

国際化サポート海外留学奨励金 留学報告書

研修名	エンデラン大学 6 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	50000 円	
図書費	円	
学用品費	円	
携帯・インターネット費	4500 円	SMART に買い替えたため
現地通学費	円	(研修先まで 5 分)
教養娯楽費	15000 円	
被服費	2500 円	
雑費	円	
その他	円	例:
その他	円	例:
合計	72000 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

自分で大使館にメールし、フィリピン大使館まで行って、ビザ申請をすることがかなりめんどくさかったです。

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: 空港での両替所や近くのショッピングモールの両替所で換金しました。現金 10 万円ぐらいは日本円で持っていた方が良いと思います。

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

最初に現地コーディネーターから買った glove は高い割に全然つながりません。みんなそのことで最初ストレスを感じていたと思います。自分で SM aura に行って買った SMART の方がよく繋がるしとても安いのでそちらを購入すべきです。

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

ご飯だけ持っていてもおかずがないので、ふりかけやお茶漬けを持っていくと良いと思いました。向こうで大抵のものは買えます。ただカップラーメンなどはフィリピンのものだと大体味が劣ると思います。

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: インフルエンザにかかりました。病院に行くと約 6 時間かかると言われたので、自力で治すしか無かったです。寮の人に言ったら隔離措置を取られました。

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?

スラムには歩きでは近づかず、車の中から眺めるだけにしました。実際に犯罪には巻き込まれなかったが、日頃からよく周りを見渡して気をつけるようにしていました。

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。)

寮では Wi-fi はありません。大学に行けばありますが、繋がる所と繋がらない所の差が激しいです。また、sim は絶対に SMART を利用した方が良いです。最初使っていた glove という sim は施設に入るとまず使えません。

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 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)	
寮は毎日ハウスキーピングが入ってくれてはいますが、日本と比べると清潔感はありません。気になる人はウェットシートなどを 持っていったほうが良いかもしれません。また、私の部屋はかなりの頻度でゴキブリが出ましたが、大体自力でやるか、寮の人に 言えば退治してくれます。最初の方は環境の変化でかなりきついかもしれないですが、2 週間ぐらいで大体慣れます。	

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	
マンツーマンの中のアクセントトレーニング	
2) 課外プログラムについて	
マニラの有名な観光名所やタガイタイ高原を訪れました。自分でいくと mall ぐらいしかいくところがないので非常に有意義な時間だ ったと思います。	
3) 滞在先・現地での生活に関する事	
物価は日本と同じぐらいです。食べ物はどうしても偏りがちになってしまうので意識して野菜を取るようしないとあまり取れないと思 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)

この研修を選んだ理由として、一番は費用が安いということです。カナダやオーストラリアの他のプログラムよりも期間が長い上に費
用が抑えめで物価が安いことはかなり魅力的でした。また、春に私の友人が同じプログラムで参加していることもあり、どのような感じ
なのか詳しく知ることができたことも安心材料になりました。マンツーマン 4 時間、グループ 3 時間のかなりしっかりと勉強できるプロ
グラムなので英語力を磨きたい人にはぴったりのプログラムだと思います。正直、6 週間はかなり長く、辛かったですが終わったとき
には自分の成長を感じられるはずで。

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	63000 円	
図書費	円	
学用品費	円	
携帯・インターネット費	3500 円	
現地通学費	円	(研修先まで 分)
教養娯楽費	3500 円	
被服費	円	
雑費	円	
その他	80000 円	例:
その他	円	例:
合計	150000 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

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: 日本円で18万ほど持っていき、現地で最終的には8万両替した

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

初日に配られたSIMが切れるころにマーケットマーケットの四階にある SMART という一か月使い放題のSIMを1000ペソで購入。こちらは配られたゴモというSIMと違って、寮でも非常につながりがよく使いやすかった。Wi-Fiは特にの名にも用意していない、誰も用意していなかったと思う。

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

箸、カップ麺を食べるときに非常に便利。

サンダルは必須。寮内で使う。

パソコンに関しては、しおりの持ち物の欄に書いてあるが、本当に必要ない、持って行って後悔した。

荷物はできるだけ少なくして、現地で捨てたり、誰かにあげたりできるものを持っていくと、帰りの荷物の重量で困ることを避けられる。

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: 友人がスマホをグラブ内に置いてきてしまって、寮の方に助けてもらった。

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?

しおりに書いてある情報と、現地の先生に聞いた

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。)

最初に普及されるゴモというシムはつながりが非常に悪い。残り 1 か月になったら、マーケットマーケットの四階にある SMART という一か月使い放題のシムを1000ペソで買うことをおすすめします。

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 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 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)	
最低限のものはそろっていたので、ルームメイトと協力すれば過ごしやすいと思います。ゴキブリは出ますが、自分の場合は小さいのがたくさんいました。小さかったのでそこまで気にならなかったです。もし、本当に嫌だったら、寮のスタッフに処理してもらうか、部屋を変えてもらうこともできるかもしれません。	

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	
マンツーマンレッスンがとても役に立った。この授業はほかにはないと思います。様々なピックについて話すので、英語以外の勉強にもなった。	
2) 課外プログラムについて	
週末 activity は二回ありました。傘を持って行った方がいいです。	
3) 滞在先・現地での生活に関すること	
このプログラムの特徴は現地での生活の厳しさです。食べるもの、飲むものにはかなり気を付けた方がいいです。ほぼ必ずおなかを壊します。おなかを壊した時には、脱水症状に十分に気を付けてください。	

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)

