が発生するかは、実際に生活してみないと分からないが、いずれの問題が発生しても、同居人や寮長に相談をしたりして、対処する必要がある。今回の留学を通して様々な問題への対処能力がついた。

## 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

アクセントトレーニング  
 今までアクセントに着目して勉強したことはなかったが、一日 2 時間アクセントを集中して勉強することで、自分の英語の発音が良くなり、ネイティブにも通じやすくなったと感じることができた。

2) 課外プログラムについて

朝から夜まで、フィリピン内の有名な地点を回るバスツアーのような感じだった。フィリピン内の有名な観光スポットを一日で巡ることができたため、とても充実した一日となった。

3) 滞在先・現地での生活に関すること

フィリピンは、治安についての懸念点が多いと思うが、今回滞在先の寮の周りは、とても治安が良く住みやすい場所だった。他の場所に行くとしても、1 人で行動しない、貴重品の管理を徹底する、など基本的なことを守れば、大きな問題が起こることはないと思う。

### 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)

大学生になり、何となく留学をしたいという思いがあった自分には、値段も他のプログラムに比べて安く、3 週間という期間ということもあって申し込みやすいプログラムだと感じた。実際、3 週間で英語力はそこまで伸びないかもしれないが、英語を用いた授業を一日 7 時間受けて、英語で話すことや聞くことに抵抗を感じる事が無くなった。また、自分のポキャブラリーの低さなどに気づくことができ、帰国後の英語学習の目標ができた。今まで何となく英語を学習していた自分には、刺激を与えることができたのは、とても大きな成果だと思う。また、親元を離れて 3 週間生活をするのは初めてだったのでとても不安だったが、寮で洗濯などもやってもらえるため、生活する上での負担はほとんどなく、快適に過ごすことができた。ほぼ初対面の明大生と共に生活するので、初めはストレスに感じるかもしれないが、一緒に生活する中で、まるで家族のような関係になり、そのような関係性の友達ができただけのもとても良かった。実際に留学することで、英語力向上のほかにも、新たな環境に身を置くことで得られる気づきや経験もあるのだと感じた。特に、春休みなどの長期休暇は留学をするにあたって絶好の機会だと思うので、他のプログラムなどとも比較し、自分に合ったプログラムに参加することをお勧めしたい。

# 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>	エンデラン大学 3 週間(海外語学研修)
------------	----------------------

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	28,000 円	25000円+学食代3000円(3週間)
図書費	0 円	
学用品費	0 円	
携帯・インターネット費	1,400 円	SIM カード代(SIM カード本体+ギガ5GB)
現地通学費	0 円	(研修先まで 徒歩5~10分)
教養娯楽費	円	
被服費	12,000 円	現地のモールで購入
雑費	12,600 円	その他、日用品雑貨等
その他	2,000 円	Grab(現地の配車アプリ)(休日に使用)(一人当たりの費用)
その他	15,000 円	お土産代(お菓子、雑貨等)
<b>合計</b>	<b>71,000 円</b>	

## 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>
ピザの申し込みの際の写真を日本から持って行ったがそれが使えず、現地で改めて撮影した。 背景が白でないといけなかったので、証明写真機や写真館などで用意の方がよい(私は家で撮影したものでNGだった)。 現地で、230ペソ(600円しないくらい)で撮れたのが有難かった。
<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: 日本円を用意して、現地で換金 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>
SIM カードは現地に到着してから、寮近くのコンビニで購入した。 Wi-Fiは、寮の各部屋に用意されるポケット Wi-Fi か学校の Wi-Fi を使用した。
<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>
持って行って助かったもの: サンドル(部屋で履く用やシャワー用)、イヤホン(授業でたまに使う)、日焼け止めや日傘(日差しが強いので海辺など行きたい人は必須)、虫除けスプレー(使っていたおかげか、ほとんど刺されなかった) 準備した方がよかったもの: トートバッグ(通学に便利)、カーディガンや長袖のシャツ 2, 3 枚(学校の施設内がとても寒いので半袖だけだとつらい)、日本のお菓子(先生などに配れる)、日本食(恋しくなる)、胃腸薬や便秘薬(お腹を壊す人が多かった)、お土産袋(大き目のエコバッグがあるとよい)

## 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 type="checkbox"/> なし <input checked="" type="checkbox"/> あり (問題の内容や相談した人等: 高王さん ) 特記事項: 学校のマンツーマン授業の担当だった先生の指導が合わず、変えてもらった。その先生との授業分 4 時間補講を行なった。(朝と夜)
<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>
犯罪には巻き込まれなかった。 街中では盗難が多いと聞いたので、「かばんは前に抱える」「貴重品は肌身から離さない」「必ず複数人で行動する」を徹底した。他にも、知らない人からの声掛けは無視し犯罪に巻き込まれないようにした。

**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。)

寮の Wi-Fi はすぐに壊れてしまい接続が弱く、あまり使い物にならなかった。LINE が送れないほどで、非常に不便だった。学校のものには教室によってつながりやすさが違い、使いにくさはありませんでしたが、寮と比べて使いやすかった。なるべく学校の Wi-Fi を使うか、データ通信を使うようにしていた。

## 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 4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)**

寮の部屋は日本の暮らしと比べ不便な点はありましたが、基本的には快適でした。食事・生活環境・寮の設備や過ごし方についての感想は、以下の通りです。

最初に、食事面について。寮では一切提供がないため、朝昼晩自分で用意する必要があります。近くにコンビニや大きなモールがあるので、食事の選択肢には困らないと思う。昼は大学に学食があるが、近くのモールで調達した方が安く済むので食券を買う必要はないと思った(日替わりですが毎週同じものが出てくるので飽きる)。朝はモール内のスーパーや近くのコンビニで、夜はモール内のレストランやフードコートで食事を済ませる人が多かった。モール内のスーパーには野菜や果物があるので、明大生がよく利用していた。フィリピンの料理はなかなか日本では出会えないものが多いので、現地でたくさん楽しんでほしい。日本のごはんやお菓子を持ってきている人は多かった。日本のお菓子は先生に配るとすごく喜ばれるので持っていくことを強くお勧めする。ごはんは、多少持って行った方が心の支えになると思うが、持っていくかは好みによる(個人的におすすめなのは、ふりかけと味噌汁)。

