

東京大学 海外留学・国際交流プログラム報告書(3ヶ月以上1年未満)

2018 年 11月 5日

東京大学での所属学部・研究科等:	文学部	学年(プログラム開始時):	学部4
参加プログラム:	全学交換留学	派遣先大学:	アデレード大学
卒業・修了後の就職(希望)先:			
	1. 研究職		2. 専門職(医師・法曹・会計士等)
	3. 公務員		4. 非営利団体
	✓ 5. 民間企業(業界: 鉄道)		6. 起業
	7. その他( )		

派遣先大学の概要

オーストラリアのアデレード大学:南オーストラリアのアデレードという都市にある公立大学。オーストラリアの主要な8大学からなる Group of Eight という大学連盟の中の一校である。

留学した動機

学生のうちに世界を体感したかったというのが最も大きな動機である。旅行で訪れるのではなく、その土地で暮らし、その土地の人々と共に勉強したり交流することで何か見えてくるものがあるはずだと感じたため、留学を決意した。

留学の時期など

①留学前の本学での修学状況:	2017年	学部4	年生の	S2	学期まで履修
②留学中の学籍:	留学				
③留学期間等:	2017年	7月~	2017年	12月	
	年時に出発				
④留学後の授業履修:	2018年	学部4	年生の	S1	学期から履修開始
⑤就職活動の時期:	2017年	学部4	年生の	2月頃に	行った
⑥本学での単位数:	留学前の取得単位			52	単位
	留学先で取得し、本学で単位認定申請を行う単位			0	単位
	留学後の取得(予定)単位			52	単位
⑦入学・卒業/修了(予定)時期:	2014年	4月入学	2019年	3月卒業/修了	
⑧本学入学から卒業/修了までの期間:	5年			ヶ月間	
⑨留学時期を決めた理由:					

自分は留学を決めたのが遅く、留年数を最小限に留められる最後のタイミングがこの時期であった。

## 留学の準備

### ①留学先大学への入学手続き(手続きにあたってのアドバイスなど)

まず東京大学内での審査に受かることが必要である。自分の留学先希望大学はどこも学内での競争率が高い大学ではなかったことが前提になるが、「留学を希望する理由」「その大学への留学を希望する理由」「語学能力」に関して丁寧に説明できれば問題はないと思う。それが通ると、次は留学先の大学の審査になるが、同じような手順で進めれば問題はないと思われる。

### ②ビザの手続き(ビザの種類、申請先、手続きに要した時間、ビザ申請にあたってのアドバイスなど)

学生ビザはWeb上で申請する。オーストラリアの移民管理局のホームページに手順や所要時間の目安が書いてある。自分の場合は、申請後4時間で認可が下りたが、早めに済ませることをオススメする。申請自体には時間がかからなかったが、必要書類を市役所等の公共機関に準備してもらう必要がある場合、意外に時間がかかるものもあるので注意すべき。

### ③医療関係の準備(出発前の健康診断、常備薬、予防接種等)

留学するという理由で特別受けた健康診断や予防接種はない。持参した薬としては、風邪薬・胃腸薬・日焼け止め・ハンドクリーム(乾燥がひどいと聞いていたため)・目薬(同じく乾燥)などがある。特に風邪薬に関してだが、事前に「風邪では病院は処方箋を出さず、市販薬をすすめるのみ。」と聞いた。実際現地人御用達の市販薬があり、よく効くらしいのだが、日本人には少々効き目が強いのではないかと考えたため、大事をとって多めに日本の風邪薬を持参した。

### ④保険関係の準備(加入した海外旅行傷害保険・留学保険等)

東京大学指定の保険と、オーストラリア留学生が入らなくてはならない現地の保険に加入した。どちらも東京大学・留学先大学各々から保険加入に関して連絡がくるので心配はない。

### ⑤留学にあたって東京大学の所属学部・研究科(教育部)で行った手続きなど(履修・単位・試験・論文提出等に関して)

文学部にて書類を提出した。出発したSセメスターの時期にはほとんど授業を取っていなかったので特に問題はなかった。

### ⑥語学関係の準備(出発前の語学レベル・語学学習等)

IELTS 6.5 であった。英語の本を読むようにしていたが、リスニングに関しては疎かであったと思う。とりわけ、オーストラリア人の英語は英国・米国のアクセントとは異なる。加えて留学生の国であるため、より強い(聞きなれない)アクセントを持つ外国人留学生とも話す機会が多い。ニュース英語のような「綺麗な」英語だけではなく、もう少し生活臭のする英語を聞くべきであった。スピーキングはDMMのオンライン英会話を利用したり、東京大学のSEL(Special English Lesson)に参加した。

### ⑦日本から持参した方がよいもの、その他出発前にやっておくべきこと・アドバイスなど

アデレードでは日本食が手に入りにくいと知っていたため、バックの米や味噌汁、カップ麺、お茶漬の素など食べたくなりそうな日本食を持って行った。一般的に日本の文具の方が質は高く、100円相当のボールペンが現地では3,4倍の値段で売られていることもあったので、文具は多めに持って行くと快適かもしれない。アデレード市内には無料Wi-Fiが整備されていたが、現地のSIMカードで携帯のデータ通信を使えるようにするために、出発前にSIMロックを解除しておいた方が無難。

