

# 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<br>(円換算) | 備考<br>特記事項があれば記入してください。 |
|-------------|-----------------|-------------------------|
| 食費          | 29,510 円        | お土産代も含む                 |
| 図書費         | 0 円             |                         |
| 学用品費        | 0 円             |                         |
| 携帯・インターネット費 | 840 円           |                         |
| 現地通学費       | 0 円             | (研修先まで 5 分)             |
| 教養娯楽費       | 0 円             |                         |
| 被服費         | 708 円           |                         |
| 雑費          | 1100 円          | Grab                    |
| その他         | 円               | 例:                      |
| その他         | 円               | 例:                      |
| <b>合計</b>   | <b>32,158 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>   |
| 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:ショッピングモールにあった両替店で換金した。<br>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、スーパーでロードカードと共に購入した。<br>Wi-Fiは、寮から支給されたポケット Wi-Fi があったので個人的に準備はしていない。   |
| <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>   |
| 薬(風邪薬・胃腸薬・喉の薬)を多めに持っていったのが良かった。<br>屋内はとても寒いので、厚めの上着(カーディガンやジャケットなど)を 2、3 枚持っていく必要があった。<br>日本のお菓子やレトルト食品(ご飯・味噌汁など)をもう少し持って行けばよかった。     |

## 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。<br/>(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: Takao Go さん )<br>特記事項: 体調を崩して熱が出た時       |
| <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>                                |
| 配布されたパンフレットを参考にした。防犯対策としては、貴重品を肌身離さず持ち歩くこと、リュックはなるべく使わないようにしてシヨルダーバックなどの前に抱えられる鞆を使うことを心掛けた。                                |
| <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。<br/>(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 1 週間に 1 回は必ず壊れるし、インターネット接続が非常に不安定であった。寮で使えないことがほとんどだったので、学校に早めに行くなどの工夫をしていた。

## 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>   |
| 部屋は想像よりも綺麗だったが、シャワーの水圧が弱くて不便だった。ベッドは 2 段で広さは問題なかったが、寝心地は良くなかった。ウォーターサーバーと冷蔵庫が 3 階にしかなく、私は 1 階の部屋であったために毎回行くのが大変だった。アドバイスとしては、少し汚くても気にしないなど忍耐力が必要なので、あまり期待しないでいた方が良いと思う。              |

## 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>  |
| 他のプログラムにはない「マンツーマンレッスン」が英語力向上につながると感じた。毎日 4 時間もの授業を受けるので、耳も慣れてくるし、英語の発音も 1 から教えてもらえるからスムーズに話せるようになっていくと思う。                                |
| <b>2) 課外プログラムについて</b>   |
| ガイドがあり、遺跡や建物の歴史などの様々な情報を英語で解説してくれるので自分たちで行く場合には得られない詳細を知ることができ、同時に英語力(特にリスニング力)も鍛えることができるのが良かった。  |
| <b>3) 滞在先・現地での生活に関すること</b>  |
| 寮では調理ができないので、毎日寮の目の前にあるモールで外食をしていた。時々、スーパーにあるサラダバーを利用して野菜を摂取していた。(フィリピンはサラダを食べれるところが少ないので貴重だった)<br>日本料理のお店が結構多かったのも、日本食が恋しくなったらたまに利用していた。 |

### 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)

私がエンデラン大学を選んだ理由はまず、授業時間が十分に確保されていることです。他のプログラムは、グループの授業が 4 時間くらいあるだけだと思いますが、この研修ではマンツーマンレッスンが 4 時間あってそれに加えてグループの授業が 3 時間あり、1 日 7 時間もの間英語を使って授業を受けます。日本ではなかなか経験できないことだし、長時間英語を学びながら実践していくことができるのでとても魅力的に感じました。そして、マンツーマンレッスンがあったことも選んだ理由の 1 つです。実際に受けてみて、現地の先生と会話しながら正しい発音の仕方やたくさんの新たなボキャブラリーなどを教えてもらえたことがすごく良かったです。一方で、グループの授業は先生が授業放棄したり映像を見るだけなどの意味不明な授業をしたりと質がすごく悪かったです。しかし、フィリピンに行くにあたって念頭においてもらいたいことは「自分の思いを言葉にして伝える」ことです。日本だと、多くの人が察してくれて行動してくれますが、フィリピンではやりたいことや困っていることなどを相手にちゃんと伝えないと誰も助けてくれません。そのため、積極的に話しかけたり自ら色々な人に相談をしたりすることが大切だと思います。また、トイレや道路などは汚かったりきちんと整備されていなかったりすることが常なので、そういう所は覚悟しておいた方がいいです。さらに、大学の学食はそこまで美味しい者ではない割に高いので、最初の 1 週間は取ってその後はモールのショップで食べた方が安く済む美味しいと思います。Cafeteria のなかでも学食よりも安く美味しい料理を買うことができるので、そちらを利用していいと思いました。

