

国際化サポート海外留学奨励金 留学報告書

研修名	ヨーク大学夏季語学研修
------------	-------------

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	48000 円	
図書費	0 円	
学用品費	0 円	
携帯・インターネット費	9800 円	
現地通学費	0 円	(研修先まで 0 分)
教養娯楽費	6400 円	
被服費	0 円	
雑費	24000 円	
その他	7100 円	例: 交通費
その他	円	例:
合計	95300 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
なし
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: 日本で換金した紙幣を持参した 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
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
カナダ SIM を使用せず、もともと利用していた通信会社の海外利用プランを登録した。
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
タッパーなどは持参してよかったと思う。

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？
インターネットで調べ、実際に単独行動をしないということや、歩きスマホなどはせず周りをよく見ることなど心がけた。
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 が一時期切れた。

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 checked="" type="checkbox"/> 個室 <input type="checkbox"/> 相部屋(同居人数 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)
自炊ができないため食生活が偏ることがやむを得ないので、スーパーなどで野菜や果物を買うと良い。シャワーが共同での使用であり、自室も土足なので、ビーチサンやスリッパを持参すると良い。

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
生徒同士で質問しあう授業は、英語で表現する力が養えるだけでなく、コミュニケーションを積極的に行う力を養うことができると感じた。
2) 課外プログラムについて
トロントの代表的な観光地に訪れることができる。また引率するコミュニティリーダーとの会話を楽しめる機会でもある。
3) 滞在先・現地での生活に関すること
キャンパス内はとても広く、ファストフード店がたくさんある。キャンパス内に、トロント市内につながる交通機関が整備されているため便利。

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、さまざまなルーツを持つ人々が暮らすカナダで英語の力を向上させ、それを通してさまざまな文化に触れたいというもので、実際に大学内や街の中にはたくさんの人種の人々がいた。このプログラムは実際に大学に通うコミュニティリーダーが引率したり、コミュニティリーダーたちと英語のコミュニケーションをとる練習をできたりするので、留学してしっかり英語を学ぶことができた。課外活動で訪れた観光地が楽しかった。

国際化サポート海外留学奨励金 留学報告書

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	56700 円	
図書費	300 円	メモ帳を買いました。
学用品費	0 円	
携帯・インターネット費	6270 円	Global Wi-Fi を借りました。
現地通学費	0 円	(研修先まで 10 分)
教養娯楽費	30000 円	入場料や電車賃、お土産など
被服費	35000 円	ヨーク大学グッズや Roots で買い物をしました。
雑費	2000 円	ティッシュやサングラスを買いました。
その他	円	例:
その他	円	例:
合計	130270 円	

渡航準備について

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
ありません。
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:ワールドカレンシーショップでカナダドルに両替しました。 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
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
私は GlobalWiFi を借りました。寮や教室などは大学の WiFi が通っているので、主に外出時に役立ちました。
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
<ul style="list-style-type: none"> ・時計 腕時計ではなくて、目覚まし時計のようなものを持っていきました。 寮の部屋には時計がないので用意しておいてよかったです。 ・サンダル 寮のなかで、トイレや給水機まで行くのに使用しました。 しおりも書いてあったのでみんな持参していましたが、ひとつ失敗したことがあります。 シャワー室の床が汚かったので私はサンダルのままシャワーを浴びていたのですが、クロックスだったので、タオルでうまく拭けず乾かすのに時間がかかりました。 なのでビーチ用のサンダルの方が人によっては適していると思います。 ・お菓子 初日は現地の学生に飲食店があるところまで案内してもらえましたが、翌日以降の朝食を買っておく余裕がありませんでした。 ほとんどのお店は5時くらいに閉まってしまうので、“明日の朝食食べるものない”と言う人たちもいました。 私はせんべいをたくさん持っていったので、現地に着いてから食に困ることはありませんでした。 人によっては、カナダの食べ物体が合わないかもしれないのでおすすめです。

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:

<p>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？</p> <p>あらかじめ治安が悪い地域は調べておきました。 観光地でいうとチャイナタウンやユニオン駅周辺、ナイアガラの滝は特に気をつけました。 もちろんそれ以外の場所でも気をつけました。 防犯対策として、スマホに紐をくりつけて簡単に取り外しできたり、財布もチェーンがついたものをバッグにつけていました。 クレジットカードは財布に入れていたのでスキミング防止用の財布にしました。</p> <p>モールに行った時、みんなでアイスを買おうとした時にちょっとだけ危ない目に遭いました。 三人で行ったのですが、私ももう一人はどれにするか決めきれなくて、アイス屋の前で迷っていると「いま会計してる人は君の友達？」と聞かれ YES と答えたら、クレジットカードを押し付けてきて「これを使え」と言うので受け取れないと言いました。 そしたらカードを床に叩きつけて、どこかに行ってしまうので 本当に自分のカードなら、捨てていくことなんてしないので受け取らなくてよかったです。 行ききの飛行機で JOKER を見たのでカナダが相対的に安全だなと思いました。 治安や犯罪に巻き込まれる不安がある人は JOKER を見ておいた方が良いです。</p>
<p>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。)</p> <p>二日間くらい寮の WiFi が使えない時がありました。</p>

滞在形態関連
<p>1) 留学中の滞在先の種類</p> <p><input checked="" type="checkbox"/> 寮・アパート <input type="checkbox"/> ホームステイ <input type="checkbox"/> ホテル</p>
<p>2) 部屋の形態</p> <p><input checked="" type="checkbox"/> 個室 <input type="checkbox"/> 相部屋(同居人数 人)</p>
<p>3) 共有部分</p> <p><input 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)</p>
<p>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)</p> <p>共有することに関しては私は特に気になりませんでした。 創価大学の一部の方は共有スペースのソファでずっと寝てたりして、独占スペースにしていました。 でも明治の先輩方が飲み会をしたりして追い出してくれたので、だいぶ使いやすくなりました。 共有スペースに、味噌汁を飲んでる先輩がいて一口もらえることもあるので 共有スペースには顔を出した方が良いです。</p>

プログラム選択の参考となる点を記載してください
<p>1) 研修先での役立つと感じたプログラムや内容</p> <p>全部です。</p>
<p>2) 課外プログラムについて</p> <p>ヨーク大学はマクマスターと比べて、課外プログラムが多いことは知っていました。 実際、午前中授業が終わったら遊びいく感じでした。 どれも楽しかったです。 一番楽しかったのはカナダワンダーランドです。</p>
<p>3) 滞在先・現地での生活に関すること</p> <p>ヨーク大学の寮は立地が良いです。 駅、レストラン街も近いです。寮の目の前にカフェもあります。 自然豊かなのでリスもたくさんいます。</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)

ヨーク大学のプログラムを選んだのは姉の薦めでした。
私の姉は以前カナダに留学していて、とても良い経験になったと言っていました。
大学生になっても自主的な活動もせず、家に引きこもっている私に姉は危機感を覚えたらしく
何とかして留学に行かせたかったようです。
わたし自身、留学には行きたいと考えていたのでこのプログラムに応募しました。
留学費用のためにバイト、小さい頃にお世話になった英会話講師の人にアドバイスをもらうために会いに行ったりと
外に出ざるを得なくなりました。
留学を通して年齢関係なく友達ができましたし、なにか新しいことを始めたいと思っています。
本当にいい経験になりましたし、自分を変えるきっかけになりました。
後輩へのアドバイスとしては、気づいたら最終日くらいあつという間なので1日1日を大事に過ごして欲しいです。

国際化サポート海外留学奨励金 留学報告書

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	60000 円	
図書費	0 円	
学用品費	0 円	
携帯・インターネット費	8000 円	
現地通学費	0 円	(研修先まで徒歩 15 分)
教養娯楽費	14000 円	観光地までの交通費や観光地での入場料など
被服費	13000 円	お土産としてのスウェットや思いのほか寒くて購入した羽織物など
雑費	0 円	
その他	8000 円	例:お土産代
その他	円	例:
合計	103000 円	

渡航準備について

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
特になし
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: 出発前に都内で換金 その他用意したもの: <input 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
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 カードをあらかじめネットで購入しておいた。不安で15GB のものを用意したが、10GB で十分であったと思う。(途中の 2 日間学内の Wi-Fi が繋がらなかったが大半の人は10GB でおさまっていたと思う)
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
タッパー複数と水筒は必須。(タッパーはお湯を沸かすときやご飯を持ち運ぶときのため。)日本食を全く持って行かなかったが、食費を抑えられたり日本食が恋しくなったりするためいくつか持ってくればよかったなと思った。また、レンジとお湯を使ってパスタを茹でられるタッパーを持ってきている人が複数いて羨ましかった。食器用と衣類用の洗剤は持って行って良かった。洋服は半袖よりも長袖を多めに用意するべき。長袖を1着しか持って行かずに後悔し買い足した。部屋の家具の配置によっては延長コード必須。