次に、衛生面について。寮の部屋は 4 人で過ごすには少し狭かったが、学校か外にすることが多いので、広さは大きな問題にはならなかった。月～金は毎日ハウスキーパーが来て、部屋の中を掃除してくれるので有難かった。トイレドベーパーも各部屋に毎日 1 つもらえたのが良かった(たまに忘れられていたが)。よく心配される虫については、部屋に食べかすなどを残さなければ基本的には大丈夫だと思う。一度小さいゴキブリが出ただけで済んだが、寮内の他の部屋ではゴキブリが出たと聞いたので、苦手な人は注意した方がよい。

次に、水回りについて。トイレは日本と違い紙が流せないのが不便だった。シャワーは流れが悪く、よくシャワー室から水があふれていた。水道水が飲み水として使えないので、ミネラルウォーターを買うか、水筒などにウォーターサーバーの水を入れていた。学校や寮にウォーターサーバーがあるので、水筒は絶対あった方がよい。寮で生活する際にコップやマグカップがあると楽だと思う(部屋に置いてあった)。

次に、洗濯や服装について。水・土の週二回洗濯を出す日があり、一人ずつ配られるランドリーバッグに自分の衣服を入れてリストに中身を記載して出すシステムだった。私自身は大きなトラブルはなかったが、洗濯物がほかの人のものと入れ違いになっていたり、衣服が縮んだり、皆と同じタイミングに洗濯物が返ってこなかったりするというトラブルが、友人たちに起きていた。留学時に持っていく服は、何かトラブルが起きても差し支えない衣服にすることをお勧めする。下着や靴下類が一週間分ではたりなかったもので、少し多めに持って行った方がいいと思う(最悪なくなっても現地調達は可能な気もする)。フィリピンの気温は 25～30 度程度なので、半袖で十分過ごせるが、学校の冷房が非常に寒いので、カーディガンや長袖のシャツは 2、3 枚持っていくことを強くお勧めする。後は、たまに少しフォーマル目の服を要求されるので、ワンピースやブラウス(シャツ)を持っているとよい。

次に、寮の設備について。通信設備については、Wi-Fi が各部屋に配られるが、数日でほぼすべての部屋で故障し、私の部屋のものも修理後も電波が弱く、うまく通信できなかった(LINE が送れない等)。部屋の Wi-Fi はあてにならないので、SIM カードを買ってデータ通信を利用するか、学校で Wi-Fi を使うのが賢明。部屋の設備については、大きな不満はなかった。棚だけでなく鍵付きの戸棚があり、収納スペースが多く便利だった。部屋のベッドは 2 段ベッドで、上の人が昇り降りで大変そうだった。コンセントは部屋に 2、3 か所あり、携帯等の充電スペースは確保されていたが、各コンセント最大 2 口までしか利用できないので、寝室で複数人で使いたい場合は延長コードを持って行った方がよい。3階にウォーターサーバーや共有の冷蔵庫・電子レンジがあり、皆よく利用していた。冷蔵庫の中は常に各部屋の人が利用しており中がいつばいで、一度入れると自分のものを探すのが大変だった。他の人が自分のものを食べている可能性があるのが少し怖かった(たまにそういうことがあるらしい)。寮のマネジャーやスタッフの方は優しく、何かトラブルがあるとすぐに対応してくれた。常に誰かがロビーに待機しているというのが、すごく安心だった。セキュリティはしっかりしていたように思う。

これから留学する人へのアドバイスとしては、不便さに対し妥協する気持ちを持つことと衣服類は多めに持っていくことである。日本とは違う国であることを割り切って、普段とは違う環境を楽しみながら過ごすマインドが持てれば過ごしやすくなる。何か忘れても消耗品類や雑貨などは現地で調達できるので、留学先の環境を受け入れることが大切。生活のトラブルとして、洗濯に出したことで衣服類が足りなくなったことがあったので、下着類や靴下は多めに持っていくことをおすすめする(最悪無くなる可能性もある)。

プログラム選択の参考となる点を記載してください



<p><b>1)研修先での役立つと感じたプログラムや内容</b></p> <p>・Accent Training この授業は、先生と一対一で行うもので、配布されるテキストを使って授業を進める。先生が自分の発音を逐一確認してくれて、自分の間違いに気づくことができる。舌や口の動かし方を学び、正しいアメリカ英語の発音を学ぶことができる。図などを使ってどの部分をどう動かすか説明してくれたのがわかりやすかった。日本人の癖ある英語の発音を少し直せた気がする。</p> <p>・Oral Communication この授業は、グループで受けるもので、主に文法事項がメインだった。文法の形を覚えるというよりも、概念から理解して使い方を身につけるという形の内容で、文法について理解を深めることができた。実際に例文を作成して学生が解説したり、小テストを通じて理解を深めたりすることができた。新しい発見があって面白かった。</p>
<p><b>2)課外プログラムについて</b></p> <p>良かった点は、行程が決まっていってバスに乗るだけでいろんな所を回れるところである。有名な観光地に何力所か行ったが、バスガイドの方が丁寧に解説してくれるので、自分で観光するよりも見聞が広がった気がする。私は、博物館や国立公園に行ったり、馬車に乗ったりした。一日で色んな経験ができて楽しかった。特に、夜のレストランで見たショーが印象的だった。レストランではフィリピンの料理をたくさん楽しんだ後に、ショーで火や竹、貝を使った様々な演目を楽しめた。</p> <p>悪かった点は、行程がかなり詰まっていって、一つ一つをじっくり見られなかったことである。見学時間が各場所一時間程度で焦って見て回らなければならなかったのが残念だった。特に、モールに行ったときは中を簡単にみるだけで、買い物ができず残念だった。</p>
<p><b>3)滞在先・現地での生活に関すること</b></p> <p>滞在先の生活は、思ったよりも快適だった。寮の部屋のメンバーと生活リズムが似ていたおかげで、お互いあまり気を遣わずに楽しく生活できた。現地での学校生活はあっという間だった。私のクラスは 8:30~17:30 まで授業があり、朝学校へ行き授業を受け夜ご飯を食べて帰ると一日がすぐ終わってしまった。担当の先生がほぼ毎回課題を出す先生だったので、寮に戻ってから勉強もしていた。気づいたら 3 週間たっていたという感じだったので、1 日 1 日を濃く大切に過ごすことがもう少し出来たらよかったと思った。</p> <p>現地での生活費用については、現金とカードを併用して7万円前後だった。私は現金 3 万円持って行き、現地で両替して使っていた。近くのモールは、フードコートとその近辺の飲食店以外はカードが使えたので、積極的に使っていた。休日に出勤した時も、大きなモールは基本的にカードが使えるので現金は使わなかった。食費は日本円で3万円ほどあれば足りるので、それ以外でどれだけお金を使うかで必要な費用が変わってくる。市内に免税店は見つけられなかったのも、特別に高価な衣服や化粧品などは買おうとは思わなかった。お土産は、スーパーやモールの土産屋さん、空港の売店に売っており、困らなかった。意外と買う時間が取れないので、行く前に多少お土産について調べておくとうれしい。</p>