<p>私がこのプログラムを選んだのは、費用が比較的安いのと、マンツーマンレッスンに惹かれたからです。しかし、思っていた以上に大変で、困難がいくつもありました。そのたび仲間と乗り越えなくてはならないので、異常に仲が深まりました。きっと、皆さんもこのプログラムを終えた際には、友達を恋しく思うと思います。とにかく、私はこのプログラムをかなりおすすめします。大変な環境だからこそ、ほかのプログラムとは違って、より濃い充実感を味わうことができます。もし、3 週間か 6 週間で迷っている方がいたら、ぜひ 6 週間で行ってほしいです。私も、迷って 6 週間にしてとても良かったと思っています。どの研修よりもハードだとは思いますが、その分喜びも大きいです。先生方はとってもフレンドリーでやさしいです、その点は心配する必要はないと思います。人間として一回り成長できるプログラムです、ぜひ検討してみてください。</p>

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	55100 円	
図書費	1500 円	
学用品費	100 円	追加で買ったノート
携帯・インターネット費	1300 円	SIM
現地通学費	0 円	(研修先まで 5 分)
教養娯楽費	3000 円	
被服費	16000 円	
雑費	2000 円	タクシー代
その他	5000 円	例:お土産代
その他	円	例:
合計	84000 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

ビザ取得の面接は特に何も聞かれないまますぐに終わったが、OVAS にアップロードする写真と大使館に提出する共通の背景が白い写真にしなければならないことを把握していなくて大使館から送り直すよう電話が来た。なぜか他のみんなとビザの種類が異なっていたが、問題はないと言われた。

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:羽田空港で渡航前に二万円を両替した後、寮の近くのモールで少しずつ両替した。留学前に現金を持ち歩くのは危険なので基本カードで払うようにした方が良いと指導を受けたが、カードが使えない店もあるので、現金は持ってきていた方が良い。合計で四万円両替した。

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、Wi-Fi)はどのように準備しましたか

現地到着後に現地コーディネーターが用意してくれた SIM を 500 ペソで購入した。足りなくなった人は SM オーラで上限なしの SIM を購入していた。

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

スプーンとフォーク、食器用洗剤とスポンジ、出かけるとき用の手があく小さめの鞆、ビタミン剤、整腸剤、洗濯ネット、ハンガー、現金

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?

食事をする際も、リュックなどは前に持つようにしていた。カードで支払った場合は、後で間違った金額を請求されないようにレシートを取っていた。

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。)

寮には WIFI がないので、必要な場合は学校でダウンロードなどをしたが、学校の WIFI も弱い。途中からモール内の学校でしか使えなくなった。寮で携帯を使いたい場合は、部屋よりもロビーに出た方が繋がる。

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 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)	寮で生活していて、エアコンが数回壊れたトイレが流れなくなるなど不具合はいくつかあったが、寮の人に言えばすぐに直してもらえた。トイレトーパーは流せないで注意が必要。授業中や夜寝る時、エアコンが効いているので上着が必須。昼食として学校で配られるランチも予約できたが、モールや学校の一階のカフェテリアの方が安くて量のあるご飯を食べられるのでそちらがおすすめ。

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	マンツーマン授業は自分のペースで密に学ぶことができる。アクセントトレーニングや、集団授業で自分の意見を話すなど、普通の学校の授業ではなかなか鍛えられないような力も身につけることができる。
2) 課外プログラムについて	英語だけでなく、フィリピンの歴史についても知ることができる。ただ、一つの場所に対する見学時間がとても短いので、事前に予習しておくことにより深く理解す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	気候的な面では、雨季と言えど毎日雨が降っているわけではないし、東京の夏ほど蒸し暑くはなかった。ほぼ全員がお腹を壊していたので、整腸剤などが多めに必要。

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)

このエンデラン六週間のコースは、おそらく短期留学の中で一番ハードかつ滞在期間の長いコースだと思います。私は、できるだけ長く異国の地で頑張りたいと思い、留学費用もヨーロッパなどよりも安かったのでこの研修先を選びました。フィリピン人の母語はタガログ語ですが、ほとんどの人が英語を流暢に話し、かつ多言語を学ぶ気持ちも理解してくれているので英語を学ぶ場としては最適だったように感じます。アメリカやイギリスなどに比べ留学地としてマイナーなフィリピンですが、留学していなかったら知らなかったようなフィリピンの歴史や文化も肌で感じる事ができて貴重な体験となりました。あまりに授業が多くフィリピンの観光もろくにできないのではないかと心配でしたが、土日に買い物や観光も楽しむことができました。四人部屋での共同生活には不安しかありませんでしたが、幸いルームメイトに恵まれ、毎日が楽しかったです。文化の違いや不便を感じることもややありましたが、後から振り返るといい思い出です。留学していなかったらあり得なかったであろう出会いも多くあり、充実した夏になりました。

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	35000 円	学食 15000 円
図書費	150 円	
学用品費	200 円	
携帯・インターネット費	900 円	SIM
現地通学費	0 円	(研修先まで 8分)
教養娯楽費	円	
被服費	13000 円	
雑費	13695 円	観光代
お土産代	1500 円	
その他	円	例:
合計	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。ただし、大使館での面接(面接というより手続きのような感じ)ではパスポート以外の書類はすべて回収される。
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
連絡係だったため、事前に 2GB の SIM をいただいでいて、到着後に現地コーディネーターからプリペイドカードを 300 ペソで購入した。ほかの人が購入する 20GB の SIM(500 ペソ)は無料で配布された。
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
はさみ、食器(スプーン、フォーク、箸、お椀)、食器用洗剤とスポンジ、ドライヤー、泡立てネット、ラップ、ジップロック、トートバック、ウエストポーチ、羽織り、モバイルバッテリー