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 type="checkbox"/> なし <input checked="" type="checkbox"/> あり (問題の内容や相談した人等:洗濯機を使えると聞いていた日にちが過ぎても利用できなかった) 特記事項:洗濯機を利用するには学生カードが必要であるが、想像以上に発行に時間がかかり、4 日目から洗濯できると聞いていたのに初めて洗濯できたのは 11 日目だった。学生カードを発行しているところに聞いてみたがどうすることもできず、結局カード発行料を払ってゲストカードを作ったので、初めからそうすればよかったと思った。使えるようになるまでは手洗いしていた。
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?
インターネットで調べておいた。思っていたよりも治安は良いが、都会の駅を 1 人で歩くのはなるべく避けるべきだと思う。
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。)

研修途中の土日 2 日間だけ全く Wi-Fi が繋がらなくなったことがあった。

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 checked="" type="checkbox"/> 個室 <input type="checkbox"/> 相部屋(同居人数 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)
シャワーの形態など日本とは異なるため初めは戸惑うこともあったが、私は 3 日くらいですぐに慣れた。お風呂で髪の毛が詰まってトイレまで浸水したこともあったが、翌日授業から帰ってくる頃には清掃の方がきれいにしてくださっていた。私の部屋は完全に女子しかいない階であったため特に気にすることはなかったが、男女どちらもいる階もあったらしい。部屋の清掃は週に1回予告なしに入るの床とベッドの上は散らかさないほうが良い。

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
発音の授業はこれまで学校でもこんな丁寧に教えてもらったことないと感じた。
2) 課外プログラムについて
観光地まではバスで連れて行ってきて、現地では自由に、帰りは寮の近くまで送ってくれる自由度がちょうどよかった。特に印象に残っているのはナイアガラの滝。クルージングで近くまで行けたことは興奮した。
3) 滞在先・現地での生活に関すること
過ごしやすい気候で治安もよく、楽しい留学生活を送ることができた。物価が高いことやチップ制度など、初めはお金がかかってしょうがないと感じたが、複数個入っているパンやヨーグルトをスーパーで安く買って数日分の朝食にするなど、だんだんと生活のコツを掴めていった。自販機はあまりないが、利用するときはタッチ形式のクレジットカードしか使えなかったため、差し込みのみ使えるカードしかもっていなかった私は少しだけ後悔した。

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)

留学をしようと思った決め手は、就職活動を終えて学生生活のこり僅かとなったときに、学生時代にやり残したことから留学が思い浮かんだからだった。4 年生はあまりいないのではないかと初めはドキドキしていたが、やはりコロナの影響か、思いのほか同学年の人たちは多かった。ただ、研修期間中に共同生活をするため、学年の枠組みを超えて必ず仲良くなることのできるの、年齢など気にするだけ無駄だったと感じた。このプログラムは、授業をしっかりこなしつつもアクティビティがかなり豊富なため、英語力の向上のほかに、初めての海外、思い出を作りたい、経験値を高めたい、などそういった人にも向いているものだと思う。実際に私は今回の留学が人生初の海外であったが、明らかに海外に対するハードルが下がり、自分の世界を広げるきっかけになったように感じる。なにかを理由に迷っている人がいたら、思い切って挑戦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

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37000 円	渡航前に購入した食料も含まず
図書費	0 円	
学用品費	0 円	
携帯・インターネット費	約7000 円	SIM カードと10ギガ分の料金
現地通学費	0 円	(研修先まで徒歩15分)
教養娯楽費	約13500 円	自由行動で訪れた施設や交通費代
被服費	約8000 円	大学内で販売されていた限定の商品を購入しました。
雑費	円	
その他	約12000 円	例:お土産代
その他	約7000 円	例:生活用品購入代
合計	約84000 円	レシートが出なかった店もあるため大体の金額としました

渡航準備について

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
特にありません。
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: 出発前に50000円分を両替して準備しました。 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
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 カードを事前に購入、登録し、現地で接続しました。
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
電子ポット、タンブラー、タッパー、サランラップ、お風呂用スリッパ、ゴミ袋、ドライヤー、のど飴

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 type="checkbox"/> なし <input checked="" type="checkbox"/> あり (問題の内容や相談した人等:現地のコミュニティーリーダー) 特記事項:寮の部屋のおいが海外特有のにおいで非常にきつい状態だったので、部屋を変えたいという相談をしました。結果、部屋の変更をする前にシーツ替えやその他の原因と考えられるものを取り換えていただき、解決したため元の部屋で残りの日数をリラックスして過ごすことが出来ました。
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？
事前にネットで調べ、貴重品は小さいバックにまとめて常に確認しながら生活をしていました。 結果、私自身も周りの友人も犯罪等に巻き込まれることはありませんでした。
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。)

寮や大学の Wi-Fi が不安定で2, 3日程度つながらない日がありました。そのためネットが必要な作業をするときは、近郊のカフェなどで接続が可能な場所へ行ったり携帯の SIM を利用していました。街はほとんど Wi-Fi が完備されているため市街地でネットに困ることはありませんでした。

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 checked="" type="checkbox"/> 個室 <input type="checkbox"/> 相部屋(同居人数 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 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)	
<p>お店の店員さんはもちろん、授業の先生方や community reader の方たちが非常に親切に接してくださって、常に居心地の良い3週間を過ごすことが出来ました。自分から先生方や現地の方に声をかけて自ら経験を濃いものにできるようにできたらより貴重な時間を過ごせると感じます。</p>	

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	
発音の練習は、意識しないとできないような新鮮な内容ばかりだったので役に立つと感じました。しかし、担当の先生によって扱われる内容は異なっていました。	
2) 課外プログラムについて	
主要な観光スポットへ直接送っていただき、引率してくださるコミュニティーリーダーの人たちが楽しく安全に連れて行ってくださっていたので、非常に貴重な経験を数多くしていただけました。	
3) 滞在先・現地での生活に関すること	
寮内は個室と共用スペースがどちらもあるので、プライベート空間も確保されていた点が居心地の良さにつながっていたと感じます。しかし、人数に対してシャワー室の数が少ないため、順番待ちをすることも少なくありませんでした。また、コインランドリーの利用に必要なカードを手にするまでに時間がかかってしまったため、洗濯の面では少し不便を感じてしまいました。	

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)

この研修先を選んだ理由は、長期での留学は自分にはまだハードルが高いと感じたため短期の研修で海外を経験したいと考えたからです。また、カナダは比較的安全で住民の方々も親切な方が多いという情報があったので選択しました。研修はレベルごとにクラス分けがされるためそれぞれに合った学習ができているように感じ、実際に現地の先生から教わることで自分の話す英語が通じることへの自信やネイティブの方の実際の発音を細かく聞くことが出来た経験が自分の中で特に印象に残っています。また、先生は英語の勉強だけでなく、カナダの文化や観光地の話も多くしてくださっていたため、単なる授業以上のことを得ることが出来る貴重な時間を過ごすことが出来ました。授業はスピーキングがメインですがライティングや文法などの基本的なところまで丁寧に教えてくださいました。寮も清潔感のある部屋や設備が整っていたほか、スーパーやドラッグストアも近くに多くあるので生活しやすかったです。今後留学へ行かれる方へのアドバイスとしては、先生も町ですれ違ふ一般の人々も親切な方たちばかりなので、コミュニケーションをたくさん撮ることをお勧めします。ただ勉強をするだけでなく新しい経験をしてみたいという方はこのプログラムで充実した時間を過ごすことが出来るはずなので検討してみてください。

国際化サポート海外留学奨励金 留学報告書

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	13800 円	ドコモ世界そのままギガ
現地通学費	0 円	(研修先まで 徒歩20分) 自分たちで出かけた時は交通費かかった
教養娯楽費	13500 円	約4000円 現地交通費(prestocard)/casaloma, Niagara cruise 等
被服費	22000 円	ヨーク大学スウェット 7000円、事前に購入した衣服
雑費	30000 円	ドライヤー、スーツケース、ポット等
その他 お土産	9000 円	例:メープルクッキー、rossees 等
その他	0 円	
合計	100,000 円	