# 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<br>(円換算) | 備考<br>特記事項があれば記入してください。 |
|-------------|-----------------|-------------------------|
| 食費          | 25,000 円        |                         |
| 図書費         | 1,000 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5 分)           |
| 教養娯楽費       | 0 円             |                         |
| 被服費         | 5,000 円         |                         |
| 雑費          | 5000 円          |                         |
| その他         | 8,000 円         | 例: タクシー代                |
| その他         | 0 円             | 例:                      |
| <b>合計</b>   | <b>45,000 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

ビザ申請は必要ありませんでした。  
パスポート持ってない方は早めに準備することをお勧めします。

### 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: 寮の目の前にあるショッピングモールの換金所で換金しました。  
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

SIM カードは現地のコンビニで購入しました。また WiFi は寮の各部屋に一つずつあり、用意する必要はありませんでした。

### 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

胃腸や喉の薬は持って行って良かったです。また肌寒いときのためのパーカーは便利でした。

## 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)

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?

実際に犯罪に巻き込まれることは私含め全員なかったです。大学の先生や寮の方に危険地域を教えていただき、なるべく荷物を減らして行動するように心がけていました。

### 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。)

ほぼ毎日インターネットの接続は良くなかったです。WiFi を修理に出すこともありましたが、あまり改善されなかったため WiFi を使用せずに使っていました。

## 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 2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>  |
| 滞在先の寮はきれいでスタッフの方も非常に優しい方が多いです。しかしインターネット環境だけは良くないため、期待しないほうが良いです。何かあったら積極的にスタッフの方に伝え、助けてくれます。もし不満や困ったことがあれば、自分から伝える努力をする必要があります。  |

## プログラム選択の参考となる点を記載してください

|   |
|---|
| <b>1) 研修先での役立つと感じたプログラムや内容</b>  |
| マンツーマンレッスンが一日に4時間あるため、英語のスピーキング力は非常に向上しました。またこのプログラムによって人と会話する機会が多いため、積極的な性格になることもできました。  |
| <b>2) 課外プログラムについて</b>   |
| 週末に1回あった課外プログラムでは、マニラにある有名で歴史的な建物を観光しに行きました。ガイドの方もいらっしゃるので、フィリピンの歴史をより深く理解することができました。   |
| <b>3) 滞在先・現地での生活に関すること</b>  |
| ショッピングモールが寮の目の前にあるため、食料調達には全く困りません。また大学の食堂は少し割高であるため、最初の1週間以外は利用しませんでした。また移動手段にはタクシーを使うことをお勧めしますが、タクシーバイクを使うことも経験としては良いかもしれません。 |

## 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)

|   |
|---|
| この研修を選んだ理由は留学初心者にとって選びやすいところでした。日本では英語を学ぶ機会があっても話す機会はあまりないため、スピーキングに力を入れているこの研修はとて私にとって効果的でした。また現地の先生方は優しい方が多く、楽しく授業を受けることができました。そして文化の違いを学ぶ点においても、この研修は最適だと思います。これから留学を検討する方特に初めて留学する方には、このフィリピン留学はおすすめです。 |
|---|

# 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 | エンデラン大学 |
|-----|---------|

| 留学費用項目      | かかった費用<br>(円換算) | 備考<br>特記事項があれば記入してください。     |
|-------------|-----------------|-----------------------------|
| 食費          | 50000 円         | 2 週目以降は学食を利用しなかったため少し高くなった。 |
| 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             | (大学まで徒歩5分)                  |
| 教養娯楽費       | 10000 円         |                             |
| 被服費         | 0 円             |                             |
| 雑費          | 0 円             |                             |
| その他         | 10000 円         | 例: お土産代                     |
| その他         | 5000 円          | 例: 休日の交通費                   |
| 合計          | 76000 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: 寮の近くのショッピングモールで両替<br>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>   |
| 寮の近くのコンビニで SIM を購入した。   |
| <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>   |
| ・割り箸、電子辞書は役に立った。<br>・全体写真を撮る日があるため、フォーマルな服装を 1 着用意してもいいと感じた。  |

## 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。<br/>(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: 個別指導の先生が自分には合わなかった。スタッフの方に相談し、担当講師を変更していただいた。)<br>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>   |
| 日傘を盗まれたが、支障はないと判断し探さなかった。   |
| <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。<br/>(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。)  
寮では部屋ごとにポケット WiFi が配布されるが、すぐにつながらなくなった。

## 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>   |
| 相部屋なうえ、広いとは言えないので個人のスペースはベッドだった。また、虫がよく出るため現地でスプレーを購入することをお勧めする。   |

