GO GLOBAL

東大から世界へ

東京大学 留学・国際交流ガイドブック 2014

海外留学・海外インターンシップ・国際ボランティア

THE UNIVERSITY OF TOKYO

Local × Global = ∞

世界を知るということ

2013年も、語学力も国際経験も十人十色の東大生が、一歩を踏み出し、海外へ飛び出しました。
それはある人にとっては小さな一歩であり、またある人にとっては大きな一歩だったことでしょう。
世界を知り、また世界を知ることで日本を意識し、
世界の友人からの刺激と友情を胸に日本に戻った東大生たち。
彼らは、これまでの環境で身につけた能力に、海外での経験というスパイスを加え、
一味も二味も違う学生に成長し、決意を新たにそれぞれの場所で活動を始めています。
みなさんも、小さくて大きな、世界への第一歩を踏み出してみませんか。

CONTENTS

巻頭座談会「いまなぜ留学か、先輩と語る」…… 04

留学・国際交流プログラムの種類 …… 08

1. 全学交換留学 …… 09
- 全学交換留学（国際本部担当）協定校一覧 …… 10
- 全学交換留学（国際本部担当）応募状況 …… 11

2. 東京大学交換留学協定校一覧（全学・部局間）…… 12

3. 全学交換留学体験談 …… 15

4. 3ヶ月未満の留学（大学本部を通じて応募するもの）…… 16
- 年間募集サイクル …… 17
- 3ヶ月未満の留学　プログラム一覧 …… 17
- プレGEfILプロジェクト …… 18
- 各学部・研究科などで実施されるプログラムの例 …… 19
- 3ヶ月未満の留学　体験談…… 20

5. その他の留学（個人応募での留学など）…… 22
- その他の留学　体験談…… 23

6. 留学の計画と準備 …… 24
- 留学を成功させるポイント　留学準備計画表…… 24
- 学部での全学交換留学　留学時期のパターン（実例）…… 25
- 留学等における学籍・単位認定など…… 26
- 外国の大学において取得した単位の取扱いに関する規則（学部学生）…… 26
- 外国の大学において取得した単位の各学部・研究科の取扱い例…… 27
- 留学にかかる費用…… 28
- 英語能力試験…… 28

7. 学内でできる国際体験 …… 29

8. 留学と就職活動 …… 30

9. 大学院留学 …… 31

10.海外留学等奨学金 …… 32
- 主な海外留学等奨学金一覧 …… 33

11.海外インターンシップ …… 34

12.国際ボランティア…… 35
- インターンシップ体験談・ボランティア体験談…… 36

13.体験活動プログラム …… 37

14.安全と危機管理 …… 38

15.東京大学の留学・国際交流関係部署 …… 39

16.よくある質問 …… 40

17.留学・国際交流に関する情報収集 …… 41

多様な国際経験を積み、知や社会のフロントを切り拓く力を。

東京大学理事　江川 雅子

社会がグローバル化に向けて大きく舵を切り、あらゆる分野で国際競争が激しさを増している現代において、国際化は東京大学の最優先課題の一つです。東京大学は、その将来構想である「FOREST2015」で、「グローバル・キャンパスの形成」を重点テーマとして掲げ、将来的には全ての学生に海外留学・派遣を含む国際的な学習・研究経験を積んでもらうことを目指しており、さまざまな国際的な教育プログラムを推進しています。

学生の皆さんは、東京大学からの奨学金などの支援を受けた上で、交換留学により1学期～1年の間、東京大学の協定校に留学できるほか、夏休みなどを利用して数週間、海外大学が実施する質の高いサマープログラムに参加し、専門科目や語学を学ぶこともできます。また、海外の大学の留学プログラムに直接応募する、学外の団体のサービスを利用するなどの方法で個人留学もできますし、留学に加えて海外インターンシップや国際ボランティアの機会もあります。東京大学は、皆さんがこのような国際交流への一歩を踏み出せるよう、留学プログラムや奨学金を充実させるとともに、海外の大学で取得した学位を東京大学で認める制度についても少しずつ拡充するなど、留学しやすい環境の整備に力を入れています。

さらに、東京大学のキャンパスには現在約3,000人の留学生が学んでいます。皆さんにはこれらの留学生と積極的に交流していただきたいと思います。国内外におけるバックグラウンドが異なる仲間との出会いは、皆さんの学生生活を豊かなものにすることでしょう。

未来を見通しにくい不確実性の下、社会の安定的な発展と成熟をいかに実現していくかということが、時代の課題です。学生の皆さんが、多様な国際経験を通じ、東京大学が教育の目標としている「国際的な広い視野を有し、強靭な開拓者精神を持ちつつ、公共的な責任を自ら考え、行動する」タフな東大生へと成長し、知や社会のフロントを切り拓いていってくれることを期待しています。

巻頭座談会

いまなぜ留学か、先輩と語る

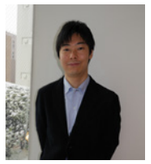
— Get Out of Your Comfort Zone —

「すべての学生に海外留学・派遣を含む国際的な学習・研究体験を提供する」
―濱田純一総長が示したこの指針に象徴されるように、ここ数年、東京大学では在学中の海外留学を促進するための取組みが強化されています。また「グローバル人材」という言葉が1つのキーワードとなり、政・官・財界でも学生の海外留学を奨励する動きが活発化しています。
その一方で、「留学に何となく興味はあるけど、まだ先でいいのでは?」「短期間の留学に意味はあるの?」「お金がかかるのでは?」「語学力が不安」など、留学を躊躇する学生が多いのも現実。そこで今回は、そんな学生を代表する留学未経験の1年生を囲んで、座談会を開催。留学を経験し社会で活躍する卒業生、在学中に留学を経験した先輩学生に集まってもらい、留学について率直に語り合っていただきました。

構成：東京大学本部国際交流課／協力：東大ドリームネット

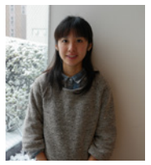
山崎 繭加さん　Yamazaki Mayuka
2000年経済学部卒、外資系コンサルティング会社入社。2004年、私費でジョージタウン大学大学院に留学（国際関係論・修士）。現在、ハーバード・ビジネス・スクール日本リサーチセンターにリサーチャーとして勤務。

堀越 啓介さん　Horikoshi Keisuke
2008年教養学部卒。在学中にAIKOM（教養学部後期課程の交換留学制度）により北京大学に1年間留学。卒業後、2008年イェール大学大学院に奨学生として留学（東アジア研究・修士）。現在、日本銀行に勤務。



吉澤 拓真さん　Yoshizawa Takuma
法学部4年。学部3年時（2012年9月～2013年4月）、全学交換留学によりトロント大学に留学。それまで海外滞在歴はなく、約1年の交換留学で初めて海外での生活を経験。卒業後は海外大学院進学や就職などを検討中。

瀬川 晶子さん　Segawa Akiko
工学部3年。学部2年時（2012年7月・3週間）、IARU Global Summer Programにより、スイス連邦工科大学チューリッヒ校へ留学。学部3年時（2013年11月・1週間）、イオン1%クラブ「アジア・エコリーダーズ」プログラムでインドネシアに滞在。



大竹 沙耶さん　Otake Saya
教養学部理科一類1年。2013年6月に開催された東大留学フェアに参加。「留学にはなんとなく憧れはあるものの、まだ積極的には動けていない」と語る。

※所属・学年等は2014年2月現在の情報です。

語学や目的意識を完璧にしてから留学すべきという誤解

大竹：私は留学に対しては漠然とした、海外に行ってみたいっていう、ふわっとした憧れは抱いていて、それに加えて必要性みたいなものー海外を見ておくべきだとか、英語は必要だとかー卒業生の方からそういう話を聞くと、行ったほうがいいのかなと思うのですが、明確な目的があるわけではない状態です。まだ教養学部なので自分に専門があるわけでもないし。そういう状態でも海外に行くのは意味のあることだと思われますか?
堀越：私は留学についてはいくつかの誤解があると思います。例えば、目的や専門が定まり、語学が完璧でないと行ってはだめだという考え方です。東大の学生の数割は留学を考えるが、実際に行く人は数%というデータを聞いたことがありますが、このギャップが生じる背景は何かと考えると、目的、語学、お金、時間などに関する不安があるからではないでしょうか。でも、留学と言っても単純に場所が違うだけの話だと思います。東大にいるからといって、常に目的があって時間が過ぎてるかというと、必ずしもそうじゃないですよね。語学についても、私は中国に1年、アメリカに1年半留学してますが、1～2年の留学後でも、語学がネイティブ並みになる人は少ないですよね。
山崎：英語が完璧になるなんてありえないですよ。私もアメリカで修士号を取り、仕事は基本的に全部英語ですが、今でも英語に苦労してます。
堀越：時間がたっぷりあり、何百万円あって、目的意識も明確で、英語が完璧でないとだめ、ということが全部誤解で、私は高校のとき初めて1～2週間海外に行って「面白そうだ」と思って、だんだん2週間が3週間、1年とか1年半になって、面白いから期間が延びていってるタイプです。やっぱり初めにコストの低いところからちょっと行って、面白そうだからより長く行ってみるということでいいと思います。人生で1回しか留学しちゃいけないっていうルールもないですし、奨学金などもあります。

とりあえず行ってみる／進振り前に将来を考えるチャンス

吉澤：1年の交換留学をした僕からは2つほどアドバイスがあります。1つ目のアドバイスは、「憧れだったらとりあえず思い切って行ってみよう」、2つ目は「目標を複数持つ」。矛盾するようですが、1つ目については、僕も交換留学が初の海外生活で不安も大きかったのですが、なんかもういいや、と思って行っちゃったんですね。結果的に、得られたものはすごく大きかった。それから、もう1つは現実的なアドバイスで、僕の場合は法学部で学べない経済学を勉強することと、英語を伸ばすことという2つの目的がありました。海外に行ってもずっと英語を話しているわけではなくて、勉強する時間とか、自分だけの時間っていうのはあるので、やっぱり何個か目的があったほうがいい。僕は英語ではなく経済を勉強してるときもモチベーションを保てました。ただ、目的を定めても予定外で達成できない場合や、逆に予想してなかったものが得られる場合もあると思うので、とりあえず行くということですかね。
瀬川：専門がないから…という点についてですが、私が参加したような短期のサマープログラムは、参加者の専門分野を限定しておらず、いろんなバックグラウンドの人が集まるから面白いという趣旨で開かれているプログラムも多いので、1・2年生で行ってもいいと思います。進振りの前に、博士とか修士とかいろんな専門の人と一緒に勉強できる機会にもなって、そこで研究の話をたくさん聞け、進学先を考えるのにもすごく役に立ちました。

就職後や大学院ではなく、もっと早く留学しておけばよかった

大竹：学部のうちは少し抵抗があるので、大学院に入ってから留学するほうが自分にはいいのではないかな、とも思うのですが。
山崎：私は日米学生会議（学生交流団体）などで忙しい学部時代だったのと、早く社会に出て働きたいとも思っていたので、在学中の留学は考えませんでした。とは言え、私が海外にいたのは人生で大学院の2年間だけなので、英語で苦労することもあり、もっと早く留学しておけばよかったと強く思うんです。今の私の仕事は基本的に全部英語を使う仕事で、求められているのはほぼネイティブレベルの英語力。私と同じような仕事をしている人はヨーロッパにも南米にもいて、ネイティブじゃないからっていう言い訳がまったく効かない環境です。高校なり、大学なりで1年間でも行けば、今の英語コンプレックスとか、越えられない壁をもう少し早く越えられたんじゃないかなと。
堀越：そうですね。本当に語学って、思考回路から出てくるものなので。私は学部で中国、大学院でアメリカに留学しましたが、大学院での進学は、やっぱり研究をメインにやって、アウトプットを出さないといけないという点が、学部での留学と違います。研究のウエイトがかなり高くなるので、旅行に行くとか、もっと生活に密着して社会や文化を学ぶという機会が、学部時代の交換留学よりは減ってしまいました。交換留学では、例えば毎週友達とカラオケに行くとか、徹夜で語り合うとか、そういうことをとおして、海外の学生の思考回路や、なんでそう考えるんだろうということを学ぶ機会を多く持てました。こういう状況だと、語学はすごく伸びやすい。年齢面でも、20歳前後と25歳前後で行くのは、かなり違います。
山崎：本当ですよね。

留学＝低いリスクで失敗できる環境

大竹：語学については、留学に行ってしまえばどうにかなるんじゃないかと思う一面もありますが、やっぱり「英語を学ぶ」のではなく、「英語で授業を受ける」となると、大丈夫なのかなという不安はあります。
堀越：思うに、語学は日本で学ぶより留学のほうが圧倒的に伸びます。発音も日本で学ぶと間違って覚えやすいですし、現地で暮らせば自分が出会う順に使える表現を覚えられ、優先順位や効率の面で圧倒的にいい。留学は失敗を低いリスクでたくさんできる環境に自分を置けるということでもあるので、失敗し、直してもらう、その数が増えるとネイティブの感覚がだんだん分かってくると思う。それをたくさん濃密に経験できる環境は、国内では得難いと思います。
山崎：言語だけじゃないですよね。私自身を振り返って思うのですが、言語で悩むというよりは、そのベースにある思考力の弱さが出てしまって、英語もうまく乗ってこないということがありました。日本語でも、深く聞いて深く考えて話すといったことが日本では小学校からあまり鍛えられてない気がしていて、今でも苦労しているところなので、早く始めるに越したことはない。その感覚とか頭の筋トレを始める意味で、大学時代に留学するのはすごくいいと思います。日本で英会話学校に行ってもその部分は鍛えにくいと思いますし。
堀越：私は日中米で高等教育を受けましたが、各国で評価方法が違うんですよ。日本のスタイルが、中国やアメリカで評価されるとは限りません。言葉も思考回路も評価基準も違う中で、インプット、アウトプットを効果的に行う訓練は、どのような職業に就くにせよ、将来とても役に立つと思います。
吉澤：教育の違いという意味では、大学のあり方として根本的に違うなと思ったのは、日本の大学は基本的に底辺保証というか、一番下の人でもこれだけの能力があるということを試験で証明してますよね。海外の大学は、門戸を広くしてその中で競争させて優秀な人だけ卒業させるというスタンスなので、東大と比べてばらつきが大きく、すごく勉強している人もいれば、まったく勉強してない人もいる。
瀬川：私はディスカッションがとても違うと感じました。日本と違って、授業でディスカッションし始めると、みんなが同時に話して、聖

徳太子なんじゃないかっていうくらいにみんなきちんと理解して、どんどん先に進んでいく。でも重要なことはみんな黙って聞く。その使い分けがすごい。またインドネシアに行ったときは、参加者が英語がネイティブではない東南アジアの学生だった上に、テーマ自体が難しくて、英語でのコミュニケーションに壁があり難しかったです。きちんと最後までpatientに聞き続けて、しっかりレスポンスするということを礼儀正しく行わないと衝突する。非ネイティブ同士のコミュニケーションの難しさを感じました。

どうやって留学先を決めるか

大竹：皆さん、留学先はどういう基準で決めたのでしょうか。国や目的などいろいろな選び方があると思うのですが。
堀越：私はもともと武術や中華料理など、文化面で中国に興味があり、加えて、21世紀の世界での中国の成長・変化や日中関係に関心を持ちました。この時代に中国で学ぶことで自分の新しい軸を作れるのではということと、留学のコストや物価も安かったので、その両面を考えて決めました。
山崎：私が留学したのは2004年から2006年なのですが、2001年の9.11以降、共和党政権下のアメリカがものすごく世界を動かしてた時期で。どこで国際関係や安全保障を勉強するかと言ったら、アメリカ、かつアメリカでも政治の中心であるワシントンDCという、トピックベースで選んでますね。
瀬川：私はIARU（16ページ参照）という国際大学連合のプログラムで、プログラムの内容で一番興味があったのがスイス連邦工科大学だったので、単純にそれで決めました。インドネシアの方も、インドネシアに興味があったというよりは、内容に興味があり、あとは無料だったので。
吉澤：僕は、ずっと外国人の少ない日本にいたので、外国人が多いところがいいなと考えて。そうするとやっぱり北米かと思って、当時は全学交換留学で留学可能なアメリカの協定校がゼロだったので、カナダという理由でした。結果的にカナダに行ってすごく良かったです。トロントのほうが実はアメリカの主要都市よりも移民の割合が多くて、人口の半分くらいがトロント以外出身で、人種的にも、何をとっても多種多様。歩いていても外国人だと思われない。違うことが当たり前で、それを身をもって実感できたのはすごく大きな体験で、それはカナダだからできたのかなと思います。

留学すると日本の見方はどう変わるか

大竹：留学してみて、日本への見方や感じ方が変わったとか、そういったことはやはり大きいですか?

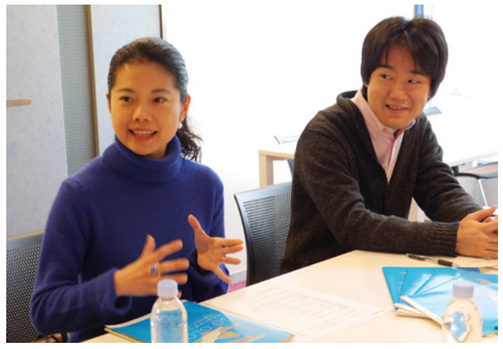
堀越：例えば、私は東日本大震災のときに仙台で勤めていたのですが、暴動が起こらない。その意味では、民度が高く、ソーシャル・キャピタルが強いと感じました。そういう日本のすばらしい部分に気づいたり、逆に海外と比べて日本のここは変えないといけないということに気づいたり。いいことにも悪いことにも、より正確に気づけるということがやっぱり非常に大事で、事実認識が違ったら、解決策はその上に立つものなので、何も始まらないですよね。
山崎：そうですね。どんな国もそれぞれの良さがあり、それぞれの問題があるのに、日本人は悲観論が好きだから、日本はだめなんじゃないかとか、逆にそれをすべて置いておいて、日本はすばらしい国だとか、極端に振れがちなところがありますが、どんな国も、たくさんある中のOne of themでしかない。日本も、Lost decadeと言われても、経済大国だし、もっと小さい国もたくさんある。変に日本が優れているとか、日本が劣っているとか、そういう考えがなくなって、問題をありのまま客観的に捉えるようになりました。国際関係を勉強していたのでいろんな国の話をするんですが、どこの国にも酷い問題がある。完璧な国なんかない。ただ、日本は安心できますね。ワシントン－東京間で日本の航空会社の飛行機に乗った瞬間に、武装解除できるというか。CAさんもとても優しいし、先に気を回してくれて、温泉に入ったような気分でいつも帰国しています。海外では欲しいものは全部自分で勝ち取らないといけないので。（笑）

海外で知った日本人の強み

大竹：留学を考えている東大生を勇気付けるような、海外で通用する日本人の強みのようなものは何かありますか?
吉澤：現地の学生に「日本人はすごく人を大切にするんだな。それはやっぱりすごいことだよ」というようなことを言われて、正直にうれしかったです。やっぱり、細かいところの対応の質は高くて、人を大事にするという。
山崎：日本人は、結構愛されますかね、なんとなく。例えば、一生懸命話しているのを「この人なら聞こう」と思ってくれる。日本に対する親愛の情とか、きちんとしているとか、必ずチームのことを考えるということで、絶対一員としていてくれるとうれしいと見られることが多い。いることでよりチームが動きやすくなるとか、いい雰囲気になるとか、それはとても大きな強みだと思います。
瀬川：複数のアジア系の人に言われたんですが、例えばアジアの国だったら、高度な仕事や研究をしようと思ったら、かなり倍率が高い奨学金に合格して、欧米の大学に通って、英語で授業を受ける必要があるという現実がありますが、日本であれば母国語で高いレベルの授業が受けられる。例えば東大の工学部は世界的にも評価が高い。そういう環境で、自分の言語で学んだことを社会に出せるのはとても羨ましいとすごく言われます。国際化の流れとは逆行する発言かもしれないですが、それはすごく幸せなことなんだなと思いました。

留学の成果は、留学後の人生まで続く

大竹：留学で人生が大きく変わったというようなことは何かありましたか?
瀬川： IARU Global Sumer Programで私が参加したプログラムは、その分野の博士課程、修士課程の人もたくさん参加していて、もともと英語がそんなに得意ではなかったこともあり、本当に3週間辛かったです。論文の書き方も分からないし、グループワークで



もあまり戦力にならない。自分はたくさん学べた一方で、チームに貢献できていないという意味で辛かったですが、その分タフになりました。それに、留学の期間は3週間ですが、つながりは3週間で消えるわけではない。もう留学してから1年半経っているのに、日本に旅行に来てくれたり、一緒に旅行したり、交流はずっと続いていて、3週間以上の価値があると思っています。
吉澤：私の場合、日本で多少失敗しても、向こうでやっていけるからなんとかなる、という気持ちが生まれたのがすごく良かったです。例えば昔だったら、東京で就活を失敗したらもう人生終わり、というような考え方をしてたかもしれませんが、頭の中で将来に対する選択肢が増える。心情的なものですが、それは自分の中で得られた最大の変化です。
堀越：リベラルアーツの目的に似ていますが、住む場所、働く場所、職業でも、自分が見えていたもの以外にもいいものがあるし、それを実現できる可能性を高められるという意味で、自分の将来についてより自由に考えられる、自由に生きていける感触を持てるということは1つあると思います。
山崎：私の場合、抽象的ですが、多様性を経たことによってできるもののすばらしさがあるから、「多様性の面倒さ」を引き受けていかないといけないと実感したことです。多様性ってすごく面倒なんですよ、とにかく。議論するにしても、みんなそれこそ勝手に話し続けて聞かないとか、組み立て方も何もかも違う中で、でもそれでも、その多様性の困難の中で作ったもののほうが、同質な集団から生まれるものよりいいんですよね。その「体感知」に日本人は慣れてない。それが分かっていると、日本にいてもいろいろなことに対する考え方や取り組み方が変わってくる。
瀬川：本当にその通りだと思います。

最近の東大生は恵まれている分、競争も厳しい

山崎：最近の東大生は恵まれていますね。私の学生時代は、教養学部の国際関係論にいる数十人だけが「スーパー国際部隊」（笑）で、それ以外全員ドメスティックという感じでした。留学プログラムの募集が行われるとか、そういう話も少なく。
堀越：私の時代は、教養学部後期課程のAIKOM以外に、学部生が利用可能なプログラムが少ない印象がありました。留学に行けるかどうかのファクターで教養学部を選ぶ人もいたので、選択の幅が広くなるのは非常にうれしいですね。
吉澤： 僕の場合、全学交換留学の際に法学部にフレキシブルに対応していただきました。9月に留学する学生のために7月に前倒しの試験をしていただいたり。基本的にゼミも半期なので、実は留学に行きやすくて、法学部で良かったなと思いました。
堀越：コストもどんどん下がってますしね。
吉澤：僕が留学した時も全学交換留学の奨学金の枠が多く、全学交換留学の選考を通過し条件を満たせば必ず奨学金を得られる状況でした。
山崎：多額の寄付をしている卒業生もいますね。学生への情報提供についても、このガイドブックもかなり洗練されてますし。
吉澤：１年生の時から留学関連の情報を探していましたが、今の国際交流課のホームページができてからかなり便利になりました。
山崎：でも、恵まれているということは、それだけ競争も増えているということでもあります。私たちの頃はもしかしたら国際交流サークルを運営するだけで十分だったかもしれない。それも大切な経験だと思いますが、今の学生は国際感覚、コミュニケーション能力が当然のように求められる時代に生きていく人たちなので、これだけ機会も多い。だから、それを使わないということはよりリスクが高まる。機会はとにかく全部使わないといけないんだと思ったほうがいいかもしれないですね。

「なぜ留学するの?」ではなく「なぜ留学しないの?」という時代

堀越：留学経験から、今の東大生の方々にお伝えできることがあるとすれば、東大だけで学ぶことは、今や数ある選択肢・方法の一つにすぎないことです。探究心を持ち、より深く広い活動をしたいと願うのであれば、なぜ自分があえて日本だけで学ぶ選択をしているのか、改めて考える意味があると思います。むしろ、なぜ留学をしないで日本だけにいるのかという理由を考えるほうが難しい時代に移行しつつあるかもしれないですね。こんなに機会も増え、コストが低くなっているのに、なぜ留学しないのか、実際、答えるのは難しくないですか?
大竹：いろいろ言い訳してみても、結局は面倒に思っているだけでやればできるじゃないか、と言われてしまいそうです。
瀬川：あと選考で落とされるのが嫌とか…。私も含めて東大生はその辺敏感かも（笑）。
堀越：それはあるかもしれませんね。落ちることに対する抵抗感。でも、アメリカに留学するときは、10校、20校と出願する人もいるじゃないですか。
山崎：私、大学院留学のとき1年目は全部落ちましたよ。
堀越：日本には、本命1つにしか出願しないで、それで勝つことがかっこいいという考え方がある気もしますが、少し不思議です。
山崎：それは、根本的に1つの価値観だけで1から100まで順位が付いて、1にいることをよしとする考え方によるものだと思いますが、アメリカでは大学それぞれの個性があり、その人の人生によっていい大学は変わってきます。
吉澤：いろいろ意見はありますが、やはりとりあえず応募してみるのがいいのかなという気がしてます。特に帰国子女などではなくて、何も経験がない人こそ留学すべきだと思います。得られるものは大きいし、考え方なども絶対違うので、そういう経験をしないでいるのは少し危ないことなのかな、とも思います。
大竹：やっぱり今、日本にいるのがすごく快適だし、東大にも入れて少しちやほやもされ、すごく楽なんですよね。でも今日お話をお伺いして、このままぬるま湯に浸かってるだけとたぶんだめなんだな、とすごく痛感しました。
山崎：私は大学時代留学しませんでしたが、もしもう1度人生が大学時代に戻るなら、絶対にもっと早く留学してますね。これはもう絶対にそうです。ぜひチャレンジしてみてください!