## 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)

<p>今回の留学に参加した理由は、大学入学後からずっと一度は海外で語学留学をしてみたいと思っており、3 年になりゼミや就活が忙しくなる前のこの時期がチャンスだと思い、参加しました。この研修先を選んだ理由は、寮生活であること・ほかの国と比べて費用が安かったことの 2 つです。</p> <p>初めての海外で、ホームシックになってしまうことや生活環境の違いに戸惑うことを予想していましたが、寮生活で同じ大学の友人と過ごせたことや環境面に苦痛を感じる事が少なかったことで、3 週間語学の勉強に集中して取り組むことができました。寮生活は初海外にはハードルが低く、過ごしやすかったです。</p> <p>ここからは、研修中の経験とアドバイスについて書かせていただきます。</p> <p>学校生活では、グループの授業とマンツーマンの授業の 2 種類があり、それぞれ違った内容を勉強しました。マンツーマンの先生とは、Chatter Boxという会話の授業とAccent Trainingという発音練習の授業があり、どちらも同じ先生だったため、先生ととても仲良くなることができました。雑談などを通じて、フィリピン料理などを知ることができて楽しかったです。授業のトラブルとしては、指導が合わず、マンツーマンの先生を 2 回目から変更して授業を受けたことがありました。最初の先生はコミュニケーションをとりやすく、くれぐれ一方通行の授業でしたが、2 人目の先生は、「質問はない？」などと一回一回声掛けをしてくださり、私の要望にもできる限り応えて授業を進めようとしてくださいました。これから留学に行く人に対してアドバイスをするならば、授業に関して何か先生に変えてほしいことがあれば、すぐに意思表示をして時間を無駄にしないでください。私の場合は、先生変更もすぐに行っていたので、その分の補講もやっていたいただきました(ただ、補講に関しては連絡が遅かったこと、朝と夜に皆よりも早くもしくは遅く授業を受けなければならなかったことが少し辛かったです)。思っているだけでは何も変わらないし、先生にも伝わらないので、自分のためにも即行動した方がいいと思います。</p> <p>生活全般については、研修中、研修後の過ごし方についてです。授業は 1 日7時間あり、英語を勉強し続けることに対し最初は辛さを感じましたが、グループとマンツーマンの授業が交互に行われていたので、あまり退屈せずに授業を受けることができました。毎日復習をしっかりと学びを自分のものにすることができれば、この 3 週間を有意義なものにできると思います。ぜひ毎日英語に必死に向き合ってください。この 3 週間、ずっと毎日英語に触れていることが当たり前ですごくいい経験になりました。研修中は積極的に行動することを心掛け、この機会を存分に生かしてほしいです。何か困ったときには仲間がたくさんいたので質問や相談し合うことができ、すごく助けられました。生活面については、文化の違いに驚くことが多かったです。日本と海外のギャップや文化の違いを学ぶことができ、貴重な経験ができたかと捉えています。多少苦労するかもしれませんが、文化を受け入れてみてほしいです。研修後の生活として、ぜひ英語に触れることを続けてほしいです。日本に戻るとあっという間に英語を使う機会が減ってしまうので、日常的に英語に触れる機会を増やしてほしいです。帰国してから英語を話す機会が無くなってしまい、私も焦りながら勉強法を模索中です。一緒に英語の勉強を頑張りましょう。</p>
---

今回のエンデラン大学 3 週間の海外語学研修に参加して、もっと英語でコミュニケーションが取れるようになりたいという目標ができました。研修前は、単語や文法の勉強だけで精一杯でしたが、英語を自分のものにするためにはコミュニケーションがとれるようになることが必要だと強く感じました。先生と話しているときに、単語や文法がわからず悔しい思いをしたので、その思いをバネに、これからも自分自身で英語の勉強を続けたいと思っています。再び海外に渡航し自分の英語力を試す日を目標に努力を続けたいです。今回背中を押してくれた家族や友達にとっても感謝しています。  
迷ったらず海外語学研修に一度チャレンジしてみてほしいです。参加して後悔はないと思います。

## 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。)

研修名	エンデラン三週間
-----	----------

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	30,000 円	
図書費	0 円	
学用品費	0 円	
携帯・インターネット費	1,000 円	
現地通学費	0 円	(研修先まで 徒歩 10 分弱)
教養娯楽費	20,000 円	
被服費	2,000 円	
雑費	10,000 円	
その他	円	例:
その他	円	例:
合計	63,000 円	もっと節約できます