渡航準備について

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
なし
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: 両替所にて 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
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
ドコモで契約しました。
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
日本食を持っていきかけたけど、検査が怖くて味噌汁しか持っていきませんでした。しかし、まさかの検査が緩くて、私の周りの人は、無事引っかかりずすり抜けていました。サトウのごはんは、少しあると便利です。持っていきすぎると、消費に困るそうです。タッパ一も2, 3個あるとお弁当代わりになるだけではなく、レンジで使用したり、冷蔵庫で保存したりする際に仕えて万能です。あと便利だったのは、缶切りです。私の場合は、刃物とセットになった小さなものだったのですが、カナダでは、スーパーで缶のスープなどが多いため、持って行ってよかったなと思っています。手洗い用の袋みたいなものをスリーコインズで買って持ってきていたので、洗濯の手洗いがとても手軽にでき、助かりました。準備したほうが良かったものは、日本食です。できるだけ持っていく方が現地で楽だと思いました。私は、その分、まとめ買いしてパンやバナナを食べていました。朝食です。

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？
インターネットで検索しました。防犯対策は、スーツケースとベッドをくっつけるものを持っていきました。小さいバッグは常に持っていました。私の周りでも、被害にあったひとはいませんでした。ただ、電車のときは誰かが起きてるようにして、できるだけ気を付けるように心がけていました。ただ、毎日基本的に 6 人くらいで行動していたので、そのおかげもあると思います。1人でも昼間であれば、出かけられるような気がしました。夜が暗くなるのがおそいので、うっかり外にすぎないようにもしていました。
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。)

1週目の土日にまる2日大学の Wi-Fi が、壊れ、使えなくなった。課題が私はなかったので、特に困りませんでしたが、課題があった友達は、とても大変そうでした。そのため、思った以上にギガを使う必要がありました。10ギガあれば、困ることはあまりないと思いますが、あるに越したことはなさそうです。

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 checked="" type="checkbox"/> 個室 <input type="checkbox"/> 相部屋(同居人数 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)	
清掃が急に入られてしまったため、最初は驚きました。私たちのときは木曜日です。リサイクルボックスだと知らず、そこに物を置いていた人がなくなっていました。私は使っていなかったのに、なにもありませんでしたが、気を付けた方がいいです。水は寮の一回にくむところがあるので、朝も夜も行きました。部屋干しをする際に、洗濯ものから水が垂れることがあったので、ボックスをしたにいたり、支給されていたタオルを置いたりして床が濡れるのを防いでいました。トイレと水道、シャワーが一か所にまとまっており、そこにはハンドペーパーもあったので、自分のティッシュを使うことは少なかったです。全体的に思った以上に設備がよく感じられました。	

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	
発音の授業、発音に特化した授業はなかなかないので、自分の発音を直していくのに役立つなと思いました。英会話授業では、いろんな人に質問して答えたりして、アウトプットする機会がたくさんあり楽しみながら英語を学ぶことができました。最後の課題が、Vlog 作成で、大変ではありましたが、自分の発音をきいて直したり、字幕をつけたり、それも英語に触れあういい機会であったなと思いました。	
2)課外プログラムについて	
とても豊富に組まれていて、計画的に行動することができるため、楽しみもあり、思い出がかなりできます。しかし、集合時間等が早すぎたり、解散時間の告知が遅かったり、事前に準備が必要なものを前日に連絡ということが多かったため、少し懸念点もあることにはあります。それでも、最後には、楽しかったと心から思える、現地を満喫できる課外プログラムです。	
3)滞在先・現地での生活に関すること	
思っていた以上に綺麗であり、鍵もルームカード式で、この寮に入るときも同じです。また、セキュリティの方も常にいるため、安心して生活ができました。シャワー室は、15人程度で3つほどでした。課外プログラムが遅い時間のときは、同じ時間にみんなが帰るため、混んでしまうこともあります。洗濯は、学生証の発行にかなり時間がかかるため、最初1週間はできませんでした。しかし、洗濯するだけなら、別のカードを購入して使用することができました。冷蔵庫も間違えてたべるといことがほとんどなく、みんなが譲り合って生活できます。シェアルームにあるが、その部屋が、2フロアで1つなので、重なってしまうと混雑していました。周辺に飲食店も複数あるため、食事には困りませんが、スーパーまで出向いて、自炊せずに簡単に作れる、保存しやすい食を買うことで、毎日の外食を減らすことが可能です。施設、立地ともに、私的にはかなり良いと思いました。大学の敷地内にある寮は、授業を受けるところまで少し歩くものの、全体的に自然が豊かで、気温もちょうどよくて、晴れている日は歩くと、とても気持ちがいいです。	

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)

私がこの研修を選んだ理由は、大きく2つです。1つは、初めての海外の不安を少しでも減らすことができるからでした。国際線飛行機も初めて、海外も初めて、実家以外で何日も生活するのも初めてなど、とにかく初めてのことだらけで、不安要素がいっぱいでも、このプログラムは、複数人の人たちが一緒に、寮で自分の時間もとれる、そして初めてにはちょうどいい期間という安心感が少しでもあるところに魅力を感じました。2つは、遊びも充実しているところです。2日に1回くらいのペースで現地の主要観光地に連れて行ってもらえて、勉強ばかりではないから、夏休みの思い出にもなるし魅力を感じました。

研修は、自分から積極的に英語を話していかないと、日本人が多いため、伸びた感じがしないかもしれません。授業での発言機会を大切にすべきだと思います。生活も、スーパーやドラッグストアで食料品をまとめ買いしておいて、少しずつ食べていく方が、食費も抑えられるし、栄養も取れる気がします。外食は3食に1回くらいがちょうどよいかと思いました。

この研修を選んだ理由とも少し被ってしまいますが、初めての留学の人、夏休みを楽しみたい人には、とてもびったりな研修だと思います。現地に行くと、他大学の学生も来ているので、いろんな学生との交流も可能です。

国際化サポート海外留学奨励金 留学報告書

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	夕飯をほとんど食べていないので朝食と昼食代です
図書費	0 円	
学用品費	0 円	
携帯・インターネット費	2500 円	Wi-Fi が使えなかった際の購入分
現地通学費	0 円	(研修先まで 15 分)
教養娯楽費	10000 円	美術館などの入場料
被服費	6000 円	大学限定のスウェット
雑費	0 円	
その他	5000 円	例: 電車、バス代
その他	10000 円	例: お土産
合計	63500 円	

渡航準備について

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
特になし
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: 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
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
日本で使用しているものをデータローミングして利用した。
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
日本食、トラベルケトル、スリッパ(寮内用とシャワー用)、手提げ袋、ハンガー、洗濯バサミ、ウェットティッシュ、のど飴、風邪薬や龍角散、小さいハサミ、厚手のパーカー、モバ充、帽子

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 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: Wi-Fi が使えなくなったため、急遽データ容量を購入して復旧を待った。
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？
インターネットで治安の悪い地域を調べて、近づかないようにした。また、必ず 2 人以上で外出するようにした。実際に犯罪に巻き込まれることはなかった。
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。)

寮を含めた学内全体で Wi-Fi が繋がらない日があり、ゲスト用の Wi-Fi に接続していた。地下鉄はほとんど繋がらず、授業中も接続が切れることが数回あった。

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 checked="" type="checkbox"/> 個室 <input type="checkbox"/> 相部屋(同居人数 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)
シャワーやトイレは共有だったが、混みすぎることなく利用しやすかった。コンセントは 6 個あり、快適に利用できた。布団がシーツほどの薄さだったため、少し寒く感じた。厚手のパーカーを持っていくと良いと思う。

プログラム選択の参考となる点を記載してください

1) 研修先での役立つと感じたプログラムや内容
発音の授業で、スムーズに発話するために注意すべき発音を学んだ。また、自分の意見を発表するディスカッションは今後の人生に役立つ経験だったと思う。
2) 課外プログラムについて
課外プログラムで有名な所はほとんど行けたため、非常に充実していた。帰りの集合時間が早いことが残念だったが、十分に観光できて満足だった。
3) 滞在先・現地での生活に関すること
トロントは日本に比べて湿気がなく、非常に生活しやすかった。一方で、空気が乾燥していたり日本と環境が違ったりするため体調を崩している人が多かった。風邪薬やのど飴は持っていくと良いと思う。

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)