留学・国際交流プログラムの種類

留学・国際交流プログラムには、以下のように様々なものがあり、各自の目的、希望する留学先、期間、予算などによって、様々な形で国際体験を積むことができます。最適な方法を検討してください。

1 海外留学

大学公募

1学期〜1年のプログラム

●全学交換留学
東京大学が学生交流覚書を締結している海外の大学（協定校）に1学期〜1年の間留学するプログラムです。東京大学の授業料を納めることで、留学先での授業料は不要となります。大学全体で実施する交換留学を「全学交換留学」と呼びます。 p. 09

●部局間の交換留学
前述の交換留学を、大学全体ではなく、特定の学部・研究科（以下「部局」と呼びます。）でのみ行うのが部局間の交換留学です。教養学部後期課程のAIKOM（Abroad in Komaba）、各学部・研究科の交換留学など、東京大学では、各部局の特色をいかした部局間の交換留学も多数行われています。 p. 12

●カルフォルニア大学バークレー校・デービス校派遣プログラム
カルフォルニア大学2校との連携により、学生の派遣を行う留学プログラムです。ただし、交換留学ではないため、留学先の大学に授業料等を支払う必要があります。参加期間中は東京大学を休学することも可能です。 p. 22

数週間〜3ヶ月未満のプログラム

●東京大学奨学金付き夏季短期留学プログラム
・IARU Global Summer Program
・卒業生有志の短期留学支援プログラム「東大生海外体験プロジェクト」
・プレGEfILプロジェクト
・東京大学が海外大学と連携して実施するプログラム
海外の多くの有力大学が開催する3ヶ月未満の留学プログラムに、東京大学からの奨学金付きで参加することができます。高い語学力を前提とし世界トップレベルの学生と少人数で受講する集中的なプログラムから、語学力中級程度の学生向けプログラム、フィールドワークまで、様々なプログラムがあります。 p. 16

個人応募

1学期〜1年のプログラム

●海外大学のVisiting Student
●学外の団体や民間奨学金の留学プログラム
海外の大学では、Visiting Studentなどの身分で他大学の学生を1学期〜1年間受け入れる大学もあります。費用の全額や一部が支給される民間の奨学団体やその他学外の団体による留学プログラムもあります。参加期間中、東京大学を休学することも可能です。 p. 22

数週間〜3ヶ月未満のプログラム

●世界有力大学のサマープログラム
毎年夏には、世界中の大学が、他大学の学生も履修可能な夏季集中講義や語学研修などのサマープログラムを実施します。このようなプログラムに個人で応募し、参加することも可能です。
●民間の留学斡旋業者を利用した語学留学など p. 22

2 海外インターンシップ 国際ボランティア

大学公募

●体験活動プログラム（海外実施分）
東京大学では、次世代を担う学生を「よりタフに、よりグローバルに」育成するという教育目標を掲げ、学部学生の皆さんを対象にさまざまな体験活動の機会を提供しています。 p. 37
●「東大生海外体験プロジェクト」による海外での企業体験
卒業生有志の支援により、海外（主に日系企業の海外拠点）での企業体験を提供します。 p. 34
●IARUサステイナブルキャンパス交換学生
●香港大学Learn, Live and Intern in China (LLIC)プログラム
●短期ボランティアプログラム（JICAと東京大学の連携事業）(平成26年度実施未定)

個人応募

●イアエステ国際インターンシップ
●その他、企業・団体などが公募するインターンシップ・ボランティア p. 34〜35

3 その他の国際交流

大学公募

●体験活動プログラム（海外実施分）
●学外団体が実施する海外研修や学生会議など
費用の全額や一部を主催者が負担し東大生を招待する、短期間の海外研修や学生会議なども毎年数件実施されます。少ない自己負担で国際体験ができるチャンスです。 p. 37 p. 16

個人応募

●その他、個人で応募する各種プログラム
東京大学に案内のあったプログラムをウェブサイトやSNSで紹介しています。費用の全額や一部を主催者が負担するものもありますので、こまめに情報をチェックしましょう。 p. 22

4 卒業後の大学院留学

東京大学では現在、主に在学中の留学をサポートしています。卒業後の海外の大学院への進学については、様々な形で情報提供などを行っています。 p. 31

1. 全学交換留学

交換留学のメリット

①東京大学の協定校への留学だから安心
東京大学の協定校は評価の高い教育機関です。事前に多くの情報が得られ、現地でのサポート体制も充実しています。

②留学先の協定校では授業料の支払いが不要
留学先の授業料が不要になる代わりに、留学期間中の身分は「休学」ではなく「留学」となり、東京大学の授業料は納める必要があります。（大学院学生の場合、その活動の実態により「留学」又は「研究指導の委託」の手続きをとることになります。）

③協定校では交換留学生として優遇される
協定校の交換留学生という特別な立場で留学するので、宿舎を優先的に確保してもらえるなど、特段の配慮をしてもらえるケースが多くなっています。

④協定校で取得した単位を東京大学の単位として認定できる可能性がある
認定の基準は、部局により異なるため、所属部局や修得した科目によっては認定されない場合もありますので、留学時の所属部局の担当部署に事前に相談する必要があります。（P26参照）

⑤留学期間が卒業に必要な在学期間としてカウントされる
留学期間は東京大学卒業のために必要な在学期間に算入することができますので、場合によっては、留学しても4年で学部を卒業することも可能です。（P26参照）

留学時期

●1学期間あるいは1年間（留学先の協定校の学年暦（Academic Year）に基づく）
●海外の大学は一般的に、1学期目:秋学期（8-10月開始、12-2月終了）、2学期目:春学期（1-2月開始、4-5月終了）の2学期制のところが多くなっています（例外あり）。例えば、2014年の秋学期（1学期目）〜2015年の春学期（2学期目）という海外大学の1学年（Academic Year）を2014-2015年期（AY2014-2015）と呼びます。
●1年間の留学を希望の場合は、原則として秋学期（8-10月開始）からの1年間となります。

主な資格・条件（一例）

●留学期間を通じて東京大学の正規課程に在学する者（留学期間内に東京大学を卒業・修了する者、留学期間内に東京大学の学部から大学院に進学する者は対象外）
●留学時に学部3年生以上であること。（ただし、申請は2年生で可能）
●協定校が定める交換留学生の資格・条件を有すること。（語学能力・分野など）

応募方法

募集要項を熟読の上、所属する部局の担当部署に必要書類（主な書類:申請書・推薦書・語学力の証明書など）を提出

※英語能力の証明書としては、受験日から2年以内のTOEFL iBTまたはIELTS（アカデミック・モジュール）のみ受け付けます。

選考方法

学内選考（書面審査・面接審査）
各部局から推薦された学生について、書面審査・面接審査により東京大学本部での学内選考を行います。学業成績・語学能力・申請書の記述内容・面接結果等が総合的に考慮されます。

協定校での審査（書面審査）
学内選考を通過した学生は協定校が定める申請書類を改めて作成し、その書類をもって東京大学が留学先の協定校へ推薦し、協定校での審査が行われます。協定校での審査を通過すると、留学決定となります。

募集時期

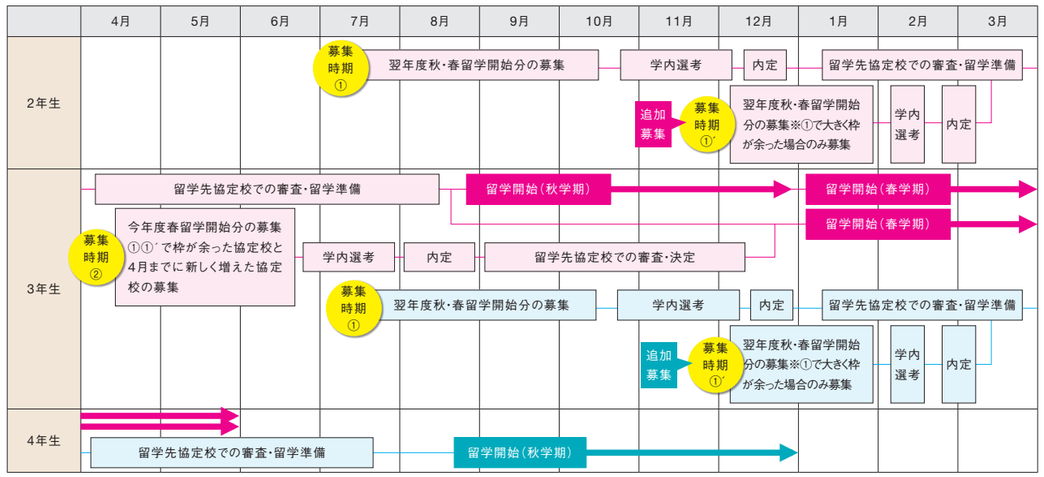
① 7〜10月頃
→翌年の秋季（8月〜10月頃留学開始）・翌々年の春季（1月〜4月頃留学開始）分を募集

①´12月〜1月頃（追加募集）
→秋季（8月〜10月頃留学開始）・翌年の春季（1月〜4月頃留学開始）分を募集
※①の募集で大きく枠が余った場合のみ募集

② 4月〜6月頃
翌年の春季（1月〜4月留学開始）分を募集
※前年度の①と①´の募集で余った派遣枠、及び②の募集までに新たに加わった協定校の募集

全学交換留学募集サイクル

※一般的なサイクルであり、留学開始時期等は協定校によって異なります。
※2014年4月現在の予定であり、変更される場合があります。 ※部局間の交換留学については部局ごとに異なります。



全学交換留学（国際本部担当）協定校一覧

（2014年2月1日現在）

	国・地域	協定校	備考
1	台湾	国立交通大学	
2	台湾	国立台湾大学	
3	中国	上海交通大学	
4	中国	清華大学	
5	中国	南開大学	
6	中国	北京大学	
7	香港	香港大学	
8	韓国	ソウル大学校	
9	韓国	浦項工科大学校	
10	韓国	延世大学校	
11	シンガポール	シンガポール国立大学	学部学生のみ
12	ブラジル	サンパウロ大学	
13	チリ	チリ大学	
14	チリ	チリ・カトリック大学	
15	カナダ	トロント大学	
16	カナダ	ブリティッシュ・コロンビア大学	
17	カナダ	マギル大学	学部学生のみ
18	アメリカ	イェール大学 Fox International Fellowship Program	大学院学生のみ

	国・地域	協定校	備考
19	アメリカ	プリンストン大学	
20	オーストラリア	アデレード大学	
21	オーストラリア	オーストラリア国立大学	学部学生のみ
22	オーストラリア	クィーンズランド大学	
23	オーストラリア	ニューサウスウェールズ大学	
24	デンマーク	コペンハーゲン大学	
25	フィンランド	ヘルシンキ大学	
26	フランス	エコール・ポリテクニーク	
27	フランス	EHESS（社会科学高等研究院）	大学院学生のみ
28	ドイツ	ケルン大学	
29	ドイツ	ベルリン自由大学	
30	ドイツ	ミュンヘン・ルートヴィヒ・マクシミリアン大学	
31	オランダ	フローニンゲン大学	
32	ロシア	サンクトペテルブルク大学	
33	スウェーデン	スウェーデン王立工科大学	
34	スイス	スイス連邦工科大学チューリッヒ	
35	英国	サウサンプトン大学	学部学生のみ
36	英国	シェフィールド大学	

※協定校は今後増加する予定です。

全学交換留学（国際本部担当）応募状況

（2014年3月現在）

国・地域	協定校	2013-2014年期（1回目募集） 申請者数 第一希望	第二希望	内定者数	派遣者数 学部	大学院	2013-2014年期（2回目募集・春期留学分） 申請者数 第一希望	第二希望	内定者数	派遣者数 学部	大学院	2014-2015年期（1回目募集） 申請者数 第一希望	第二希望	第三希望	内定者数	派遣者数	2014-2015年期（1回目追加募集） 申請者数 第一希望	第二希望	第三希望	内定者数	派遣者数
台湾	国立交通大学	0	0	0	0	0	0	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	未定
台湾	国立台湾大学	2	2	2	0	2	2	0	2	0	2	3	2	1	4	未定	1	0	1	1	未定
中国	上海交通大学	1	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1	1	0	未定
中国	清華大学	／	／	／	／	／	1	1	1	0	1	2	3	0	2	未定	0	1	0	0	未定
中国	北京大学	／	／	／	／	／	0	0	0	0	0	2	0	2	3	未定	2	0	0	2	未定
香港	香港大学	／	／	／	／	／	1	2	1	1	0	3	2	3	3	未定	0	2	0	1	未定
韓国	浦項工科大学校	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	未定
シンガポール	シンガポール国立大学	8	4	4	4	0	募集なし					7	6	3	3	未定	募集なし				
チリ	チリ大学	／	／	／	／	／	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	未定
カナダ	トロント大学	17	8	3	3	0	募集なし					15	22	4	2	未定	募集なし				
カナダ	ブリティッシュ・コロンビア大学	8	11	6	4	0	募集なし					5	12	11	5	未定	募集なし				
アメリカ	イェール大学	8	1	8		2	募集なし					0	1	1	1	未定	募集なし				
アメリカ	プリンストン大学	／	／	／	／	／	4	0	4	1	3	45	1	0	6	未定	募集なし				
オーストラリア	アデレード大学	／	／	／	／	／	／	／	／	／	／	0	2	0	1	未定	3	1	0	3	未定
オーストラリア	オーストラリア国立大学	／	／	／	／	／	0	0	0	0	0	4	3	2	6	未定	募集なし				
オーストラリア	クィーンズランド大学	／	／	／	／	／	／	／	／	／	／	1	2	5	3	未定	募集なし				
オーストラリア	ニューサウスウェールズ大学	／	／	／	／	／	／	／	／	／	／	0	2	1	2	未定	2	0	1	2	未定
フィンランド	ヘルシンキ大学	2	3	3	1	1	0	0	0	0	0	2	2	2	3	未定	2	2	0	1	未定
フランス	エコール・ポリテクニーク	1	0	1	1	0	1	0	1	0	1	0	0	0	0	0	1	0	0	1	未定
フランス	EHESS（社会科学高等研究院）	／	／	／	／	／	／	／	／	／	／	1	0	0	1	未定	2	0	0	2	未定
ドイツ	ケルン大学	0	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1	0	0	0	0	0	0	未定
ドイツ	ベルリン自由大学	／	／	／	／	／	2	0	2	2	0	0	1	0	0	0	5	0	0	2	未定
ドイツ	ミュンヘン・ルートヴィヒ=マクシミリアン大学	2	0	1	0	1	1	0	1	0	1	1	1	0	2	未定	募集なし				
オランダ	フローニンゲン大学	／	／	／	／	／	0	0	0	0	0	2	0	1	2	未定	1	0	0	1	未定
ロシア	サンクトペテルブルグ大学	1	1	2	2	0	募集なし					2	0	0	2	未定	0	0	1	0	未定
スウェーデン	スウェーデン王立工科大学	4	0	4	0	4	0	0	0	0	0	1	2	3	3	未定	1	0	0	1	未定
英国	シェフィールド大学	／	／	／	／	／	0	1	0	0	0	8	4	2	3	未定	募集なし				
合計		54	32	34	15	10	12	5	12	4	8	104	68	42	57	未定	20	7	4	17	未定

※内定者=学内選考通過者　※派遣者=実際に留学した者

2. 東京大学交換留学協定校一覧（全学・部局間）

※2014年2月1日現在、交換留学を実施するため、東京大学が学生交流覚書を締結している協定校を掲載している。
　ただし、覚書の更新や取扱いの検討等により調整中につき掲載されていない協定校があることや掲載されていても当該年度に交換留学を実施していない場合もあるため注意すること。
※上限枠欄に記載されている数は最大枠であり、実際の募集枠は各公募の際の協定校との調整により決まる。従って、実際の募集枠とは異なるので注意すること。
※（*）は全学学生交流覚書の上限枠を表す。
※担当部局ごとに取扱いが異なるため、詳細は担当部局に確認すること。

国際本部担当（全学交換留学）

国・地域	協定校	対象	上限枠
台湾	国立交通大学	学部／院	5
台湾	国立台湾大学	学部／院	20
中国	上海交通大学	学部／院	6
中国	清華大学	学部／院	10
中国	南開大学	学部／院	5
中国	北京大学	学部／院	10
香港	香港大学	学部／院	6
韓国	ソウル大学校	学部／院	6
韓国	浦項工科大学校	学部／院	4
韓国	延世大学校	学部／院	5
シンガポール	シンガポール国立大学	学部	6
ブラジル	サンパウロ大学	学部／院	6
チリ	チリ大学	学部／院	2
チリ	チリ・カトリック大学	学部／院	6
カナダ	トロント大学	学部／院	6
カナダ	ブリティッシュ・コロンビア大学	学部／院	10
カナダ	マギル大学	学部	6
アメリカ	イェール大学Fox International Fellowship Program	院	若干名
アメリカ	プリンストン大学	学部／院	10
オーストラリア	アデレード大学	学部／院	6
オーストラリア	オーストラリア国立大学	学部	10
オーストラリア	クィーンズランド大学	学部／院	6
オーストラリア	ニューサウスウェールズ大学	学部／院	6
デンマーク	コペンハーゲン大学	学部／院	10
フィンランド	ヘルシンキ大学	学部／院	6
フランス	エコール・ポリテクニーク	学部／院	6
フランス	EHESS（社会科学高等研究院）	院	3
ドイツ	ケルン大学	学部／院	8
ドイツ	ベルリン自由大学	学部／院	4
ドイツ	ミュンヘン・ルートヴィヒ・マクシミリアン大学	学部／院	6
オランダ	フローニンゲン大学	学部／院	4
ロシア	サンクトペテルブルク大学	学部／院	4
スウェーデン	スウェーデン王立工科大学	学部／院	14
スイス	スイス連邦工科大学チューリッヒ	学部／院	20
英国	サウサンプトン大学	学部	6
英国	シェフィールド大学	学部／院	10

各部局で担当するもの

国・地域	協定校	対象	上限枠
法学政治学研究科・法学部			
中国	北京大学法学院	院	1
韓国	ソウル大学校法科大学・法学専門大学院	院	1
アメリカ	ハーバード・ロースクール　※受入のみ、派遣なし	院	2
医学系研究科・医学部			
台湾	国立台湾大学医学部	学部	2
台湾	台北医学大学医学部	学部	2
アメリカ	ジョンズホプキンス大学医学部	学部/院	2
アメリカ	ペンシルバニア大学医学部	学部/院	3
アメリカ	ミシガン大学医学部	学部/院	3
アメリカ	コーネル大学医学部	院	3
ドイツ	ミュンヘン大学	学部	2
スウェーデン	イエテボリ大学	学部/院	3
工学系研究科・工学部			
中国	浙江大学	学部/院	5*
中国	西安交通大学	学部/院	5
中国	大連理工大学	学部/院	5
中国	同済大学院　※新領域と担当	学部/院	5
韓国	韓国科学技術院工科大学/生命科学技術大学	院	5
韓国	高麗大学工学部	学部/院	2
韓国	ソウル大学校工科大学	学部/院	5
シンガポール	ナンヤン工科大学工学部	学部/院	3
シンガポール・中国	シンガポール国立大学設計・環境学部 同済大学　建築・都市計画学院 清華大学　建築学院　※修士のみ対象　※新領域と担当	院	4
タイ	アジア工科大学院	院	5*
タイ	チュラロンコン大学	学部/院	3*
タイ	タマサート大学国際工学部（SIIT）	学部/院	5
ベトナム	ベトナム国家大学ハノイ校理科大学	学部/院	3
トルコ	中東工科大学工学部	学部/院	5
トルコ	イスタンブル工科大学理工学部	学部／院	2
オーストラリア	南オーストラリア大学情報科学技術工学環境学部	院	2
オーストラリア	ロイヤルメルボルン工科大学	学部/院	2
ニュージーランド	カンタベリー大学工学部	学部/院	2
オーストリア	ウィーン工科大学	院	5
オーストリア	グラーツ工科大学	学部/院	5
デンマーク	デンマーク工科大学	学部/院	3
フィンランド	アールト大学（旧ヘルシンキ工科大学）	学部/院	2
フランス	ピエール・エ・マリー・キューリー大学（パリ第6大学）工学部	学部/院	2
フランス	エコール・セントラル・パリ	学部/院	5
フランス	エコール・デ・ミン・ド・ナント（Ecole des Mines de Nantes）	学部/院	2