### 渡航準備について

<b>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</b>
申請していないのでありません。
<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: 現地で換金 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>
現地到着後に sim カードを購入、Wi-Fi は初日に使えなかったです。
<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>
エチケットハサミ(普通のハサミは没収される)、胃薬、風邪薬、クリップ(SIM を抜くときに使う)、延長コード、日本の菓子

### 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 type="checkbox"/> なし <input checked="" type="checkbox"/> あり (問題の内容や相談した人等:   ) 特記事項: のどがとても痛かったのでルームメイトに相談、風邪薬を飲んだら治りました。
<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>
現地の先生が危険なところを教えてくださいました。また、移動はすべて grab を使いました。
<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。)

寮のWi-Fiはとてもひどいのであてにしていけません。学校のWi-Fiは基本的に安定しているので、そこで動画などは見て、メッセージのやり取りなどはSIMを使うといった感じで過ごしました。SIMは7ギガあるので思ったより使えます。最終的に半分くらいは余りました。

滞在形態関連	
1) 留学中の滞在先の種類	
<input checked="" type="checkbox"/> 寮・アパート <input type="checkbox"/> ホームステイ <input 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 4 人)	
3) 共有部分	
<input checked="" type="checkbox"/> バス <input checked="" type="checkbox"/> トイレ <input type="checkbox"/> キッチン( <input type="checkbox"/> 自炊可 <input 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)	
衛生面に関しては日本の環境になれていると辛く感じるかもしれません。トイレはペーパーを流せないのごみ箱に捨ててはいけません。ウォシュレットは付いてなく、変なホースが代わりに付いています(多分使わない方がいい)。シャワーもホースです。水圧も非常に弱いのでリンスなどを流すときは苦戦すると思います。日曜以外は掃除が入ると事前に言われていましたが、実際掃除をしているのか怪しいです。夜はエアコンをつけたままにしているので必ずマスクを着けて寝てください。	

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	
マンツーマンの授業(チャッターボックスとアクセントトレーニング)	
2) 課外プログラムについて	
正直なところそこまで楽しくないです。京都のお寺巡りが好きな人は楽しめるかもしれません。夕食のバイキングはとても美味しかったのですが、勢い余って食べ過ぎるとおなかを壊すので注意。	
3) 滞在先・現地での生活に関すること	
寮の下にあるコンビニやベニスモールのスーパーマーケットには大変お世話になりました。特にスーパーマーケットはクレジットが使えるので、ペソが足りなくてもどうにかになります。	

### 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)

選んだ理由としては安さが一番なのですが、日本からおそらく一番近い英語圏の国なので、今後も行きやすい国としてもフィリピンを選びました。初日から本来止まるはずだった寮でトラブルが発生し、別の寮に一泊したときはどうなることやらと思いましたが、ルームメイトがいたことが一番僕の支えになりました。生活のことはもちろん、授業のことや英語のことについても時に語らい、お互いに切磋琢磨して研修を行えて、とても良い人間関係に恵まれたと思います。授業は7時間と長いのですが、その分先生たちとも仲良くなれます。仲良くなるともっと深い話もしたいと思い、いい相乗効果をもたらしてくれます。生活に関しては細かいことまで述べると、きりがなく多くのことを学び、経験することになります。食やマナー、人間性、気候、どれを切り取っても日本とはかけ離れていることが多く、困惑することもあります。恐れずにチャレンジしてみてください。

最終的に僕はこの研修にとっても満足しております。アメリカやオーストラリアに比べると華々しさには見劣りますが、フィリピンには気温と人々の暖かさがあります。きっといい思い出となるでしょう。



# 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、ご了承下さい。なお、資料公開の際は匿名で公開します。)

研修名	エンデラン大学(派遣)2022春季
-----	-------------------

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	2万 円	
図書費	1千 円	
学用品費	500 円	
携帯・インターネット費	1500 円	Sim の入れ替えに苦戦しました。
現地通学費	0 円	(研修先まで 徒歩10 分)
教養娯楽費	1万 円	
被服費	0 円	夏服約七日分を自宅から持っていました。
雑費	5千 円	
その他	円	例:
その他	円	例:
合計	3.8万 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>
最低でも1週間ほど時間がかかるため、早めに準備を始める必要性を感じた。
<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: 現地についてから、指示に従って両替所で両替してもらいました。 その他用意したもの: <input 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>
Sim カードは、現地に到着後、コンビニにてロードカードと sim カードを購入しました。WiFi は寮が用意してくれました。
<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>
シャンプーとハンドソープはあってよかったと思った。また、自分もっていかなかったもので後悔したものは、薄いジャケットのようなものだと思う。教室の冷房が強めに効いているため、簡単に羽織れるものがあればよかった。

## 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>
寮のロビーの方が近くの危険情報を教えてくれた。また、外出するときは財布などはカバンの中に入れ、体の前で持つようにするなどして対策をした。
<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。)

寮のインターネットはすぐに通信不良の状態になってしまうため、研修中、寮においては WiFi を使用せず、モバイル通信を利用していた。そこまで、通信料はかからない。

## 滞在形態関連

<b>1) 留学中の滞在先の種類</b>
<input checked="" type="checkbox"/> 寮・アパート <input type="checkbox"/> ホームステイ <input type="checkbox"/> ホテル
<b>2) 部屋の形態</b>
<input type="checkbox"/> 個室 <input checked="" type="checkbox"/> 相部屋(同居人数 4 人)
<b>3) 共有部分</b>
<input checked="" type="checkbox"/> バス <input checked="" type="checkbox"/> トイレ <input checked="" type="checkbox"/> キッチン( <input type="checkbox"/> 自炊可 <input checked="" type="checkbox"/> 自炊不可)
<b>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)</b>
相部屋に不安を感じる人もいるかもしれないが、そこまで心配しなくてもいいと思います。むしろ、3 週間一緒に過ごすので、かなり仲良くなれて楽しかったです。最初は、トイレや、シャワーに関して、日本との違いに戸惑うかもしれませんが、少し経てばなれるので大丈夫です。