## プログラム選択の参考となる点を記載してください

|   |
|---|
| <b>1) 研修先での役立つと感じたプログラムや内容</b>  |
| マンツーマンの授業がよかった。特に chatter box は雑談のような授業で、楽しく英語を使うことができた。              |
| <b>2) 課外プログラムについて</b>   |
| スケジュールがタイトなので、十分にまわれない場所もあった。しかし、全体的にフィリピンの歴史・文化をバランスよく学ぶことができたと思う。   |
| <b>3) 滞在先・現地での生活に関すること</b>  |
| ベッドの寝心地が結構いいので快眠だった。<br>トイレトーパーがなくなりかけた時があったため、予備としてスーパーで何個か買うと安心である。 |

## 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)

私がエンデラン大学を選んだ最大の理由は個人指導があることだ。私は英語が苦手で、英語を話すことが怖くなってしまいう現状をどうにかしたいと思っていた。個別指導は自分から話さないと何も進まないという特徴がある。私はその状況を活かして、英語への恐怖心をなくそうと思い、留学することを決めた。

とても充実した毎日を送ることができた。一つアドバイスをするとすれば、「先生が合わなかったらすぐに相談して変えてもらう事」だ。私は最初、私とは合わない方が担当講師になった。そこでスタッフの方に担当講師変更をお願いしたところ、すぐに対応して下さった。新しい先生は教え方も丁寧で、英語を話すのが楽しくなった。ここで諦めていたら私の留学生活は実りあるものにはならなかったと思う。

## 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 3 週間 |
|-----|--------------|

| 留学費用項目      | かかった費用<br>(円換算) | 備考<br>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 5 分)          |
| 教養娯楽費       | 4,000 円         |                         |
| 被服費         | 0 円             |                         |
| 雑費          | 2,000 円         | 生活必需品                   |
| その他         | 0 円             | 例:                      |
| その他         | 0 円             | 例:                      |
| <b>合計</b>   | <b>37,000 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>   |
| 3 週間であるため、ピザの申込みはありませんでした。  |
| <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: 日本で 3 万円程度用意し、現地の両替所で現地通貨を用意しました。<br>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>   |
| コンビニで販売されている SIM カードを購入しました。(日本人学生によって売り切れてしまうことが続出し、少し入手に時間がかかりました。)WiFi は寮で用意していただけますが、すぐに故障します。  |
| <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>   |
| ランニングシューズと運動着は、学校のジムや体育館の利用で活用することができ良かったと感じています。また、少し日本からインスタント食品を持って行くことで、食の飽きを防ぐことができましたと感じているので、持って行けばよかったと思います。                              |

### 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。<br/>(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: )<br>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>                                 |
| 事前学習とインターネット。常にカバンを前にして行動していました。  |
| <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。<br/>(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が不安定で、基本的に SIM のギガに頼ることになります。学校の WiFi は比較的安定していたため、パソコンを利用する際には学校で使うようにしていました。

## 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 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)   |
| 基本的に寮の部屋は写真よりも少し劣ると考えた方がいいと思います。しかし、共用部分でお湯を利用できるため、食事に不安がある人は日本から少しインスタント食品を持参すると良いと思います。  |

## 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  |
| 1on1 レッスン。1 日 4 時間現地の人とコミュニケーションを密に取ることができるため、英語力の向上と現地を知ることができる機会となりました。  |
| 2) 課外プログラムについて   |
| Field Trip につきましては、フィリピンの遺産について詳しく学ぶことができ、大変勉強になりました。しかし、全体的な時間構成が窮屈で博物館やショッピングモールには思うように滞在することができませんでした。また、場所につきましても自分たちで行くことができる範囲であったため、マニラ郊外に行くことができると良かったと感じています。 |
| 3) 滞在先・現地での生活に関すること  |
| 水回り、食事に関しては思っている以上に大変だと感じました。基本的に外食が中心になるため、栄養バランスが気になる人はスーパーでのサラダバーやカットフルーツを利用すると良いと思います。当然ですが、水道水を飲むことはできないため、水の購入が必須であることも知っておくと良いと思います。                            |

## 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)

この研修を選択した理由は「金銭的負担が少ないこと」と「1on1 レッスンが用意されていること」の 2 つです。1on1 レッソンは、集中的に英語力を向上させることができる良い機会になりました。一方で、グループクラスは明治大学生のみでの実施、また、大学には日本人が多く、他はフィリピンや韓国から来ている人であり、本格的な留学というよりも英語学習の 1 つのステップ、海外を知る機会として捉える方が良いと思いました。そのため、留学が初めてで不安な方やそこまで英語力に自信がない方にはマッチすると思いますが、多様な国の人との本格的な交流をしたい、厳しい環境で英語力をさらに伸ばしたいと考えている人であれば、また別の選択肢を検討するといったと思います。