国・地域	協定校	対象	上限枠
フランス	フランス国立応用科学院リヨン校	学部/院	5
フランス	エコール・ミン・パリ	学部/院	5
フランス	エコール・デ・ポン・パリテク	学部/院	3
フランス	航空宇宙高等学院（ISAE）	学部/院	3
フランス	国立民間航空大学校（ENAC）	学部/院	1
フランス	エコール・セントラル・リヨン	学部/院	3
ドイツ	シュツットガルト大学	学部/院	5*
ドイツ	カールスルーエ大学	学部/院	5
ドイツ	ミュンヘン工科大学	学部/院	5
ドイツ	ダルムシュタット工科大学	学部/院	2
ドイツ	フリードリヒ・アレクサンダー大学エアランゲン・ニュルンベルグ工学部	学部/院	3
イタリア	トリノ工科大学※情報理工と担当	学部/院	5
オランダ	デルフト工科大学機械・海洋・マテリアル工学部	学部/院	3
オランダ	トエンテ大学	学部/院	1
ノルウェー	ノルウェー工科自然科学大学	学部/院	2
スペイン	マドリッド工科大学建築学部	学部/院	2
スペイン	バレンシア工科大学	学部/院	2
スウェーデン	ウプサラ大学	学部/院	3*
スウェーデン	ルンド大学工学部	学部/院	5
スウェーデン	チャルマーズ工科大学	学部/院	5
スウェーデン	ルレオー工科大学　※修士のみ対象	院	5
スウェーデン	リンシェピン大学理工学部　※情報理工と担当	学部/院	2
スイス	スイス連邦工科大学ロ-ザンヌ（EPFL）	学部/院	3
スイス	チューリッヒ大学理学部・経済学部　※情報理工と担当	院	5
英国	インペリアルカレッジロンドン	院	3
英国	ダーラム大学ビジネススクール・地理学部　※新領域と担当	学部/院	3
EU	"ミュンヘン工科大学、パリ・ラヴィレット建築大学、サンリュック大学、リスボン工科大学、シントルーカス大学"(AUSMIP) ※修士のみ対象　※新領域と担当	院	10
その他	"シントルーカス大学建築及び都市計画学部、フランス国立パリ建築大学ラビレット校、リスボン工科大学建築学部、ミュンヘン工科大学建築学部Building Realization & Informatics講座、ソフィア建築・土木・測地学大学、ソウル大学校工科大学建築学科・建築工学科、成均館大学工学部建築工学科・u-Cityデザイン工学科、メルボルン大学建築・設計・計画学部、オークランド大学創造芸術産業研究所建築・都市計画学部"（AUSMIP+）※博士のみ対象　※新領域と担当	院	注
人文社会系研究科・文学部			
中国	山東大学文史哲研究院・韓国研究中心	学部/院	1
中国	香港中文大学文学院	学部/院	5
中国	北京大学歴史学系　※総合文化と担当	院	1
インド	デリー大学	院	1*
韓国	ソウル大学校人文大学	学部/院	2
韓国	高麗大学校	学部/院	2
韓国	釜山大学校人文大学	学部/院	2
イラン	テヘラン大学	院	5*
フランス	エコール・ノルマル・スューペリュール	院	1*
フランス	エコール・ノルマル・スューペリュール（リヨン校）	院	1
ドイツ	ベルリン自由大学（歴史文化学部、他）　※総合文化と担当	学部/院	5
イタリア	ピサ高等師範学校	院	2*
イタリア	フィレンツェ大学	院	3*
スイス	ジュネーヴ大学	学部/院	5*
英国	マンチェスター大学人文学部	学部	若干名
理学系研究科・理学部			
韓国	ソウル大学校自然科学大学	院	5

国・地域	協定校	対象	上限枠
カナダ	ラバル大学光学・フォトニクス・レーザーセンター	院	5
ドイツ	イェーナ大学（The Institute of Optics and Quantum Electronics）	院	5
農学生命科学研究科・農学部			
台湾	国立台湾海洋大学	院	3
台湾	中興大学獣医学院	院	3
台湾	台北医学大学公共衛生栄養学部	学部/院	2
バングラデシュ	チッタゴン大学	学部/院	3
中国	四川農業大学	学部/院	3
中国	中国農業大学	学部/院	2
中国	東北林業大学	院	2
中国	東北農業大学	院	2
中国	南京農業大学	学部/院	3
中国	南京林業大学	院	2
中国	北京林業大学	院	2
中国	天津農学院	院	2
中国	西南大学	学部/院	5
インド	タミルナードゥ農業大学	学部/院	5
インドネシア	パジャジャラン大学	学部/院	3*
インドネシア	ガジャマダ大学農学部	学部/院	2
インドネシア	ボゴール農科大学	学部/院	3
インドネシア	ムラワルマン大学	院	3
韓国	ソウル大学校農業生命科学大学	学部/院	3
韓国	釜慶大学校水産科学大学	学部/院	3
韓国	釜慶大学校環境海洋大学	学部/院	3
ラオス	ラオス国立大学計画策定・国際協力局	学部/院	3
モンゴル	モンゴル国立農業大学	学部/院	3
スリランカ	ルフナ大学	学部/院	3
タイ	カセサート大学獣医学部・農学部	院	2
タイ	コンケン大学農学部	院	3
ベトナム	ハノイ農科大学	院	3
ニュージーランド	マッセイ大学	院	3
フィンランド	アールト大学（旧:ヘルシンキ工科大学）	院	2
フランス	アグロパリテック（旧:パリーグリニョン国立農学院）	院	5
ドイツ	カールスルーエ工科大学	院	5
ポーランド	クラクフ農科大学	院	2
ポーランド	ワーミヤ・マズリー大学	学部/院	2
スウェーデン	スウェーデン農科大学	院	3
英国	エジンバラ大学獣医校	院	3
経済学研究科・経済学部			
スウェーデン	ストックホルムスクール・オブ・エコノミクス	学部/院	2
フランス	アッシュ・ウ・セ経営大学院	学部/院	5
英国	ロンドン・スクール・オブ・エコノミクス・アンド・ポリティカル・サイエンス　※博士課程のみ	院	2
総合文化研究科・教養学部			
中国	南京大学国際合作交流処　※AIKOM	学部	5
中国	復旦大学外事処　※AIKOM	学部	5
中国	北京大学国際合作部　※AIKOM	学部	5
インドネシア	ガジャマダ大学　※AIKOM	学部	5
韓国	ソウル大学校（人文大学,他）　※AIKOM	学部	5
マレーシア	マラヤ大学　※AIKOM	学部	5
フィリピン	フィリピン大学　※AIKOM	学部	5
シンガポール	シンガポール国立大学人文社会学部　※AIKOM	学部	2

次ページへ続く

国・地域	協定校	対象	上限枠
ベトナム	ベトナム国家大学ハノイ校付属人文社会科学大学 ※AIKOM	学部	5
チリ	チリ・カトリック大学　※AIKOM	学部	5
エジプト	カイロ大学人文学部　※AIKOM	学部	2
カナダ	トロント大学文理学部　※AIKOM	学部	2
アメリカ	スウァスモア大学　※AIKOM	学部	5
アメリカ	ミシガン大学教養学部　※AIKOM	学部	2
アメリカ	ワシントン大学教養学部　※AIKOM	学部	2
アメリカ	ジョンズホプキンス大学クリーガー教養学部　※AIKOM	学部	2
オーストラリア	シドニー大学（人文社会科学部、他）　※AIKOM	学部	5
オーストラリア	モナシュ大学　※AIKOM	学部	5
オーストラリア	メルボルン大学人文学部　※AIKOM	学部	5
ニュージーランド	オークランド大学　※AIKOM	学部	2
ニュージーランド	オタゴ大学　※AIKOM	学部	5
フランス	国立政治科学研究院・パリ政治学院（通称シアンスポ）※AIKOM	学部	2
フランス	グルノーブル大学コンソーシアム　※AIKOM	学部	2
フランス	ストラスブール大学　※AIKOM	学部	2
ドイツ	ミュンヘン・ルートヴィヒ・マクシミリアン大学　※AIKOM	学部	1
アイルランド	トリニティカレッジ ダブリン大学 人文・人間科学・社会科学部 ※AIKOM	学部	2
イタリア	ローマ大学　ラ・サピエンツア　東洋研究学部　※AIKOM	学部	1
スウェーデン	ウプサラ大学　※AIKOM	学部	2
スイス	ジュネーヴ大学　※AIKOM	学部	2
英国	ウォリック大学　※AIKOM	学部	2
台湾	国立政治大学歴史学系	院	2
台湾	国立政治大学台湾史研究科	院	2
中国	華東師範大学思勉人文高等学院	院	2
中国	北京大学歴史学系　※人文社会系と担当	院	1
韓国	韓国外国語大学校東洋語大学・日本語大学	学部/院	2
ベトナム	ベトナム国家大学ハノイ校付属人文社会科学大学	学部/院	5
フランス	パリ第7・ディドロ大学	学部/院	5*
フランス	パリ第8大学	学部/院	5*
ドイツ	ベルリン・フンボルト大学	学部/院	2
ドイツ	マルティン・ルター・ハレ・ヴィッテンベルク大学歴史学・哲学・社会科学部	学部/院	5
ドイツ	ベルリン自由大学（歴史文化学部、他）　※人文社会系と担当	学部/院	5
アメリカ	ニューヨーク大学大学院総合文化研究科	院	5
ロシア	ロシア国立人文大学	学部/院	1*
薬学系研究科・薬学部			
中国	瀋陽薬科大学	院	3
アメリカ	テキサス大学M.D.アンダーソンがんセンター	院	5*
ドイツ	ボン大学リサーチ トレーニンググループ1873	院	3
オランダ	ライデン大学	院	5*
スウェーデン	イエテボリ大学S.A.アカデミー	院	2
数理科学研究科			
フランス	エコール・ノルマル・スューペリュールリヨン数学科	院	5
新領域創成科学研究科			
中国	同済大学院　※工学系と担当	院	5
シンガポール・中国	シンガポール国立大学設計・環境学部 同済大学　建築・都市計画学院 清華大学　建築学院　※修士のみ　※工学系と担当	院	4
インド	インド工科大学カンプール校	院	5
韓国	韓国科学技術院（KAIST）工学研究科	院	5
ブラジル	カンピナス大学	院	5

国・地域	協定校	対象	上限枠
ナイジェリア	イバダン大学	院	2
南アフリカ共和国	ケープタウン大学工学・構築建築部	院	2
オーストラリア	ロイヤルメルボルン工科大学	院	3
オーストリア	ウィーン工科大学	院	2
フランス	フランス国立応用科学院リヨン校	院	3
フランス	エコール・ノルマル・スューペリュールリヨン	院	2
フランス	エコール・セントラル・ドゥ・ナント校	院	3
フランス	ジャンモネ大学	院	3
ドイツ	ヴュルツブルグ大学生命科学研究科	院	5
イタリア	ローマ大学　ラ・サピエンツァ　工学部	院	2
英国	インペリアルカレッジロンドン	院	5
英国	ブリストール大学理学部	院	5
英国	ダーラム大学ビジネススクール・地理学部　※工学系と担当	院	3
EU	"ミュンヘン工科大学、パリ・ラヴィレット建築大学、サンリュック大学、リスボン工科大学、シントルーカス大学"(AUSMIP) ※修士のみ対象　※工学系と担当	院	10
その他	"シントルーカス大学建築及び都市計画学部、フランス国立パリ建築大学ラビレット校、リスボン工科大学建築学部、ミュンヘン工科大学建築学部Building Realization & Informatics講座、ソフィア建築・土木・測地学大学、ソウル大学校工科大学建築学科・建築工学科、成均館大学工学部建築工学科・u-Cityデザイン工学科、メルボルン大学建築・設計・計画学部、オークランド大学創造芸術産業研究所建築・都市計画学部"（AUSMIP+）※博士のみ対象　※工学系と担当	院	注
その他	国連大学大学院サステイナビリティと平和研究所	院	若干名
情報理工学系研究科			
オーストリア	ウィーン工科大学（VUT）	院	2
デンマーク	デンマーク工科大学（DTU）	院	3
フィンランド	アールト大学（旧ヘルシンキ工科大学）	院	3
フランス	エコール・スューペリュール EA（ESIEA）	院	5
フランス	エコール・セントラル・パリ	院	5
フランス	エコール・デ・ミン・ド・ナント（Ecole des Mines de Nantes）	院	5
フランス	エコール・ノルマル・スューペリュール・カシャン（ENSC:カシャン高等師範学校）	院	2
ドイツ	ミュンヘン工科大学（TUM）	院	5
ドイツ	ダルムシュタット工科大学（TUD）	院	2
イタリア	トリノ工科大学　※工学系と担当	院	5
ノルウェー	ノルウェー工科自然科学大学（NTNU）	院	5
スウェーデン	リンシェピン大学理工学部　※工学系と担当	院	2
スイス	チューリッヒ大学自然科学部・経済学部（UZH）　※工学系と担当	院	5
情報学環・学際情報学府			
韓国	ソウル大学校社会科学大学コミュニケーション学科	院	6
公共政策学連携研究部・教育部			
中国	北京大学 国際関係学院	院	5
韓国	ソウル大学校 国際大学院	院	5
シンガポール	シンガポール国立大学ﾘｰｸｱﾝﾕｰ公共政策大学院（LKY-SPP）	院	3
ブラジル	ジェトゥリオヴァルガスビジネススクール	院	2
アメリカ	コロンビア大学国際公共政策大学院（SIPA）	院	3
アメリカ	カリフォルニア大学サンディエゴ校国際関係・環太平洋地域研究大学院	院	3
フランス	パリ政治学院（SciencesPo.）	院	3
ドイツ	ハーティー・スクール・オブ・ガバナンス（HSoG）	院	3
ドイツ	ハイデルベルク大学	院	2

注:EU側5校とAsia-Pacific側8校との間で4年間で35名

3. 全学交換留学体験談

交換留学体験談

氏名: 宮野 紗由美さん
所属学部・研究科（留学開始時）: 法学部第3類（政治コース）3年
留学先大学名: トロント大学（カナダ）
留学プログラム名: 全学交換留学
留学期間: 2013年9月～2014年4月

多文化都市トロントの中心部にあるトロント大学は、教授も学生も多様なバックグラウンドを持つ人々が集まった総合大学です。

授業は内容・形式ともにバラエティに富んでおり、交換留学生は、学年や専攻に捉われず授業を選ぶことができます。私は政治哲学・国際経済・政治学用の計量分析などを受講しています。また、1学期に履修した開発政治学が興味深かったので、2学期には開発経済学の授業も追加しました。

東大の授業に比べると覚える知識量は少なめですが、"What do you think?"を問われることが多いです。課題やディスカッションを通して、講義やリーディング内容の妥当性・関係性を吟味し、テーマとなる問いへの答えを自分なりに考えていくことに、重心がおかれています。特に政治学系の授業ではペーパーを書く機会が多く、教授やTAへの相談・サポートセンターの利用・友人との相互批評などを行いながら、質を向上させていきます。

規模の大きい大学なので、課外活動やイベントも幅広くあります。私はランチディスカッション・留学生サークル・模擬国連をはじめ、ダンスや料理のレッスン・農場体験・ホームレス支援ボランティアなどに参加し、様々な専攻・学年の人々と知り合うことができました。

私が留学を志望したのは、北米でじっくり政治学の勉強をしたい、という学業的な理由からです。しかし得られたのはそれだけではありませんでした。多様な人々の人生観からルームメイトとの何気ない会話まで、新しいものに出会い考える機会が溢れています。そのような異国の地で、誰と付き合うのも、どのような授業・課外活動を選ぶのも自由、ただしタイムリミットは8か月。様々な刺激を受け日々自分も変化していく中で、「私は時間とお金をかけてまでここで何をしたいのか」「どうしたらそれができるのか」を常に考え、自ら決定し行動していく、ということを通じて多くのことを学べました。

長期留学の良い点は、試行錯誤をする時間があることです。思うようにいかないことも多くありますが、失敗して当たり前、と腹を括って自分からぶつかっていけば大きなものが返ってくる環境だと思います。

交換留学体験談

氏名: 菅野 恵太さん
所属学部・研究科（留学開始時）: 理学部物理学科 3年
留学先大学名: エコール・ポリテクニーク（フランス）
留学プログラム名: 全学交換留学
留学期間: 2013年9月～2014年7月

エコール・ポリテクニークはグランゼコールと呼ばれる、大学とは少し違った教育機関の一つで、高校を卒業した上位層のフランス人が2年間の準備期間を経て入学してきます。私のいる第3学年からは修士課程が始まり、海外からの留学生が半分近くを占めています。第3学年は3ヶ月ずつ2学期の授業と3か月のインターンで構成されており、本格的に始まる研究生活への準備の年として位置づけられています。

物理学科の講義は東大での学部3-4年のものに相当しますが、1時間半の講義と2時間の演習がセットになって週4つある程度で、また東大のような学生実験もないので、日本に比べると時間にゆとりを持って自分の勉強を進めることができます。授業は基本的にフランス語ですが、授業では先生もはっきりしゃべってくれますし物理関係の語彙は多くないので、日常会話を聞き取るのに比べればずっと楽に感じます。

正規の学生は毎週平日の丸一日を使ってスポーツをするなど、課外活動も盛んです。私はプロテスタントのクリスチャンなので、学校のクリスチャン学生の聖書研究会に参加させてもらっています。日本語とフランス語の聖書を見比べながら彼らの議論に拙いフランス語で参加し、また日曜日には彼らと一緒に地元の教会で礼拝するのが私の大切な習慣になっています。

理系の留学といえば、修士、あるいはPhD取得のための留学がメジャーではないかと思います。私もそんな風に思って大学院留学の説明会に行き、そこでエコール・ポリテクニークに出会いました。私は学部生のこの時期にフランスに来ることができて本当に良かったと思っています。まだ折り返したばかりですが、ゆっくり勉強する時間を取って今までより深く物理を学び、またフランスの文化の中で生きた経験はきっとこれからの生活に役立つだろうと期待しています。理系にとってはフランス語で留学するのは少しハードルが高いように感じられるかもしれませんが、案外なんとかなってしまうものです。これを読んだ方が一人でも多く挑戦して下さることを願っています。

4. 3ヶ月未満の留学（大学本部を通じて応募するもの）

3ヶ月未満の留学の長所

①期間が短く、費用が抑えられる
②東京大学での授業・課外活動・就職活動等への影響が低い
③短期間で海外文化の体験、学生との交流、語学力・学力向上が可能
④交換留学・大学院留学など長期の留学への準備となる

「世界の大学生と切磋琢磨することで、世界における自分の位置を知り、今後の学生・社会人生活のモチベーションになる」との声が多く聞かれます。

3ヶ月未満の留学プログラムには、大まかに以下のような種類があります。

東京大学奨学金付き夏季短期留学プログラム（2014年第1回）

＜募集時期:2013年12月～2014年2月頃＞

海外の有力大学が2014年夏に開催する60の短期留学プログラムに、東京大学からの奨学金（6万円～50万円程度）付きで参加する学生を募集しました。2014年夏留学分の募集は終了しましたが、2015年夏留学分については、2014年12月頃に募集が開始される予定ですので、情報に注意しておきましょう。夏季の短期留学のチャンスを最大限活用するには、前年末から準備をしておくことが大切です。2014年夏については以下のカテゴリで募集を行いました。（2015年夏については変更となる場合があります。）

（1）サマープログラム参加型

①IARU Global Summer Program

IARU（International Alliance of Research Universities:国際研究型大学連合）に加盟する世界トップクラスの10大学によるプログラム。（加盟校:東京大学、オーストラリア国立大学、スイス連邦工科大学チューリッヒ校、シンガポール国立大学、北京大学、カリフォルニア大学バークレー校、ケンブリッジ大学、コペンハーゲン大学、オックスフォード大学、イェール大学）

毎年6月から8月の間に2週間～6週間程度の期間で開催され、各校がお互いに学生の派遣・受入を行い、各大学の教授陣が、加盟各校から選抜された学生のために集中的なプログラムを実施します。

日本で参加できるのは東大の学生だけ。最近は毎年30名以上の東大生が参加し、短期集中、世界トップレベルの学生と同じ条件で、英語での大量の課題や濃密なディスカッションに果敢に挑戦し、寝食をともにし、人生を変えるような刺激を受けて帰ってきています。

②東大生海外体験プロジェクト ※学部学生対象
（卒業生有志の短期留学支援プログラム）

「留学する環境に恵まれた一部の学部学生だけでなく、より多くの一般的な学部学生が積極的に留学に目を向け、修学過程の早い段階にサマープログラム等で海外大学を体験し、よりグローバルな視点を養ってほしい」という理念に基づき、本学卒業生が行う寄附募集活動「東大生海外体験プロジェクト」による寄附金から奨学金を支給し、海外有力大学のサマープログラムや語学研修に学部学生を派遣します。このプロジェクトは各界の著名な卒業生が発起人となっており、参加後にはこういった卒業生との懇談会で成果を報告することが予定されています。

③大学院生短期留学支援プログラム

JASSO（日本学生支援機構）などによる奨学金を支給し、大学院学生を海外大学サマープログラム又は語学研修に派遣します。

（2）サマープログラム参加+プログラム調査型

プレGEfILプロジェクト ※学部学生対象
（プレ「Global Education for Innovation and Leadership」プロジェクト）

高水準の英語力が求められるワールドクラスの海外大学のサマープログラムに学生を派遣します。（詳細はP18参照）

東京大学奨学金付き夏季短期留学プログラム（2014年第2回）

＜募集時期:2013年4月～2014年5月頃＞

東京大学が海外大学と連携して実施する、フィールドワークと講義を組み合わせたプログラムや、語学レベル中級者向けのプログラムなどに、東京大学からの奨学金（12万円～16万円程度（予定））付きで参加する学生を募集します。以下のようなプログラムで学生を募集する予定です。（2014年2月現在の予定であり、変更になる場合があります）

①香港大学・東京大学合同サマープログラム
②国立台湾大学・東京大学合同サマープログラム

アジアの有力大学で本学の協定校である香港大学・国立台湾大学との協力により実施する、一流教授陣の講義と、両校の学生との協働による企業や関係機関でのフィールドワークと最終報告を組み合わせたプログラム。香港大学とのプログラムはより企業・ビジネスにフォーカスし、国立台湾大学とのプログラムでは台北と東京の双方で講義・フィールドワークを展開します。