学生のうちに一度は海外研修に行ってみたいと思い、申し込んだ。カナダは比較的治安が良く、そのなかで授業とアクティビティのどちらも充実している本プログラムを選んだ。授業はディスカッションやプレゼンテーションが多く、新鮮だった。自分の言いたいことを上手く言葉にできずもどかしい気持ちになることもあったが、クラスメイトから良い刺激を受けることができた。1 週間以上海外に滞在することは初めてで緊張したが、友達と支え合って生活することができた。場所も期間も初めての研修には最適で、非常に満足できるプログラムだった。勉強だけでなく、観光も充実していて一生の思い出に残る研修だった。
--

国際化サポート海外留学奨励金 留学報告書

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	45000 円	
図書費	0 円	
学用品費	0 円	
携帯・インターネット費	5500 円	SIM カード代
現地通学費	0 円	大学の寮だったため
教養娯楽費	円	
被服費	18000 円	思っていたより寒かったため厚手のスウェットを購入した
雑費	5000 円	日用品、交通費
その他	30000 円	例:お土産、観光代
その他	円	例:
合計	103500 円	

渡航準備について

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

特にありません。事前にもらったインストラクションに従ったら簡単にできました。

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: 駅の外貨両替所で用意しました。

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

ネットで1ヶ月用30GBのSIMカードを買いました。

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

ハサミ、タッパー、割り箸は持って行ってよかったです。あと、バックのごはんやインスタントのみそ汁なども持って行ってよかったです。使ったタッパーやカトラリーを洗うためのスポンジや洗剤、スリッパのほかにサンダルがあると便利だったなと思います。

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?

『滞り場所 治安』とネットで検索しました。そこで危険と書いてあったところにはなるべく近づかないようにしていました。また、地下鉄など公共交通機関では眠くても起きてるようにしていました。実際は特に危険なことはなかったです。

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、寮で使えない時はカフェに行った。)

寮を含む大学内では基本的に Wi-Fi があるので電波はよかったです。滞在中 2 日間ほど大学の Wi-Fi が繋がらないことがありましたがモバイル通信は問題なかったので特に困りませんでした。

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 checked="" type="checkbox"/> 個室 <input type="checkbox"/> 相部屋(同居人数 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)
一人部屋でとても快適でした。防音もしっかりしていて特に気になりません。共有ルームが奇数階にしかありませんが、友達と共有ルームで集まって一緒にご飯を食べたり課題をしたり、ちがう階の人と交流したりとリラックスできる楽しい空間でした。シャワーも何時でも利用できるのもそれぞれ個人のペースでの生活がおくれました。

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
私のクラスでは毎日生徒たちが選んだ記事についてディスカッションをすることになっておりそこでは全員が発言することになっていました。クラスメイトはいろんな国から集まっていたのでアクセントなどはあまり気にせず自分の考えを英語で言語化することに特化しており、かなりその場で考えたことを発言する力がついたと思います。
2) 課外プログラムについて
2 日に 1 回のペースで課外アクティビティが用意されており、トロントの観光名所はほとんど行くことができました。ナイアガラの滝や Canada's Wonderland などトロントから離れた場所にも学校からバスで連れて行ってもらえるのでとても充実していました。特にメジャーリーグなどは迫力がすごくてとても楽しかったのですが自分では行けなかったと思うのでプログラムに含まれていてよかったなと感じました。
3) 滞在先・現地での生活に関すること
日本よりも気温が低く、湿度も低いのでとても過ごしやすい気候でした。日が長く午後 8 時くらいまでは明るいので放課後でも遊ぶ時間はたくさんありました。スーパーやコインランドリーでは大学の人以上の現地の人と話す機会があったのでカナダに来ている実感が湧きました。カナダは多国籍国家なので特にアジア人差別などもなく、むしろ困っていたら積極的に声をかけて助けてくれるくらい優しかったです。

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)

このプログラムを選んだ理由はアクティビティも授業内容もとても充実していたからです。授業では発音に特化した授業とカナダの歴史や文化についての授業があり、語学の授業だけでなく英語で現地のことを学べるとも貴重な機会でした。またアクティビティもたくさん用意されており 20 日間とは思えないほど濃い日々を過ごすことができました。私にとってこの留学が初めての海外だったのですが、思い切って申し込んで本当に良かったと思います。グループでの留学だったので安心感もあり、ひとりで頑張らなければいけないところと周りに頼れるところのバランスが取れていたと思います。カナダに行ってからとにかく話すことを目標にしていました。こっちが伝える気があれば想像しているよりもわかろうとしてくれます。海外は危険とか治安が悪いと言われることもありますが基本的に現地の人はみんな優しいです。夜 9 時に路面電車に乗ろうとしたら動いておらず路頭に迷っていた時も現地の人に助けを求めたら自分たちのためだけに路面電車を動かしてくれたり、バスの乗り方を教えてくれたりととても親切にしてもらいました。帰ってきた今では毎日がとても良い思い出です。海外に対する不安などで参加を迷っているなら絶対に参加したほうが良いと思います！

国際化サポート海外留学奨励金 留学報告書

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	2,000 円	
現地通学費	0 円	(研修先まで 徒歩10分)
教養娯楽費	4,000 円	
被服費	5,000 円	
雑費	20,000 円	お土産等
その他	8,000 円	例: 公共交通機関
その他	円	例:
合計	79,000 円	

渡航準備について

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
特になし
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: 日本で3万円分換金 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
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
楽天の海外で使えるプランに加入
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
助かったもの 洗剤類、耐熱容器、日本食、サンダル、ハンガー、手洗い用の袋等(最初1週間ほど洗濯機が使えなかった) 長袖の服は必ず数着用意したほうがいい

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 type="checkbox"/> なし <input checked="" type="checkbox"/> あり (問題の内容や相談した人等:先生) 特記事項: 大学のアカウントにログインできなかった。先生経由でIT チームに相談し対処してもらった。
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？
チャイナタウンが治安悪いと聞いていなかった。
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。)

大学の Wi-Fi が二日間くらい使えなかった。

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 checked="" type="checkbox"/> 個室 <input type="checkbox"/> 相部屋(同居人数 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)
シャワー室は自分たちで処理しないと髪が詰まって浸水します。 やかんやケトルがないのでカップ麺を食べるなら電子レンジでお湯を温めないといけない。 冷蔵庫は小さいのに2フロアで共有なので不便。 窓が大きくて景色がきれい。 コンセントは6個くらいある。

プログラム選択の参考となる点を記載してください

1) 研修先での役立つと感じたプログラムや内容
発音の授業で正しい発音やカナダ人の話し方を学んだ。
2) 課外プログラムについて
ナイアガラの滝は迫力があってとてもきれいだった。 プロ野球の観戦は観客が盛り上がっていて現地の人と一緒に楽しめた。
3) 滞在先・現地での生活に関すること
カナダは多文化でいろいろな国の人と話したり、いろいろな食文化を体験できる。 日本食は日本のものと少し異なるが、親しまれていることが分かりうれしかった。

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)

以前カナダに短期語学留学で訪れたことがあり、楽しかった思いからもう一度行きたいと思った。
日本人が周りにたくさんいるので、意識して英語を話すようにしないと日本語でしか話さない生活になる。現地の人みんな心が広く、困っていると声をかけてくれたり話しかけると優しく教えてくれる。互いの文化を受け入れ、尊敬していることが伝わった。自然豊かで過ごしやすい気候だったので積極的に外出して、豊富な経験をすることができた。迷ったらすぐ行動し、伝えたいことははっきり伝えるよう意識することが大切だと思った。

国際化サポート海外留学奨励金 留学報告書

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	36000 円	
図書費	0 円	
学用品費	0 円	
携帯・インターネット費	5000 円	
現地通学費	0 円	(研修先まで 15 分)
教養娯楽費	30000 円	
被服費	15000 円	
雑費	6000 円	日本の PASMO みたいなカード
その他	円	例:
その他	円	例:
合計	92000 円	

渡航準備について

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
特になし
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: 成田空港で両替 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
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
30日間 10GB の SIM カードをビックカメラで買いました
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
持って行って助かったもの: 小分けの洗剤、寮の部屋で履く用のスリッパとシャワーに行くとき用のスリッパ 準備した方がよかったもの: 日本食(特に日本のお米)、マグカップ、長袖の服(太陽が出ていないと寒い)、置き時計

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?
荷物から目を離さないこと(グループでいるときは 1 人以上はお荷物番をする)、バックを前に抱えること
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。)

2日間ほど学校の Wi-Fi が繋がらなくなってとても大変でした。地下鉄に乗ると電波が繋がらなくなるので、その先の道を車内で調べようと思っていた時や、連絡を取りたかった時は少し困りました。