# 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)2022 春季 3 週間プログラム |
|------------|------------------------------|

| 留学費用項目      | かかった費用<br>(円換算) | 備考<br>特記事項があれば記入してください。 |
|-------------|-----------------|-------------------------|
| 食費          | 26000 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             | (研修先まで徒歩 3 分)           |
| 教養娯楽費       | 0 円             |                         |
| 被服費         | 0 円             |                         |
| 雑費          | 6000 円          |                         |
| その他         | 1000 円          | 例: Grab(交通機関)           |
| その他         | 6000 円          | 例: お土産                  |
| <b>合計</b>   | <b>40000 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>  |
|  |
| <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: 現地の両替所(大学前のショッピングモール内)<br>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・ロードカードを現地のコンビニで購入したが、ダウンロードできず Wifi 環境のみで通信可。<br>寮各部屋1台ポケット Wifi が配布される。大学内も一部 Wifi 環境あり。                                      |
| <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>  |
| 薬(特に風邪薬、胃薬、のど・咳止め)、折り畳み傘、サングラス、体温計、レトルトの日本食やお菓子、電子辞書、お茶パック、室内で羽織るもの<br>洗濯日程の関係上タオル類、下着類は予定よりも多めに準備した方がよかった。                            |

## 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。<br/>(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: 風邪症状→研修のサポートをしてくださった高王さんに授業の欠席連絡をした。)<br>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>                                     |
| 自分自身が巻き込まれたことはないが、一緒に来ていた学生は携帯電話の盗難にあっていた。<br>防犯対策: 携帯や財布は必ずウエストポーチに入れ手に持ったままにしない、事前に知らされていた危険地域情報を守る。                          |
| <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。</b>   |
| (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。)

寮のインターネットは不安定、貸出のポケット Wifi は週に 2 度ほど使えなくなり寮の方に何度か修理をお願いした。大学内フリー Wifi が利用できるスペースがあるものの場所によってはとても弱い。  
 現地調達の Wifi やロードカードはあまり信用できなかったため、携帯会社の海外プランに入るのもありだと学んだ。

## 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)

4人の相部屋では協調性が大切であると感じた。寮から大学の距離は徒歩 3 分ほどで便利だった。寮にはハウスキーパーもあり、毎朝掃除に入ってくれるので勉強に集中しやすい。洗濯の頻度が不規則だったので、多めに用意他方が良い。フレンドリーな寮のスタッフといつでも話せるので楽しい。室内はどこも寒いくらいのエアコンが効いているので気をつけた方が良い。

## 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

1on1 授業:他のプログラムにはないので、対面のマンツーマンレッスンを受けたい人はこのプログラムが良い。

2) 課外プログラムについて

マニラ市観光:休日にフィリピンの歴史的な観光地にツアーをした。明大生のグループで回るので安心して郊外を観光できた。

3) 滞在先・現地での生活に関すること

寮の目の前にショッピングモールがあり、レストランでの食事やスーパーで日用品の買い出しにもすぐに行くことができる。

### 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)

私がこのプログラムを選んだ理由は、フィリピンという国や文化に興味があったことと、マンツーマンレッスンを受けられる内容だったからです。初めての海外渡航で不安もありましたが、寮生活でできた友人と過ごしたりマンツーマンの先生と文化を共有したりする時間を通して、少しずつ薄れていきました。フィリピンの方々の温かい人柄とホスピタリティを感じられ、私が当初から興味があった文化という点でも沢山の学びがありました。授業中は1対1で英語しか使えない状況なので、なんとか自分のポキャブラーを使って表現する力が必要でした。たった3週間ではありますが、英語を話すことへの抵抗が少なくなったと感じています。また、フィリピンの中でも治安が良い土地だったので徒歩でショッピングモールに行くことも可能でした。週末には Grab という配車サービスを使って少し遠くのモールでお土産を見たり、ローカルフードを試したりすることもありました。平日は朝から早くから7時間の授業を受けますが、休日には自由に楽しむことができるので、とても充実した留学生活になったと思います。

# 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)2022 春季 3 週間プログラム |
|------------|------------------------------|

| 留学費用項目      | かかった費用<br>(円換算) | 備考<br>特記事項があれば記入してください。 |
|-------------|-----------------|-------------------------|
| 食費          | 30000 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       | 0 円             |                         |
| 被服費         | 1000 円          |                         |
| 雑費          | 1000 円          |                         |
| その他         | 0 円             | 例:                      |
| その他         | 0 円             | 例:                      |
| <b>合計</b>   | <b>34000 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>  |
| ビザを特に準備していないので困らなかった   |
| <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: 現地の両替所<br>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: 現地のコンビニで買った<br>WiFi: 寮の一部屋一台ポケット WiFi が貸し出された   |
| <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>  |
| たくさんポケットティッシュ、除菌シート、ハンドソープ、タオル、シャンプー、水筒  |