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:後半新しく担当になった先生と私の性格が合わず、クラスメイトに相談した。また、おかしいと思ったところは直接先生に抗議をした。) 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?
常に荷物から身を離さない。ストリートチルドレンの多い場所やスラムには近づかない。
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。)

寮に Wi-Fi はない。Wi-Fi がつながるのは授業が行われる教室付近のみ。ギガがあっても寮内はネットにつながらない。ドアの近くに行ったドアを開けて部屋から数歩ロビーのほうに歩いたりすると改善される。

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 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)	トイレにトイレペーパーを流すとトイレが詰まってしまうため、流さないように気を付けてください。また、建付けが悪いのでお風呂やトイレのドアが閉まらないことがあります。エアコンもすぐに動かなくなります。なにか困ったことがあったらすぐにスタッフに連絡して直してもらおうようにしてください。洗濯は 2~4 日後に帰ってきます。

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	マンツーマンの授業が 4 時間あるため、確実にリスニング、スピーキング力は伸びる。また、グループの授業で知らない人にインタビューをする経験はとても役立った。
2) 課外プログラムについて	2 週目と 4 週目の土曜日にフィールドワークがある。自分たちだけで行くには金銭的にも距離的にも難しい観光地へのフィールドワークだったため、とても楽しかったし満足している。
3) 滞在先・現地での生活に関すること	フィリピンは現金社会のため、クレジットカードが使えない場所が多い。現金は多めに持っていったほうが良い(7万円くらいあると安心)。私は現金が足りなかったため結局現地でクレジットカードからキャッシングをした。

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)

大学主催の全短期プログラムの中で一番授業時間と滞在日数が長く、英語の上達が期待できたため選んだ。また、欧米に比べて費用が抑えられている点も魅力的だった。途上国での暮らしは日本に比べると不便で、予測不可能な問題が次々と起こるが、非常にメンタルが鍛えられるしちょっとしたことには動じなくなる。人間の適応能力とピンチの時の判断能力は想像以上だということに気が付けると思う。6 週間はとても長いので楽しいことばかりではないかもしれないが、英語力だけでなく人として成長できるプログラムだと感じた。一度山を乗り越えることができれば、帰るころにはフィリピンが恋しくなっていると思う。

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	52 000 円	平日 1食あたり200ペソ程度 休日 1食あたり200~500ペソ程度 (正麺が200ペソ程度 焼うどんがおいしい) (新宿とんかつさぼてんが550ペソ(一番高い食事だったが、味は安心))
図書費	0 円	初日のオリエンテーションで教材が配布された
学用品費	0 円	同上
携帯・インターネット費	3 400 円	Gomo(指定で買わされたもの 部屋内で繋がりにくい 20G) 500 ペソ Smart(自分で調達したもの 1か月使い放題 フィリピンで一般的) 799ペソ
現地通学費	0 円	(研修先まで 徒歩5分)
教養娯楽費	6 500 円	タイ式マッサージ 750ペソ/90分 韓国式スパ(岩盤浴、大浴場、サウナ、マッサージのセット) 1800ペソ程度
被服費	8 500 円	運動着(ハーフパンツ2着 Tシャツ1着) 2300ペソ程度 ポロシャツ1着 750ペソ程度 サンダル1足 200ペソ程度
雑費	2 000 円	医療品(熱さまシート、ボディークリーム、リップクリーム) 800ペソ程度
その他	2 600 円	交通費(Grab(配車サービス)を人数で割った概算) 1000ペソ程度
その他	10 400 円	お土産代
合計	85 400 円	現金は5万円分をPHPに換金した それ以外はクレジットカードを使用した

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

ビザ用の写真の調達が分かりにくかった。(富士フィルムの証明写真の機械の案内が分かりにくい)
背景の色や写真サイズの設定が分かりにくかった。

大使館内の会話は簡単な英語のみだったので困らなかった。

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:
空港あるいはショッピングモール(ベニスモール)で換金した。
羽田空港で換金すると手数料が高かった。

その他用意したもの: クレジットカード デビットカード・キャッシュパスポート

3)現地で使用する通信手段(SIM カード、Wi-Fi)はどのように準備しましたか

初日に全員でGomo(マイナーなSIM(通信速度が遅い、20G 制限あり))を購入した。
3週目に Smart(街中の看板などにもよく広告あるメジャーなもの(1か月使い放題))をモールで自己調達した。

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

日本から準備して行き助かったもの:
食器用洗剤、ウォーターボトル、マスク(部屋のエアコンをつけると乾燥するため(つけないとそれはそれで夜中が暑い))、
体育館履き、長袖、サンダル、フェイスタオル(雨期なのでフェイスタオルを持ち歩いた方が良い)、折り畳み傘、のど飴

準備したほうが良かったもの:

ファブリーズ(現地で買ったバスマットや寝具を除菌したかったため)

鏡(朝はみんなが洗面所を使うので混雑するため)

多めの洋服(1週間分プラス2日分程度用意すると安心(大雨の影響でランドリーの返却が遅いときがあったため))

多めの靴下(似たようなものが多いので、紛失したり他の人のものが混ざっていたりするため)

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)

なし あり（問題の内容や相談した人等：アツテリア(寮のおねえさん(いい人))）

特記事項：
2~3週目に集団で喉風邪をひいた。38度高熱も出た。発熱時に隔離用の部屋を用意してもらった。
(3週間のプログラムに参加した学生が帰国後に発熱し、日本で受診したところインフルエンザだったそう。)