③熱帯でフィールドワークに挑戦する（インドネシア・スマトラ島） ※学部学生対象

本学大学院学生に混じって熱帯でのフィールドワークに挑戦する学部学生を募集するプログラム。事前学習及びのフィールドワーク情報整理では大学院生と一緒にグループワークをし、現地でのセミナーでは、ランプン大学の学生と教員と議論します。

④カリフォルニア大学サンディエゴ校サマープログラム ※学部学生対象

⑤シェフィールド大学サマープログラム
※学部学生対象

「基礎的な英語能力は身についており、海外留学に興味があるものの、長期で留学するには語学力等の面で不安がある」といった学生を触発・動機づけすることを狙いとして、現地大学教員の英語による講義と英語力中級程度の学生に配慮した事前セミナーなどを組みわせたプログラムを英米2大学で実施する予定です。

⑥東大生海外体験プロジェクト

⑦プレGEfILプロジェクト

第1回の選考で十分な候補者が得られなかった場合や、新たな募集枠を設けた場合などは、第2回で再度募集を行う場合があります。

学外団体が実施する海外研修や学生会議など

上記以外にも、留学プログラムの募集を行う可能性があります。また、費用の全額や一部を主催者が負担し東大生を招待する、短期間の海外研修や学生会議などが毎年数件実施されます。このような機会をうまく利用すれば、少ない自己負担で国際体験を積むことができます。募集期間が短い場合が多いので、ウェブサイトやSNSを利用しこまめに情報収集を行うのがおすすめです。

（P41「情報収集方法」のページを参照）

年間募集サイクル

3ヶ月未満の留学の場合、夏季（6月～8月頃）に行われるプログラムが多くなっています。
夏季のプログラムは、1～2月頃に募集されるのが一般的ですが、4～6月まで応募可能なものもあります。
募集期間が短く、締切が早いプログラムも多いため、参加可能なプログラムの選択肢を広げるには、TOEFL・IELTSを受験し、1月頃までにスコアを所持しておくことが大切です。

一般的な夏季の留学プログラム（大学本部を通じて応募するもの）の募集サイクル

※以下の2つの募集サイクルは代表的な例で、これに当てはまらないプログラムもあります。

～12月まで	12月	1月	2月	3月	4月	5月	6月	7月	8月	9月
情報収集 語学学習 語学試験の受験	学内説明会実施	募集時期① 12～2月頃 （第1回）奨学金付き夏季短期留学プログラム 情報収集・申請書類作成 2月中旬頃学内応募締切		学内選考（書面） 学内選考通過者を派遣先大学へ推薦 派遣先大学での審査 審査結果の連絡	留学開始までの手続き（宿舎・ビザ・保険等）、事前学習 派遣前オリエンテーションの実施	プログラム開講				報告書類提出
					募集時期②4～5月頃 （第2回）奨学金付き夏季短期留学プログラム 情報収集・申請書類作成 5月頃学内応募締切		学内選考（書面） 留学開始までの手続き（宿舎・ビザ・保険等） 事前学習 派遣前オリエンテーションの実施		プログラム開講	

3ヶ月未満の留学 プログラム一覧（東京大学本部を通じて応募可能なプログラム）

2014年3月現在

東京大学奨学金付き夏季短期留学プログラム

プログラム名	開催地	時期	費用（授業料・宿泊費）	募集人数	語学レベル	募集開始	応募締切	備考
IARU Global Summer Program（IARU GSP）	世界7カ国	6～8月の2～6週間	7～60万円（奨学金8万円～40万円を支給）	40名程度	高（TOEFL80～100目安）	12月	2月	
	IARUに加盟する世界トップレベル10大学での夏季留学プログラム。（派遣先大学）オーストラリア国立大学、スイス連邦工科大学チューリッヒ校、シンガポール国立大学、北京大学、カリフォルニア大学バークレー校、ケンブリッジ大学、コペンハーゲン大学、オックスフォード大学、イェール大学							
東大生海外体験プロジェクト（卒業生有志の短期留学支援プログラム）	世界各国	5月～9月の数週間	0～110万円（奨学金6万円～48万円を支給）	未定	プログラムにより異なる	12月	2月	
	卒業生有志の支援により、海外有力大学のサマープログラムや語学研修に学部学生を派遣。（2014年派遣先大学の例）台湾:国立台湾大学、国立交通大学　アメリカ:イェール大学、カリフォルニア大学各校（バークレー校、デービス校、ロサンゼルス校）、ワシントン大学（セントルイス）、ハーバード大学、ペンシルバニア大学　フランス:パリ政治学院　ドイツ:ケルン大学、ベルリン自由大学　オランダ:ユトレヒト大学　英国:エクセター大学、ケンブリッジ大学、サセックス大学、ロンドン大学							
大学院生短期留学支援プログラム	世界各国	5月～9月の数週間	0～100万円（奨学金6万円～32万円を支給）	未定	プログラムにより異なる	12月	2月	
	大学院学生を海外大学サマープログラム又は語学研修に派遣。（2014年派遣先大学の例）台湾:国立台湾大学　アメリカ:イェール大学、カリフォルニア大学各校（バークレー校、デービス校）　ドイツ:ケルン大学							
プレ「GEfIL」プロジェクト	世界各国	5月～9月の数週間	2～130万円程度（奨学金18万円～50万円程度を支給）	未定	高（原則TOEFL100以上）	12月	2月	詳細は18ページ参照
* 香港大学・東京大学合同サマープログラム	香港	8/1-13	未定	20名	ディスカッション等に十分な英語力	4月	5月	フィールドワーク+講義受講の東大生向けプログラム
* 国立台湾大学・東京大学合同サマープログラム	台湾・日本	8/15-25（台北） 8/27～9/3（東京）	未定	12名	ディスカッション等に十分な英語力	4月	5月	フィールドワーク+講義受講の東大生向けプログラム
* 熱帯でフィールドワークに挑戦する	インドネシア	9/7-18	未定	10名程度	ディスカッション等に十分な英語力	4月	5月	本学大学院生と共にグループワークを行う
* シェフィールド大学サマープログラム	英国	8/4-15	未定	24名	中（TOEFL65～80目安）	4月	5月	英語による講義+事前セミナー等を組み合わせた東大生向けプログラム
* カリフォルニア大学サンディエゴ校サマープログラム	アメリカ	8/18-29	未定	24名	中（TOEFL65～80目安）	4月	5月	英語による講義+事前セミナー等を組み合わせた東大生向けプログラム

その他

CSPC Presidential Fellows Program	アメリカ	10月・3月の1週間ずつ	主催者が負担	東大から1名	高（米国学生と比べても問題ない程度）	1月	3月	ワシントンDCでの研修及び研究（米国政治関係）
ストックホルム国際青年科学セミナー	スウェーデン	12月の1週間	国際科学技術財団が負担	2名	高（TOEIC700以上）	7月	8月	ノーベル賞授賞式への出席のほか、世界の学生と交流
パリ政治学院（Science Po）European Studies Programme	フランス	2～3月の4週間程度	4,000ユーロ	5名程度	高（TOEFL90必須）	11月	11月	使用言語は英語。日本の学生向けプログラム

※各項目は、あくまで目安として簡潔に記載しています。募集開始、締切、開催内容等は毎年異なりますので最新情報・詳細はウェブサイト等で確認してください。　※費用については、原則として航空賃・生活費等を除いた、授業料と宿泊費の目安を掲載しています。　※（*）印のものは2014年3月現在、開催に向けて調整中のため、各項目は暫定的な情報です。

プレGEfILプロジェクト

東京大学グローバルリーダー育成プログラム（下記参照）の一環として、学部後期課程の学生を対象とした特別教育プログラム「GEfIL」（Global Education for Innovation and Leadership）が2016年度にスタートします。これに先駆け、2014年度から、「プレGEfILプロジェクト」として、世界トップクラスの大学が提供する質の高いサマープログラム等に学生を派遣します。これらのプログラムを通じて、世界各国の卓越した学生、研究者との交流機会を得ることができます。

「プレGEfILプロジェクト」は、高水準の英語能力（TOEFLiBT100点、IELTS7.0相当以上）、留学に対する強い意志などを参加の要件としています。学内選考があり、これらの要件を書面及び面接（使用言語:英語）により総合的に判断します。

多数の企業から賛同を得ており、協賛企業の寄附による奨学金（18万円～50万円程度（予定））を受けることができます。

2014年度サマープログラムの例

プログラム名	大学等	開催地	期間
LSE-PKU Summer School in Beijing	London School of Economics and Political Sciences (LSE) and Peking University (PKU)	中国	11 Aug (Mon) – 22 Aug (Fri)
Stanford Summer International Honors Program (SSIHP)	Stanford University	アメリカ	21 Jun (Sat) – 17 Aug (Sun)
Harvard Summer School	Harvard University	アメリカ	21 Jun (Sat) - 9 Aug (Sun)
Pembroke-King's Summer Programme	Pembroke College, Cambridge	英国	29 Jun (Sun) – 23 Aug (Sat)
King's College London Summer School	King's College London	英国	Session I:7 Jul (Mon) - 25 Jul (Fri) Session II:28 Jul (Mon) - 15 Aug (Fri)
LSE Summer School	London School of Economics and Political Sciences (LSE)	英国	Session I:7 Jul (Mon) - 25 Jul (Fri) Session II:28 Jul (Mon) - 15 Aug (Fri)
Cambridge Interdisciplinary Summer School	University of Cambridge	英国	Term I:6 Jul (Sun) – 19 Jul (Sat) Term II:20 Jul (Sun) – 2 Aug (Sat) Term III:3 Aug (Sun) – 16 Aug (Sat)
Cambridge Science Summer School	University of Cambridge	英国	Term I:6 Jul (Sun) – 19 Jul (Sat) Term II:20 Jul (Sun) – 2 Aug (Sat)
Summer Programme on International Affairs and Multilateral Governance	Graduate Institute of International and Development Studies	スイス	24 Jun (Tue) - 11 Jul (Fri)
Munich Summer Curriculum (MSC) "Electronic Media"	Ludwig Maximilian University of Munich	ドイツ	20 Jun (Fri) – 22 Aug (Fri)
Global Entrepreneurship Summer School	Ludwig Maximilian University of Munich	ドイツ	16 Sep (Tue) – 26 Sep (Fri)

※募集人数は、プログラムごとに若干名です。

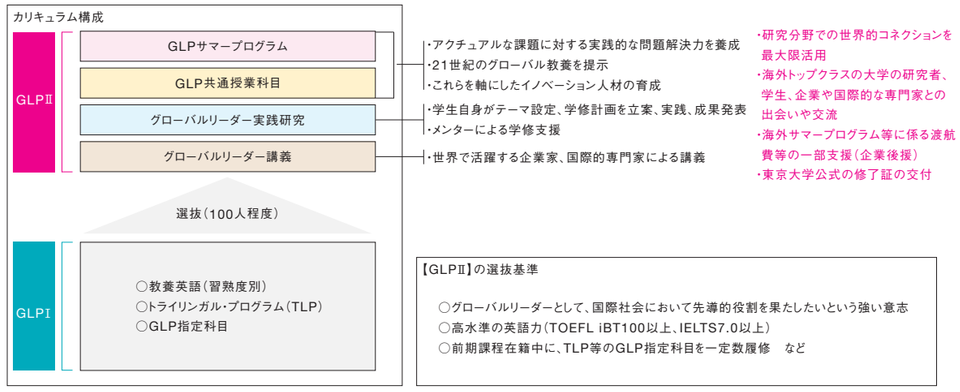
東京大学グローバルリーダー育成プログラム

（GLP:UTokyo Global Leadership Education Program）

国際社会における指導的人材を育成することを目的として、2014年度からスタートする学部学生を対象とした特別教育プログラムです。

学部前期課程（1,2年次【GLPⅠ】）では、トライリンガル・プログラム（TLP）などの多様な語学教育や、世界・アジア・日本に関する深い理解、実践力・課題解決力の育成等を目指す授業科目の履修を通じてグローバルな視点を養います。

学部後期課程（3年次以降【GLPⅡ】（通称:GEfIL））では、2016年度から、語学力や意欲等によって選抜された学生を対象とした特別教育プログラムを提供します。サマープログラム等の国際的な学習体験を組み入れ、授業は全て英語等の外国語で行います。



各学部・研究科などで実施されるプログラムの例

このガイドブックでは、主に東京大学の国際本部が担当する、東京大学の全学生が参加可能なプログラムを中心に紹介していますが、東京大学では各学部・研究科等でも様々な留学・国際交流プログラムが実施されています。このページでは、そのようなプログラムの一例を紹介します。学部・研究科等によっては、これ以外にも留学・国際交流プログラムが実施されていますので、各学部・研究科等の情報も確認してみましょう。

EE国際派遣プログラム（教養学部）

教養学部の教養教育高度化機構では、Early Exposure（早い時期から学部後期課程や大学院での研究に触れること）を実現する教育の一環として、前期課程の学生を国際的な場に置き、国際的な視野と教養、高い言語運用能力、国際的な環境でリーダーシップを発揮できる基礎力を涵養することを目的とした、学生海外派遣プログラムを実施しています。これは、前期課程の授業科目である「全学自由研究ゼミナール」と夏休み・春休みを利用した海外研修を組み合わせた授業で、学生に1学期間の授業を受講させた後、10日程度国外の大学や国際機関に授業担当教員とともに派遣し、実地の研修を行うものです。このプログラムの特徴は、学生があらかじめ授業において派遣される地域、学習するテーマに関して十分な基礎的知識と問題意識を身につけた上で、海外研修に参加すること、そして授業担当の教員が現地の研究・教育機関や国際機関と協力して、学生の指導にあたることです。

対象学生:教養学部前期課程の学生
実施期間・時期:授業は夏学期・冬学期に行い、授業終了後の夏休み・春休みの期間中に10日程度の海外研修を行う
応募方法:参加学生は授業を履修し、その後レポートを提出し、審査に合格する必要がある
問い合わせ先:総合文化研究科・教養学部附属教養教育高度化機構　体験型リーダー養成部門

TODAI Innovation Summer Program（知の構造化センター）

TODAI Innovation Summer Program（TISP）は、ケースメソッド、i.schoolメソッドという本プログラムが有する実践的な教育手法を用い、日本の文化と東北の課題解決という、今の日本でしか学ぶことができないテーマに基づき体験する、革新的な教育プログラムです。海外からの参加者、東大生各30名ずつの計60名と社会人参加者20名程度が、東京・東北のワークショップ、フィールドワークからなる2週間のプログラムに参加し、イノベーションを起こし、社会の課題を革新的に解決する思考方法・アプローチ・視座、そしてスキルをグローバルな環境下で磨きます。昨年行われた第1回のプログラムでは、海外からはハーバード大学、スタンフォード大学、UCバークレー、オクスフォード大学、デルフト工科大学、清華大学などの850名を上回る志望学生の中から、審査の上30名が選抜されました。

対象学生:学部学生・大学院学生。専攻・学年の別は問いません
実施期間・時期:2014年7月30日～8月13日
応募方法:オンラインによる応募（東大生の募集期間:4月20日（日）～5月25日（日））
URL: http://ischool.t.u-tokyo.ac.jp/summer/
問い合わせ先:sp_info@ischool.t.u-tokyo.ac.jp

東京大学リベラルアーツ・プログラム（教養学部・総合文化研究科）

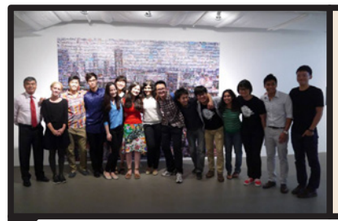
リベラルアーツ・プログラム（LAP）は、東京大学で蓄積してきた教養教育を海外へ発信し、海外の大学生との交流を通じてグローバルな視野と総合的判断力を身につけた人材の育成を目指す教育交流プログラムです。学生派遣を伴う交流として、中国の南京大学と連携し、3プログラムを提供しています。（1）3月に南京大学で実施する本学の教員による文理融合のテーマ講義に合わせて、学部1年生から院生までの混合チームを派遣。フィールドワークとグループ討論を行います。（2）8月に南京大学で中国語の特訓サマースクールを実施し、中国語履修の学部2年生を派遣。語学だけでなく、文化や歴史、社会など幅広く学びます。（3）11月に南京大学の学生を東京大学に招き、東京大学一週間体験プログラムを実施。東大生とともにフィールドワークとグループ討論を行います。意欲的な学生のみなさんの参加を期待しています。

対象学生:教養学部（前期・後期）の学生または全学の大学院学生
実施期間・時期:3月・8月・11月
応募方法:プログラムにより異なるのでウェブサイトで確認すること
URL:http://www.lap.c.u-tokyo.ac.jp/ja/
問い合わせ先:admin@lap.c.u-tokyo.ac.jp

GPPN学生会議（公共政策学教育部）

公共政策大学院では、国際化に対する取り込みを強化し、国際会議への学生の派遣や、交流協定を持つ海外の大学から学生を招へいし、アカデミックディスカッションを行うなど学生交流の機会を積極的に展開しています。その一例として、毎年10月から12月に行われる「GPPN学生会議」に10名前後の学生を派遣し、その費用の一部を大学院が負担しています。（GPPN:Global Public Policy Networkの略。世界公共政策ネットワーク）この国際会議はGPPN加盟校が持ち回りで主催しており、2013年度は当大学院が主催しました。2014年はベルリンのHertie School of Governanceにて開催予定で、学生を派遣する予定です。当大学院に在籍し、英語でのディスカッションができることが条件となります。2013年の例や応募方法については、公共政策大学院のウェブサイトを参照してください。

対象学生:公共政策学教育部の大学院学生
実施期間・時期: 12月上旬、2日間
応募方法:書面審査。10月頃に応募締切予定
URL: （GPPN学生会議）http://www.gppn.net/
問い合わせ先: intl-affairs@pp.u-tokyo.ac.jp



氏名: 高橋 遼平さん
所属学部・研究科（留学開始時）: 教養学部文科一類 2年
留学先大学名: シンガポール国立大学
留学プログラム名: IARU Global Summer Program
留学期間: 2013年6月～2013年7月（3週間）

私が参加したのはシンガポール国立大学(以下NUS)で開講された"Southeast Asian Cosmopolitan Urbanism"というプログラムです。シンガポール都市計画に潜む政府の意図と市民の反応の相違に焦点を当てたものだったのですが、最初にシンガポールの都市設計史などを辿る授業を数回行った後は全てフィールドワークでした。そして、プログラムの最後にNUS内の博物館で研究発表を行いました。このプログラムの最大の魅力は、座学に留まらない学習であったと思います。自分で設定した研究テーマに対し現地での聞き取り調査を行い、最後の発表に向けて自分の研究をどのように構成しようか、そして他のメンバーのテーマと関連性を持たせ、博物館展示としての一体感を持たせるにはどのように「魅せ」ればいいかを議論しながら準備を進めていくというのはなかなかできない体験であったと思います。

また、IARU GSPに参加する学生は出身国も専攻も実に様々です。シンガポール学生と中国の学生がシンガポールについて異なる認識を戦わせていたことは非常に興味深かったですし、フィールドワークを行うに当たって建築学専攻の学生と社会学専攻の学生が全く異なる手法を用いていたことも印象的でした。それと同時に、自分はどうオリジナリティを出して彼らと議論をするのか、プログラムに関わっていくのかも悩まされることとなりました。

多くの学生にとって、海外の大学で学ぶというのは未知の体験だろうと思います。長期留学を志していても、語学面や環境変化への不安が拭い切れず尻込みしてしまう人も多いのではないでしょうか。かく言う私もその一人でした。IARUのプログラムは一か月足らずという非常に短期間のものでありながら、参加者の多様性やコンテンツの充実度はかなりハイレベルなものとなっています。三週間の中でコミュニケーション面、環境の変化など苦労することも多かったですが、それを乗り越えたことによる自信、そして海外で学ぶことへのイメージは得られたと思います。その意味で、IARU GSPは「海外に出ていく第一歩」として非常に魅力的なプログラムではないでしょうか。

氏名: 鬼塚 正彰さん
所属学部・研究科（留学開始時）: 経済学部経済学科 3年
留学先大学名: 香港大学
留学プログラム名: 香港大学・東京大学合同サマープログラム
留学期間: 2013年8月（2週間）

初めまして。経済学部3年の鬼塚と申します。昨年の夏、大学のプログラムで香港へ行ってきました。僕の場合は、たった2週間しか体験していないのですが、とても楽しい経験をさせてもらったので、ここに少し紹介したいと思います。

●留学プログラムの概要

僕が参加したプログラムは、香港大学と東大が合同で開催したサマープログラムでした。東大生合わせて20名ほどが香港へ派遣されました。学年は本当にバラバラで下は学部1年生から上は30歳の博士課程の学生までいらっしゃいました。公共政策大学院からいらした方が多くいらっしゃったのが印象的でした。

●学習・研究について

現地では、①香港大学の特設授業（もちろん英語）を受けること、②工場や小売店などを実際に訪れ経営者からお話を聞くこと、③さらに自分たちでテーマを決定して各自ヒアリングを行い最終日に発表、を行いました。この発表の際には現地のプレスがいたりなんかして結構緊張しました。

●学習・研究以外の活動について

もちろん、夜の時間帯はがっつり遊びました。バーも行きましたし、夜景も見に行きました!そこで知り合った香港の方とは今でも連絡を取り合っています!海外の同世代の人とはこうやってコミュニケーションを取ればよいのだと感じられたのはとても大きな財産ですね。

●今後留学を考えている学生へのメッセージ・アドバイス

やはり、異国の地で母語ではない言語で授業を受けヒアリングを行うということは想像よりも難しく（というかほぼ何もわからない講義もありました）、自分の力不足を痛感しましたが、「これがグローバルスタンダードなのだ」と実感できましたね。現地の学生に助けてもらったり、とにかく事前の準備をしっかりすることが大事だと身をもって体感したりしました。せっかくの大学生活を日本だけで閉じこもっていたら勿体ないと思うので、是非是非機会があったら申し込んでみるといいと思います!