## 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。<br/>(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: 現地でスマホを盗まれた。マネージャーに相談した )<br>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>                                 |
| 事前オリエンテーションで配布されたしおりに危険区域が記載されていた。貴重品は肌身離さず持ち歩いた。<br>スマホをすられた。マネージャーに相談して交番に連れて行ってもらいポリスレポートをもらった。ポリスレポートは帰国後保険適用のために必要。    |
| <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。<br/>(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。)

大学の WiFi が使用でき、部屋によってはつながりやすい。寮にいるときはポケット Wi-Fi を使用していたが壊れやすく、復旧に時間がかかった。

## 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 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)

あまり広くない部屋に4人で住むので譲りあいが必要。共有の机で少し宿題をして、寝て、朝ごはんを食べるための部屋なので十分な広さではあった。寮にウォーターサーバーが設置してあったことが一番ありがたい点だった。毎日水筒に冷水をいれて学校にもっていった。お湯もでるので部屋でカップラーメンやインスタント料理が食べられた。また、電子レンジも使用できた。

## 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

毎日7時間授業があり、そのうち4時間のマンツーマンレッスンが一番の魅力だと思う。簡単な会話中心の授業と、発音練習の授業に分けられていて、自分のペースで発話の練習ができるだけでなく先生から正しい発音を丁寧に教えてもらうことができた。

2) 課外プログラムについて

二週目の土曜日にフィールドトリップが用意されていた。全体でバスで移動し、移動費用と食事は研修費用に含まれていた。歴史的建造物を訪れることができたうえ、伝統舞踊が鑑賞できるレストランに行けたので満足度が高かった。

3) 滞在先・現地での生活に関すること

フィリピンは日本に比べて発達していないのではないかと思っていたが、大学周辺は思った以上に発達していて安心した。近くのショッピングモールのスーパーで大体の食材や日用品が手に入る。一番不便だったのはトイレにトイレットペーパーがないことが多々あること。そのため日本から持ってきていたポケットティッシュが非常に役立った。

## 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)

この研修を選んだのは費用の安さと授業の充実度からだった。ほかの国の留学プログラムは一日四時間のクラス授業が一般的なのに対し、この研修では一日七時間の授業がある上にマンツーマンレッスンがあることが他にはない特徴だと思う。はじめは、私が流暢に話せないため先生が困ってしまうのではないかと不安な気持ちだったが、文法的に不十分な英語でも先生が理解してくれることが多く、その安心感からどんどん発話量を増やすことができたので英語力の成長を感じることができた。研修終了後は三週間であっても英語を十分勉強できたといえるので短期で集中的に勉強したい方はおすすめしたい。授業時間は多いが、慣れてきたら放課後に近くのショッピングモールまで足を延ばして買い物や散歩を楽しむことができた。さらに土日は自由なので各自で行きたいところを決めて観光できたので非常に楽しかった。

# 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。)

|     |                  |
|-----|------------------|
| 研修名 | エンデラン大学 3週間プログラム |
|-----|------------------|

| 留学費用項目      | かかった費用<br>(円換算) | 備考<br>特記事項があれば記入してください。 |
|-------------|-----------------|-------------------------|
| 食費          | 35,000 円        |                         |
| 図書費         | 0 円             |                         |
| 学用品費        | 0 円             |                         |
| 携帯・インターネット費 | 1,400 円         |                         |
| 現地通学費       | 0 円             | (研修先まで 5 分)             |
| 教養娯楽費       | 5,000 円         |                         |
| 被服費         | 0 円             |                         |
| 雑費          | 0 円             |                         |
| その他         | 3,000 円         | 例: 交通費                  |
| その他         | 円               | 例:                      |
| 合計          | 44,400 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: 現地で日本円を随時両替した。<br>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>  |
| 現地のコンビニエンスストアで購入した。  |
| <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>  |
| 準備して行き助かったものは、コテや日焼け止め、汗拭きシートで、準備したほうが良かったものは、延長コード。   |