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 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)

個人部屋はベッド、タンス、机と椅子が置いてあるだけのシンプルな部屋でした。壁は薄く、私は共有スペースの隣の部屋だったので、共有スペースのドアの開け閉めの音(ドアが重く、勢い良く閉まる)や、そこで盛り上がっている人の声が気になり、夜中や明け方に目が覚めてしまうこともありました。自炊ができないことはやはり大変です。冷蔵庫は使うことができますが、その階の人たちで共有なので気を遣います。シャワーは階に3つしかないので、タイミングが悪いと並ぶ必要がありました。

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

Academic Workshop の時間に、それまで知らなかったカナダのことを知ることができました。特にカナダの食べ物をテーマにした回で知ったスイーツを、そのあと食べることができたのでよかったです。

2) 課外プログラムについて

カナダの有名な観光地が詰め込まれていたのも、とても満足感がありました。スクールバスでの送迎が本当にありがたかったです。

3) 滞在先・現地での生活に関すること

想像していたよりもカナダの人々はとても親切で、買い物もスムーズに行うことができました。地下鉄の路線も、日本のように何種類もないので、初めてでも比較的わかりやすく、ほとんど迷うことなく移動することができました。

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)

初めての海外ということもあり、アクティビティが比較的多かったこのプログラムを選びました。授業は、割り振られたクラスによってさまざまな違いがあるようでしたが、私のクラスは勉強!!という感じではなく、ゲーム感覚で英語を学ぶことができました。また、多く予定されているアクティビティは、現地のコミュニティリーダーが毎回一緒に来てくださり、なおかつスクールバスでその場所の目の前まで連れて行ってくださるのでとても楽でありがたかったです。また、カナダの主要な観光地に多く連れて行ってくれたので、それだけでもかなりの満足感がありました。コミュニティリーダーはとても優しく、わからないことを相談するだけでなく、積極的にコミュニケーションを取った方が仲良くなれて嬉しかったです。予定がかなり詰め込まれていてなかなか疲労感を取れませんが、2週間半はあっという間に過ぎるので、できる限りいろんなところに足を伸ばしてみたり、いろんな人と積極的にコミュニケーションを取ることができれば、より充実した留学期間になると思います。

国際化サポート海外留学奨励金 留学報告書

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	2150 円	SIM代
現地通学費	0 円	(研修先まで 徒歩 15 分)
教養娯楽費	30000 円	CN タワー-Edgewalk、Casa Loma、ロイヤルオンタリオ博物館など
被服費	0 円	
雑費	10000 円	交通費、コインランドリー代
その他	40000 円	例：お土産代（特に、ヨーク大学の服(上下合わせて)10000 円弱、ブルージェイズの帽子 5000 円強)
その他	円	例：
合計	112150 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
特になし
2) 現地通貨（現金）はどのように準備をしましたか
<p>現金の用意方法：日本にて1万円換金</p> <p>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</p> <p>クレジットカードを二枚用意した。使っている銀行のものと、楽天のものにした。保険が付いてくるもので悩んだのだが、学校で入る保険がしっかりしているので最終的には手数料の面で選んだ。</p> <p>買い物をした店の中に10ドル以上でないとクレジットカードが使えず、デビットなら使用可能という店が一軒だけあったのでデビットもあると良い。</p> <p>アメックスは使用不可と書いてある店もいくつか見かけたため避けた方が良い。</p> <p>VISAのクレジットカードであれば使えないところはなかったため、VISAが良いように思う。</p> <p>現金は割り勘するときに使うことが多かった。割り勘以外ではほとんど使わなかったためそこまで大金は必要ない。</p>
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
<p>SIMを日本にて購入し、飛行機の中で交換した。</p> <p>30ギガのSIMカードにしたため無料Wi-Fiでないところでも気にせず使っていたが、最終的に4.8ギガしか使っていなかったため5ギガのSIMでもよかったかなと感じた。</p> <p>インターネットを使うのは学校の課題と出かけたときの地図アプリ、連絡手段としてのLINEかInstagramであった。</p> <p>私の場合、地図は得意なのでほとんど使わず、課題は寮でやるため大学のWi-Fiということがあってほとんど使わなかった。しかし、今年の研修中では学校のWi-Fiが三日間ほど使えなくなるということもあったため、多いものにした方が良くと思う。</p> <p>Wi-Fiが使えない日があったり、特に後半は全員のパソコンでつないだはずのWi-Fiがすぐ切れるということが発生していたりしたため、ポケットWi-FiのようなWi-Fiを持っていくのも良い方法だと感じた。</p>
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
<p>カトラリー：電子レンジとトースターのできる範囲の自炊をするため、その際に用いる。スプーンとお箸は必須。ダイソーのスプーン、お箸、フォークの3つが入っているセットを持ってきている人が多かった。ナイフに関しては、フルーツの皮をむくために使っている人はいたが、ほとんどの人は使わずに生活していたように思うのであまり必要ない。</p> <p>タッパー：電子レンジの中に入れられる容器があると使い勝手良い。また、お昼にパンをサンドイッチのようにして学校に持って行く人も何人かいたため大きめで蓋があると尚良い。お湯は思っているより使うので湯沸かしもあると良いが、これはタッパーで代用可能。</p> <p>ラップ：店のご飯が多すぎることがあり、食べられない分を保存するために用いたりする。サンドイッチ用のハムなどを密閉状態で保存するためにも用いた。（現地でも調達可能）</p> <p>上着、長袖の服：今年の夏は例年より気温が低かったこともあるのかもしれないが、ほぼ毎日厚手の上着を着ていた。</p> <p>サンダル：シャワールームの中にサンダルのまま入って使っていた。掃除が入っていないのか結構ぬめぬめしている</p>

ので素足は難しいと言っている人が多かった。
水筒：飲み物の値段が高いためウォーターサーバーを使うことが多かった。大きめの容器だと外出先で買う羽目にならないので良い。お茶っ葉や粉末状のお茶っ葉を持ってきている人も多かった。
たこ足：コンセントは二か所に計四つあったが、場所が使いにくいところであったためたこ足は有用。部屋によってはコンセントの位置に悩まされることもあるようだった。
のど飴：乾燥しているし、夜は寒いため風邪をひく人が多かった。特に喉をやられやすい。
日焼け止め：太陽が出ている時間が長く(朝6時くらいから夜9時くらいまで)、日差しが強い。
ハンガー、洗濯紐、洗濯ばさみ：部屋にはあまり用意されていない。YUカードの関係(詳しくは滞在携帯関連に記載)で最初の一週間分の洗濯を一気にやったこともありたくさん必要だった。寮で洗濯する分には洗剤は置いてあるのではなくても大丈夫。洗濯網を持っていくと数人で洗濯機を共有できる。
シャンプー、リンス、ボディソープ：用意されていません。480ml 持って行ったが、半分くらいしか使わなかったの
 で300ml あれば十分すぎると思われる。(肩甲骨より上くらいまでの長さの人です。)
ビニール袋：シャワールームに行くときや、洗濯ものを運ぶときに使用した。
 その他：ウェットティッシュ、ティッシュ、モバイルバッテリー、はさみ

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：寮のルームキーを失くした。
 保険には現在申請中であるためどうなるかわからないが、何か賠償請求された時は払う前に電話して確認すると良い。

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？

危険地域についてはあまり調べなかった。
 防犯対策として、スマホ用の首から下げるポーチ、チャックがしっかりしていて抜き取れない形のもの、にスマホを入れて歩いてた。また貴重品は絶対にチャックでとじられるカバンの中に入れて、買った物などだけ持ち運んでいる手提げのカバンに入れた。
 スマホに関しては、単体ではあるが首から下げられるストラップを付けてずっと首から下げている友達が多かった。ストラップを付けていない友達はポケット等にしまわずに、毎回リュックの中に入れていた。

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。)

大学内のインターネット接続は不安定で一日に何回も切れたり、Wi-Fi が全く使えない時が三日間ほどあったりした。また、キャンパス内でも建物の外にいるとつながらない。
 大学内でつながらないときは諦めてモバイル通信を使い、観光名所にはほとんどの場合フリーWi-Fiがあるので、外出した時は極力フリーWi-Fi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 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)