氏名: 滝沢 頼子さん
所属学部・研究科（留学開始時）: 文学部行動文化学科 社会学専修 4年
留学先大学名: カルフォルニア大学バークレー校
留学プログラム名: Berkeley Summer Sessions
留学期間: 2013年8月（3週間）

参加したきっかけは、英語で何かを学ぶという体験をしたかったことと、英語が好き!使いたい!という英語を話すこと自体への欲求、そして色々な国の学生と話し文化や考えの違いを知りたいという知的好奇心からでした。それに加え、もう4年生なので行くなら今しかない!という勢いのようなものもありました。

UC Berkeleyのキャンパスはとても広く、大学自体がひとつの街のようであり、また開放的で街に溶け込んでいるとも言えるような感じでした。大学周辺にも多くのお店があり、とてもいい環境でした。私が参加したコースは3週間のもので、授業はPeace and Conflictsというものを選択しました。海外の大学で、英語で授業を受ける体験は初めてであり、最初は不安だったので教授にメールしどういうことを準備するといいかを教えてもらいました。また授業の話題に関係しそうなことは英語で話せるように考えておきました。始まる前に過剰に心配をしても仕方ないのですが、誰でも最初は不安なものだと思うので情報収集や準備をしっかりするのに越したことはないと思います。

私がとった授業はディスカッションも多く、全体的にインタラクティブなものでした。ネイティブの発言は聞き取りづらいことも多く少し苦労しましたし、またスピーキングよりもリスニングの方が大変だと感じたことは意外な発見でした。講義期間中は日本人やアジア人で固まらず、色々なクラスメイトと積極的に話すように心がけました。結果として多くの人と親交を深めることができ、毎日授業後にみんなでパーティをしたり、ごはんを食べに行ったりしていましたし、休日には遠出もしました。

留学へ行ったことにより、多くの友人ができ他国への興味が高まったことや、日本人アイデンティティが強まったように感じます。また英語への学習のモチベーションはもちろん、中国人と色々話したこともあり中国語学習へのモチベーションも高まりました。短期だとしても、海外の学生と一緒に学び交流することで、とても刺激的な体験ができます。迷われている方は思い切ってぜひ参加してみるといいと思いますし、行ったからには積極的に行動していくことが大切だと思います。

氏名: 近藤 那子さん
所属学部・研究科（留学開始時）: 教養学部総合社会科学科 国際関係論分科 4年
留学先大学名: イェール大学
留学プログラム名: Yale Summer Session
留学期間: 2013年7月～2013年8月（5週間）

イェール大学が、イェールの学生と外部の学生に開講している5週間のサマープログラムに参加しました。私は、外国語として英語を学ぶ授業ではなく、イェールの学生が単位取得のために履修する授業に参加しました。私は自分の関心のあるThe U.S. strategy after Cold WarとFilm, Video, and American historyという二つの授業を履修しました。それぞれ週3回の授業出席、毎回のリーディングの予習、エッセイ課題提出が要求されました。想像以上に課題の量が多く、期間中は常に課題に追われていましたが、徹底的に文献を読み、それらに対して批判的思考を加えるという作業は非常に面白く、考える力が鍛えられたように思います。授業中のディスカッションでは、最初は周りの学生のスピードについていくのに必死でしたが、事前に論点を準備して授業に臨むことで、なんとか議論のなかに入り込めるよう努力しました。2,3週間経った頃から、議論に参加するコツを掴むことができ、自信になりました。また、少人数の授業なので、教授やアシスタントの方に課題について相談に乗って頂けたことやエッセイに毎回コメントをつけて頂いたことも大変良い勉強になりました。

課題に追われていたとはいえ、休日には楽しく息抜きをすることができました。大学が位置するニューヘイブンでは美術館や博物館をまわりました。また、大学が用意してくれたバスでショッピングやビーチに行き、同じプログラムに参加している各国の学生と交流することができました。平日にも、留学生は皆同じ寮に宿泊していたので、協力して課題に取り組んだりご飯を食べたりして非常に仲良くなりました。特に、このプログラムには日本人が私しかいなかったため他国の学生と親密に交流することができました。

今回の留学では、大きく2つの点に関して得られるものがあったと思います。まず一つは、アメリカのトップクラスの大学の授業を体感することができたということです。将来海外の大学院に進学することを考えていますが、今回実際の授業に近いものを体験し多少なりとも慣れることができたので、今後の進路に向けて大きく前進することができました。もう一点は、語学面でハンデがあるなかで、なんとか授業についていくことが必要なので、根気と勇気が少なからず養われたかと思います。ハンデがあるからこそ、人一倍予習に力を入れ、勇気をもって何度も発言するよう心がけました。最後には大きな自信を得て帰国することができたのがこの夏一番の収穫だったと思います。

高い英語レベルや課題の量が要求されるプログラムですが、アメリカの大学の授業を体験できる貴重な機会ですし、授業や課外活動で得られるものはとても大きいと思います。是非チャレンジしてみて下さい。

5. その他の留学（個人応募での留学など）

1学期～1年の留学（交換留学以外）

交換留学以外の方法で1学期～1年留学する場合、以下のような方法があります。基本的には授業料等の費用は全て自己負担となりますが、中には奨学金つきプログラムや授業料が割引となるプログラムもあります。また、東京大学や民間財団などの留学用の奨学金に応募することもでき（P32参照）、東京大学を休学することも可能です。（P26参照）

【大学公募】カリフォルニア大学バークレー校・デービス校派遣プログラム（UC派遣プログラム）

カリフォルニア大学2校との協力により、東大生を1学期～1年派遣する留学プログラムです。東京大学を通じて応募することが可能です。

【個人応募】海外大学のVisiting Studentなど

海外の大学では、Visiting Studentなどの身分で他大学の学生を1学期～1年間受け入れる大学もあり、そのような大学に個人で応募することも可能です。

【個人応募】学外の団体や民間奨学金による留学プログラム

学外の団体を利用すると留学手続きのサポートなどを受けることができますが、その分費用が高くなる傾向があります。ただし、民間の奨学団体などにより奨学金が支給されるプログラムもあります。

3ヶ月未満の留学（個人応募）

毎年夏には、世界中の大学が、他大学の学生も履修可能な集中講義や語学研修などのサマープログラムを実施します。このようなプログラムに個人で応募し、参加することも可能です。民間の留学斡旋業者も多くの留学プログラムを実施しています。

個人応募の場合、費用は全て自己負担となりますが、東京大学や民間財団などの留学用の奨学金に応募することも可能です。ただし、3ヶ月未満の留学用の奨学金は、1学期～1年の留学に比べて数が少なくなっています。（P32参照）

個人応募で留学する場合の注意事項

手続き等をすべて自己責任で進めることになります。期間やプログラムの内容、費用、参加条件など予め十分な情報収集を行ってください。学外の団体を利用する場合は、自分自身の責任と判断により信頼性を確認し、自分の目的に合った団体・プログラムを選んでください。

参考：日本学生支援機構「留学斡旋業者の利用について」

http://www.jasso.go.jp/study_a/oversea_info_04.html

また、応募前に、個人で留学する場合の留意点について、留学時の東京大学での所属学部・研究科等の担当部署に必ず確認・相談してください。参加が決まったら、安全と危機管理（P38参照）の面でも十分注意してください。

その他の留学プログラム（個人応募のプログラムなど）の例

1学期～1年のプログラム

プログラム名	開催地	時期	費用（授業料・宿泊費）	募集人数	語学レベル	応募締切	備考
カリフォルニア大学バークレー校・デービス校派遣プログラム（UC派遣プログラム）	アメリカ	バークレー:1学期～1年 デービス:1クォータ（11週）～1年	バークレー:20,000ドル／学期 デービス:授業料5,815ドル／クォーター +宿泊費	バークレー:5名程度 デービス:20名	バークレー:高（TOEFL80以上） デービス:中～高（TOEFL61～80）	4月（3月募集開始）	東京大学を通じて応募。正規授業履修や英語学習など
イリノイ大学 小山八郎記念奨学留学生	アメリカ	8月-5月	授業料免除	4名	高（TOEFL79）	10月	イリノイ大学アーバナ・シャンペーン校教養学部への留学
ベイツ大学 平沢和重奨学基金	アメリカ	9月-5月	授業料・寄宿舎費用を全額支給	1名	高	12月	大学1～3年生を優先
The Study Abroad Foundation SAF留学	世界各国	プログラムにより異なる					SAFという団体を利用した海外大学への留学。語学力強化、授業履修など
Harvard University Visiting Undergraduate Student Program	アメリカ	8-12月 and/or 1-5月	授業料4,500ドル/course 宿泊費4,000ドル/semester	不明	高	4月（8月留学） 10月（1月留学）	
Columbia University Visiting Student Program	アメリカ	9-12月（秋） 1-6月（春）	授業料45,000ドル/year 宿泊費・食費11,000ドル/year	不明	高（TOEFL100）	3月（9月留学） 10月（1月留学）	
Oxford University Visiting Student programme at St Peter's College	英国	10月-6月	25,000～33,000ポンド	不明	高	3月	
London School of Economics and Political Science The General Course	英国	10-6月	16,000ポンド+宿泊費	不明	高（TOEFL107）	9月	

3ヶ月未満のプログラム

プログラム名	開催地	時期	費用（授業料・宿泊費）	募集人数	語学レベル	応募締切	備考
世界各国の有力大学 Summer Session, Summer School	世界各国	5～8月	数十万円	多数	高（プログラムにより異なる）	3～5月	世界の有力大学の夏季集中講義に個人応募で参加可能 例:ハーバード大、スタンフォード大等
インド国立イスラム大学 International Summer School	インド	2014/6/15-7/25	3,950 USドル （うち授業料1,600USドル分の奨学金あり）	東大生への奨学金は3名		4/30（12月募集開始）	インド政府観光省後援のプログラム。東大生限定の奨学金（授業料1,600USドル相当分）を3名に支給予定
カリフォルニア大学各校 Extension（附属語学学校）	アメリカ	随時	数十万円	プログラムによる	中～低	随時	カリフォルニア大学各校には附属の語学学校があり、海外学生を受け入ている
VIA Stanford Programs	アメリカ	春・夏の数週間	$2,700～ $6,700	プログラムによる			VIA（米国NPO）によるスタンフォード大学等でのプログラム。医療、社会変革、社会起業家、語学等のプログラム

※各項目は、あくまで目安として簡潔に記載しています。募集開始、締切、開催内容等は毎年異なりますので最新情報・詳細はウェブサイト等で確認してください。
※費用については、原則として航空賃・生活費等を除いた、授業料と宿泊費の目安を掲載しています。
※上記は一例で、他にも様々なプログラムがあります。

その他の留学体験談

氏名：山中 創太さん
所属学部・研究科（留学開始時）：経済学部金融学科 3年
留学先大学名：カルフォルニア大学バークレー校
留学プログラム名：IIS-ISP（2014年より、AISP（American and International Studies Program）に変更。UC派遣プログラムの一部として募集します）
留学期間：2013年8月～2014年5月

私が考える、このIIS-ISP（Institute of International Studies-International Study Program）というプログラムの良いところは、教授との交渉次第でUCB内の授業が比較的自由に選択できる事、またプログラム中は校内のI-House（International House）という大変優れた寮に住むことが出来る事だと思います。

私は政治学部の授業と、経済学部の院の授業を中心に受講しました。政治学部の授業では、生徒には毎週多くの読み物が課され、それらを元に教授による授業や、TAによるディスカッションセッションが展開されました。一方、経済の院の授業では予習復習を必要とするハイペースな講義のみが行われました。どの教授も、学生に何をどの程度以上は理解させる、という基準が明確にあり、責任を持って授業をしていると感じました。そのため、授業自体は週に8コマ程度でしたが、準備にかなりの時間を費やしました。

それでも課題の少ない週や休日には、勉学以外の様々な事に没頭しました。多くはI-Houseだからこそ出来た事です。私は留学中、音楽活動に没頭しました。I-Houseにはピアノやドラムを備え付けた音楽室があり、その音楽室に通って知り合ったアイルランド人のドラマーと、同じく日本から留学したギタリストとバンドを結成し、I-Houseが開催するコンサートや夕食会等で大勢の観客の前で度々演奏を行いました。メンバーとはもちろん、このバンドがきっかけで、寮の多国籍の音楽好きと仲良くなる事が出来ました。

留学時の目的とは少し離れた課外活動ですが、留学先では音楽をはじめ、日本ではチャレンジしなかった事に思いきって挑む事が出来たように思います。「広い視野」、「異文化への許容性」といった国際社会で活躍する「グローバルな人材」に求められる（私を含め、多くの人が留学から求めようとしている漠然とした）スキルも、勉学からだけではなく、新しい環境に身を投じた結果の悩みや、思い切った挑戦から少しずつ得られるものなのだと実感しました。留学の意義に悩む過程はとても大事ですが、同時に、留学先では日本に居た時には想像もしなかった様な事を経験出来るからこそ、成長出来るのだと思います。留学を検討している方は思い切って挑戦してみる事を強く奨めます。

その他の留学体験談

氏名：杉原 真帆さん
所属・研究科（留学開始時）：法学部第2類（公法コース）3年
渡航先大学名：ハーバード大学
留学プログラム名：Visiting Undergraduate Student Program
留学期間：2013年9月～ 2014年5月

①米国または英国に留学したい、②語学留学に終始しないよう教育内容も充実している大学に留学したい、という点から個人留学を選択し、大学・奨学金に関してのリサーチは前年の夏から始めました。初めからHarvardに決めていたというわけではなく、上記二点に加え③必要書類が用意できる範囲内かつ学部生にも門戸を開いている、という点で絞る中で複数校に応募し、最終的にHarvardを選択した、という流れです。

Harvard Visiting Undergraduate Student Programは、半年または一年のいずれかを選択でき、実際の倍率や採用基準は分かりませんが、採用枠は比較的広く、西欧諸国や香港からの応募が多い印象です。このプログラムの良い点は、学問・課外活動・施設利用面において一般学生とほぼ同じ待遇であることに加え、サポートが強すぎず弱すぎない(＝Visitingとしてのイベントや相談の機会は豊富だが、Visitingのコミュニティに縛られるわけではない)点が挙げられます。一方難点としては、寮がもらえないこと、奨学金等の手配は自己責任であること、授業料がクラスの数に比例すること、があります。

学問面の魅力としては、全体的に課題量や試験数が多いことと、学部の分割も含め授業のテーマが多様なことです。私は弁護士志望でない法学部所属の人間だったので、この機会を利用して個人的な学問的興味を追求してみようと心理学・ジャーナリズムにフォーカスしてみました。クラスの大小も様々ですが、小クラス(～15)では特に、英語力と思考力を能動的に高めやすい環境が得られると思います。大クラス(30～数百)も、セクションと呼ばれる授業外の小グループ学習を伴います。

課外活動は、入りやすいもの入りにくいもの同等に多い印象です。私はダンスチームに所属したことで一般生と打ち解ける大きな機会を得ましたが、Visiting Studentsの中でも、スポーツチームや演劇団体など課外活動に積極的に所属する派、逆に課外活動はあまり重視しない派、共にいました。個人的には、寮に所属できず一般生と知り合う機会が限られる中で、授業以外に交流の場を作ることはかなり正解だったなと思っています。

概してハンデの大きいプログラムだとは思いますが、その分自分の姿勢次第で得られるものを何十倍にもしていけるものであることも事実です。

字数の都合上堅苦しい文章で失礼しました!

6. 留学の計画と準備

留学を成功させるポイント

① 留学の目的を明確にする
自分の専攻分野に関する知識を深めたい、専攻以外の分野を学びたい、語学力を向上させたい、国際的な広い視野を身につけたいなど、留学の目的を明確にしてください。

② 自分に合った留学方法を検討する
留学期間（数週間、1学期、1年、1年以上）、留学方法（3ヶ月未満のプログラム、交換留学、個人留学、卒業後の大学院留学など）を検討してください。

③ 留学のための情報を集める
留学プログラム、留学先の大学、留学資格、留学に要する費用、奨学金、語学試験、必要書類等の情報を集めてください。

④ 語学を勉強し、語学試験を受ける
留学先が定める語学試験を受け、求める基準に達する必要があります。

⑤ 東京大学での学業に励む
留学や奨学金の選考等においては、学業成績も考慮される場合がほとんどです。ただし、語学力・志望理由画・学習（研究）計画・面接等も含め、総合的に選考されますので、積極的にチャレンジしてみてください。

留学準備計画表

記入例や右ページの留学時期のパターン（実例）を参考に、自分の計画を立ててみましょう。

	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月
1年生												
2年生												
3年生												
4年生												

記入例

	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月
1年生	入学	留学フェア参加	体験活動プログラムに応募		体験活動プログラムに参加			TOEFL受験	夏季短期留学説明会参加		夏季短期留学に応募	
2年生		留学フェア参加	夏季短期留学準備		夏季短期留学プログラムに参加	TOEFL受験	全学交換留学に応募	全学交換留学学内選考				協定校への申請手続きなど
3年生		留学フェア参加			サークル活動引退	全学交換留学で留学	留学	留学	留学	留学	留学	留学
4年生	留学	帰国			就職活動	就職活動						卒業

※東京大学では、国際流動性の向上等の観点から、授業期間の4ターム制を平成27年度中に導入する予定です。

学部での全学交換留学　留学時期のパターン（実例）

［注意事項］
※ここでは、参考例としてこれまで全学交換留学で留学した学生の留学時期のパターン（実例）を数例示しています。ここで示したパターンが全てではありません。
※実際の留学の際は、所属学部の教務スケジュールや各個人の本学での単位取得状況などにより変わります。下記パターンを学生が自由に選択できる訳ではないのでご注意ください。交換留学計画段階で所属学部の担当部署で相談・確認するなど情報収集を綿密に行ってください。
※留学先で取得した単位の本学での取扱いや、外国大学との学期のずれにより東京大学の授業に一定期間出席できない場合の取扱い（留学前に何学期まで東京大学で授業を履修し、留学後に何学期から授業の履修を開始できるか）は、所属学部によって異なります。詳細は所属学部の担当部署で確認してください。
※実際の留学期間は各協定校の学年暦により異なります。協定校のウェブサイト等で確認してください。

Aさんの場合　留学期間: 約1年　4年で卒業　3年・秋から留学

	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月
2年生						応募期間	応募期間	学内選考	学内選考			協定校への申請
3年生		協定校受入許可				留学開始						
4年生	留学終了											卒業

Bさんの場合　留学期間: 1学期　4年で卒業　4年・秋から留学

	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月
3年生						応募期間	応募期間	学内選考	学内選考		協定校への申請	
4年生	協定校受入許可					留学開始						卒業

Cさんの場合　留学期間: 約1年　4.5年で卒業　4年・秋から留学

	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月
3年生						応募期間	応募期間	学内選考	学内選考			協定校への申請
4年生		協定校受入許可				留学開始						
4年生		留学終了				卒業						

Dさんの場合　留学期間: 約1年　5年で卒業　3年・秋から留学

	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月
2年生						応募期間	応募期間	学内選考	学内選考		協定校への申請	
3年生	協定校受入許可					留学開始						
4年生		留学終了										
4年生												卒業

Eさんの場合　留学期間: 約1年　5年で卒業　4年・秋から留学

	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月
3年生						応募期間	応募期間	学内選考	学内選考			
4年生	協定校への申請		協定校受入許可			留学開始						
4年生		留学終了										卒業

留学等における学籍・単位認定など

留学等のため海外へ渡航する場合には、所属する部局の担当部署に事前に相談してください。東京大学での学籍上の手続き（留学願、休学願、海外渡航届など）が必要な場合がほとんどです。学籍上の取扱いによって、授業料納入の有無や単位互換の可否が異なりますので注意してください。

[海外渡航の際の主な学籍上の手続き]

●「留学」: 留学の手続きをとる
●「休学」: 休学の手続きをとる
　上記の手続きをとらず、海外渡航する場合は、海外渡航届などの手続きを行ってください。（例:夏季休業期間を利用し、海外大学に語学留学する場合など）

[海外の大学で修学する場合の、学籍上の「留学」と「休学」の違い]

「留学」の手続きによる場合と、「休学」の手続きによる場合の違いについて、右に大まかなチャートを示しますので、参考にしてください。

※交換留学の場合は、「留学」の手続きとなります。
※留学先大学で取得した単位の本学における認定については、事前に留学時の所属部局の担当部署に相談してください。
※以下は一般的な情報です。学部・研究科等により異なる場合があります。

	「留学」の手続きによる場合（交換留学）	「留学」の手続きによる場合（交換留学以外）	「休学」の手続きによる場合
留学先大学での「単位」取得	可	可	可
留学先大学での「学位」取得	不可	不可	場合により可
留学先大学での授業料	払わない	払う	払う
東京大学での授業料	払う	払う	払わない（ただし、休学開始時期にもよるので注意が必要）
修業年限	算入される	算入される	算入されない
本学での単位認定	可（ただし、所属学部・研究科が承認した場合）	学部・研究科により異なる	学部・研究科により異なる

外国の大学において取得した単位の取扱いに関する規則（学部学生）

《東京大学学部通則》

第3章 留学

■留学
第14条の2
　学部長は、教育上有益と認めるときは、学生が休学[注釈1]することなく外国の大学において専攻分野に関する授業科目を履修し、単位を取得することを許可することができる。
2 前項の規定により外国の大学において修学する期間は、おおむね1年を限度とするものとする。

■単位の認定
第14条の3
　学部長は、学生が留学の期間において修得した授業科目及び単位数については、専門教育科目30単位[注釈2]をこえない範囲で、本学における相当する授業科目及び単位数を修得したものとみなすことができる。

■申請手続
第14条の4
　留学の許可及び単位の認定を受けようとする者は、所定の申請書[注釈3]を学部長に提出しなければならない。
2 留学許可及び単位認定等の申請手続については、各学部の定めるところによる。

■休学期間中に外国の大学において取得した単位の取扱い
第14条の5
　第14条の2の規定にかかわらず、学部長は、教育上有益と認めるときは、学生が休学期間中に外国の大学において専攻分野に関する授業科目を履修し取得した単位を、本学における相当する授業科目の履修により修得したものとみなすことができる。
2 前項により修得したものとみなすことができる単位数は、第14条の3の規定により本学において修得したものとみなす単位数と合わせて30単位をこえないものとする。
3 前2項の規定による単位認定等の申請手続については、前条の規定を準用する。

注釈
1 休学して海外修学する場合は、休学期間は在学期間には含まれないため、その分、卒業の時期が遅れることになる。なお、休学期間中に海外の大学等で単位を取得した場合の本学における単位の取扱いは、第14条の5の規定により各学部の定めによるので、教務担当窓口で確認すること。
2 単位認定の上限は専門教育科目（後期課程科目）として30単位をこえない範囲で各学部が定めることになっている。単位認定については各学部の規則や、教務担当窓口で確認すること。
3 「留学許可願」を担当窓口に提出する。

留学についての詳細は、留学時に在籍する学部の担当口に事前に相談し確認すること。

※大学院学生については以下を参照のこと。
●東京大学大学院学則　第28条（留学）
●東京大学大学院専門職学位課程規則　第23条（他の大学院における授業科目の履修等）

外国の大学において取得した単位の各学部・研究科の取扱い例

（2014.04.01現在）

※詳細については、各学部・研究科等の規則や、教務担当窓口で確認すること

学部

法学部

法学部において開設されている授業科目に相当する場合には、これを「相当科目」として認定する。相当科目に該当しない場合において相当と認めるときは、随意科目として認定する。なお、対象とする大学は別に定めがある。