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？

危険なところには行かないようにした。
マニラ市内観光のときにストリートチルドレンに軽く声をかけられたが、お金をもっていないと伝え、目を合わせないようにすると諦めて離れていった。

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。)

初日に全員でGomo(マイナーなSIM(通信速度が遅い、20G制限あり))を購入した。
部屋では低速で動画はもちろんLINEも遅かったし、渡航前に伝えられていた寮内のWi-Fiはなかった。
渡航前にポケットWi-Fiの購入を進められていたが、使っている人は見かけなかった。

3週目にSmart(街中の看板などにもよく広告あるメジャーなもの(1か月使い放題))をモールで自己調達した。
YouTubeも普通に見られるようになった。最初からそれを買えばいいのと思った。

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)

キッチンと言ってもシンクの台があるだけで、コンロ等はない。電子レンジは共用スペースのような部屋に1台あった。
同じスペースにウォーターサーバーと冷蔵庫、冷凍庫もある。ウォーターサーバーは大学構内にも複数設置されている。

ゴキブリが出たらフロントに伝えれば退治してくれる。ブラックキャップと虫コナーズを持参した。
その効果か、3匹に1匹は死んだ状態で遭遇した。また、部屋の中では虫にあまり刺されなかった。

フィリピン人は根がやさしいので、頼めばかなり対応してくれる。逆にベットシーツの交換などの清掃や洗濯物がうまく帰ってこない等行き届いていない事項もあるので、自分から言う必要がある。相談すればだいたいきちんと解決する。

プログラム選択の参考となる点を記載してください

1) 研修先での役立つと感じたプログラムや内容

マンツーマンのレッスンでは先生によって違いはあるが、わたしは早口言葉やr、l、v、母音の発音分けを特訓した。
決められたテーマについて質問に答える授業も、最後の方はかなりビビらずに話せるようになったと思う。

授業時間が長いことが特徴で、文化もそもそも違ったり、変な日本文化のイメージを持たれていたりするので、コミュニケーションスキルと、モチベーション管理が大切だと感じた。

2) 課外プログラムについて

マニラ市内観光は行くところがたくさんあって、かなり歩いて疲れた。National museumは結構楽しかった。
午前中は特に猛暑の中をたくさん歩くので水筒の持参が必須だと感じた。

(現地コーディネーターの日程の連絡を引用)
McKinley hill (寮の前で集合(観光バスで移動))
Rizal Park
Jollibee (昼食(ハンバーガー、フライドポテト、コーラのセット))
National museum
Manila Cathedral
Kalesa (馬車で次のFort Santiagoまで移動)

Fort Santiago (売店でお土産を買ったり、バナナやマンゴーのシェイクを購入したりして休憩している学生も多かった)
La Fiesta (夕食(ピュッフェだったが、だいたい不味かった))
Manila bay (暗くて特に何も見えなかった(別の日に自分たちで夕日の時間に合わせて行ったときは綺麗だった))
McKinley hill (寮の前で解散)

タガイタイ観光は楽しかった。やりたい人はジップラインも体験できた。
タガイタイ山頂付近の店で駄菓子を買ったり、ハンドメイドのお土産を買ったりした。

(現地コーディネーターからの日程の連絡を引用)
Flower and Fruit market (タガイタイ高原に向かう途中でフルーツを売っているところに立ち寄った)
People's Park in the Sky (山頂に向かうためのゴンドラ的な感じで Jeepney に乗った)
Mt.Sungay
Picnic Grove (Taal Volcano) (ジップライン体験ができる(希望者は自費で体験する時間があった))
Sonya's Garden (昼食 ピュッフェ(サラダ、パスタ、ガーリックトースト、チキンなど))
(ここは美味しかった。植物園に併設される食事場で、健康的な野菜やチキンを使った料理が食べられた。)
Cecelia's for Pasalubong (お土産やエッグタルトを買った)

3)滞在先・現地での生活に関すること

キッチンと言ってもシンクの台があるだけで、コンロ等はない。電子レンジは共用スペースのような部屋に1台あった。
同じスペースにウォーターサーバーと冷蔵庫、冷凍庫もある。ウォーターサーバーは大学構内にも複数設置されている。

ゴキブリが出たらフロントに伝えれば退治してくれる。ブラックキャップと虫コナーズを持参した。
その効果か、3匹に1匹は死んだ状態で遭遇した。また、部屋の中では虫にあまり刺されなかった。

フィリピン人は根がやさしいので、頼めばかなり対応してくれる。逆にベットの交換などの清掃や洗濯物がうまく帰ってこない等
行き届いていない事項もあるので、自分から言う必要がある。相談すればだいたいきちんと解決する。

買い物のときに、割引と書いてあっても会計のときに割引が適用されていないことがあったり、値札の配置ミスで金額が思っていた
のと違うときがあったりした。「割引と書いてある棚から取った」、「金額が思っていたのと違った」等は普通に言った方が良い。

「それは失礼しました。」くらいの様子で対応してくれた。

SIMを買いに行ったときに、他の学生が以前に同じ店舗で買ったのに、「この店舗ではその商品の取り扱いがない」と言われたことも
あった。「ついこの間、同じものをここで買った」と伝えたらその商品を出してきた。なんでも言ってみた方がいいと思った。

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)