今回使用した寮では、奇数階に共有スペースがあり、その階と一つ上の階の人だけが入れるようになっていた。共有スペースには冷蔵庫、冷凍庫、電子レンジ、トースターがある。
 電子レンジは日本のものよりワット数が高く、体感だが800Wくらいなので日本から持ってきた食事を温めるときは気を付けないといけない。また日本のもののように機能は多くないので、時間を設定して使うことしかできない。
 冷蔵庫は高さ1mくらいの大きさで、それを40人くらいで共有するのであまり大きいものは入れられない。ただ、カナダのスーパーで売っているものは基本的に大きく、三週間で消費することが難しいので数人で共有している人が多かった。シリアル用の牛乳(朝食用にシリアルを現地調達している人が多かった)や、葉っぱ(店で買うと野菜があまりない食事になるのでスーパーに野菜を買いに行くのだが、そこには大きい箱に葉っぱが詰められたものしか調理せずに食べられるものが売っていない)を共有している人が多かった。

トイレとシャワールームは各階にある。トイレは四つか五つ、シャワールームは三つある。扉にトイレやシャワールームといった表示がないので初日は見つけるのに少しだけ苦労した。建物の中心の方にある、入って良いのか不安になる扉を開けるとある。

基本的その階に住んでいる人と共有するので階によっては男女共有になる。シャワールームとトイレは洗面台の壁を用いて軽く分けられているためシャワールームの出入りを見られることはあまりないが、基本的にはシャワールーム内に着替えも置くことになる。広い部屋ではそこまで濡らさずにおくことが出来るが、狭い部屋では濡れることになるので荷物を減らすなどの工夫が必要。

シャワールーム三つを二十人くらいで共有するため夜遅くまでの課外活動の帰宅後は混んでいたように思うが、課題をやったり、夕飯を食べたりして帰宅後 1~2 時間経つと空いてくるのでその時間を狙うのが良い。朝の一時や二時だと誰もおらず、広い部屋を使えたので広い部屋を使いたければ時間をずらした方が良い。個人的には広い部屋と狭い部屋での使い勝手が全く違うので時間を思いっきりずらすことをお勧めする。

寮の個室には水回りのものが全くなく、洗面台を使うにもトイレ・シャワールームのところに行かなければならない。顔を洗うにも、歯磨きするにも洗面台へ行かなければならないので少し面倒くさい。コンタクトレンズを付けている人は毎朝見えない状態で洗面台へ行っていたので眼鏡があるといいのではないかと勝手に感じた。

洗濯機と乾燥機は地下一階にある。一回 1.75 ドルで、支払方法が YU カードのみ。YU カードにはいくつか種類があり、学生証のようなものは今年の夏から作成方法が変わったため、作成に一週間かかる。学生証ではないゲストカードというものであれば作成にお金がかかるが機械ですぐに作れる。このためゲストカードを発行するのが良い。ただ、このゲストカードは発行するにもチャージするのも現金のお札しか使えないので 5 ドル札か 10 ドル札があると良い。

また学生証の方が欲しいという方は Passport York Account の登録案内が来て、その登録をしたのち、以下のリンクの一番下にある apply というボタンを押して申請を出すと良い。申請が通るかどうかの確認に一週間かかるので、これが通っていればすぐに作れる。申請が通ったかどうかのメールは Passport York に登録したユーザー名の gmail に届くのでそれを確認すること。

<https://www.yorku.ca/yucard/apply/>

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
<p>Morning class: 私のクラスでは毎朝 30 分の discussion と、listening 力を鍛えるアクティビティで、英語を聞き取る耳と、自分の意見を発言する力がついた。</p> <p>Canadian Culture: カナダの歴史や文化を知ることが出来る。</p> <p>Pronunciation Clinic: 発音のルールについて確認する。イントネーションについても教えてもらえる。</p>
2) 課外プログラムについて
<p>メジャーリーグの観戦、ナイアガラフォールズ、遊園地、トロントアイランドなどに連れて行ってもらえる。全てとても楽しく、また日本との違いや、カナダの特徴を感じることが出来る。</p>
3) 滞在先・現地での生活に関すること
<p>日が長い授業が終わってから出かけることがほとんど。活動的な方だと歩数計が毎日 18000 歩越えの健康的な生活ができる。</p> <p>トロントは「一人旅におすすめの都市 100 選」に載るくらい安全な地域であるため、一人旅はお勧めできないが、二人で以上であれば楽しく歩き回れる。</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)

カナダのトロントに行きたいという気持ちがもともとあり、今回の研修に参加させていただいた。申し込む前の説明会のようなものでは、この研修は英語の授業より観光色が強いと言われていたが、私のクラスでは毎日たくさん課題が出されていて、思っていたより英語に触れることが多かった。

普通の観光とは違い、三週間もトロントで生活するため、トロントのスーパーマーケットの情報を交換したりするなど観光地以外の行きたいところが多く、それがまた現地の人の生活を身近に感じている気がして楽しかった。

トロントは比較的、本当に安全な方なので、留学したいけど海外の生活が怖いという人にお勧めできる。

この研修で印象的だったのは、研修内容には含まれていないが、CNタワーのEdgewalkをしたことだ。300m越えの展望台の上を命綱のみで歩くことももちろんなかなかない経験だったが、Edgewalkのオンラインでの予約ができないからカウンターまで行かせてくれとごねたところが最も記憶に残るなかなかない経験であった。海外では言わなければ伝わらないというスタンスであるので、物事をはっきり言う勇気が身につくと思う。

最後に、観光や交通費に関して書いておく。

観光地は大抵 19:00 にはしまっしまい、授業が終わるのが 15:30 であることを考えると移動時間が長いので 2 時間いられたらいい方となるので、授業が始まる前の土日をフル活用して回るのがおすすめ。

電車はトロントの中心部であれば TTC というところのチケットだけで移動することが出来る。3.75 ドル(2023 年 8 月現在)の one ride というチケットは一枚で 2 時間は使い放題なので one day チケットよりも大抵はお得に済むため、買うのであれば one ride か、6.70 の two ride をお勧めする。

国際化サポート海外留学奨励金 留学報告書

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	60000 円	現地の物価は高いです。
図書費	円	
学用品費	円	
携帯・インターネット費	14700 円	
現地通学費	円	(研修先まで 15 分)
教養娯楽費	7600 円	交通費、チケット代
被服費	33000 円	現地限定の服や大学の服
雑費	5000 円	お土産代
その他	円	例:
その他	円	例:
合計	120300 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
なし
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:5万円ほど現金で用意したが、ほとんどの店でクレジットカードが使えるので現金は3万円です。十分だった。 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
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
日本での回線を海外で使用できるプランに加入した。
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
カップ麺、スプーン、フォーク、箸、タッパー、紙コップ、室内用スリッパ

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?
現地のコミュニティーリーダーからトロントの危険区域について聞き、特に夜は寮から遠いところには行かないようにした。
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。)

インターネット接続は安定していたので困ることはほとんどなかった。

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 checked="" type="checkbox"/> 個室 <input type="checkbox"/> 相部屋(同居人数 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)	寮に給水所があるので水筒を持参すると良い。共有スペースでは他大学の方々と一緒にご飯を食べたりした。ベッドの高さが日本より比較的高いので最初は慣れないかもしれない。大学内にレストランがある(21時まで)のでよく利用していた。

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	課題をペアで考え、クラスメイトと英語を用いて意見を交換し合うことで英語力を向上させることができ、さらに英語によるコミュニケーション能力も鍛えられた。カナダに関する歴史や経済、音楽を学ぶワークショップでは日本では実感できない異文化理解をより深められるので、貴重な経験となった。
2) 課外プログラムについて	現地のコミュニティリーダーが観光地について案内してくれたので、安全に楽しむことができた。ナイアガラの滝、トロントアイランドなどへ行ったことや、メジャーリーグを観戦したことはこれからの人生の中でも大変貴重な経験になったと思う。
3) 滞在先・現地での生活に関すること	ヨーク大学周辺は自然が豊かでとても穏やかな場所である。留学期間は電車に乗って観光地へ行くこともあるので、電車やバスに乗るために必要な PRESTO カード(PASMO や Suica のようなもの)の購入を推奨する。バスでの移動に関しては、運転が少し荒いので酔いやすい人は酔い止めを飲んでおくとよい。授業が午後 3 時頃に終わるので、それから観光地へ行く人もいた。約3週間初めての場所で暮らすことは最初は慣れないかもしれないが、現地の生活を学ぶことができる良い機会だと思う。

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)