## プログラム選択の参考となる点を記載してください

<b>1) 研修先での役立つと感じたプログラムや内容</b>
このプログラムの魅力はなんといってもマンツーマン授業です。ネイティブの先生が自分のレベルに合わせて授業をしてくださる点がまず、英語を効率的に学ぶのに適していたと思います。また、とにかく英語でしゃべってみないと先生とコミュニケーションが取れないため、英語を話すことに対する恐怖心が次第に消え、自信が付きます。
<b>2) 課外プログラムについて</b>
課外プログラムとしておこなわれた、週末アクティビティでは、3 週間プログラムの今まで話せていなかった人達と仲良くなれるだけでなく、6 週間プログラムの人たちとも仲良くなることができる機会があり、とてもよかった。また、フィリピンの有名な観光地を巡ることもでき、充実した内容だった。
<b>3) 滞在先・現地での生活に関すること</b>
寮での生活に関しては、寮のスタッフの方もみんな優しく親切で、また、研修に来ている他校の人たちとも仲良くなれるためとても楽しいものでした。近くのショッピングモールには飲食店もたくさんあり、スーパーマーケットもあるため、困りませんでした。また、丸亀うどん、ペッパーランチなどおなじみの飲食店もあるため、よかったです。

### 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、私は、英語を使いコミュニケーションをとることができるようになるための第一歩として、この研修を選びました。1 日 7 時間の授業、そのうち 4 時間はマンツーマン授業という英語漬けの生活が自身の英語発話力の向上に役に立つと思い、この研修への参加を決めました。結論から言えば、3 週間という短い期間では、十分な成長をはっきりと実感できるというレベルには到達しませんでした。しかし、多少文法がおかしくなっても、自信をもって話してみようとすることの重要さを学ぶことができた点は、日本では簡単に学ぶことができない点であり、貴重な経験をできたと感じています。また、現地の方は、日本人に対してとてもやさしいです。そんな方たちに囲まれて生活をする、積極的にオープンマインドでコミュニケーションをとることの大切さ、楽しさを学びました。この研修を通して英語力の土台をつくることのできることはもちろん、現地の雰囲気、オープンマインドの考え方など、現地ではしか体感できないものを体験することができ、また 3 週間という短い期間ではあったが、ともに生活したみんなとすぐ仲良くなることもでき、忘れられない経験ができたと思う。英語を話せるようになりたい、けど留学するには自分の英語力が不安という人は、ぜひこのエンデラン大学のプログラムに参加するとよいと思う。

# 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、ご了承下さい。なお、資料公開の際は匿名で公開します。)

研修名	エンデラン大学(派遣)2022 春季
-----	--------------------

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	18000 円	
図書費	0 円	
学用品費	0 円	
携帯・インターネット費	600 円	
現地通学費	0 円	(研修先まで 徒歩 5 分)
教養娯楽費	3000 円	
被服費	0 円	
雑費	0 円	
その他	3000 円	例: 休日の交通費
その他	5000 円	例: 抗原検査代
<b>合計</b>	<b>29600 円</b>	

## 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>
学校指定のサイズの証明写真を用意しなければならず、その指定のサイズの写真を撮れる写真機が中々なかったこと。
<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: 現地の為替交換所にて必要最低限の金額を用意し、足りなくなったらクレジットカードで支払った。 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>
コンビニで SIM カードを購入した。なおコンビニ以外でもスーパーや街の電化製品を扱っている場所でも購入できる。WiFi は寮で用意してくれる。
<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>
室内の空調が寒いので羽織るものを何着か持って行った方が良い。また食事が日本よりも全体的に脂っこく味付けが濃いので胃腸薬や漢方を持って行った方が良い。

## 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 type="checkbox"/> なし <input checked="" type="checkbox"/> あり (問題の内容や相談した人等: 現地で知り合った日本人の大学生 ) 特記事項: SIM の設定方法について聞いた。
<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>
事前のオリエンテーションで危険地域情報についての説明があったのでそれを踏まえてお金は一か所にまとめない、カバンは前にして持つといった予防措置をとった。また盗難などの被害には巻き込まれなかった。
<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。)

どの地域にいても回線は弱い。そのためモールや大学などのネット回線がしっかりしている場所に行くことをお勧めする。

## 滞在形態関連

<b>1) 留学中の滞在先の種類</b>
<input checked="" type="checkbox"/> 寮・アパート <input type="checkbox"/> ホームステイ <input type="checkbox"/> ホテル
<b>2) 部屋の形態</b>
<input type="checkbox"/> 個室 <input checked="" type="checkbox"/> 相部屋(同居人数 4人)
<b>3) 共有部分</b>
<input checked="" type="checkbox"/> バス <input checked="" type="checkbox"/> トイレ <input checked="" type="checkbox"/> キッチン( <input type="checkbox"/> 自炊可 <input checked="" type="checkbox"/> 自炊不可)
<b>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)</b>
部屋のスペースが思っている以上に狭いのであらかじめその点は考慮していた方が良いでしょう。また、部屋に備え付きのシャワーはお湯が少量しか出ないので注意。トイレの使用に関してはトイレトーパーを流すと詰まる可能性がある点についても注意しておく必要がある。

## プログラム選択の参考となる点を記載してください

<b>1) 研修先での役立つと感じたプログラムや内容</b>
先生と1on1形式で行う Chatter Box という授業では自分から積極的に意見を主張することが求められるため、そういった機械が今までなかった自分にとって良い体験になった。
<b>2) 課外プログラムについて</b>
世界遺産を巡る内容でありフィリピンの文化を深く知る良い機会になった。それだけでなく主要な観光スポットも行き充実したプログラムだったといえる。
<b>3) 滞在先・現地での生活に関すること</b>
気候は過ごしやすく問題ない。治安に関しては危険地域に行くようなことがなければ問題ない。寮から学校へのアクセスも良くまた授業も事前に聞いていた内容通りに行われたため特にトラブルも生じなかった。ただ食事に関していうとおなかを下しやすい人は薬を多めに持って行った方が良いでしょう。