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。<br/>(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:   )<br>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>                                  |
| 現地の引率の方や、寮のフロントの方、マンツーマンの先生から情報を収集し、なるべく危険な場所には行かない(特に夜)、もしくは肩掛けカバンを必ず前に持つという対策をした。   |
| <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。<br/>(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 Wifi が使えず、部屋ではギガも使用できないことがあった。そのため、フロントで(ギガを)使用していた。

| 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 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 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)   |  |
| 寮自体は気温的には冷房があったため割と過ごしやすかったが、虫が出ることが多いので、殺虫剤を持っていくことをおすすめする。また、シャワーなどに不備があった場合は、すぐにフロントに相談すると良いと思った。  |  |

| 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   |  |
| マンツーマンの時間が長いことがかなり役に立った。やはりグループ授業だとなかなか発言する機会がない上、質問もしにくい、マンツーマンだとその点で自分のペースで進めるため、英語力が伸びたと感じた。 |  |
| 2) 課外プログラムについて  |  |
| 全体で行動する際は、時間が限られているため、自由時間内で上手く回れるようにした方が良いと感じた。  |  |
| 3) 滞在先・現地での生活に関すること   |  |
| 困ったことがあればすぐに相談した方が良い。もちろん危機感を持つべきだが、現地の人々との会話からも学ぶことがあるし、思い出になるため、全てシャットアウトする必要はないと感じた。         |  |

### 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)

私が、エンデラン大学のプログラムを選んだ理由は、その費用と内容でした。マンツーマン4時間、グループレッスン3時間と学習時間が他のプログラムと比較して多いのにも関わらず、アジア圏ということもあり、かなり費用を抑えられたためということが正直な理由です。

研修自体に関しては、マンツーマンの先生の質に差があると感じました。そのため、違和感があればすぐに先生を変えてもらうよう相談すべきであると思いました。生活全般に関しては、学習も大切ですが、土日には折角の観光でもあるため、思う存分楽しむことをお勧めします。私は1日で3カ所観光スポットに行きましたが、とても充実していました。また、日本と比べ環境的に不便なことが多いのは理解していましたが、ここでも、何かあればすぐに相談することをお勧めします。wifiや部屋の設備など、寮のスタッフの方が助けてくださったことが多かったです。

最終的にとても良いプログラムであったと感じています。

# 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(3 週間) |
|------------|---------------|

| 留学費用項目      | かかった費用<br>(円換算) | 備考<br>特記事項があれば記入してください。     |
|-------------|-----------------|-----------------------------|
| 食費          | 26500 円         |                             |
| 図書費         | 0 円             |                             |
| 学用品費        | 0 円             |                             |
| 携帯・インターネット費 | 875 円           | SIM カード                     |
| 現地通学費       | 0 円             | (研修先まで 徒歩 10 分)             |
| 教養娯楽費       | 1880 円          |                             |
| 被服費         | 0 円             |                             |
| 雑費          | 450 円           |                             |
| その他         | 2100 円          | 例:週末の交通費(Grab という配車サービスを利用) |
| その他         | 6700 円          | 例:お土産など                     |
| <b>合計</b>   | <b>38505 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>   |
| 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: 現地のショッピングモールにある両替所<br>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 カードは現地のコンビニで購入、Wi-Fi は寮で支給されたポケット Wi-Fi を使用   |
| <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>   |
| カーディガン(教室がかなり寒いためもう少し厚手のものでもよかった)、ノート、薬(胃腸薬を多めに)<br>ハンドソープ、除菌シート、カミソリ、ハンガー<br>室内用スリッパ、寮内移動用サンダル、日本食、日本のお菓子<br>お腹を壊した際に、お腹に優しいものが現地には売っていないことが多いため、日本から持参すればよかった。<br>ファブリーズを持参すればよかった。 |

## 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。<br/>(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: )<br>特記事項: 腹痛が続いたため、大学の保健室を利用する際に現地の日本人学生担当の方に相談した。    |
| <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>   |
| 事前に配布された資料でどの地域が危険か知ることができた。リュックとは別に移動用の小さめのショルダーバッグを持参し、常に自分の目に見える範囲で持っていた。また、リュックで移動する際は前で持った。基本的に常にかばんから目を離さないようにした。幸い、犯罪には巻き込まれなかった。 |

**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。)

寮で配布されたポケット Wi-Fi は途中から壊れてしまって全く使えなかったため、基本的に現地のインターネット接続で対応した。しかし、部屋の位置的に電波がかなり悪く、ほぼ使えなかった。ラインや調べものをする際はロビーか共用スペースにわざわざ行ってインターネットを使うしかなかった。大学では基本的に大学の Wi-Fi を利用した。

| 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>  |  |
| 寮では特に大きな問題なく生活できたと思う。しかし、1 週目にゴミブリが何回か出たため現地で殺虫剤を購入した。部屋の掃除を週に何回か、ゴミの回収をほとんど毎日して下さったのは助かった。しかし、トイレトペーパーが毎日一つずつ(場合によっては言えば多くもらえることもある)しか補充されないため、自分たちで購入したこともあった。エアコンの効きが良すぎて夜は少し寒いこともある。冷蔵庫は利用できるが他の人も使うため、名前を書いたジップロックに入れておくと安心だと思った。寮のマネージャーの方もとても親切で、快く話を聞いてくれたり、現地の情報を教えてくれたりした。<br>授業をするにあたって参加者が二つのグループに分けられ、それぞれのグループで授業の開始時刻が違った。寮の部屋割りによっては生活リズムが異なってくる場合もあるためきちんと話し合うことが必要だと思った。 |  |