工学部

当該学科の審査により、科目配当表の単位として認定することができる。また、それ以外の科目についても学科で必要と認めた場合には、卒業単位に算入することができる。

文学部

原則として、交流協定のある大学に限る。学生は専修課程に単位の認定希望を伝え、専修課程が認定してよいと判断すれば、認定する科目・単位数を明記して、専修課程から教務委員会に単位認定のための申請がなされ、適切と認められる場合は認定される。ただし、必修科目以外の「その他の文学部の単位」として認定される。

理学部

シラバス、成績等により審査をおこない、東京大学理学部規則別表に定める授業科目及び単位数に振り替えることができる。また、選択科目として、卒業に必要な単位数に含めることができる。

農学部

留学先大学の成績証明書、時間割およびシラバスを指導教員又は学部委員に提出し単位認定を申請した場合、認めることがある。

経済学部

単位の認定・振替は、学生交流協定に基づき「留学」の身分により派遣された場合に限る。学部教務委員会・学部教授会で適切と判断された場合、単位の振替・認定が認められる。対象となる科目は、派遣先大学で正規課程の学生を対象に開講されている授業科目（サマープログラム等で取得した単位は対象外）に限るが、英語・フランス語などの語学の科目は対象外である。振替とは本学部専門科目への振替、認定は本学部選択科目への認定で、どちらも卒業単位に含めることができる。学則・内規に沿って運用をしているので、単位の認定・振替を希望する者は、留学生・国際交流担当チームに事前に相談に来ること。

教養学部（後期課程）

協定締結校に留学等をして取得した単位については、所定の期間内に単位認定を申請した場合、定められた上限単位数まで卒業単位として認定を受けることができる。詳細については「教養学部便覧」を参照のこと。

教育学部

原則として、全学学生交流に基づく交換留学協定校等、本学からの推薦に基づく派遣先大学に限る。選択科目の単位として一括して認定することができる。

薬学部

単位認定を希望する者は、事前に国際交流室に相談すること。

大学院

法学政治学研究科

〈総合法政専攻〉においては、学生が留学先大学で単位を取得した科目の認定には、学生からの単位認定申請にもとづき、学務委員会で判断する。なお、休学中に外国の大学院において取得した単位についても、認定することは可能である。

医学系研究科

外国の大学院等で修得した単位の認定は、休学（休学理由が「海外の教育・研究施設において修学」の場合に限り）および留学の場合に、修士課程及び博士課程を通じて10単位を越えない範囲で、研究科として認定の可否を行うので、医学部大学院係へ相談すること。

工学系研究科

外国の大学院に「留学」して、当該大学院において専攻分野に関する授業科目を履修し、修得した単位は、申請により、本研究科における相当する科目・単位として、修士及び博士後期課程を通じて10単位まで認定される。留学先大学で修得した単位は、当該大学院の履修時間及び採点基準を考慮して、本学の基準で単位数及び成績の換算をする（そのまま本研究科と同じ単位数として換算されるとは限らない）。※休学して外国の大学院に「修学」した時の、当該大学院で修得した単位は、本研究科修了単位には認定されない。

人文社会系研究科

外国の大学の大学院において修得した科目及び単位は、修士課程及び博士後期課程を通して10単位を限度として、自由選択科目の単位に算入することができる。※休学して外国の大学の大学院に「修学」し、当該大学院で修得した単位については、本研究科修了単位には認定しない。

理学系研究科

外国の大学の大学院において専攻分野に関する授業科目を履修し単位を取得した場合、修士課程及び博士後期課程を通じて、10単位を超えない範囲で本研究科において単位を認定することができる。希望者は、渡航前に専攻事務室で手続に関する指示を受けること。

農学生命科学研究科

留学先大学の成績証明証、時間割およびシラバス等を指導教員に提出し単位認定を申請した場合、認めることができる。

経済学研究科

単位の認定・振替は、学生交流協定に基づき「留学」の身分により派遣された場合に限る。対象となる科目は、派遣先大学で正規課程の学生を対象に開講されている授業科目（サマープログラム等で取得した単位は対象外）に限る。学則・内規に沿って運用をしているので、単位の認定・振替を希望する者は、留学生・国際交流担当チームに事前に相談に来ること。

総合文化研究科

留学又は休学期間中に外国の大学の大学院において取得した単位は、10単位を超えない範囲で本研究科の授業科目及び単位として認定することができる。単位の認定を希望する場合は、留学又は休学期間終了後に総合文化大学院係で必要な手続きをとること。授業科目及び単位の認定は、認定希望者からの申請を専攻等で審査のうえ、研究科教育会議で決定する。なお、本研究科の授業科目及び単位の認定の申請ができる休学の理由は、原則として海外修学のみとする。

教育学研究科

教育上有益と認めるときは、研究科教育会議の議を経て、学生が休学することなく外国の大学の大学院において専攻分野に関する授業科目を履修し、単位を取得することを許可することができる。外国の大学の大学院において修得した授業科目・単位の換算及び評点等は当該コースで認定し、研究科教育会議の議を経て、承認を得るものとする。ただし、認定できる単位数は、修士・博士課程を通じて10単位を超えないものとする。

薬学系研究科

単位認定を希望する者は、事前に国際交流室に相談すること。

新領域創成科学研究科

外国の大学院等で修得した単位の認定は、休学（休学理由が「海外の教育・研究施設において修学」の場合に限り）および留学の場合に、修士課程及び博士後期課程を通じて10単位を越えない範囲で、研究科として認定の可否を行うので、新領域創成科学研究科教務係へ相談すること。

情報理工学系研究科

当該専攻の審査により、10単位を限度として修了単位に認定することができる。

学際情報学府

留学又は休学期間中に外国の大学の大学院において修得した科目及び単位は、本学府の承認を得ることにより、修士課程及び博士課程を通じて、10単位を越えない範囲で、他研究科科目の単位として、認定することができる。単位認定を希望する者は、事前に学務係に相談すること。

公共政策学教育部

公共政策学教育部において、教育上必要とみとめる時は、他の大学院において履修した授業科目について修得した単位を、修了要件として定める単位数の2分の1を超えない範囲内で認定することができる。

留学にかかる費用

留学一般について

留学には、国・地域によりますが、一般的に学費・生活費等でおよそ年間200～300万円以上の費用がかかります。高額に思えるかもしれませんが、留学しなくても学費・生活費はかかります。留学しなかった場合の学費・生活費と比較して検討してください。

留学のための奨学金が各種ありますので、情報を集めて利用しましょう。奨学金については32ページをご覧ください。奨学金の選考では成績が考慮される場合が多いため、奨学金の利用を考えている学生は、当然のことながら東京大学での学業にも真剣に取り組むことが大切です。

多くの国で、アルバイトはビザの制限により原則として禁止されています。現地でアルバイトに頼る生活にならないよう、早めに資金の計画を立てることが必要です。

東京大学を通じて申し込むことによるメリット

交換留学の場合は、原則として留学先に授業料を納める必要はなく、東京大学の授業料を東京大学に納めることになります。

交換留学以外でも、東京大学を通じて申し込むプログラムでは、プログラムの実施機関から東京大学の学生向けの費用の割引や免除、参加費補助が受けられるケースがあります。適切に情報を集めれば、経済的負担を減らして留学することが可能です。

交換留学や3ヶ月未満の留学プログラムなど、東京大学を通じて申し込むプログラムに参加する学生には、東京大学・その他支援団体等からの奨学金を支給する可能性があります。奨学金支給の有無や金額は、奨学金支給団体が定める条件（成績・家計基準等）や参加費用、使用可能な財源等を勘案の上、決定されます。詳しくは各プログラムの募集要項を参照してください。

実際の留学費用

実際の留学費用は、プログラムや学生の奨学金受給状況により異なります。ウェブサイトに記載されている詳細な留学体験記（41ページ参照）では、各学生の実際に留学に要した費用が報告されていますので参考にしてください。中には奨学金等を利用し、ほぼ自己負担額なしで留学を実現した学生もいます。

英語能力試験

留学する場合、留学先大学が求める語学能力の基準を満たす必要があります。語学能力試験は、状況により、受験の予約が取りにくかったりする場合があります。また、新規の留学プログラムの募集の場合、募集開始から締切までの期間が非常に短い場合もあります。締切日までにスコアを取得できない学生が例年見受けられますので、留学を考えている場合は早めに受験し、常に有効期限を満たすスコアを所持しておくようにしましょう。

英語圏の大学の留学にはTOEFL iBTやIELTS（Academic Module）のスコアの提出が一般的です。東京大学本部が担当する留学プログラムでも、TOEFL iBTまたはIELTS（Academic Module）の提出しか認めないプログラムが多くなってきています。

※TOEICや英検は日本の就職活動等では広く用いられますが、大学への留学の際の語学能力試験として認められていないケースも多いため、注意してください。

	TOEFL iBT	IELTS（Academic Module）
概要	米国を始め世界各国の大学等で英語力の証明として利用されており、130 を超える国々の 8,500 以上の大学、機関、その他の団体が TOEFL テストスコアを受け付けている。	英国、オーストラリア、カナダ、ニュージーランドのほとんどの教育機関で受け入れられており、米国でも広がっている。Academic Module（大学や他の高等教育機関への出願のためのテスト）とGeneral Training Module（一般的な生活、仕事や、移住関係に関わる英語のテスト）の2種類がある。
スコア	0～120（1ポイント刻み）	1.0～9.0（0.5ポイント刻み）
試験日	ほぼ毎週末、年間50回以上	東京は毎月3回程度実施
受験料	US $225（締切日によって受験料が異なる。）	24,675円

7. 学内でできる国際体験

東京大学では100以上の国と地域出身の約3,000名の留学生が学んでいます。キャンパス内でも国際体験ができる機会が数多くありますので、留学の準備や国際交流の機会として活用しましょう。以下に一例を紹介します。

IARU Global Summer Program東京大学開講コース

東京大学は、例年7月頃、IARU Global Summer Programにより、世界のトップレベル9大学の学生を受け入れる英語プログラムを実施しています。

以下の東京大学において開催されるコースは、学部3年生以上の本学学生は集中講義として通常の授業と同様に受講可能となる予定です。（教養学部前期課程の学生は履修できません。）海外大学の学生も東大生との交流を希望しており、また英語での授業のため留学の準備としても効果的です。

・Sustainable Urban Management（工学部開講）
・Nanoscience（工学部開講）
・Japan in Today's World（法学部開講）

※開講時期・内容については授業カタログを参照のうえ、参加を希望する場合は夏学期の履修登録時に履修手続を行ってください。他学部聴講となる場合は、所属学部・研究科の規則により履修可能かどうか確認してください。

スペシャル・イングリッシュ・レッスン（SEL）

「スペシャル・イングリッシュ・レッスン（SEL）」は、英会話に慣れたい、英語力を向上させたいという学生向けのプログラムで、東大生であればどなたでも受講可能です。日常会話、プレゼンテーション、ディスカッション、TOEFL対策等さまざまなコースがレベル別に提供され、比較的低価格で受講できます。

英語講師は、外部英語学校から派遣される経験豊かなネイティブ・スピーカー（TOEFL講座は一部日本人講師）です。実施期間は夏学期、冬学期とも10週間。平日夕刻に本郷キャンパスで週1-2回、集中して英語に取り組んでみませんか?

http://www.sel-ut.com

国際センターによる国際交流活動の例

東京大学国際センター各オフィスでは、さまざまな国際交流活動を実施しています。

（1）国際センター本郷オフィス:
http://www.ic.u-tokyo.ac.jp/ic/index_j.html

留学生との交流を目的としてFACE（Friendship And Cultural Exchange）プログラム、中国語茶話会、言語交換プログラムなどを実施しています。また、国際交流を目的としたキャンパス内の学生活動の情報提供等も行っています。詳細は以下でご確認ください。

http://www.ic.u-tokyo.ac.jp/ic/face/face02_info02_j.html

（2）国際センター駒場オフィス:
http://www.ic.u-tokyo.ac.jp/komaba/

留学生との交流イベントを実施しています。また、駒場Ⅱキャンパスにおいては、国際交流を目的としたInternational Gatheringを毎週開催しています。

（3）国際センター柏オフィス:
http://www.ic.u-tokyo.ac.jp/kashiwa/

- 1対1交流プログラム
  柏キャンパスで学ぶ留学生、研究等で招聘された外国人研究者およびその家族と、日本人ボランティアが1対1で交流するためのプログラムを実施しています。基本的に日本語での会話を通し、日本語の上達、日本の文化・歴史を知ること等を目的としたものです。詳細は以下でご確認ください。
  http://www.ic.u-tokyo.ac.jp/kashiwa/event/onetoone.html
- 英語講座
  大学院生及び職員を対象に、平日に柏キャンパス内の教室を利用して英語講座を開講しています。英会話講座、科学技術英語講座の他にTOEFL集中講座やテクニカルライティングセミナーも受講できます。詳細は以下でご確認ください。
  http://www.ic.u-tokyo.ac.jp/kashiwa/language/englishlecture.html

グローバリゼーションオフィス
（総合文化研究科・教養学部）

グローバリゼーションオフィスは、駒場Ⅰキャンパスにおいて、大使館員や外国人教員による各国事情のレクチャー及び留学生と交流しながら学ぶセミナー等を開催しています。また、併設のラウンジ（21 KOMCEE地下）は、留学生と多言語で交流できる場となっています。

http://go.c.u-tokyo.ac.jp/

8. 留学と就職活動

留学を考える際に、就職活動のことが気になる学生も多いかと思います。留学経験があるということだけで就職活動で高く評価される時代ではありませんが、「留学を就職活動にプラスに活かす」ことはもちろんできます。留学は自分を見つめ直すよい機会でもあります。
帰国後就職活動であわてないために、参考にしてください。

就職活動のスケジュールはどうなるの?

2016年(2015年度)卒業・修了の学生から就職活動の時期が変更になります。(下記の図参照)

学部3年(修士1年)の3月から会社説明会などが解禁となり企業の採用情報が公開となります。学部4年(修士2年)の8月から面接などの選考が開始されますが、エントリーシートやWebテスト選考は8月前から実施可能となっています。外資系やコンサルタントなど独自のスケジュールで採用選考を行う企業もありますので注意が必要です。企業の採用スケジュールとともに、留学先や留学・卒業の時期などそれぞれの事情にあわせて、ご自身の就職活動を考えてみましょう。

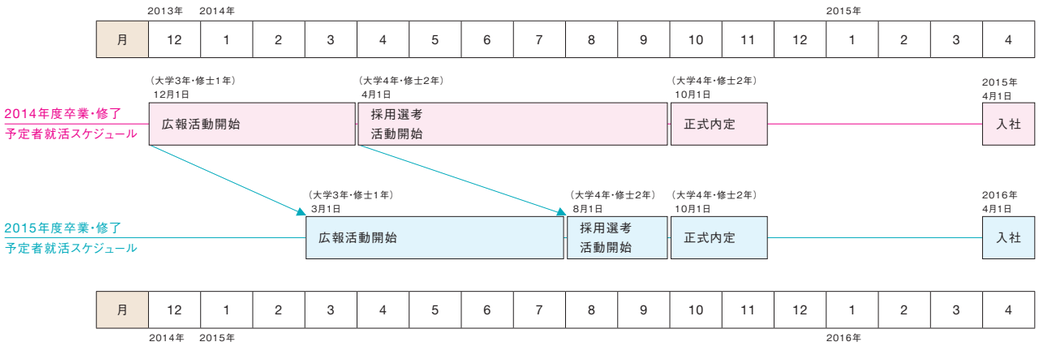
留学中の就職活動はどうなるの?

まずは、情報の収集をしましょう。

海外留学を経験した学生向けの就職情報サイトも充実しています。資料請求もサイトからできるので、必要にあわせて登録をしておきましょう。

多くの企業がWebサイト上に採用情報を公開しています。海外にいながらエントリーはもちろん、選考まで進める企業もありますし、場合によっては留学中の状況を考慮して選考してくれる企業もあります。行きたい企業が見つかったらコンタクトを取ってみてください。また、採用時期にこだわらず、通年で採用している企業も増えてきています。いずれにせよ、年度によって企業の状況は変わりますので、先輩や友達の話を鵜呑みにせず、かならず企業の情報は自分で確認してください。

日英バイリンガルのための就職イベント(キャリアフォーラム)もボストン、ロンドン、ロサンゼルス、シドニー、ニューヨークで開催されています。日本企業も多数参加していますので、留学先によっては参考にしてください。



留学をプラスに・・・?

何を目的として留学するのでしょうか。短期間の語学留学、単位取得の交換留学、学位取得を目的とした留学・・・。留学の目的を達成することは言うまでもありませんが、何回も経験出来ることではありませんので、留学生活を大切にして、友達を作り、毎日を楽しみ、日本では出来ないことをたくさん経験してきてください。

でも「楽しかった」だけで終わらせないでください。そこから学んだこと、考えたこと、その結果、どう行動に移したかなどを書きとめて成長していく自分の記録を残してみましょう。その中で、やりたいことが見つけられるかもしれません。やりたいことにたどり着かなくとも、留学前と留学後でどのように成長したかを表現することで、就職活動に活かすことができるでしょう。留学経験がある場合、企業から「なぜ留学したのか、留学を通じて何を得たか」は必ずといっていいほど聞かれる質問です。留学中もこの問いを時々意識することで結果は変わってくるでしょう。

留学前に大学の窓口を利用しましょう

大学の留学フェアを利用して先輩や留学担当の方などから話をたくさん聞き、より多くの情報を収集しましょう。また、本郷のキャリアサポート室では就職活動のスケジュールをはじめ、留学か進学か迷ったときや、企業分析や自己理解などの相談に専門のキャリアアドバイザーが個別にお応えします。先輩の進路情報もありますので、利用してください。

キャリア相談は予約優先です。キャリアサポート室のサイトからお申し込みください。

東京大学　キャリアサポート室
www.careersupport.adm.u-tokyo.ac.jp/

9. 大学院留学

ここまで、交換留学、3ヶ月未満の留学、個人応募のプログラムといった、東京大学在学中の留学について紹介してきました。東京大学では現在、主に在学中の留学をサポートしていますが、卒業後の海外の大学院への留学についても様々な形で情報提供などを行っています。

海外の大学院の種類

海外の大学院には大きく分けてGraduate Schoolと、Professional Schoolの二つの種類があります。Graduate Schoolでは、東京大学在学中に学んだ学術研究をより専門的に深めることができます。一方、Law SchoolやBusiness Schoolに代表されるProfessional Schoolでは、職業に直結した教育を受けることができます。

大学院のシステム

世界各国で教育システムが異なるように、海外の大学院のシステムは日本とは異なることが多いので十分な情報収集が必要です。

大学院レベルで提供される学位は、修士号(Master's Degree)と博士号(Doctoral Degree or Ph.D.)があります。

修士課程は、通常1〜2年間の課程です。大きく分けると「アメリカ型」と「イギリス型」に分けられ、その主な特徴は以下の通りです。

アメリカ型: 入学時期は8月末〜9月が一般的。修了までに基本的には2年を要す。ほとんどの大学が2学期制を採用。

イギリス型: 入学時期は9月〜10月が一般的。通常1年で修了することができる。ほとんどの大学が3学期制を採用。

博士課程は、通常3〜8年間の課程です。プログラムによっては、大学の学部課程を修了後、修士課程を経ず、直接博士課程に出願することも可能です。

大学院留学の情報収集

留学先の国や大学によって制度が異なる場合が多く、学士課程時の専攻と異なる分野での留学も可能なため、事前の情報収集が重要です。東京大学では、以下の方法で情報を入手することができます。

●東京大学Go Globalウェブサイト

「留学プログラム」のページの一覧表で、東京大学宛に案内のあった大学院留学プログラムを随時紹介しています。(以下の表参照)また、「奨学金・海外活動奨励費」のページで奨学金に関する情報も提供しています。(32ページ参照)

●説明会等の大学院留学関係イベント

東京大学Go GlobalウェブサイトやSNS(41ページ参照)で、海外大学や各国大使館などが主催する説明会等、大学院留学関係のイベントを紹介しています。東京大学と関係の深い大学については東京大学で説明会が行われる場合もあります。

●UT-OSAC

東京大学の卒業生を中心とした団体である、UT-OSAC(Overseas Study Advisory Community, the University of Tokyo)では、海外大学院留学に関する情報提供や説明会等の開催、およびそのサポートを行っています。
UT-OSACウェブサイト: www.ut-osac.org/index.html

〈大学院留学　東京大学GO Globalウェブサイト掲載例〉
※東京大学本部に案内のあったプログラムの一例を紹介しています。他にも様々なプログラムがあります。
※各項目は、あくまで目安として簡潔に記載しています。最新情報・詳細はウェブサイト等で確認してください。
※奨学金については、32ページの「海外留学等奨学金」も参照してください。

大学/プログラム名	費用	備考
ワシントン大学(セントルイス) McDonnell International Scholars Academy	授業料、生活費、旅費等を支給	本学卒業生のための奨学金プログラム。
ハーバード大学 Harvard-Yenching Institute's RSEA Fellowship	授業料、宿泊費、往復航空賃等を支給	ハーバード大の修士課程Regional Studies-East Asiaの出願者の中から選ばれるアジア人向けのFellowship
マサチューセッツ工科大学 Legatum Fellowship	経済支援あり	低所得国での起業を目指す、MITに入学を希望する大学院生向けのFellowship
スタンフォード大学ビジネススクール TOMODACHI-UNIQLO フェローシップ	授業料、宿泊費、往復航空賃等を支給	
ハワイ大学皇太子明仁親王奨学金	学費免除、生活費等として年間 25,000ドル、渡航旅費	
オックスフォード大学 Ertegun Graduate Scholarship Programme in the Humanities	授業料、生活費を支給、専用の寮を提供	人文科学を対象

10. 海外留学等奨学金

留学や海外活動、特に欧米や長期での海外滞在には高額な費用がかかります。留学・海外活動の期間や目的などによって対象が異なる様々な奨学金があります。各自の留学・海外活動の内容に沿った奨学金に応募し支援を受けることが可能です。

奨学金の種類

まず留学・海外活動の期間によって、概ね3ヶ月以上、3ヶ月未満と奨学金支給の対象が分かれています。さらに奨学金によっては交換留学、学位取得、その他（インターンシップ、ボランティア等）などその種類や目的を限定している場合があるので注意しましょう。

また東京大学独自の奨学金だけでなく、外部団体が公募する奨学金にも応募が可能です。外部団体の奨学金には、東京大学を通じて応募するものと、個人で直接応募するものとがあります。

期間
✓3ヶ月以上
✓3ヶ月未満

種類・目的
✓学位取得を目的としない留学（交換留学、Visiting student programなど）
✓3ヶ月未満の留学（サマープログラムなど）
✓学位取得を目的とした大学院留学
✓その他の海外体験（インターンシップ・ボランティアなど）