### 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)

<p>選んだ理由は主に 3 つある。1 つ目は価格が他のプログラムに比べ安かったためである。2 つ目は研修先のカリキュラムがスピーキングに特化していたため話すことに抵抗を感じていた自分にとって適した内容だと感じたため。3 つ目は日本と同じアジア圏ということで様々な点(特に人柄)において親しみやすいと思ったから。これからこのプログラムに参加しようと少しでも考えている人は、たとえ話す自信がないと感じていたとしてもそこまで気にする必要はないと思ってほしい。自分も全くスピーキング力はないが先生たちがうまくその部分についてカバーしてくれるので問題ない。大事なことは恥ずかしがらずに積極的に意見を主張するということを留めておいてほしい。</p>
---

# 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>	2022 年度春季短期エンデラン大学(3 週間)短期研修
------------	------------------------------

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	30000 円	
図書費	0 円	
学用品費	0 円	
携帯・インターネット費	1000 円	
現地通学費	0 円	(研修先まで 7 分)
教養娯楽費	3000 円	
被服費	0 円	
雑費	円	
その他	2000 円	例: 土日タクシー代
その他	円	例:
<b>合計</b>	<b>36000 円</b>	

## 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

日本国籍ではないため、9A ビザの事前申請が必要になる。フィリピン領事館に行って面談する時は、すべて英語なので、難しかった。

### 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: 30000 日本円

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

現地着いたらコンビニで sim カードを買った。金額をロードしてデータプランを選択した。

### 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

かゆみ止め類薬

## 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)

なし  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?

危険地域について学校側が事前にまとめてくれた。あとは、自分でも google で調べた。

### 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。)

寮の wifi はほぼ使えないが、エンデラン大学の図書館の wifi は問題なく使える。また、フィリピンはデータが高くないので、一週間 18 ギガのプラン(99 ペソ)を利用して寮で使っていた。

滞在形態関連	
<b>1) 留学中の滞在先の種類</b>	
<input checked="" type="checkbox"/> 寮・アパート <input type="checkbox"/> ホームステイ <input type="checkbox"/> ホテル	
<b>2) 部屋の形態</b>	
<input type="checkbox"/> 個室 <input checked="" type="checkbox"/> 相部屋(同居人数 4人)	
<b>3) 共有部分</b>	
<input checked="" type="checkbox"/> バス <input checked="" 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)	
<b>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)</b>	
マンツーマンの英会話レッスンがあって非常に役に立つと思う。1日7時間で勉強時間が長く、きつと感じる時もあるが、たくさん友達を作って相談し合うことでストレスを発散したほうが良いと思う。	

プログラム選択の参考となる点を記載してください	
<b>1) 研修先での役立つと感じたプログラムや内容</b>	
マンツーマンのレッスン	
<b>2) 課外プログラムについて</b>	
マニラの観光地を回る	
<b>3) 滞在先・現地での生活に関すること</b>	
周辺に大きなモールがあるので、レストランなどには困らないと思う。交通については grab を使うのがおすすめ。	

**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)

マンツーマンレッスンと長時間の学習時間に魅力を感じて選んだ。このプログラムを通じて英語、特に英会話能力が伸びたと感じたほか、フィリピンと日本との違いも実感して、異文化理解力の向上につながると思う。もし、このプログラムを選択するなら、ぜひ学校周辺や寮の中にもならず、積極的にフィリピンの生活や国民性を探りに行っている体験してください。

# 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>	エンデラン大学 3 週間
------------	--------------

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 20000 円	
図書費	0 円	
学用品費	0 円	
携帯・インターネット費	340 円	
現地通学費	0 円	(研修先まで 5 分)
教養娯楽費	8000 円	
被服費	0 円	
雑費	2000 円	
その他	0 円	例:
その他	0 円	例:
合計	40340 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>
特になし
<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: 日本円で 50000 円を持っていき、到着後 venice mall で両替 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>
到着当日寮付近のコンビニを 3 軒回って購入しましたが、結局登録できず大学の WiFi を使用していました。
<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>
インスタントの日本食や箱ティッシュは持っていくと便利だと思います。 洗濯の頻度が少ないのでタオル・バスタオルやパジャマ・下着類は多めに持っていくといいと思います。

## 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 type="checkbox"/> なし <input checked="" type="checkbox"/> あり (問題の内容や相談した人等: 寮のスタッフ) 特記事項: WiFi はすぐ壊れてしまう可能性が高いので、SIM の登録をまわりの人や高王さんに手伝ってもらって確実に進めるといいです。
<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>
しおりにある危険地域には近づかないよう注意しました。
<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。)

寮でポケット WiFi を支給されますが、1 週間に 1 度は壊れてしまうのでスマホは大学の中で基本的には使っていました。私は SIM も登録できず使えませんでした。初めに SIM の登録をしっかりと済ませれば WiFi 環境がなくても使えます。

滞在形態関連	
1) 留学中の滞在先の種類	
<input checked="" type="checkbox"/> 寮・アパート <input type="checkbox"/> ホームステイ <input 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 3人)	
3) 共有部分	
<input type="checkbox"/> バス <input type="checkbox"/> トイレ <input checked="" 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)	
部屋の中はそこそこきれいです。部屋によっては虫が出たり入浴設備が壊れたりするので気を付けてください。日々を生活するには特に支障はないと思います。ルームメイトの相性(朝型・夜型、年齢、生活リズム etc)も割と大切なので、当日部屋が割り振られた後は話しあっておくといいと思います。	

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	
Chatter box は先生と1対1で2時間話し続けるので、聞き取る力や相槌なども身に着けるいい機会だと思いました。Accent training も同じように先生と1対1の授業で、細かく教えてくれるので練習にはちょうどいい授業だと感じます。	
2) 課外プログラムについて	
2週目の土曜日に明治大学みんなでバスに乗って公園や博物館、ショッピングモール、歴史的建造物を見学します。行くところがたくさん用意されていて充実していましたが、その分1つ1つをじっくり見る時間はなかったので忙しかったです。ですが全体的にはとても満足できる field trip でした。	
3) 滞在先・現地での生活に関すること	
7時間授業が組まれているので平日はかなりルーティン化した生活になると思います。3週間のプログラムで行くなら、土日動き回って色々な場所へ行ってみることをお勧めします。1週間目は慣れるのに時間もかかるし食事なども変わるので、大変に感じますが、2週間目からは生活にも慣れて余裕も出てくるので、学校にいる他校の子とも話してみるというんな話がきけて楽しいと思います。	