留学を検討しているのであれば一度行ってみたいと思う。何より勉強時間が長いし、他のプログラムに比べて安いから、
「海外留学」を体験する良い機会だと思う。フィリピンで6週間の生活の生活をするバイタリティがあれば、北米やヨーロッパへの
留学も怖くないと思えるメンタルになると思う。現地の学生でも癖の強い英語を話す人はいるし、頑張って色々伝えようとするれば
言いたいことも伝わるから、完璧に頑張ろうと思わずに自分のできそうなことでやってみる、話してみることが大切だと思
った。私はカレンダーを持って行って、分からない単語をその日のところに書き込むようにしていた。経過した日数が視覚化
できて毎日の小さい積み重ねが実感できるし、その単語を後で調べると語彙力の向上にもなるのでおすすめする。

ゴキブリに多少は耐性がついた。死んでいれば自分で処理できるようになったし、動いていても自分で潰せるようになっている
ルームメイトもいた。全くゴキブリが出ない部屋もあったし、ゴミの処理に気を使っても毎日遭遇している部屋もあったので、その
あたりは運が重要。

ストレス解消で大学内のジムに通っていたら、フィリピン人の仲間もでき、体つきが変わって楽しかった。運動したり、
食べやすい食事(日本食やピザ、ハンバーガーなどの慣れた味の料理)を食べたり、買い物をしたりと、自分で自分の体調面、
メンタル面を管理することが大切だと思う。

仲間内で最後には「よく頑張った」、「経験してよかった」と言いながら羽田空港に帰ってくるのができたので、貴重な夏休みを
過ごすことができたと思う。

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	90,000 円	
図書費	0 円	
学用品費	0 円	
携帯・インターネット費	2000 円	SIM カード、データのロード
現地通学費	0 円	(研修先まで3分)
教養娯楽費	0 円	
被服費	0 円	
雑費	30,000 円	
その他	70,000 円	例: 買い物
その他	円	例:
合計	192,000 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: 日本から現金を持って行き、空港と近くのショッピングモールで1回ずつ換金しました。 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
支給して頂いた SIM カードが上手く機能しなかったため、ショッピングモールで新たな SIM カードを購入し、コンビニエンスストアでデータをロードしました。
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、サンダル、ティッシュ類、医薬品が役立ちました。 消臭剤、ハンドバック、サプリ(ビタミンなど)を持って行くべきでした。

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)
<input type="checkbox"/> なし <input checked="" type="checkbox"/> あり (問題の内容や相談した人等: 寮の管理者、プログラムの管理者) 特記事項: SIM カードが上手く機能しなかったため、相談させて頂きました。親身になって手伝ってくださり、すぐに解決しました。
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?
インターネットで検索した上で、現地の先生や生徒に確認し、危険な場所に行かないように心がけていた。適度に所持品が全てあるかの確認をし、目の届く場所に荷物を持つようしていた。
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。)

寮にポケット Wi-Fi があると聞いていたがなかった。学校の Wi-Fi は 3 週目から繋がらなくなり、管理者に何度も相談させていただいたが、改善されなかった。SIM カードによっては、データ無制限プランや繋がりがやすいなどの違いもあったので、人によっては自費で新たに SIM カードを購入していた。

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 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 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)
寮生活はルームメイトとの関係性が最も大切です。お互いを尊重しあいながら、全員が心地よく生活できるようにする努力をしましょう。何か問題があれば寮の管理者がすぐに対応してくださるので、特に不安はないです。

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
プライベートレッスンがアクセントレーニングの授業後に、1つの話題に対して意見を述べていく授業をするという授業形態だったので、発音を意識しながら会話することができました。グループレッスンでは主体性を持って、自分の意見を発言することで、プライベートレッスンでの学びを活かすことができました。
2) 課外プログラムについて
マニラ市街地の観光とマニラから車で3時間ほどかかる自然豊かなタガイタイでの観光をしました。特に問題もなく、安全に観光できました。
3) 滞在先・現地での生活に関すること
必需品の多くは現地で手に入るため、心配する必要はないです。自炊はできず、野菜の値段も高いので、栄養の偏りが顕著です。そのため、サプリを持参し、牛乳やヨーグルトを食べるなど、日本での生活以上に食生活に気を配ることをおすすめします。

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)

元々、観光をしながら、英語を学習できるプログラムを探しており、カナダへの短期語学研修を考えていました。しかし、短期語学研修は応募に必要な語学要件もなく、先着順であったために、定員漏れしてしまいました。そこで、出会ったのがこのプログラムでした。当初、プログラムについての知識はありませんでしたが、比較的留学費用も安く、長期間学べるプログラムであったため、すぐに応募しました。当然、全く考えていなかった東南アジアへの留学に様々な不安がありましたが、プログラムを修了した今はこのプログラムにして良かったと胸を張って言えます。留学に行く人には、それぞれの考えがあると思いますが、英語を伸ばしたいのであれば、強くこのプログラムに参加することを勧めます。私は毎日の7時間の授業に加えて、必ず自習するようにしていました。その日の授業を振り返り、どんな表現が上手く出てこなかったのか、何ができたのかを整理することが目的です。それを翌日の授業の会話のなかで修正、活用することで、表現の幅を広げていきました。フィリピン人は明るく、情熱的で、寄り添ってくれます。私の先生に限らず、多くの先生や出会うフィリピン人がそうでした。彼らは英語学習だけでなく、英語で学ぶ面白さを教えてくれました。また、具体的な学習プランを事前に準備し、プライベートレッスンの先生に伝えることで、より効果的な学習ができました。短期間で英語を伸ばしたい人、中長期留学を考えている人、全ての人に勧めることができる最高のプログラムでした。