応募方法
✓東京大学への応募（東京大学独自の奨学金）
✓東京大学を通じた外部団体への応募
✓外部団体への直接応募

奨学金の探し方

東京大学および外部団体からの主な奨学金の公募情報は、東京大学Go Globalウェブサイト（P41参照）にて随時更新しています。期間・種類別に一覧で掲載していますので自分の留学・海外活動の内容と照らし合わせて探してみましょう。

奨学金の応募締切は留学開始の半年ほど前に設定されていることがほとんどです。留学や海外活動を考え始めたら、早めに奨学金についても情報収集すると良いでしょう。

また、「他奨学金の併給を認めない」とする奨学金もあるので、併願する際は十分注意してください。

学外からの寄附・支援

東京大学では、グローバルに活躍する人材の輩出を目指し、東大生の留学・海外活動を推進しています。こういった取り組みに広くご賛同いただいた下記をはじめとする多くの方々から多大なご寄付をいただいております。

- 長島雅則奨学基金
- Victor and William Fung Foundation
- フェニックス・キャピタル株式会社
- 「東大生海外体験プロジェクト」※P16・34参照

奨学金の例

留学一般について

留学する場合は、東京大学独自の奨学金および外部団体の奨学金へ応募することができます。東京大学は「東京大学海外派遣奨学事業　海外留学等奨学金」を設け、学生の留学・海外活動を支援しています。留学の期間により、短期（3ヶ月以上1年以内）または超短期（3ヶ月未満）の留学を対象とした奨学金に応募が可能です。

東京大学を通じて応募するプログラムに参加する場合

交換留学や3ヶ月未満の留学プログラムなど、東京大学を通じて申し込むプログラムに参加する学生には、東京大学・その他支援団体等からの奨学金を支給する可能性があります。奨学金支給の有無や金額は、奨学金支給団体が定める条件（成績・家計基準等）や参加費用、使用可能な財源等を勘案の上、決定されます。

さらに、夏季短期留学については「奨学金付き夏季短期留学プログラム」として奨学金の支給を前提としたプログラム参加者募集を行っており（16ページ参照）、海外有力大学の各種プログラムへ東京大学からの奨学金を得て参加することが可能となっています。

学位取得のため留学する場合

例えば2年間にわたり修士の学位を取得するために留学する場合などは、日本学生支援機構（JASSO）海外留学支援制度（長期派遣）ほか様々な外部団体が公募している奨学金に応募できます。

主な海外留学等奨学金一覧

注）・支援内容は変更されることもあるので、最新情報は東京大学Go Globalウェブサイトを確認すること。
・※1は東京大学独自の奨学金。
・※2は支援期間が1ヶ月～1年の奨学金のため、以下の3ヶ月～1年以上と3ヶ月未満の両欄に掲載している。
・申請先欄が所属部局となっている奨学金は、東京大学による推薦や取りまとめが必要とされるもの。申請方法や締切については各自所属部局窓口へ問い合わせること。
・諸外国の政府または政府関係団体による、その国/地域の大学などへ留学する日本人を対象にした奨学金制度については日本学生支援機構のページを参照してください。
・下記の他、特定の地域在住者対象の奨学金等もあるので、東京大学Go Globalウェブサイトを確認すること。

3ヶ月～1年以上・学位取得を目的としない留学が対象の奨学金（交換留学・Visiting student programなど）

奨学金・プログラム名	支援期間	金額・対象	申請先
※1東京大学海外派遣奨学事業　短期（3ヶ月以上1年以内）海外留学等奨学金	3ヶ月～1年	月額6万円～10万円	所属部局
※2官民協働海外留学支援制度～トビタテ!留学JAPAN日本代表プログラム～	1ヶ月～1年	月額12万円～20万円、渡航費10～20万円、学費等（上限30万円）	所属部局
（公財）KDDI財団　日本人海外留学生　助成プログラム	1年	年額200万円	所属部局
（公財）経団連国際教育交流財団　産業リーダー人材育成奨学金奨学生	1年または2年	授業料、生活費、教材費、渡航費等として年間450万円を一律支給	所属部局
（公財）経団連国際教育交流財団　日本人大学院生奨学生	1年または2年	授業料、生活費、教材費、渡航費等として年間350万円を一律支給	所属部局
公益信託ヤマハ発動機国際友好基金 海外派遣日本人留学生	1年以内	月額10万円	所属部局
（公財）佐藤陽国際奨学財団　派遣留学奨学生	6ヶ月～1年	月額8万円、渡航費25万円、交換留学一時金10万円	所属部局
（公財）業務スーパージャパンドリーム財団　派遣留学奨学生	1年以内	月額15万円	所属部局
（公財）経団連国際教育交流財団　経団連グローバル人材育成スカラーシップ奨学生	8ヶ月以上1年未満 理工系は6ヵ月以上1年未満	100万円	直接応募
（独）日本学生支援機構第二種奨学金（短期留学）〈有利子貸与〉	3ヶ月～1年	月額3万円～15万円	本部奨学厚生課

3ヶ月未満の留学への奨学金

奨学金・プログラム名	期間	金額・対象	申請先
※1東京大学海外派遣奨学事業　超短期（3ヶ月未満）海外留学等奨学金	3ヶ月未満	月額6万円～10万円	所属部局
※2官民協働海外留学支援制度～トビタテ!留学JAPAN日本代表プログラム～	1ヶ月～1年	月額12万円～20万円、渡航費10～20万円、学費等（上限30万円）	所属部局
日加リーダーシップ基金　語学留学奨励金	指定なし	10万円　カナダ語学留学	直接応募
Friends of Todai , Inc. 米国の大学での夏季プログラムに参加する日本学生への奨学金	夏季の数週間	3,000米ドル～4,000米ドル　アメリカの大学での夏季プログラム	直接応募

留学以外の海外活動への奨学金

奨学金・プログラム名	期間	金額・対象	申請先
（公財）交流協会　日台若手研究者交流事業（科学技術） （A）個人派遣（長期）（B）グループ派遣（短期）	（A）2ヶ月間 （B）1週間	往復航空券、交通費、滞在費、海外旅行保険 科学技術分野での台湾派遣、大学院生対象	直接応募
（公財）NEC C&C財団　国際会議論文発表者助成事業	国際会議期間中	12～25万円（開催地により異なる） 情報処理技術分野での国際会議論文発表、大学院生対象	直接応募
（社）日米協会　米国研究助成プログラム	短期（ただし1週間以上滞在）	航空費、滞在費、研究費の一部として3,000米ドル以内 米国研究活動、大学院生対象	直接応募
富士ゼロックス株式会社　小林節太郎記念基金　小林フェローシップ	1年間	最高120万円 アジア・大洋州諸国・地域研究活動、博士課程学生対象	直接応募

学位取得を目的とした大学院留学が対象の奨学金

奨学金・プログラム名	期間	金額・対象	申請先
（公財）吉田育英会　日本人派遣留学プログラム	2年以内（審査のうえ1年以内の延長あり）	学校納付金合計250万円以内、生活滞在費月額20万円、扶養補助（該当者のみ）、往復渡航費	所属部局
（公財）竹中育英会　海外留学奨学生	修士2年以内 博士5年以内	大学納付金250万円以内、滞在費・渡航費200万円以内	所属部局
（財）アジア国際交流奨学財団　川口静記念奨学生	1年以内	月額4万円　アジア留学	所属部局
（独）日本学生支援機構　海外留学支援制度（長期派遣）	修士2年以内 博士3年以内	月額8.9万円～14.8万円、授業料	所属部局
（公財）平和中島財団　日本人留学生奨学生	2年以内	月額15万円～20万円、往復渡航費	直接応募
（公財）中島記念国際交流財団　日本人海外留学奨学生	修士課程:最長2年 博士課程:最長5年	奨学金月額20万円、往復渡航費、支度金20万円、 授業料（留学当初の2年間、年間300万円以内）	直接応募
（公財）伊藤国際教育交流財団　日本人奨学生	原則2年以内	生活費月額1,500～2,000米ドル、学費（年間300万円以内）、往復旅費	直接応募
（公財）二十一世紀文化学術財団　海外留学助成金	原則2年以内	授業料2年分、研究活動費180万円　博士課程進学予定者対象	直接応募
（公財）本庄国際奨学財団　海外留学日本人大学院生奨学金	1～5年	月額15万円～20万円	直接応募
日米教育委員会　フルブライト奨学生　大学院留学プログラム	原則1年	往復渡航費、生活費、授業料等、基本的に全額支給 アメリカ留学	直接応募
オーストラリア政府奨学金　エンデバー大学院奨学金	修士2年以内 博士4年以内	118,500豪ドル～263,500豪ドル　オーストラリア留学	直接応募
日加リーダーシップ基金　高等教育機関奨学金	1年以上	100万円　カナダ留学	直接応募
フランス政府給費留学生	10ヶ月～1年	滞在費月額615～1,374ユーロ、社会保険料等　フランス留学	直接応募
（独）日本学生支援機構第二種奨学金（海外）〈有利子貸与〉	学位取得の標準修業年数以内	月額3万円～15万円	本部奨学厚生課

11. 海外インターンシップ

企業・国際機関・教育機関等でのインターンシップ

海外の企業や国際機関・教育機関等での実務を通じて、専門知識やビジネススキルを身につけ、実用的な英語力や国際感覚を養うことが期待されます。有給と無給のタイプがあります。

大学・研究機関等でのインターンシップ

主に理系の学生を対象にした、自身の専門分野の知識やスキルを活かすことのできる科学技術に関係するインターンシップもあります。一定の期間、海外の機関（大学・研究所・企業の研究機関等）で働きます。自身の専門性を高めるとともに、国際社会への適応力を養います。有給（滞在費支給）の場合が多いです。

〈海外インターンシップの例〉

プログラム名	実施国・地域	実施時期	募集締切	備考
IARUサステイナブルキャンパス交換学生	年により異なる	8～9月頃	5～6月頃	IARU加盟大学のいずれかでサステイナブルキャンパス活動に従事
香港大学Learn, Live and Intern in China (LLIC)プログラム	香港	6～8月頃	1月	2週間の授業と7週間のインターンシップを組み合わせたプログラム
ams（オーストリアマイクロシステムズ）海外インターンシップ	オーストリア	8月頃～1年間	5月頃	東大生向けの高性能アナログIC技術の開発・製造分野に携わるインターンシップ

※他にも多数ありますので、Go Globalウェブサイトを参照してください。
※各項目は、あくまで目安として簡潔に記載しています。募集開始、締切、開催内容等は毎年異なりますので最新情報はウェブサイト等で確認してください。

「東大生海外体験プロジェクト」による海外での企業体験

「東大生海外体験プロジェクト」は、経済界などで活躍する卒業生が、「留学する環境に恵まれた一部の学生だけでなく、より多くの学生に、積極的に海外体験をしてほしい」という理念により、自発的に寄附募集活動を進めているプロジェクトです。このプロジェクトでは、16ページで紹介した奨学金による短期留学の支援のほか、海外（主に日系企業の海外拠点）での企業体験を提供するプログラムも実施する予定です。詳細は2014年4月中旬ごろ発表される予定ですので、各学部の掲示板やウェブサイト、もしくはGo GlobalのウェブサイトやSNS（41ページ参照）で最新情報を確認してください。

支援をいただいている卒業生一覧:
http://utf.u-tokyo.ac.jp/interview/voice.html
募集時期:2014年4月中旬～5月頃
実施時期:2014年8月～9月頃
体験先企業の例（国名）:楽天株式会社（アメリカ）、株式会社LIXIL（未定）など

※上記の情報は2014年3月上旬現在の予定であり、変更される場合があります。

イアエステ（IAESTE）

イアエステは、理系の幅広い分野において質の高い国際インターンシップを実施する世界最大の国際プログラムであり、またそれを行う団体です。国連やユネスコなどと協調して事業を進め、世界100カ国に近くの多数の大学、政府組織、非政府組織、学生ボランティアが活動を支え、1948年の設立以来、総計35万人以上の学生を送り出してきました。その日本国内組織であるイアエステ・ジャパンは、1964年に東京大学で設立されました。

派遣学生は、海外の研究機関の一員として勤務・交流し、国際社会への適応能力を養い、自分の将来ビジョンを明確化します。派遣先はヨーロッパの国々を中心に、アジア、アメリカなど世界各国で、滞在費相当の給与が支払われます。研修期間も多様で8～52週間の幅があり、夏季休暇を利用し休学することなく参加が可能です。あなたも、いま学んでいる（これから学ぶ）専門の力を海外で展開して、世界の人々との交流に挑戦してみませんか。

www.iaeste.t.u-tokyo.ac.jp

国際教育交換協議会（CIEE）日本代表部

国際教育交換協議会（CIEE）は、約40か国に駐在員を擁し、30か国50団体と提携し、年間約4万5千人規模で事業を展開しています。新しい時代のニーズに対応した海外でのボランティアやインターンシップの企画・運営を行う他、日本国政府より委託された派遣研修など、活動は多岐にわたります。

CIEEが取り扱う海外ボランティアは「国際ボランティア・プロジェクト」（世界中から集まったボランティアと共に活動）を中心として、ホームステイをしながらの地域密着型の活動や、教育体験、環境保護、社会福祉などインターンシップの要素も含まれるプログラムも実施しています。また、TOEFL®テスト日本事務局として英語力向上の支援をするとともに、様々な国際交流プログラムを提供しています。CIEE東京事務所（最寄駅:表参道又は渋谷）では、海外ボランティア説明会を、ほぼ通年で毎週実施しております。興味がある方は、是非、説明会にも足をお運びください。

www.cieej.or.jp

12. 国際ボランティア

国際ボランティアの魅力

留学をする場合にかかる費用や時間、インターンシップにおいて求められる語学力や経験と比べると、国際ボランティアの場合は、より参加しやすくなっている場合もあります。自発的な意思により社会に貢献する活動を共に行い交流することで、参加者間で文化や言葉の壁を越えて交流を深めることができます。

国際ボランティアによる渡航先の安全性

各国際ボランティアの実施団体は、実施国の安全面に配慮していますが、渡航先には発展途上国が多いということから一概に安全とは言い切れません。実施団体によるオリエンテーションや指示、東京大学の『海外渡航危機管理ガイドブック』などをよく理解し、渡航先ではいつも以上に気を配り安全に過ごせるように気をつけましょう。外務省ホームページ“各国安全情報”や厚生労働省検疫所ホームページ“海外で健康に過ごすために”等の情報を得ることが必要です。

国際協力機構（JICA）

国際協力機構（JICA）では、青年海外協力隊などのボランティア事業を実施しています。青年海外協力隊は、途上国の住民と直接交流しながら、その国が抱える課題に取り組み、経済や社会の発展に貢献することを目的としています。募集は春と秋の年2回行われ、派遣国はアフリカ・アジア・中南米、中東地域の約80か国で、活動職種も120以上と多岐にわたります。応募対象者は20～39歳の日本国籍を持つ方です。JICAでは、協力隊員が円滑に活動を行うために、現地事務所にサポートスタッフを配置しているほか、健康面・安全面での支援体制を整えています。また、派遣国との往復渡航費、現地生活費等の経費を負担しています。

開発途上国での活動のなかで度重なる困難や逆境を乗り越えた協力隊員は、その経験を通じて逞しい精神力・忍耐力、コミュニケーション能力を培い、グローバルな視野だけでなく、人間的にも大きく成長して帰国します。近年は、企業や自治体等が協力隊経験者をグローバル人材として高く評価し、積極的に採用する事例が増えています。

www.jica.go.jp

ボランティア活動の種類

ボランティアと一言で言ってもその活動内容は多種多様です。例えば、特定非営利活動法人日本国際ワークキャンプセンター（NICE）では、①人道支援、②地域開発、③環境保護、④文化遺産保護と幅広くボランティアを受け付けています。数あるボランティアプログラムの中から自分に合ったプログラムを見つけましょう。

〈国際ボランティアの例〉

プログラム名	実施国・地域	派遣期間	募集締切	備考
JICA 青年海外協力隊	アジア・アフリカ、中南米・大洋州、中東の約80カ国	原則として2年間	5月・11月	協力分野:計画・行政、公益・公益事業、農林水産、人的資源、保健医療、社会福祉の6部門
JICA 短期ボランティア（青年海外協力隊）	アジア・アフリカ、中南米・大洋州、中東の約80カ国	1年未満	5月・8月・11月・2月	協力分野:計画・行政、公共・公益事業、農林水産、鉱工業、エネルギー、商業・観光、人的資源、保健・医療、社会福祉の9部門

※他にも多数ありますので、Go Globalウェブサイトを参照してください。
※各項目は、あくまで目安として簡潔に記載しています。募集開始、締切、開催内容等は毎年異なりますので最新情報はウェブサイト等で確認してください

日本国際ワークキャンプセンター（NICE）

NICEは、「カラフルでヘルシーな世の中」を目指して日本・世界約100ヶ国で各種ワークキャンプを主催・派遣する国際ボランティアNGOです。ワークキャンプとは、その地域の抱える固有の問題を解決するため、世界中から集まった仲間と1～3週間寝食を共にしながら、メンバーや地域の人たちと共に行うボランティア活動です。2012年は1095人の日本人ボランティアが海外・日本各地で活躍しました。カンボジアの学校での子どもへの英語教育、フィリピンでのマングローブの植林、また国内では熊本でエコハウス竹ゲートの改修、竹炭作りプログラムなど、年間約3000のプログラムが用意されています。

「こんなにエキサイティングな経験は初めてで、この経験を終えてすごく自信がついた」「現状を目の当たりにし、今後自分ができること、しなければいけないことを考えていきたい」といった声が参加者から届いています。必要なのは、やる気と行動力、そしてカタコト以上の英語力のみです!国籍の違う仲間とともに生活し、笑い、語り合うからこそ得られる成長が待っています。

www.nice1.gr.jp

短期ボランティアプログラム（JICAと東京大学の連携事業）

平成24年度に学部学生を対象として実施された本プログラムは、平成25年度において学部学生及び大学院学生を対象とするプログラムへと拡大されました。派遣先も3カ国から8カ国へ拡充され、これまでに累計58名の学生が約1ヶ月にわたる開発途上国でのボランティア活動に従事しました。本プログラムでは、海外に長期派遣されている青年海外協力隊員と協働して短期間のボランティア活動を行います。平成26年度に実施する場合には、ウェブサイト等を通じて詳細をお知らせします。

インターンシップ体験談

IAESTEインターンシップ
氏名:長 拓馬さん
所属(参加時のもの):工学系研究科 社会基盤学専攻 修士1年
渡航先国名:チュニジア共和国
受入機関・組織名:Société Laboratoire Géotechnique Routière et Materiaux de Construction
研修期間:2013年9月16日〜10月28日

チュニジアに6週間滞在し、建材や道路に用いられる砂や土の品質検査を行う会社で研修を受けました。従業員のほとんどはあまり英語が堪能ではなかったものの、身振り手振りを交えながらコミュニケーションはでき、昼休みや終業後には一緒にカフェやレストランに行ったりするほど親しくなりました。

現地では、IAESTE Tunisiaが借り上げているアパートで、世界各国から来た15名ほどの研修生とともに入居し、共同で生活しました。お互いの国の料理を作りあったり、週末には旅行(地中海でダイビング、カルタゴ遺跡やサハラ砂漠等)したり、夜な夜なクラブやバーに行ったり(「アラブの春」の発端となった国ですが、意外にも治安は良好でした)と密な時間を過ごしましたが、最も印象的だったのは、彼らはとにかく議論が好きだということです。研修生は全員理系でしたが、トピックは科学だけでなく政治や文化、宗教に至るまで幅広く、洞察も深かったので、非常に刺激的でした。

99%の人がスンニ派イスラム教を信仰しているチュニジアでは、宗教が生活に溶け込んでいました。「ソフトムスリム」に属するため酒は入手できたものの豚肉は絶対にタブーであったり、礼拝を促す放送が1日に5回流れたり、犠牲祭では羊を生贄にしてその場で肉を料理したり、といったことすべてが新鮮に映りました。

研修プログラム以外にも、IAESTE Tunisiaの紹介で国際交流イベントに参加する機会が2度あり、こちらも有意義でした。日本という国に興味関心を持ち、根掘り葉掘り質問してくれる人々が遥か遠いこの国にいるということは素直に嬉しかった一方で、日本人が「無宗教」であることや日本の歴史といった内容に対する自らの理解の浅さを痛感しました。

私は修士1年になってようやく海外に行く決意ができましたが、もっと早く飛び込んでいればこの体験を原動力として大学での学習や日々の生活がより実り多くなっていたのではないか、と正直後悔しています。仮に将来国際に関わるつもりがないとしても、海外に行き刺激を受け視野を拡げることは、今後の人生において必ず役に立つと断言できます。幸い、東大では様々な形で海外渡航のチャンスが提供されているので、見逃さず是非挑戦してみてください。

ボランティア体験談

JICA×東京大学短期ボランティアプログラム
氏名:清水 怜さん
所属(参加時のもの):教養学部理科二類1年
渡航先国名:タンザニア
受入機関・組織名:JICA
滞在期間:2013年3月(3週間)

今回私が参加したのはJICAの短期ボランティアプログラムです。書類審査の後面接が行われ、JICAの施設にて約1週間の研修を受けた後に現地へ派遣されました。私の時はタンザニアの他にスリランカとネパールの2カ国もあり、全員で30数名派遣されました。理数科教師や青少年活動、他にはバレーボールの指導等、募集されている役職から選択して応募します。

私は理数科教師としてタンザニアの田舎の中学校で数学を教えました。既に現地にいる長期の青年海外協力隊の元に2名ずつ派遣されます。私は日本で高校一年生にあたるクラスで確率の導入部分の授業を担当しました。そもそもタンザニアの田舎の学校では理数科教師が不足しており、理科数学の授業は満足に行われていません。どうしたら基礎がない生徒でもわかりやすい授業が出来るか考え、サイコロをいくつも手作りし、確率の概念を理解してもらおうと努めました。

タンザニアの公用語は英語とスワヒリ語ですが、田舎となると英語が通じない人もいるので簡単な挨拶等はスワヒリ語で行いました。私自身もそこまで英語が得意ではないので、語学力はそこまで重要ではないように思います。むしろ、言葉が通じない環境でどう行動するか考えることが大事かと思います。

このプログラムは決して用意された課題や仕事がある訳ではありません。自ら主体的に考え、行動しなければならない環境に身をおいたことは私にとって非常に貴重な経験となりました。ボランティアとはいえ、私は誰かに何かをしてあげたというよりも私自身が学んだことの方が遥かに多いと感じています。自分には一体何が出来て、現状何をするのが最善か、何が善で何が悪か、今一度しっかり考えることのできる魅力的なプログラムだと思います。

なかなか旅行では行かないような地域が多いですが、渡航前に安全指導が行われ、また現地でも緊急時にはJICAのサポートがあります。なので、安心して充実した時間が過ごせるように積極的に行動し、挑戦して欲しいと思います。