### 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)

この研修先を選んだのは値段と授業量の多さです。他の国のプログラムも用意されていましたが、一番費用を抑えられるうえに授業時間も一番長いので、コスパよく経験を積めると考えました。実際7時間授業はあっという間に感じてしまうくらい充実していました。しかし先生の質については正直人によって違ってしまうと思います。いい先生も微妙な先生もいるので、もし不満に思えば、遠慮なく変更を求めた方が自分のためになると思ってためらわず高王さんに申し出て下さい。寮での生活は、ホームステイではないのでやはり食費やインターネット利用には難がありますが、ルームメイトはみんないい人で不満なく3週間過ごせました。3週間だと部屋でまとまった行動が多かったように感じます。Section が A と B で分かれていたので、部屋で分かれてしまった場合もルームメイト同士でしっかり連絡を取り合うことが大切だと思います。

# 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>	エンデラン大学派遣型研修
------------	--------------

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	28000 円	
図書費	0 円	
学用品費	0 円	
携帯・インターネット費	840 円	2週間のみ利用
現地通学費	0 円	(研修先まで 5 分)
教養娯楽費	8000 円	
被服費	2300 円	お土産
雑費	8000 円	お土産
その他	2400 円	例: 交通費
その他	円	例:
合計	49540 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>
なし
<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: その他用意したもの: <input checked="" type="checkbox"/> クレジットカード <input checked="" 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>
SIM カードはコンビニで購入。フィリピン在住の担当者が詳しい購入場所を教えるため必ず購入できる。 Wi-Fiは部屋に一つ配られる。しかし時折壊れる。
<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>
担当してくれる先生、ホテルスタッフへの日本からのお土産をたくさん持って行った方が良い。自分は多くもっていかなかったため、十分上げられず非常に後悔した。

## 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 checked="" 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>
授業を担当してくれる先生はほとんどフィリピンの方なので授業の時に危険な場所など聞いた。 またスマートフォンは取られた友人がいたのでスマートフォンは首からかけられるものを用意した方が良い。
<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。)

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。部屋のポケット Wi-Fi は三日に一度程度壊れる。そして修理に一日二日かかるので使えるときが少なかった。そのため常に使いたい人は必ず SIM を買うべき。

## 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 4 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)

四人で一部屋。気は使うが毎日楽しく過ごせた。しかし、人によって寝る時間が異なるため静かに寝れないときもある。繊細な人は三週間でもかなりストレスがかかってしまうと思う。最悪な状況を想像していたほうが気軽に過ごせる。タオルや服を干すための紐があると便利。部屋にコンロも電子レンジもない。電子レンジとお湯は三階にあるが私は一回の部屋だったため使うのに手間がかかった。

## 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

マンツーマンの従業が四時間あるためスピーキング・リスニングが非常に伸びた。

2) 課外プログラムについて

フィリピンの名所を短時間でたくさん回った。夜はフィリピンの伝統舞踊を見ながらの食事。

3) 滞在先・現地での生活に関すること

フィリピンの人々は非常に友好的で時折話しかけられた。時間がゆっくり流れており、せかせかすることはない。

### 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)

他の留学先に比べて1日の学習時間が長く英語のスキルを上げられると思ったため。また、東南アジアのカルチャーを体験したかったから選んだ。結果としてこの二つを達成できた。学習に関しては、平日は毎日7時間英語で会話し、英語で授業をしていたため英語を使うことの壁が下がった。また、土日ではフィリピン的高级街からアンダーグラウンドな町すべてを歩いたり、マニラの観光地をたくさん周れたりしたのでどういった国なのか知ることができた。

これから行く方へのアドバイスは、「自分次第で充実度が決まる」ことである。どれだけ人と関われるかによって、毎日楽しく過ごせるかが変わる。自ら積極的に話しかけ、行動していくことでコミュニティが広がっていき、毎日いろんな人と話すことができる。その会話の中で新しいことが知れたり、フィリピンの方の人柄、文化を学べたりできるのだ。私自身も人に積極的に話しかけることをとても意識した。その中で、どういうふうコミュニケーションをとっていくのがいいか考えていき、最終的には多くの人と交流できた。



# 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>	エンデラン大学(派遣)2022春季
------------	-------------------

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	25000 円	
図書費	0 円	
学用品費	0 円	
携帯・インターネット費	1000 円	SIM 購入
現地通学費	0 円	(研修先まで 5 分)
教養娯楽費	10000 円	
被服費	0 円	
雑費	500 円	
その他	2000 円	例: 日本へのお土産代
その他	円	例:
合計	38500 円	

渡航準備について

<b>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</b>
特にありません。
<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: 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>
SIMカード・現地のコンビニで購入 WiFi・・・寮ではポケットWiFiが支給された。大学内では学内のWiFiが使用できた。
<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>
日本のお菓子など(現地でお世話になる人へのお土産)

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>
・LifeMail Globalや現地の人に聞いての情報収集 ・外出時は常に自分の持ち物に気を配る。最小限のものだけ持っていく。
<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。)