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	140000 円	
図書費	2500 円	
学用品費	0 円	
携帯・インターネット費	3250 円	最初買ったSIMを使い切ったため、2枚買いました
現地通学費	0 円	(研修先まで 徒歩 5分 分)
教養娯楽費	0 円	
被服費	500 円	
雑費	0 円	
その他	14000 円	例: タクシー代
その他	20000 円	例: お土産代
合計	170250 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
証明写真の必要事項が多いため何回も撮り直しました。
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: 日本円を持ち込み、現地で両替しました その他用意したもの: <input checked="" type="checkbox"/> クレジットカード <input 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
現地で用意しました。
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
薬、味噌汁、長袖の服、ドライヤー、バスタオル

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？
しおりに危険地情報を書いてあるので、それを参考にしました。 防犯対策としては、ポケットに物を入れなかったり、人混みではリュックなどの荷物を前にして歩きました。
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。)

寮にはポケット Wi-Fi が配られなかったため、SIM カードを使っていましたが、週に一度ほどは接続が悪く使えませんでした。近くのスタバには Wi-Fi はなかったです。

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 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 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)	部屋は、想像しているよりも狭いので大きすぎる荷物は邪魔になるかもしれません。洗濯も週に 2 回のため、着る服やバスタオルなどのタオル類、下着が足りないと感じる場面が多かったため、余裕のある数を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	マンツーマンレッスンは、発音やリスニング能力の向上にも繋がったと感じました。また、現地の先生方も第二言語が英語の方がほとんどのため、拙い発音や文でも英語での会話ができるため、英語の会話に自身がつきました。
2) 課外プログラムについて	現地での移動手段も体験することができ、楽しかったです。訪れる先は、世界遺産のところもあるため、歴史や情報をあらかじめ調べておくと楽しいと思います。
3) 滞在先・現地での生活に関すること	現地では、ファーストフードのお店がとても多いため、野菜不足になりがちでした。そのため、週末には野菜ジュースを買いに行き、補っていました。ルームメイトやクラスメートは年齢も違いましたが、仲良くなれました。

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)

この研修を通して、自分は英語を話すことに対する苦手意識が少なくなったと感じました。理由としては、マンツーマン授業でのアクセントトレーニングやチャッターボックスという自分 1 人で英語を使って話す時間が充分にあったためだと考えています。また新たに、自分が英語において苦手な分野に気づくこともできこれから先の勉強の指針も考えることができました。生活に関しては、ルームメイトと楽しく過ごすことができました。しかし、現地ではファーストフード店が多いため偏った食生活になり、体調を崩してしまった時もありました。いざという時のために、風邪薬等を持って行った方が良いでしょう。6 週間は長いですが、自分の英語や将来を考えるととても良い経験になったので、もし行くのに迷われていたらぜひ行って欲しいです。

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	80,000 円	
図書費	1,500 円	英語版の漫画1冊
学用品費	0 円	
携帯・インターネット費	3,000 円	
現地通学費	0 円	徒歩(研修先まで 5~10分)
教養娯楽費	17,000 円	交通費(主に Grab), 体験スキューバダイビング
被服費	9,000 円	長ズボン 2 枚、スイミングパンツ 1 枚
雑費	1,500 円	ボール、ナイフ、紙コップ、プラスチックスプーン
その他	4,700 円	例:お土産
その他	円	例:
合計	116,700 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
フィリピン大使館の予約で、朝早い時間と午後が選択肢になかったため、講義と被らない時間帯で行くことが難しかった。
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: 現地の空港に到着後、空港で。 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
到着日に大学で大学の職員から SIM カードを購入。しかし初日に購入した SIM カードの、ネットの通信が弱く使い心地が悪かったため、後日別の SIM カード(1ヶ月使い放題のプラン)を自分で購入。 大学のフリーWi-Fi。
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
爪切り、鏡、先生へのお土産、野菜ジュース

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?
留学前の事前学習やプログラムのしおりで学びました。 人混みではリュックサックは前に抱える。所持品をどこかに置きっぱなしにしない。 特に巻き込まれませんでした。
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。)

初めに指定されていた SIM カードでは、寮のインターネット接続が不安定でほとんど使えなかったため、学校にいるときだけインターネットを使うことができていました。新しい SIM カードに変えてからはどこでも不自由なく使えるようになりました。

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 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)	<ul style="list-style-type: none">・私たちが滞在した寮ではゴミブリが頻繁に出没したため、ゴミブリ対策のグッズを持っていくと生活しやすくなります。・インスタントラーメンや焼きそば、味噌汁があると便利。

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	<ul style="list-style-type: none">・学習時間の長さ(特にマンツーマンレッスンは、個人的にとっても効果的であると感じました)・寮生活(海外に慣れている、英語が上手、学部関係なく人脈を広げられて、仲間と楽しい生活を送ることができます)
2) 課外プログラムについて	2 回(6 週間だったので、2 週目と 4 週目の土曜日) 1 回目のマニラ観光では、フィリピンの歴史について英語でガイドの人から説明がありました。しかしよく理解できなかったため下調べをする必要があったなと思いました。 2 回目のタガイタイツアーでは、曇っていてかろうじて火山を見ることができました。都市部よりも気温が涼しく過ごしやすかったです。
3) 滞在先・現地での生活に関すること	<ul style="list-style-type: none">・フィリピンでは野菜が貴重で、購入できても値段が高く摂取するのが難しいため、栄養バランスが偏りがちです。・排水が日本ほど整っていないため、トイレトーパーを流すことができず不便でした。