| 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>  |  |
| Chatterbox と Accent Training<br>どちらもマンツーマンのレッスンで、Chatterbox では現地の大学が用意して下さった教科書(あるトピックに関する質問や語彙が並んでいる)に沿って先生と話すというもの。身近なトピックから徐々に話しにくい内容になってくるが、話さないと進まないため、何とか英語で意見を伝えることができた。Writing も少しあり、簡単に添削してもらった。もちろん教科書に沿った質問に答えていくだけではなく、そこからさらに話題を広げて個人的な話をするこもあれば、フィリピンについて尋ねることもできた。Accent Training では教科書に沿ってどのように発音するのかを教えてもらった。ある音を発音するとき舌の位置や口の形はどうなっているのか教えてもらったり、教科書に書かれている単語を読み上げたときに間違った発音を直してくれたりした。発音だけではなく、イントネーションや連続発音についても学べた。 |  |
| <b>2)課外プログラムについて</b>   |  |
| 2 週目の土曜日に週末アクティビティがあり、国立自然史博物館、リサール公園、イントラムロスなどを見て回った。ツアーガイドの方のお話はどれもためになるものばかりで、土日は授業がある平日と比較するとどうしても英語に触れる機会が減ってしまう中、英語でフィリピンについて学ぶことができるのはとても良かった。また、安全面を考えると自分たちだけでは体験できなかった馬車にも乗ることができたのは印象に残った。ディナーショーも伝統的なフィリピンのダンスや音楽が盛りだくさんで楽しむことができた。  |  |
| <b>3)滞在先・現地での生活に関すること</b>  |  |
| 寮の目の前に大きなモールがあるため、食事は基本的にそこを利用した。時々日本から持参したものを寮で食べた。2 月のフィリピンの気候は少し暑い汗はほとんどかかず、過ごしやすいと思う。大学の周りはとても治安が良くて(一人で通学したり一人でモールの回ったりすることもあったが特に大きな問題はなかった)防犯意識が薄くなりがちだが、基本的に油断しない方が良い。学食については事前予約制で、強制的なものではないものの、買い出しの手間や栄養バランス、勉強時間の確保等を考えると、少し高く感じるかもしれないが学食にしてよかったと感じた。  |  |

### 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)



このプログラムを選んだ大きな理由はマンツーマンレッスンがあったからです。リーディングやリスニングができたとしても、自分の意見を英語で伝えることに恥ずかしさを感じ、自信がなかった私にとってこの研修は本当に貴重な経験となりました。最初はもちろん緊張しましたが、マンツーマンレッスンの先生はとても優しく、熱心に話を聞いてくれたため、私もなんとか英語で伝えようと自分から話せるようになったと思います。この研修が初めての海外でしたが、寮という滞在形式で身近に同じ明治大学生がいたというのも安心できました。もちろん生活は日本とは異なり、慣れるまでは大変でしたが、文化の違いとして徐々に楽しめるようになっていきました。英語を話すことに抵抗感を持っている人にぜひおすすめしたいプログラムです。期間が短いためスピーキング能力が格段に向上したわけではありませんが、この研修を一つのきっかけとして、今後の学習に役立てることができると思いました。海外には行ってみたいけれど不安だと感じている方もいるかもしれませんが、チャレンジすることで英語はもちろん、自分を変える、成長させるきっかけになると思います。私はこのプログラムに参加してよかったです。

# 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 | エンデラン大学 |
|-----|---------|

| 留学費用項目      | かかった費用<br>(円換算) | 備考<br>特記事項があれば記入してください。 |
|-------------|-----------------|-------------------------|
| 食費          | 15000 円         |                         |
| 図書費         | 円               |                         |
| 学用品費        | 円               |                         |
| 携帯・インターネット費 | 2000 円          |                         |
| 現地通学費       | 円               | (研修先まで 5 分) 徒歩          |
| 教養娯楽費       | 円               |                         |
| 被服費         | 15000 円         |                         |
| 雑費          | 30000 円         |                         |
| その他         | 円               | 例:                      |
| その他         | 円               | 例:                      |
| 合計          | 62000 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: 日本から持って行きました<br>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>  |
| 現地で SIM カードとプリペイドカードを購入し、通信手段を確保しました。<br>寮の WiFi は到着後二日ほどで届き、かつ接続が弱いので、SIM カードを買わないと学校以外での通信が厳しい。<br>また、SIM カードをプリペイドカードを扱っていない店が多く、日本で調達できればその方が良い。 |
| <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>  |
| SIM カード、プリペイドカード、サンダル(シャワーや室内履きとして)、日本食(米、みそ汁、日本茶)、小さい鞆  |