## 学習・研究について

### ①履修した授業科目のリスト(授業を履修した場合)

※そのうち、帰国後東京大学で単位認定の申請を行ったもの(又は行う予定のもの)に●をつけてください。

授業科目名	単位数	単位認定の申請	授業科目名	単位数	単位認定の申請
Australia and the Asia-Pacific	3				
Global International Migration	3				
History of Crime and Punishment in England and Europe	3				

②留学中の学習・研究の概要(授業・予習・復習のスタイル、印象に残っている授業等)

移民国家であるオーストラリアの国内外の諸問題について学ぶ授業を2つ、そして自身の専攻である西洋史学、中でも英国の犯罪史に関する授業を履修した。各授業 3時間/週 あり、大まかに講義形式のLectureと、議論形式の Tutorial に分け別日に行う。(例えば月曜日に1時間Lectureをして、水曜日に2時間 Tutorial等) Tutorial では課題図書に基づいて学生とディスカッションをすることになっており、各授業的確な発言を出来るよう、空き時間に課題図書を読み込み、意見をあらかじめまとめて授業に臨んだ。

③1学期あたりの履修科目・単位数、週あたりの学習・研究時間(授業時間・授業以外の学習時間)など

科目・単位数は上記の通り。毎週授業以外では40時間は予習復習にあてていたが、インプットとアウトプットを全て英語で行うという行為が、自分にとって想像以上に困難で体力が必要なものであった。英語自体の勉強も並行して行っていたため、ペースを掴むのに時間がかかり、当初は4つの授業を履修することを予定していたが、削って3つにし、それでもなお、時間が足りないほどであった。

④学習・研究面でのアドバイス

留学においてはもちろん大学での学問が重要であるが、課外活動や友人との交流にも時間を割けるような余裕を持てると、より有意義であると思う。未知の事柄を慣れないスタイルで学ぶのであるから、授業の予習復習に時間がかかるのは仕方がないことだとして、せめて英語への抵抗は出発前までに極力無くしておくべきだと思う。

⑤語学面での苦勞・アドバイス等

重複するが、インプット・アウトプットの双方を英語で行うことは、自分のように英語への慣れが足りない人間にはかなり難しいことであった。「読む・書く」ならば、時間的な余裕を持って取り組めると思うが、「聞く・話す」になると、一瞬で反応しないといけなく、そこに授業中ならば関連分野の専門用語、友人との会話中なら砕けた言い回しなど、馴染みのない語句が入ってきて、考えているうちに話の続きが頭から抜けて行く、ということがしばしばあった。このような経験から、一般語句の勉強のみでなく、自分が学ぼうと考えている分野の用語・若者が使うようなカジュアルな言葉も事前に調べて知っておくと良いのではないかと。

生活について

①宿泊先(種類(寮・ホームステイ・ルームシェア等)、家賃、宿舎の様子、見つけた方法など)

留学先の大学HPの Accommodation のページに記載されていた Student Hostels の一つ。家賃は月5万程度で、共同のシャワールームとキッチンが複数設置されていた。食事はつかないが、リネン交換は週一回無料で行われ、1回約200円(2オーストラリアドル)で使える洗濯機と乾燥機も整備されていた。毎日スタッフの方による清掃が入るので、キッチンやトイレは綺麗に保たれていたように思う。管理人さんも親切で特に不便はなく、共有エリアで話せるので友人も出来た。

②生活環境(気候、大学周辺の様子、交通機関、食事、お金の管理方法(海外送金・クレジットカード)など)

乾燥すると言われていたが、滞在した7-12月はそれほどでもなかった。大学周辺はRundle Mall と呼ばれるアデレード最大のショッピング街があり、食事や買い物ができる。生活必需品はこの店に行けば全て揃った。市内にはバスやトラムといった公共交通機関が充実しており、移動はしやすい。日本食は乏しいが、アジア系の料理からハンバーガー等まで色々な料理が手軽に食べられるくらいには、レストランも充実している。現金も多少は持っていたが、クレジットカードで問題ない。

③危機管理関係(留学先の治安、医療機関の事情、心身の健康管理で気をつけた点など)

アデレードは一部北部で治安が悪いと聞いていたが、それほど気にならなかった。東京と比べて終電・終バスなどの時間が早く、また店なども9時ごろにはほとんど閉まってしまうため、夜遅くまで出歩くことはなかった。留学中病院には行かなかったため、医療機関に関しては分からない。日本から常備薬を多めに持っていった。また、食事は栄養バランスに気をつけ、野菜や果物が不足しないように心がけていた。部屋にこもらないよう、なるべく毎日外へ出ることも注意していた。