13. 体験活動プログラム

平成24年度から東京大学では、「よりタフに、よりグローバルに」次世代を担っていく学生を育成するという教育目標を達成する方策のひとつとして、国内外を問わず実社会での多様な体験(ボランティア、インターンシップ、地域体験、フィールドワークなど)を得る、体験活動プログラムを提供しています。学部前期及び後期課程の学生が正課以外の場で、さまざまな体験をするサポートをします。

海外で実施する国際交流体験活動プログラムの多くは、夏季休暇期間を中心に1週間〜1ヶ月程度活動するものです。自由な時間を利用して、積極的に参加してください。

平成26年度も国内、海外を問わず体験活動プログラムを実施します。ウェブサイト等で最新情報を確認してください。

URL: http://www.u-tokyo.ac.jp/stu01/h19_j.html　もしくは、「東京大学　体験活動」で検索

国際交流　体験活動プログラム一覧(平成25年度版)

プログラム名(通称)	内容	開催地	時期	期間
アメリカで仕事の現場の話を聴いてみよう	卒業生との交流	アメリカ (ニューヨーク)	8月	5日
Monterey Bay during the week	研究所見学	アメリカ (モンタレー)	9月	6日
アメリカ中西部での仕事の現場の話を聴いてみよう	卒業生との交流	アメリカ (シカゴ)	8月	5日
オーガニック農場でのSustainable agriculture体験	農場体験	アメリカ (プリンストン)	8−9月	15日
ロサンゼルスで映画製作とソーシャルデザインを体験する2週間	映画製作	アメリカ (ロサンゼルス)	8月	15日
ボストンベンチャー企業インターンシップ	インターンシップ	アメリカ (ボストン)	9月	10日
MIT 3.11 Workshop	ワークショップ	日本 (宮城県)	8月	12日
日本語教室でのボランティア	日本語指導	日本 (本郷キャンパス)	10−12月	3ヶ月
Documentary research for the French Embassy	インターンシップ	日本 (東京都)	8−12月	4ヶ月
Internship program at Lycee Franco-Japonais de Tokyo	インターンシップ	日本 (東京都)	11−12月	2ヶ月
グランゼコールでの研修、およびパリで働く卒業生から学ぶ	現地学生との交流	フランス (パリ)	9月	10日
フランス中世のゴシック大聖堂の実施調査	ワークショップ	フランス (ラン)	9月	7日
女子学生のためのフランスの文化・ビジネス研修	卒業生との交流	フランス (パリ近郊)	9月	15日
イギリスとそこで働く日本人の訪問	卒業生との交流	イギリス (ロンドン)	8月	5日
手作りオクスフォードサマープログラム	サマープログラム	イギリス (ロンドン近郊)	8月	28日
インド・ニューデリーで卒業生と一緒に国際体験	インド国際体験	インド (ニューデリー他)	9月	8日
新興国インドでのマーケティングリサーチ	インターンシップ	インド (ニューデリー)	9月	7日
障がい者のためのデイセンター整備ワークキャンプ	ボランティア	マレーシア (ボルネオ島)	9月	8日
ペトロナス工科大学サマープログラム	サマープログラム	マレーシア (ペラ)	9月	15日
iUP.Veneto Experience	ワークショップ	イタリア (ヴェネチア)	9月	14日
ハンセン病と人間の尊厳	医療施設訪問	インドネシア (スラウェシ島)	8−9月	12日
国際インターンシップ／AMS	インターンシップ	オーストリア (グラーツ)	8−9月	1ヶ月
日本語ボランティア体験とソウル大学での交流	文化施設見学	韓国 (ソウル、プサン)	8月	6日
医学と平和	医療施設訪問	カンボジア (プノンペン)	8月	7日
サウジアラビア・プリンセス・ヌーラ大学国際交流体験活動	講義と文化交流	サウジアラビア (リヤド)	12月	7日
キャリアを探す中国ツアー	現地学生との交流	中国 (北京、上海)	9月	8日
欧州国際共同研究ラボパートナー機関の訪問	研究所見学	ドイツ、フランス	10月	6日
ネパールスタディツアー	ボランティア	ネパール (チャンダンプール他)	9月	20日

※上記プログラムは平成25年度のものです。平成26年度は実施しないプログラム、上記に記載のないプログラムもありますので、必ず学内説明会、及びウェブサイトで最新情報を確認してください。各項目はあくまで目安とし、簡潔に掲載しています。
※体験活動プログラムは国際交流体験だけではなく、ボランティア、インターンシップ、農林水産業・自然体験、地域体験、フィールドワーク、研究室体験など、様々な活動を含みます。上記表は国際交流体験のみの抜粋です。

体験活動プログラム参加者の声

私はサウジアラビアのプリンセス・ヌーラ女子大学で、初級アラビア語の授業を履修しました。授業は全てアラビア語で行われ、苦労した反面とても楽しく刺激的な経験でした。研修中は寮に滞在し、学生達と様々な形で交流しました。中でも伝統文化体験では、伝統菓子を作りながらガールズトークで盛り上がり、笑顔に満ちた彼女たちのパワーに圧倒されました。この研修を通じて「排他的イスラーム社会と女性抑圧」というサウジのイメージは大きく覆され、多様な社会の在り方とその捉え方について再考する貴重な機会を得ることができました。

(サウジアラビア・プリンセス・ヌーラ大学国際交流体験活動 法学部3年 宮崎 梨乃さん)

14. 安全と危機管理

海外では、不慣れな場所で、どこにどのような危険があるのかが十分に把握できないこともあるため、交通事故・窃盗・強盗・詐欺など、様々な被害に遭う可能性が高くなります。危険を感じる状況等をできるだけ避け、常に危険等を予測してから行動するよう心がけてください。

学生が海外渡航する機会が増えている現状、また、今後も増えることが予想されることを受け、東京大学の学生及び教職員のための『海外渡航危機管理ガイドブック』を作成しています。海外に渡航する学生は必ず本ガイドブックを熟読し、海外でのリスクについて事前に知り、十分に準備するようにしてください。

『海外渡航危機管理ガイドブック』
http://www.u-tokyo.ac.jp/ja/administration/go-global/voyage/index.html

保険への加入

海外渡航中の保険については、出発前に各自で責任をもって出発から帰国まで期間をカバーする海外旅行保険・留学保険等に加入してください。留学先大学等に指定する保険に加入することを求められた場合は、併せて保険に加入してください。
※日本の海外旅行保険・留学保険等は出国後には加入できないため注意すること。

所属部局での届け出

留学等により海外渡航する際には、渡航目的により「留学許可願」、「海外渡航届」、「休学願」等の提出が必要になります。所属学部・研究科等の担当部署に確認し、必要な手続きを行ってください。

日本大使館・領事館への「在留届」の提出

海外に3ヶ月以上滞在する場合は、必ず、最寄りの日本大使館・領事館に「在留届」を提出してください。（旅券法16条により義務付けられています。インターネットによる提出も可能です。）万一、海外で事件・事故や思わぬ災害に巻き込まれた場合、日本国大使館や総領事館はこの「在留届」をもとに日本人の所在地や緊急連絡先を確認して援護します。※転居・帰国の際にも必ず届け出ること。

外務省ホームページ
http://www.mofa.go.jp/mofaj/toko/todoke/zairyu/

海外渡航中の報告・連絡・相談

海外渡航中、何か問題が生じた場合や相談事があるような場合、また緊急事態等が発生した場合は、速やかにプログラムの担当者や東京大学の担当者に報告・連絡・相談してください。

また、現地で天災、新型インフルエンザ等の感染症、テロ等が発生した場合は、たとえ自分には何も被害がなくても、安否について速やかに東京大学の担当者に連絡してください。なお、家族にも定期的に連絡を取るようにしてください。

その他

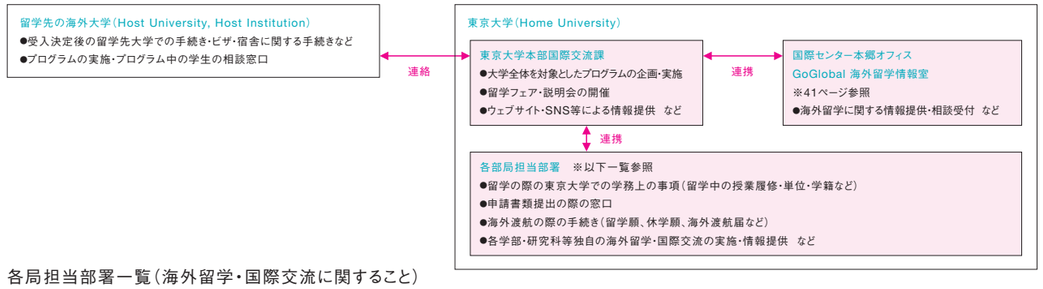
海外でも東京大学の学生であることを常に自覚し、行動や振る舞いには十分気をつけましょう。

その他、プログラムの担当者、本学所属学部・研究科、指導教員等の指示に従い、安全と危機管理に十分注意してください。

15. 東京大学の留学・国際交流関係部署

東京大学の留学や国際交流に関する部署の体制は大まかに以下のようになっています。内容に応じて、担当部署に報告・連絡・相談などを行ってください。

本部担当留学プログラムの場合の例



各局担当部署一覧（海外留学・国際交流に関すること）

部局名	海外留学・国際交流に関する情報入手先	担当部署
法学部 法学政治学研究科	学部:http://www.j.u-tokyo.ac.jp/kyomu/contents/ryugaku.html 法学部掲示板 大学院（総合法政専攻）: http://www.j.u-tokyo.ac.jp/in/shs/contents/jugyo.html 大学院（法曹養成専攻）: http://www.j.u-tokyo.ac.jp/in/hys/contents/jugyo.html	学部:教務係、留学生担当 大学院:大学院係、留学生担当
医学部 医学系研究科	募集関係の情報: 医学部掲示板・医学系研究科掲示板 学部・研究科の留学等情報: http://koryu.m.u-tokyo.ac.jp/homepage00.html	学部:教務係、国際交流室 大学院:大学院係、国際交流室
工学部 工学系研究科	募集関係の情報: 学生・院生用情報ポータルサイト（学生専用・非公開） 学部の交換留学等情報・研究科の留学等情報: http://www.oice.t.u-tokyo.ac.jp/index.html	国際交流チーム
文学部 人文社会系研究科	http://www.l.u-tokyo.ac.jp/student.html	学部:大学院係（留学相談）、教務係（教務関係相談） 大学院:大学院係
理学部 理学系研究科	募集関係の情報: 理学部掲示板 学部の留学等情報: http://www.s.u-tokyo.ac.jp/ja/current/ 研究科独自の留学等情報: http://www.s.u-tokyo.ac.jp/ja/current/graduate.html	教務チーム学部担当（手続き等に関すること） 教務チーム大学院担当（手続き等に関すること） 国際化推進室（留学相談）
農学部 農学生命科学研究科	http://www.a.u-tokyo.ac.jp/cstudents/index.html	学生支援チーム（学部学生担当、大学院学生担当、学生生活担当）
経済学部 経済学研究科	http://www.gaia.e.u-tokyo.ac.jp/is/index-j.html	学部:教務係、留学生・国際交流担当チーム 大学院:大学院係、留学生・国際交流担当チーム
教養学部 総合文化研究科	【学部・研究科共通】 国際センター駒場オフィス: http://www.ic.u-tokyo.ac.jp/komaba/ グローバリゼーションオフィス: http://go.c.u-tokyo.ac.jp/ 国際交流支援係の掲示版 【前期課程】http://www.c.u-tokyo.ac.jp/zenki/index.html PEAK生向け: http://www.c.u-tokyo.ac.jp/eng_site/zenki/peak/ 【後期課程】http://www.c.u-tokyo.ac.jp/fas/index.html 【総合文化研究科】 http://www.c.u-tokyo.ac.jp/graduate/index.html	【学部・研究科共通】国際センター駒場オフィス、グローバリゼーションオフィス、国際交流支援係 【前期課程】前期課程係（教務関係相談）、国際化推進係（PEAK教務関係相談） 【後期課程】後期課程係（教務関係相談）、国際化推進係（PEAK教務関係相談）、国際研究協力室 【総合文化研究科】総合文化大学院係（教務関係相談）、国際化推進係（GPEAK教務関係相談）、国際研究協力室
教育学部 教育学研究科	教育学部学生支援チームホームページ（学生専用・非公開）	学生支援チーム学部担当、大学院担当、国際交流担当 国際交流室
薬学部 薬学系研究科	薬学部掲示板・薬学系研究科掲示板 学部・研究科の留学等情報: http://www.f.u-tokyo.ac.jp/~israr/ja/isar/study_abroad.html	国際交流室（留学全般に関する相談） 教務チーム（学務関係の相談）
数理科学研究科	http://www.ms.u-tokyo.ac.jp/kyoumu_e/liaison_e.html	数理科学教務係
新領域創成科学研究科	http://www.ilo.k.u-tokyo.ac.jp/index.php	教務係（単位認定・学籍等の学務関係） 国際交流室（部局間協定に基づく学生交流）
情報理工学系研究科	留学に関すること全般: http://www.i.u-tokyo.ac.jp/edu/inter_ex/oir/index.shtml 募集や奨学金等の情報: http://info.t.u-tokyo.ac.jp/k_suisin1/oice/haken.html	国際交流室
学際情報学府	学際情報学府ポータルサイト（学府学生専用）	学務係、留学生支援室
公共政策学教育部	募集関係の情報: http://www.pp.u-tokyo.ac.jp/students/board/index.htm 公共政策学教育部独自の留学等情報: http://www.pp.u-tokyo.ac.jp/international/fe_program.htm	公共政策大学院係（全学学生交流に関する事項） 国際交流担当（部局間協定に基づく学生交流）

16. よくある質問

Q.留学を希望する場合、いつ頃から準備を始めればよいですか?

【全学交換留学の場合】 全学交換留学の場合、およそ留学の1年前に募集が行われますので、その時期に応募ができるよう、早めに語学学習や語学能力試験の受験をすすめておきましょう。9ページ(「全学交換留学募集サイクル」)、24ページ(「留学の計画と準備」)も参照してください。

【夏季短期留学の場合】 東京大学の国際本部が担当する夏季短期留学の場合、その年の1月〜2月に募集が行われるプログラムが最も多いので、その時期に応募ができるよう、早めに語学学習や語学能力試験の受験をすすめておきましょう。16ページ(「3ヶ月未満の留学」)も参照してください。個人で応募するプログラムも、早いものでは2月〜3月に応募が締め切られるものもありますが、中には6月頃まで申し込み可能なものもあります。22ページ(「その他の留学(個人応募での留学など)」)も参照してください。

Q.1学期〜1年の間留学しても4年間で学部を卒業できますか?

交換留学の場合、期間や時期、単位取得や単位認定の状況によっては、4年で卒業が可能な場合もあります。所属学部に確認の上、計画的に授業履修や留学の準備を行ってください。ただし、単位の取扱いは学部ごとに異なりますので、必ず交換留学の計画段階で所属学部に確認してください。24〜27ページ(「留学の計画と準備」「留学等における学籍・単位認定など」)も参照してください。

Q.留学に行く場合、費用はどのくらいかかりますか?

【交換留学の場合】 日本で生活するのとあまり変わらない程度の費用で留学することができます。渡航費や生活費などは必要ですが、東京大学に授業料を納めていれば、留学先での授業料は不要となるためです。交換留学の場合、協定校の寮が利用できる場合が多く、奨学金制度も充実していますので、安い費用で留学することも可能です。28ページ(「留学にかかる費用」)も参照してください。

【3ヶ月未満のプログラムの場合】 費用は、プログラムによって大きく異なります。ほぼ無料で参加できるものから、数十万円のプログラムまで様々ですので、よく調べ、予算に応じて参加プログラムを検討してください。16ページ(「3ヶ月未満の留学」)、22ページ(「その他の留学(個人応募での留学など)」)も参照してください。

Q.全学交換留学の協定校は、今後増えますか?

全学交換留学(国際本部担当)で応募可能な協定校は、2011-12年期:4校→2012-13年期:12校→2013-14年期:23校→2014-2015年期:36校(予定)と年々増加しており、今後も増やせるよう交渉を行っています。

Q.全学交換留学の学内選考はどのように行われるのでしょうか?

全学交換留学(国際本部担当)の派遣候補者は、学業成績・語学能力・申請書の記述内容・面接等により総合的に選考しています。(2013年度現在)

Q.各プログラムの応募の倍率はどのくらいですか?

Go Globalウェブサイトの「留学の基礎知識」→「統計資料」のページで、応募状況を公開していますので、そちらで確認できます。人気が集中し倍率が高くなる留学先もありますので、併願ができる場合は複数の留学先に併願することをおすすめします。

Q.現在申し込もうと考えているプログラムの詳細や、過去の参加者の経験を知りたいのですが。

まずは留学先大学が作成しているプログラムのウェブサイトをよく読んでみてください。また、国際本部が担当するプログラムでは、Go Globalウェブサイトの「留学プログラム」→「留学体験記」のページに、過去の参加者による詳細な報告書を掲載していますので、そちらも確認しましょう。また、学内選考を通過した場合は、派遣前のオリエンテーションで過去の参加者と情報交換できる機会があります。

Q.Go Globalのウェブサイトには締切日や提出先が記載されていない場合がありますが、どこで確認できますか?

東京大学では、多くのプログラムで、自分の所属している学部・研究科等(東京大学では、学部・研究科等のことを部局と呼びます)に応募書類を提出することになります。締切日や提出先は各部局ごとに異なりますので、Go Globalのウェブサイトには記載していません。各部局の担当部署(39ページ参照)のウェブサイトや掲示板で確認するようにしてください。

Q.英語に自信がなくても参加できる留学プログラムはありますか?

語学を学ぶプログラムもありますので、Go Globalウェブサイトなどでよく調べてみてください。一口に留学といっても、プログラムごとに目的や内容・レベルは様々ですので、自分のイメージだけで判断せず、事前にプログラムをよく調べて、自分に適したプログラムに参加するようにしましょう。

Q.夏季の短期留学プログラムでは、東大の授業やテスト期間中に実施されるプログラムも多いのですが、何とかなりませんか?

海外の大学は6月〜7月が夏休みのところが多いため、6月〜7月に開催されるプログラムも多くなっています。自分の授業・試験日程などを応募前に十分確認し、参加が可能なプログラムに応募してください。留学のために東大の授業に一定期間出席できない場合に、何らかの代替処置ができるかどうかは、各学部・研究科の事情により異なりますので、応募前に十分確認するようにしてください。なお、このようなプログラムに参加しやすくすることも1つの目的として、東京大学では、各学部において授業期間の4ターム制を平成27年度中に導入する予定です。

Q.留学について相談したいのですが、どこで相談に乗ってもらえますか?

現在募集中のプログラムに関する具体的なことについては、所属している学部・研究科の担当部署や、募集要項に記載されている問い合わせ先に確認するようにしましょう。その他、留学に関する全体的な質問・一般的な質問・相談などは本郷キャンパスの海外留学情報室(41ページ参照)で受け付けています。

また、特定の学問分野の留学事情などについては、所属している学部・研究科の担当部署や、指導教員、先輩などに相談してみるのもよいでしょう。

17. 留学・国際交流に関する情報収集

有意義な留学・国際交流のためには、情報収集が大変重要です。留学の成否は情報収集が左右すると言っても過言ではありません。以下のような様々なツールを活用して、主体的に情報を集めましょう。

各学部・研究科の情報

留学の際の東京大学での学務上の事項(留学中の授業履修・単位・学籍など)、各学部・研究科等独自の海外留学・国際交流については、各部局の担当部署(39ページ参照)で情報が得られます。

東京大学全体の情報

●東京大学 Go Global海外留学・国際交流情報

①ウェブサイト(通称Go Globalウェブサイト)

本ガイドブックよりさらに詳細な情報や最新の情報が掲載されています。

http://www.u-tokyo.ac.jp/ja/administration/go-global/

(「東大」「留学」で検索)

②Facebook, Twitter

本部国際交流課からの直接の発信で、留学プログラムや奨学金関連の新着情報を掲載しています。募集期間が短いものもありますので、Facebook・Twitterをフォローすれば、有益な情報を迅速に得ることができます。

Facebook http://www.facebook.com/todai.go.global

Twitter http://twitter.com/todai_global (@todai_global)

(Go Globalウェブサイトのアイコンをクリック)

③Facebookグループ「Todai Go Global Network」

東京大学の在学生・教職員・卒業生が海外留学・国際交流に関する情報を交換できるFacebookの非公開グループ「Todai Go Global Network」があります。積極的にご活用ください。

※参加にあたっては本学関係者であることの認証手続きが必要です。参加方法はウェブサイトをご参照ください。

http://www.u-tokyo.ac.jp/ja/administration/go-global/contacts/index.html

(Go Globalウェブサイト→「質問・相談」ページ)

④留学体験記

Go Globalウェブサイトには詳細な留学体験記が掲載されています。経験者の生の声も参考にしましょう。

http://www.u-tokyo.ac.jp/ja/administration/go-global/program/experience.html

(Go Globalウェブサイト→「留学プログラム」のページ)

●Go Global海外留学情報室

東京大学国際センター本郷オフィスでは、「Go Global海外留学情報室」を開設し、海外留学に関する情報提供・相談などを行っています。開室時間・相談受付時間などをウェブサイトで確認の上、ご利用ください。

場所: 本郷キャンパス第二本部棟1階 インフォメーションサービスルーム

http://www.ic.u-tokyo.ac.jp/ic/students/goabroad.htm

●留学・国際交流関連イベント

東京大学本部では、年に1回の大規模な留学フェアに加え、年に数回、比較的小規模な留学・国際インターンシップ・海外ボランティア等の説明会を開催しています。担当者や経験者の話を直接聞くことができます。

また、海外大学や各国大使館などが主催する留学関連イベントも多数開催されていますので、目的に応じて参加してみてください。

留学・国際交流関連イベントの情報もGo Globalウェブサイトや Facebook, Twitterなどで紹介しています。

http://www.u-tokyo.ac.jp/ja/administration/go-global/event/

(Go Globalウェブサイト→「イベント」ページ)

留学先大学の情報

留学先大学のウェブサイトを利用し、必要な語学条件や履修可能な授業、費用などについて、自らの責任でしっかり確認することが大切です。

その他

日本学生支援機構のウェブサイトでも、海外留学に関する体系的な情報が得られます。また、各国大使館のウェブサイトも貴重な情報源です。

独立行政法人日本学生支援機構 海外留学情報ページ

http://www.jasso.go.jp/study_a/oversea_info.html

［編集・発行］2014年4月1日／東京大学本部国際交流課
［E-mail］studyabroadfair@ml.adm.u-tokyo.ac.jp ［Web］http://www.u-tokyo.ac.jp/ja/administration/go-global/
［Facebook］http://www.facebook.com/todai.go.global ［Twitter］http://twitter.com/todai_global

本ガイドブックの情報は、編集時点での情報です。変更される場合がありますので、最新の情報はウェブサイト等で確認してください。