寮の個室のインターネット接続が繋がらないときが多かった。その時はロビーに行って使っていた。

## 滞在形態関連

<b>1) 留学中の滞在先の種類</b>
<input checked="" type="checkbox"/> 寮・アパート <input type="checkbox"/> ホームステイ <input type="checkbox"/> ホテル
<b>2) 部屋の形態</b>
<input type="checkbox"/> 個室 <input checked="" type="checkbox"/> 相部屋(同居人数 4 人)
<b>3) 共有部分</b>
<input checked="" type="checkbox"/> バス <input checked="" type="checkbox"/> トイレ <input checked="" type="checkbox"/> キッチン( <input type="checkbox"/> 自炊可 <input checked="" type="checkbox"/> 自炊不可)
<b>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)</b>
寮では4人部屋でしたが、快適に過ごすことができました。水回りも、日本と比べたら水圧等の問題はあったが、私自身は全く気にならなかった。また、1日1回のゴミ出しと、数日に1回行われるハウスキーピングで清潔感のある部屋で過ごすことができました。寮のフロントにいる現地の方や、他国の学生の方たちもすごく優しくかった。

## プログラム選択の参考となる点を記載してください

<b>1) 研修先での役立つと感じたプログラムや内容</b>
1日4時間(chatter box2 時間・accent trainig2 時間)のマンツーマンレッスンと、3時間(oral communication1 時間・social club2 時間)の合計7時間、毎日英語に触れることになるので、確実に英語に慣れることができる。 特にマンツーマンレッスンは自分が話さないと始まらないので、その時間が4時間も取られていることは貴重だと思う。
<b>2) 課外プログラムについて</b>
2週目の週末にマニラ市を観光した際、教会などを周り、フィリピンの歴史を様々な建物を通して知ることができた。また馬車に乗って街を歩く体験もすることができて良かった。夕食はフィリピン料理をピュッフェ形式で、途中は音楽を聴きながらいただいた。添乗員の方もついていて、とても充実していた。
<b>3) 滞在先・現地での生活に関すること</b>
フィリピンの方は親切な方が多く、外国人だからといって差別されるようなことは全くなかった。また、滞在先の地域には様々なお店があったが、フィリピン料理だけでなく、日本料理や韓国料理なども一定数あり驚いた。私は今回が初めての海外で不安なことも多かったが、現地の人たちのやさしさに助けられた部分も多かったため、初めての海外という方も、挑戦したいと思っただけひ参加してほしいと思う。

### 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)

<p>私は以前から留学してみたいという思いがあり、英語力に自信はなかったものの、3 年生で忙しくなる前のこの時期(2 年生の春休み)を利用して留学することを決めた。</p> <p>このプログラムでは毎日7時間の授業が組まれているため、自身の英語力を伸ばしたい人にとっては最適だと思う。他のプログラムにはない長時間の授業に加え、先生方も親切で、臆せず英語を話すことができる環境が整っているため、英語を話すことへの抵抗感や恐怖がなくなると身をもって感じた。</p> <p>生活面では、英語力を向上させたいという同じ目標を持っている人たちと過ごすので、自分にとってとてもプラスで、刺激ももらっていた。3 週間という期間があつという間に感じるくらい非常に充実したプログラムだった。</p>
--

# 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>	エンデラン大学発話力集中 3 週間プログラム
------------	------------------------

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	20000 円	
図書費	1000 円	
学用品費	0 円	
携帯・インターネット費	1000 円	
現地通学費	0 円	(研修先まで 5 分)
教養娯楽費	15000 円	
被服費	0 円	
雑費	5000 円	
その他	円	例:
その他	円	例:
合計	42000 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>
していない
<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: 現地で両替 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>
現地のコンビニで SIM カード購入 WiFi は寮で支給(つながりにくい)
<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>
近場に出かけるときに使う小さめの鞆 日本食(インスタント)

## 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 type="checkbox"/> なし <input checked="" type="checkbox"/> あり (問題の内容や相談した人等: 日本人アシスタント、先生 ) 特記事項: マンツーマンの担当の先生が一週間来なくてほかのクラスに参加したり代わりの先生に教わったため、進路が大幅に遅れたこと。
<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>
旅レジを活用 特に被害なし
<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。)
インターネット接続は不安定

滞在形態関連
<b>1) 留学中の滞在先の種類</b>
<input checked="" type="checkbox"/> 寮・アパート <input type="checkbox"/> ホームステイ <input type="checkbox"/> ホテル
<b>2) 部屋の形態</b>
<input type="checkbox"/> 個室 <input checked="" type="checkbox"/> 相部屋(同居人数 4 人)
<b>3) 共有部分</b>
<input type="checkbox"/> バス <input type="checkbox"/> トイレ <input checked="" type="checkbox"/> キッチン( <input type="checkbox"/> 自炊可 <input checked="" type="checkbox"/> 自炊不可)
<b>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)</b>
ルームメイトがいることで悩みを共有できたり一緒に宿題をしたりできるため、お互いに支えあいながら楽しく生活することができた。寮のスタッフの人たちも親切でフレンドリーな人ばかりだった。恥ずかしがらずに積極的に話しかけることでたくさんのお会いがあると思う。

プログラム選択の参考となる点を記載してください
<b>1) 研修先での役立つと感じたプログラムや内容</b>
グループクラスでのプレゼンや発表の機会
<b>2) 課外プログラムについて</b>
たくさん友達ができて楽しかった。
<b>3) 滞在先・現地での生活に関すること</b>
寮や学校周辺の治安はよく、危険な場所に行かなければ安全に過ごせる。

### 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)

この研修先を選んだ理由は他の研修プログラムに比べて授業時間が多かったこと、マンツーマン授業が含まれる時間割であったことです。平日は 1 日 7 時間とハードなスケジュールではあるものの、学校は寮からすぐの場所にあり、ショッピングモールも近くにあったので、夕方授業が終わっても夜ご飯等困ることなく快適に過ごせました。寮での生活もスタッフの人たちが優しい人ばかりで学校での悩みを聞いてくれたり、本当に安心できる場所だと感じられる寮でした。WiFi 環境は多少悪かったが、WiFi を使わなければ問題なく携帯も使えました。部屋が、3.4 人のルームシェアだったため、最初は不安だったがすぐに仲良くなることができ、お互いに支えあえたため一人部屋以上に快適な時間を過ごすことができると私は感じました。今後この研修に申し込む方へのアドバイスは、恥ずかしがらず積極的になることです。積極的にいれば沢山色んなお会いがあると思います！
--