・毎月の生活費とその内訳
10万円/月くらいであった。そのうち5万円が家賃、1万円が交通費や携帯電話代、2万円が食費、残りの2万円がイベント参加代等々である。
・留学に要した費用総額とその内訳
85万円ほどかと思う。上記の「毎月の生活費」×6(ヶ月分)に、行き帰りの交通費や、休暇中に行った旅行代金などを足したものである。
⑤奨学金(受給していた場合は、支給機関・支給額・見つけた方法など)
奨学金はJASSOからいただいたものであり、オーストラリア留学生は7万円/月であった。大学側から紹介があり、留学応募の前年度の成績に基づく審査を通過すると支給していただける。
⑥学習・研究以外の活動(スポーツ・文化活動、ボランティア・インターン、週末や長期休暇の過ごし方など)
現地の大学の留学生サポートクラブのようなものが隔週で開催してくれるカルチャーイベントには積極的に参加した。また、留学先大学に、現地学生と留学生とをマッチングさせるサポートがあったためそれを利用して交友関係を広げ、食事に行ったりお祭りに行ったりなどした。長期休暇にはオーストラリアの別の都市の雰囲気も知りたいと感じ、メルボルンへ旅行した。
<b>派遣先大学の環境について</b>
①留学生へのサポート体制(語学面・学習面・生活面・精神面でのサポート等)
極めて充実していた。日本よりも学生と教授の距離が近いような印象を受け、気軽に話を聞いてもらえた。また、現地学生がボランティアでやっている論文添削サービスもあり、英語表現を直してもらえたりした。しかしながら、英語が稚拙であると「英語の修正」が目的になってしまうため、論文の内容や形式までは時間を割いてもらえないこともあった。
②大学の設備(図書館・スポーツ施設・食堂・PC環境等)
図書館は広くて綺麗な建物があり、それとは別に24時間開いている Hub という学習スペースがあったため勉強場所には困らなかった。スポーツ施設は小さめのジムがあった。食堂にあたるものは存在せず、比較的コンパクトなスペースに3,4店並んでいるのみであった。食事はすぐ近くのモール街で摂る人が多かったように思う。
<b>留学と就職活動について</b>
①(就職活動を既に行った場合)留学が就職活動に与えた影響、メリット・デメリットなど
留学を経て、一人で異文化の地での生活を成立させるという経験が出来たことは、非常に意味のあるものであったと感じる。「外国」への極端な幻想と抵抗がなくなり、働く土地に縛られずに就職先を考える頭が自然と養われていたと思う。考えるデメリットとしては、就職活動に出遅れることが挙げられるだろうが、自分の場合は半年間の留学だったので特に支障はなかった。
②(今後就職活動を行う場合)留学が就職に対する考え方に与えた影響

③留学中の就職活動への対策など(もしあれば)

就職におけるエントリーシートや面接を見据えて、自分ならではの留学経験をアピールできるように、日記を書いたり、感じたことなどをまとめておくと思役立つと思う。

④就職が決まっている場合は、差し支えない範囲で就職先をお知らせください

- |                                     |                          |
|-------------------------------------|--------------------------|
| <input type="checkbox"/>            | 1. 研究職                   |
| <input type="checkbox"/>            | 2. 専門職(法曹・医師・会計士等)(職名: ) |
| <input type="checkbox"/>            | 3. 公的機関(機関名: )           |
| <input type="checkbox"/>            | 4. 非営利団体(団体名又は分野: )      |
| <input checked="" type="checkbox"/> | 5. 民間企業(企業名又は業界: 鉄道 )    |
| <input type="checkbox"/>            | 6. 起業(分野: )              |
| <input type="checkbox"/>            | 7. その他( )                |

留学を振り返って

①留学の意義、留学を通じて成長したこと、その他留学を通じての所感

外国で暮らすことへの心理的な抵抗が無くなったと思う。どこへ行っても、他者と繋がりを持って自分らしく暮らすことは可能であると自信がついた。また、オーストラリアと日本とを比較した際に、やはり多様性への寛容さという面で日本はオーストラリアに学ぶべき点が多々あると思った。他方、現地で出来た友人たちからは「日本は規律正しい国」という印象を持たれていることが多く、非常に驚いた。

②留学後の予定

民間就職を予定している。

③今後留学を考えている学生へのメッセージ・アドバイス

留学へ行きたいという気持ちが少しでもあるのであれば、自分なりに情報を集めてみたり、周囲の留学経験者に話を聞いてみたり、または所属学部の先生方に相談してみると良いと思います。留学したいと意思を固めている人であれば、とにかく英語の勉強を頑張ってください。今は、奨学金をはじめとして留学をサポートする体制がかなり整っていると思いますので、語学の壁さえ超えれば、きっといい留学経験が出来ると思います。

その他

①準備段階や留学中に役に立ったウェブサイト・出版物

オーストラリア留学センターのHP (<https://blog.gcsgp.com/>) スタッフブログで現地の情報がよくわかった。オーストラリア全般について書かれている。

②その他東京大学のホームページ・出版物等に掲載してよい留学中の写真があれば添付してください。