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)

毎日マンツーマン・グループ合わせて 7 時間という学習の徹底ぶり、6 週間という短期としては長い期間のプログラムであったことが決め手となりました。そして実際に留学が始まると、意外にもすぐにこの生活リズムに慣れることができました。基本的には寮と学校と近くにあるショッピングモールの往復で、あっという間に夕方だなどという感覚を覚える日々でした。このプログラムを終えた今では、海外で暮らす感覚や英語で見知らぬ現地の人に話しかける自信を得ることができ、英語力では特にスピーキング力がついたなと実感しています。また人と話すのが得意でない私でも様々な学部・学年の人たちと仲良くなることのできたので、濃厚な時間でも充実した思い出に残る夏休みを過ごすことができ、このプログラムにとっても満足できました。

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	60000 円	
図書費	0 円	
学用品費	0 円	
携帯・インターネット費	1500 円	20GB の SIM 購入
現地通学費	0 円	(研修先まで 10 分)
教養娯楽費	1600 円	本 2 冊
被服費	3000 円	
雑費	29000 円	観光, お土産
その他	0 円	例:
その他	0 円	例:
合計	95100 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

面接があると聞いていたが、書類を提出するだけで帰されてしまったので本当にこれであっているのか心配になった。

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: 羽田空港で半分両替をし, 残りは必要になったときに mall の両替所で両替した。

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

現地に到着した後に, 皆で SIM を設定するタイミングで同じように購入して設定した。

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

洗濯ネット, ハサミ, ラップ, ジップロック, 電子辞書, 室内履き(水にぬれても平気なもの)

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？

事前に配られたパンフレットを読み込んで, そこに書かれていた注意すべき地域には近づかないようにした。荷物はなるべく少なくして, 体の前側に持つようにした。

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。)

寮の室内ではインターネットがほぼつながらないので、携帯を使いたい人は廊下かロビーに出て使っていた。WIFI はないのでギガを気にしながら使っていた。

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 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 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)
WIFI は使えない。インターネットの通信も悪いので、スムーズにネットを使用することはできない。毎日清掃の人が来て掃除してくれるので部屋はきれいだが、虫は出る。部屋の広さは4人でも狭くは感じず、丁度だった。エアコンがとにかく寒いので上着必須。トイレが詰まったりドアが開かない、エアコンが動かなくなったりなどのアクシデントがたびたび発生したが、フロントに連絡すればすぐに直してもらえた。

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
一対一の授業はとにかく会話の量が多いので英語力の上達を特に感じる事ができた。また大学内の人に話しかけてインタビューするという授業は英語で知らない人と話すときの礼儀を身に着けたり、リスニング能力を鍛えたりする事ができた。
2) 課外プログラムについて
フィリピンの歴史や文化について興味があったため、課外プログラムを通してそれらについて学ぶことができ楽しかった。食事も普段自分たちでは選ばないようなブッフェでフィリピン料理を楽しむことができよかった。
3) 滞在先・現地での生活に関すること
日本と同じアジアなので、なじみのある味やおいしいと思う料理が多い。日本の味も豊富にある。大きいショッピングモールが近くにたくさんあるので、様々な店で買い物できて楽しい。寮から徒歩三十秒くらいのショッピングモールで大体の物はそろえることができる。

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)

東南アジアの歴史について興味があったので東南アジアの国に滞在してみたくて選んだ。フィリピンの六週間はほかの地域の三週間と費用がほぼ変わらないのでお得なのと、六週間はかなり長い期間のように見えるが私は六週間という期間はあっという間に感じたので迷ったら思い切って六週間のプログラムに参加してみても大丈夫なんじゃないかと思った。日用品は基本的に足りなくなれば現地調達できるので、六週間ちゃんと持つかどうかについてはあまり心配しなくても大丈夫だと思った。留学に行く前の英語力に自信がなかったが、聞き取れなかったときはちゃんと聞きなおせばゆっくりはつきり話してくれるので、英語のリスニングがあまりできなくても問題なかった。
--

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	100000 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 分)
教養娯楽費	円	
被服費	円	
雑費	50000 円	
その他	円	例:
その他	円	例:
合計	152000 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
用意しなければならない書類が多かったのが大変だった。
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: 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
最初買った SIM が部屋でのアクセスが悪く、ほとんど使えなかったため、途中で買い替えた。
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
ドライヤー、みそ汁などの日本食

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?
事前に治安のよくないところはある程度調べ上げ、現地に着いてからは、携帯や財布などはなるべくカバンの中に入れて行動していた。携帯を一度盗まれたが、奇跡的に帰ってきたが、基本は帰ってこないので絶対に盗まれないようにすべき。
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。)

買い替えた SIM は部屋でもよくつながった。

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 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 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)
フィリピンはトイレ紙が流せなかったり、外食が多いため栄養が偏ったりと慣れるまで大変なことは多いですが、そういう時こそルームメイトなどと協力して生活していくことが大切だと感じました。

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
このプログラムは 1 日 7 時間も英語の授業があり、そのうち 4 時間はマンツーマンで行うため、本当に疲れるし大変だが、その分先生とも仲良くなれるし、英語の自信もつく良いプログラムだと感じた。
2) 課外プログラムについて
どうしても天候には左右されるが、フィリピンのことを知れるいい機会だと思う。
3) 滞在先・現地での生活に関すること
体調管理だけは必要以上に気を付けるくらいでいいと思う。

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)