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。<br/>(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:   )<br>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>                                  |
| マンツーマンの先生や現地の担当の方から情報を得た。特に、週末に出かける際には危険な地域に行くこともあったので気を付けた。スマホは小さい鞆に、カバンは前に持ち、シャツの下に隠していた。                                 |
| <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。<br/>(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 WiFi は到着後二日ほどで届き、かつ接続が弱いので、SIM カードを買わないと学校以外での通信が厳しい。また、SIM カードをプリペイドカードを扱っていない店が多く、日本で調達できればその方が良い。学校の WiFi は比較的、繋がる。部屋で LTE がつながらないこともある。

## 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 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>  |
| 滞在先はエンデラン大学のすぐそばにあり、警備員が多く配置されていて町自体がかなり安全。一回にはセブンイレブンがあり、24 時間利用できることがありがたかった。WiFi は壊れた都度修理に出せるが、その間1から2 日ほどの期間を要す。修理してもまた調子が悪くなる。シャワーのみで排水溝がつまり、水があふれることもあった。サンダルは必須。また、ご飯をテイクアウトし、部屋で食べると翌朝、ゴキブリが出ることがあるので食べ終わったらコモンスペース以外のゴミ箱に捨てに行くべき。トイレが詰まるので紙は流さないように。寮の管理人・ガードマンの方はとてもやさしく、楽しい。 |

## 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>  |
| 特に、マンツーマンの授業が役に立ったと感じる。一つ目は「chatter box」という授業で、テキストの話題について先生と会話をする。自分の考えをアウトプットする機会。二つ目は「accent training」で、口の動きや使い方・話し方や省略の仕方などを学ぶことができ、リスニング力向上にも役立つと感じた。  |
| <b>2) 課外プログラムについて</b>   |
| 博物館、リサーチ公園、ファストフード店、大型ショッピングセンター、イントラムロス、伝統的なショーを見ながら食事博物館では動物だけでなく、火山や地形、自然などフィリピンについて、様々な角度から知れて良かった。滞在時間が 45 分と短かったのもまた良かった。全体的に一つの滞在時間が短かったが、さまざまな体験ができた。   |
| <b>3) 滞在先・現地での生活に関すること</b>  |
| 現地の方はとてもフレンドリーで話しかけやすい。寮近くの治安は非常に良いので安心できる。トイレットペーパーが用意されていないトイレがあるのでティッシュペーパーは必須。フィリピンでお茶を頼むとすべて甘いので、甘いお茶を飲みたければティーバックを持ち込むべき。結構脂っぽい食事が多いので胃薬を持ち込むと良い。おすすめのものを知りたいときなどは寮の管理人、現地担当者、先生に相談するとよい。後、フィリピンのお米は日本のお米と違うので、パックご飯を持ち込むと日本の味に帰れる。結構スーパーにそろっているので、持ち物についてはあまり心配しなくてよい。 |

### 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)

大学二年の時に留学に行けなかったため、学生生活の最後にエンデラン大学に留学することに決めました。決め手は、比較的安価で、マンツーマンレッスンが一日 4 時間もあり、グループも合わせると計 7 時間としっかり勉強できる点です。後は、純粋に東南アジアに興味があったからです。授業について、総じて陽気な先生が多かったです。一度決まると、ほとんど同じ先生が担当になるのですが、たまに先生がいないことや、自分がやりたい授業内容を学べないケースもありました。その都度、現地スタッフと相談、先生の変更など他の子労力を使わなければならない子もいました。自分がやりたいことができない時などは、スタッフや他の先生でもいいので相談し、問題をはっきりさせることが必要だと分かりました。一方で、3 週間平日は毎日会うのでかなり仲良くなれるかつ、自分の担当ではない講師も気軽に話しかけてくれるので、楽しかったです。

生活面では、同部屋の子や同じクラスの子と出かけることが多かったです。3 週間同じ部屋で過ごすとかかなり仲良くなれました。集団行動なので相手を思う気持ちが大事ですね。トイレやシャワー、食事面など日本とはかなり異なる点がありますが、だんだん適応するので大丈夫だともいます。平日は授業の後疲れてしまってお飯を食べて帰るという感じで、土日回数回しかなく、行きたいところを回りきれなかったため、観光地や行きたいところをチェックしておくこといいと思います。

個人的に、フィリピンでしか食べられないものをたくさん食べることができてよかったです。フィリピンの方々は楽しい方が多く、上手に話せなくてもコミュニケーションをとってくれました。

総じてかなり楽しかったので迷ってる方はぜひ参加してみると良いと思います。