今回のプログラムに参加した理由は、英語力を向上させるとともに異文化理解を深めたいと思ったからである。実際の研修では、クラスメイトや先生と英語で意見交換をしたので、特にリスニング力とスピーキング力が上達したと感じた。私が滞っていた寮は自炊ができなかったため、昼食や夕飯は外で食べたり外で買って寮で食べたりしていた。朝食は寮の近くのスーパーで買ったシリアルを食べていた。約3週間カナダに滞在していたがカナダ出身の人は少なく、あらゆる国々の人々が移住していることに気づき、カナダという国がいかに異文化理解を大切にしているかを学ぶことができた。寮にはほぼ日本人しかいなかったため、日本語を話すことがほとんどであったが、外に出た際はカナダの人々に自ら声をかけて英語でのコミュニケーションを取るようしていた。そのおかげで、現地の人と友達になれたので積極的に話しかけることは大切だと思った。

国際化サポート海外留学奨励金 留学報告書

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	47,000 円	
図書費	0 円	
学用品費	0 円	
携帯・インターネット費	13,000 円	esim 代
現地通学費	0 円	(研修先まで徒歩 15分)
教養娯楽費	0 円	
被服費	0 円	
雑費	37,000 円	お土産
その他	17,000 円	例: 休日などに観光地に行った時のチケット代、アクティビティ代、洗濯
その他	6,000 円	例: 上記で述べた時などの交通手段(交通費)
合計	120,000 円	

渡航準備について

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
困ったことはありませんでしたが、後回しにするとやらなくなり期限があつという間に近づくため早めにやる方が良いと思います。
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: 事前に日本円で3万円分ほど換金 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
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
esim を利用(使用したことがなく不安はあつたが、一度も不具合はなく使用できた)
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
日本食(現地での食料調達が初めは大変であるし、食費がかかるため) 帽子や日焼け止め(日光がとても強い) 折りたためる大きめのバッグ(帰国時のお土産用の袋) 洗濯ネット、洗剤

現地情報

1)活動中、何らかの問題がありましたか。あつた場合、誰に相談しましたか。 (例: 研修の相談窓口、現地の友人等)
<input type="checkbox"/> なし <input checked="" type="checkbox"/> あり (問題の内容や相談した人等: 寮の管理をしている人) 特記事項: 部屋の網戸が外れていたため、直してもらつた。
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？
実際には犯罪に巻き込まれなかつたが、軽くお金を要求されるなど 4,5 人でいても話しかけられることはありました。その時は、わからないふりをしたら立ち去っていったため問題はなかつたです。 荷物は身につけたまま行動し、ボディバッグを使うことで貴重品を守る対策を行ないました。
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 接続が可能であつたので、寮で使用できない時はカフェに行った。)

寮の wifi は基本的には良かったです。1 度だけ約 3 日間繋がらない時がありましたが、回復はしました。周りでは、その 3 日間で通信量を使い過ぎて低速になったと言っている人もいました。実際は少なめの通信量で足りませんが、余裕がある場合は万が一のことを考えて多めにすることをお勧めします。

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 checked="" type="checkbox"/> 個室 <input type="checkbox"/> 相部屋(同居人数 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)	
寮は、基本的には生活しやすくトイレやシャワーは近いため不便はなかったです。しかし、共有スペースは奇数階にあったため冷蔵庫と電子レンジを使うためにはやや不便でした。自分は、折りたたみ式の電気ポットを持参していたため、部屋で暖かいインスタントのお茶や味噌汁、コーヒーを飲む時に便利でした。 寮の洗濯機を使うまでに手続等により時間がかかり、その間は念の為に持っていったミニ洗濯板と旅行用の洗濯バックというものに救われました。後者は特に持って行って良かったです。	

プログラム選択の参考となる点を記載してください	
1) 研修先での役立つと感じたプログラムや内容	
毎日 1 時間あった発音の授業 発音について詳しく実際に声に出して練習しながら学び、日本で学んだ時よりも時間をかけて取り組みました。 午前中に行われる授業 意見などの発表やプレゼンテーションを中心として行うものであり、ペアやグループなどで活動することが多く読み書きだけでなく自然と英語を使って会話しながら取り組んでいました。	
2) 課外プログラムについて	
多くのプログラムがあり、野球観戦や CN タワーなど観光名所に団体バスで連れて行ってもらえました。しかし、課外のプログラムが多いため、自分の行きたい場所は授業の後や日曜日などに計画を立てる必要があります。課題が多い時は特に大変でしたが、授業のみの日は寮で過ごすよりも外に出る計画をすることをお勧めします。	
3) 滞在先・現地での生活に関すること	
自分は問題ありませんでしたが、日本より湿度が低いことから喉を痛めている人がいました。そのため、薬などの対策を用意することが大切であると感じました。また、日差しがとても強く天候が変化しやすいため、日光の有無で気温の変化を大きく感じやすいです。したがって、半袖だけでなく上着があると過ごしやすいです。 ヨーク大学は田舎の方にあり都心に行くためには時間がかかるため、効率的に観光する計画を立てることが大切だと思います。	

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)

私は、この研修先を選んだ理由として授業だけでなく課外プログラムが多かったためです。同時期に同じカナダで授業の時間が長いプログラムもありましたが、授業だけでなく海外の雰囲気を経験したいと思いこのプログラムを選択しました。実際に、様々な場所へ行くことができ授業だけでは得られなかった経験を得ることができました。
また、私はこの研修に参加するまで海外は一度も行ったことがありませんでした。しかし、この研修プログラムはサポートが手厚く、実際に自分が参加してみても初めて海外に行く人にはお勧めできると思いました。
海外はある程度日常会話に自信がないと生活できないと感じており、ハードルを自分の中で勝手にあげていました。しかし、このプログラムなら勇気を出して行ってみれば最初は海外での生活に慣れなくとも途中から慣れてくること、またこのプログラムで出会った方々はフレンドリーな人が多く不安要素はなくなり、とても良い経験を得られました。参加する機会があるなら、とりあえず行動してみることが大切であると思います。ぜひ、悩んでいるのならば参加することをお勧めします！

国際化サポート海外留学奨励金 留学報告書

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50000 円	
図書費	0 円	
学用品費	0 円	
携帯・インターネット費	約 8000 円	
現地通学費	0 円	(研修先まで徒歩 15 分)
教養娯楽費	約 14000 円	観光代(ナイアガラクルーズ、観覧車など)
被服費	約 10000 円	大学のスウェットなどを買いました
雑費	約 1500 円	学生証作成、洗濯代
その他	約8500 円	おみやげ代
その他	約 12000 円	交通費
合計	104000 円	

渡航準備について

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
特にありません。
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: 渡航前に外貨両替ショップで 2 万円分換金 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
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
アマゾンで SIM カードを購入しました。
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
助かったもの→タッパー、カトラリーセット、水筒、食器用洗剤・スポンジ、帽子・サングラス(本当に日差しが強いです。あるとないとでは快適さが全く違います)、シャワー用ビサン 準備したほうが良かったもの→厚手の寝間着(夜は寒いです)、日本食(多くて困ることはないです。入るだけ持っていくのがおすすめ)

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？
そこまで治安が悪いとは感じなかったため、あまり気にしていませんでした。 人が多い場所ではスリに気を付けていました。
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。)

二日間くらい寮のWi-Fiが繋がらないことがありましたが、基本的には問題ありませんでした。
地下鉄では全く繋がらない為、乗り換えなどを事前に調べる必要があります。

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 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)

ビーチサンダルがあると履いたままシャワーを浴びることができるので便利でした。
部屋には大きな机、クローゼット、ベッド、鏡があるので困ることはありませんでした。
2フロアに1つ電子レンジがあるので、レンジで温めて食べる日本食やお湯を温めるための耐熱容器は持って行った方がいいと思います。

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

カナダの名物についての授業です。ここで習った食べ物を街で見かけると食べるようになっていました。習わないと名物だと知らないものが多かったの、早めに知れて良かったです。
また、多くの人がVlog作成の課題を出されていました。動画編集は初めてで大変でしたが、良い思い出となりました。

2) 課外プログラムについて

とても充実していて、トロントの主要観光地は回れます。野球観戦は初めてでしたが、とても楽しかったのでプログラムに入っていて良かったなと思います。

3) 滞在先・現地での生活に関すること

物価が高いのでカードの上限は余裕を持った方がいいと思います。
あつという間なので、事前にやりたいことを明確にしておくとう意義に過ごせます。

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)