着いて初日や一週間あたりまでは現地の生活や授業に慣れず、大変だと感じると思います。所々で感じる文化の違いや、日本に比べると不便に感じるところ、体調管理に関しても、ほとんどの人が一回は体調を崩しているので、そこらは覚悟のうえで留学に臨むべきだと思います。ですがその分エンデランの先生や、一緒に行く明治の学生などは本当に仲良くなったり、改めて日本の良さを再認識したり、フィリピンの人のあたたかさに触れるいい機会だと感じたので、ぜひチャレンジしてほしいです。
--

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	70,000 円	
図書費	3,000 円	
学用品費	0 円	
携帯・インターネット費	1,800 円	追加 SIM
現地通学費	0 円	(研修先まで 5 分)
教養娯楽費	0 円	
被服費	13,000 円	
雑費	1,000 円	ボディソープ、シャンプー、バスマット
その他	15,000 円	例: アクティビティ体験費(個人で予約したもの)
その他	3,000 円	例: タクシー代
合計	106,800 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
ピザの申し込みの際の写真のアップロードにみんな手間取っていた気がする。学校から勧められた富士フィルムの証明写真機を選ぶのがおすすめ。ただ、背景を白にするためにはプレミアムモードを選択しなければいけなく、その選択が一番初めなのでそこを間違えないように注意。
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: 羽田空港で 8000 円分両替した分と、現地の空港で 10000 円分両替した。その後はショッピングモールで換金した。Grab というタクシーアプリを使うのだが、その際の本人確認にクレジットカードを認証しようとしたらセキュリティに引っかかってしまいカードを停止されてしまったので何枚か持っておくと安心。 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
寮では Wi-Fi がもらえなかったため SIM を使わなければならなかったが、その SIM の通信が弱すぎて寮でのスマホ利用はロビーでのみ行った。事前にリサーチして、日本から SIM を持っていか、学校のは買わずに SMART という会社のものを買うことをおすすめする。
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
消臭スプレー/長袖のバジマ/上着/虫よけスプレー/ゴキブリ対策グッズ/食器用洗剤・スポンジ/水筒

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: Wi-Fi について/寮のスーパーバイザー、先生について/ルームメイト) 特記事項: 先生についての情報交換はいろんな人とした方がいい。私は日記を書くことを宿題とされていたため、何か心配事や、授業、宿題に関して伝えたいことがあったら日記に書くようにしていた。それを読んで先生が改善してくれた。
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?
なるべく学校から言われたところ以外はいかないようにしていた。モールは割と安全だと思うが荷物の管理には十分注意して行動した。また、一人で出歩くことは一回もなかった。
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。)

学校から推奨されるSIMではまず寮では通じない。日本にいたるときのようにインターネットを楽しみたいのなら、データ使用料フリーのSIMを現地のモールで調達することをおすすめする。

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 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)	トイレトペーパーは流せず、シャワーの水圧はとても弱いため、日本と同じように暮らせないと覚悟していった方がいい。特に私の場合は水回りに関して少し敏感なため慣れるまで時間はかかったが、1 週間で慣れた。部屋の掃除に関しては、日曜日以外毎日入ってくれるため、トイレのトイレトペーパーがあふれることなどはなかった。

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	Accent Training: 私の先生はかなり厳しく指導してくれた。特にrの発音に関しては何回も授業内で練習して、宿題でも必ずいえるようになるまで、毎日課された。その分、自分で思いついて話すときも自然に発音に気を配って話せるようになった。 Social Club: グループに分かれてディベートをしたり、実際のシチュエーションを演じたりと退屈な時がなく、活発だった。集団な分、発言に関しては自発的に挙手しないと練習にならないと感じた部分もあった。
2) 課外プログラムについて	タガイタイに行ったのが楽しかった。バス移動はガイドさんが英語で紹介してくれるので、英語から離れすぎないこともよかった。自分たちで週末行くには遠い場所に連れて行ってくれるのでいい体験ができた。ガイドしてくれるところと自由行動のバランスもちょうどよかった。
3) 滞在先・現地での生活に関すること	朝ご飯はモールのスーパーでグラノーラやコーンフレーク、果物を買って必ず取った方がいいと思う。特に私の場合は、朝から Accent training だったため集中力を保つために必須だった。 現金はすぐ近くのモールで換金できるため、出発前に多く両替する必要はないが日本円を多めに持っていくと安心だと思う。思ったよりカードは使えなかったため、注意が必要。

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)

この研修を選ぶ方は、この夏の期間で英語をできるだけのばしたいという方だと思います。1日7時間という長い授業はかなり大変ですが、慣れてくれば予習復習までできるほど余裕は出てくるので安心してほしいです。授業に関してはマンツーマンな分、先生によって教え方から宿題の量まで様々であることは事実です。しかし、先生は熱心に教えてくださる方が多いので、その都度要求があれば言ってしまうと大丈夫だと思います。言いづらければ、スーパーバイザーの人を通すのも1つの手です。6週間も同じ先生なので自分も一緒に授業を作っていく気持ちで参加するといより大きな成果が得られます。

また、寮生活に関しては、ルームメイトと日用品を共同購入したり、お互いの悩みを聞きあったりして助け合いながら生活することが大切だと感じました。長い期間共に過ごすため、ルームメイトとの関係は非常に重要で必ず助けになってくれると思います。

1つ気づいたこととしては、現地の学生やほかの国からの留学生との交流を持つことは難しいということです。現地学生にインタビューする機会はありますがそれ以外で関わる機会はあまりありません。そのため、私は友達と朝早く登校して話しかけたり、インタビューの際にインスタを交換したりと自分から関わっていく姿勢が大切だと思います。