ヨーク大学での研修を選んだ理由は、一番プログラムが充実していると思ったからです。実際、週に3回ほど課外プログラムがあったり、スケジュールに載っていないパーティー(?)があったりして、2週間半とは思えないほど濃い時間を過ごすことができました。逆に言うと、スケジュールが詰まりすぎていて自由行動の時間が少ないというデメリットにもなります。疲れがたまるとは思いますが、放課後や日曜日はしっかりと計画を立てて街に出て、トロントを楽しむのがおすすめです！有名な観光地ではなくても、街を歩いているだけで楽しいですよ。また、ヨーク大学には日本の他の大学からも沢山の研修生が来ていて、一緒に寮で生活したり、授業を受けたり、観光したりします。他大学の人や現地のCL(communitiy leader)と話す機会も多く、交友関係が広がります。きっと楽しい思い出になるので、迷っている方はぜひ応募してみてください！

国際化サポート海外留学奨励金 留学報告書

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 40000 円	
図書費	0 円	
学用品費	0 円	
携帯・インターネット日	3700 円	SIM カード代
現地通学費	0 円	(研修先まで約 10 分)
教養娯楽費	0 円	
被服費	0 円	
雑費	0 円	
その他	約 50000 円	例: 交通費、観光地の入場料など
その他	約 30000 円	例: お土産など
合計	約 123700 円	

渡航準備について

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
特になし。
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: 近くの両替所 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
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
Amazon で20G の SIM カードを購入し、飛行機の中で交換した。
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
一週間以上洗濯機が使えなかったため、余分に洋服や下着を持って行って良かった。

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？
現地で生活する人から現地の情報を伺った。1 人行動を控えた。また、物乞いなど目と目を合わせないようにした。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。)

寮のインターネット接続が故障して土日まるまる使えない時があった。また使えるギガが限られていたので、観光地など WiFi 接続が可能などころでは常に WiFi に接続するようにした。

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 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)

インスタント食品を作るために耐熱容器が役に立った。大学や寮に給水器があるため、水筒やタンブラーも役に立った。バスは共用でキレイとは言えなかったのが、サンダル必須だった。また風が冷たく、想像以上に寒いので長袖を持って行った方がよい。

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

授業中は英語で会話する必要があったため、たとえうまく話ができなくても英語で伝えようとする力がついた。また、英語をより身近にするために楽しいクイズやディスカッションが多く設けられていて、楽しく受講することができた。

2) 課外プログラムについて

ナイアガラの滝といった観光地から、Canada's Wonderland といった現地での人気スポット、野球観戦、水族館など、様々なトントならではの場所に行くことができ、とても楽しかった。基本的に集合時間までの自由行動の時間が十分にもうけられていた。カナダでしか経験できないことや、日本との違いを肌で感じることができると思う。

3) 滞在先・現地での生活に関すること

日照時間がとても長く、その分だけ楽しむことができる時間も長かったので毎日がとても充実していた。授業がある日も15:30には終わるので、電車やバスを使って自分の行きたいところへすべて行くことができた。20日あればトントをマスターできると思う。

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)

私は高校生のころから留学したかったのですが、コロナの関係で行けなかったのがこの機会に挑戦したいと思っていました。この研修先を選んだ理由は、スケジュールがとても魅力的であり、一人部屋が用意されていたからです。

研修の前にクラス分けテストがあったので、これからの授業は大変そうだなと身構えていたのですが、実際はお題を英語で説明し、その単語を当てるゲームなど楽しめる内容が多く、自然とクラスメートと仲良くなりました。

この留学を通して仲良くなった友達と朝から晩までのトント旅行は本当に楽しく、充実しており、かけがえのない経験ができました。参加するか迷っている人がいれば、ぜひ参加することをオススメします！

国際化サポート海外留学奨励金 留学報告書

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	48000 円	
図書費	0 円	
学用品費	0 円	
携帯・インターネット費	4500 円	日本で購入した eSIM を利用、学内 Wi-Fi も利用した。
現地通学費	0 円	(研修先まで 寮から歩きで 15 分)
教養娯楽費	0 円	
被服費	6000 円	大学売店内で大学独自の服を購入した。
雑費	35000 円	お土産代
その他	13000 円	例: 体験費(ジップライン・城入場料)
その他	5000 円	例: 一般交通費
合計	111,500 円	

渡航準備について

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
事前研修を受けていれば困ることはなかった。提出物は早めに用意して出すのが良い。
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: 日本で3万円をカナダドルに換金 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
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
日本で通販で購入したカナダで使用可能な eSIM を利用した。周りの研修生は物理 SIM を使っている人も多くいた。
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
道具: ドライヤー、変圧器、洗濯ネット、風呂場に持っていけるバッグ、レンジ使用可能なタッパー(ポットがない為)、水筒、箸・フォーク、シャンプー・コンディショナー・クレンジング・化粧水・乳液、日焼け止め、帽子、歯磨きグッズ、食器用洗剤、スポンジなど 食べ物: ご飯のパック(数日分)、お味噌汁、お菓子

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 type="checkbox"/> なし <input checked="" type="checkbox"/> あり (問題の内容や相談した人等: 寮の窓口相談) 特記事項: ルームキーが鍵とつながっており、接続部分が取れやすいため、相談した。部屋に問題があった際も対応してくれた。
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?
研修や、海外経験のある親族・友人に防犯について聞いた。実際には巻き込まれなかったが、対策として腰回りにフィットするようなウエストポーチをホームセンターで購入し、パスポートや重要な書類を毎日そこに入れて持ち歩いていた。
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。)

たまに接続できないことがあり、研修の最初の1週間で2日ほど学校の Wi-Fi 自体が機能しなくなったことがあった。

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 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1人部屋で、周りの音が気になることは少なかった。しかし、窓が完全に閉まらなかったり、気温が下がることで部屋が冷え込んだりすることがあったので、早めに窓口に相談/長袖のパジャマ・上着を持ってくることをお勧めする。現地の主流が硬水の為、口に合わないと感じる人もいかもしれない。不安な人はお味噌汁やお茶等で味をつけて飲むことをお勧めする。また肌が荒れたと言う人が多い為、スキンケアアイテムを余らないよう分持ってくると気が楽になると思われる。洗濯機について、YU カードという大学独自のカードを用いないと寮にあるものも使えないが、手続きに長く時間がかかったため、早く申し込むのが良い。対面では申し込みはもう受け付けていなかったため、ネット上で手続きを行った。寮の設備は冷蔵庫・レンジ・オープン・シャワーほどな為、個人で必要なものはほぼ自分で持って行ったり、分担したりすることが良いと思われる。

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

Canadian Culture の授業では、カナダの伝統的・人気の食べ物を学ぶことができ、自由時間に買いに行きカナダの食べ物を経験することができた。発音の授業では間違えやすい発音・強調すべき部分を学べた。

2) 課外プログラムについて

基本的に現地に到着したら自由行動の為、自分が興味のあることに時間を使うことができた。例えば、ナイアガラの滝では船に乗る人もいれば私自身はジップラインを経験した。ワンダーランドでは絶叫系を楽しむ人もいれば、スイーツを楽しんだりする人もいた。かなり自由度が高い為、到着前にどこで自分が何をするか、費用はどのくらいかを調べるのが大切だと感じた。

3) 滞在先・現地での生活に関すること

現地での食料調達は、ヨーク大学の中にある薬局で買うか、スーパーで買うことができる。カードが普及しているところが多いが、八百屋さんでは使えないところもあったため、現金も持っておくとよい。お店で買う場合、食べきれなければ持ち帰りができるので聞くことが大事だ。あまりおしゃべりに時間をかけずに済むよう、ラフな服を着るのをお勧めする。天気が急に変わる為、傘や帽子を持っていくことが必要だ。日傘を持って行ったが、カナダはその習慣がない為誰もさしておらず結局使わなかった。

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)

内向的で新しいことへの挑戦が苦手な私でもこのプログラムに参加して楽しむことができたし、日本語が通じない環境で過ごすことで自分自身の英語のスキルだけでなく、コミュニケーション能力も鍛えることができた。外食をする機会が多かったが、注文をしたり会計の際も英語での会話が必要になり、「どうやって言えばいいの…」と最初は焦ってしまうことが多かったが、終盤にはそれらに慣れ、自分の言いたいことを伝えることができていた。英語の発音や表現が分からずに聞き返されてしまうことも多いが、別の表現で言い換えたり、複雑に分の構造とかを考えるよりもシンプルに伝えようとしたりといった少しの努力で伝わった時は嬉しかった。自分が分からないことがあったら聞けば教えてくれるため、そういった会話にも慣れることができた。短い間でも自分の海外での滞在に自信が持てるようになるため、悩んでいたらぜひ参加してみたいし、現地での生活を楽しんでほしい。